



患者及照护者教育

如何利用科技手段与亲友保持联系

本信息将帮助您在无法出现在亲友身边时，依然能够与他们保持联系。它介绍了如何通过医院病房内的屏幕进行视频通话，并说明了如何在个人设备上下载并使用 FaceTime、Google Meet 或 WhatsApp 等应用程序进行视频聊天。



如何使用房间内的屏幕进行视频聊天

如果您的房间配备了 Cisco Webex 会议室设备，您可以使用 Family Connect 视频通话系统进行视频聊天。该设备是一套安装在您房间电视上方的摄像头和扬声器系统。您可以使用安装在床边的遥控器来进行操作。

开始 Family Connect 视频聊天

1. 使用遥控器进入电视的默认菜单。
2. 按数字键盘上的“6”，选择“My Stay”（我的住宿）。
3. 然后按数字键盘上的“1”，选择“Family Connect”（家庭联系）。
4. 根据提示，使用数字键盘键入您想要联系的人的手机号码。按下回车键，然后等待对方加入通话。

对方将收到一条短信，提示他们通过 Webex Meetings 加入视频通话。此链接在 1 小时内有效。您需要在电视的 Family Connect 通话界面中等待，直到对方加入。

加入 Family Connect 视频聊天

您呼叫的联系人应遵循以下步骤以加入聊天。



1. 将 Webex Meetings 应用安装到您的智能手机、平板或笔记本电脑上。您可以在苹果 App Store 或安卓 Google Play Store 搜索 “Webex Meetings”。同样，您也可以直接在网页浏览器中输入 www.webex.com/download，比如在苹果设备上打开 Safari，或在安卓设备上打开 Google Chrome 来输入此网址。
2. 打开应用并按照步骤设置 Webex。
3. 您会收到一条短信，邀请您加入通话。点击短信中的链接。
4. 链接将启动您设备上的 Webex Meetings 应用。点击 “Join Meeting”（加入会议），并允许应用使用您的麦克风和摄像头。

如何使用您自己的设备进行视频聊天

有许多应用程序允许您使用自己的智能手机、平板电脑或带有摄像头的笔记本电脑与朋友进行视频聊天。

按照以下步骤准备开始视频或语音聊天：

1. 连接 Wi-Fi。所有 MSK 地点均提供免费 Wi-Fi，可以连接至 MSK_Guest 网络。
2. 选择一个应用程序。您可能已经在带有摄像头的智能手机、平板电脑或笔记本电脑上安装了视频聊天应用程序。检查您的设备上是否有 FaceTime（苹果）或 Google Meet（安卓）。这两款应用程序都允许您在美国和其他国家/地区与其他人通话、发短信和视频聊天。

您试图联系的人必须与您使用相同的应用程序。询问您的亲友他们使用的是哪些视频聊天应用程序，以便你们使用同样的应用程序。您可以从 Apple Store 或 Google Play Store 下载其他应用程序，如 WhatsApp。有关更多信息，请阅读本资料中“如何将聊天应用程序下载到您的设备”部分。

3. 开始聊天。要了解如何开始聊天，请参阅本资源的“如何开始聊天”部分。

如何将应用程序下载到您的设备

要使用应用程序，首先确保您已经将其下载到您的设备上。这些说明将帮助您下载计划用来与亲友联系的应用程序。

如何下载 FaceTime



FaceTime 仅可在苹果设备上使用，例如 iPhone、iPad 或 Mac 电脑。这些设备通常会预装 FaceTime 应用程序。无需另外下载。

如果您的设备上的 FaceTime 应用被删除了：

1. 打开 App Store。在 App Store 中搜索 “FaceTime”。
2. 点击 “获取” 按钮将 FaceTime 应用程序下载到您的设备。
3. 打开应用并按照步骤设置 FaceTime。

如何下载 Google Meet



1. 如果您使用的是电脑，请在您的网络浏览器中访问 www.meet.google.com，例如 Safari（苹果）或 Google Chrome。您也可以在苹果的 App Store 或安卓的 Google Play Store 中搜索 “Google Meet”。
2. 将 Google Meet 应用程序下载到您的智能手机或平板电脑上。如果您在电脑上使用网络浏览器，则不需要下载该应用程序。
3. 如果您使用的是应用程序，请将其打开并按照步骤设置 Google Meet。

如何下载 WhatsApp



1. 在网页浏览器中进入 www.whatsapp.com/download，例如 Safari（苹果）或 Google Chrome。您也可以在苹果的 App Store 或安卓的 Google Play Store 中搜索 “WhatsApp”。
2. 将 WhatsApp 应用安装到您的智能手机、平板或笔记本电脑上。
3. 打开应用并按照步骤设置 WhatsApp。

如何开始聊天

要使用其中一个应用程序开始聊天，请按照以下说明操作。

如何在 FaceTime 上开始聊天

1. 打开 FaceTime 应用程序。
2. 选择右上角的“New FaceTime”（新建 FaceTime）按钮。
3. 输入您想要联系的人的姓名。屏幕上出现其姓名时，选择该姓名。如果您的联系人信息中没有他们的联系方式，请输入他们的电话号码或电子邮件地址。
4. 在 FaceTime 聊天中，您可以与多个人聊天。选择“+”按钮并输入您想要联系的每个人的姓名。一旦您的联系人出现在“to”（联系）字段中，选择 FaceTime 视频图标即可开始视频聊天。

如何在 Google Meet 上开始聊天


1. 打开 Google Meet 应用程序。
2. 选择“search contacts or dial”（搜索联系人或拨号）。
3. 输入您想要联系的人的姓名或电话号码。屏幕上出现其姓名时，选择该姓名。
4. 您可以选择视频、语音或短信。如果您在选择某人的名字时看到“invite”（邀请），这意味着他们没有 Google Meet。请他们将 Google Meet 下载到其设备上，或在电脑上打开。然后再次尝试与他们联系。

如何在 WhatsApp 上开始聊天

1. 打开 WhatsApp 应用程序，并在导航栏上选择“Chats”（聊天）按钮。
2. 选择聊天气泡图标来创建聊天。



3. 输入您想要联系的人的姓名。为此，您可以选择屏幕顶部的放大镜。您也可以通过滚动查看联系人列表来找到他们的名字。
4. 选择其姓名以创建聊天。

5. 创建聊天后，点击  图标开始视频通话，或者点击  图标开始电话通话。

有关更多资源，请访问 www.mskcc.org/pe，在我们的虚拟图书馆中进行搜索。

How To Use Technology To Connect With Family and Friends - Last updated on May 6, 2026

Memorial Sloan Kettering Cancer Center 拥有和保留所有权利