

Das Ready-Steady-Go Transitionsprogramm - Los !

Dein Behandlungsteam möchte dich Schritt für Schritt dabei unterstützen, das Vertrauen und die Fähigkeiten zu entwickeln, die Du in Zukunft brauchst, um selbständig Verantwortung für deine Gesundheit zu übernehmen.

Indem du diesen Fragebogen ausfüllst, hilfst du dem Team ein Programm zu erstellen, was zu dir und deinen Bedürfnissen passt. **Bitte beantworte alle Fragen, die auf dich zutreffen und melde dich, falls du Fragen hast.**



Name:

Datum:

Wissen und Fähigkeiten	Ja	Ich wünsche mir Beratung / Unterstützung in diesem Bereich	Anmerkungen
WISSEN			
Ich vertraue auf mein Wissen über meine Erkrankung und ihre Behandlung			
Ich verstehe, wie sich meine Erkrankung im Erwachsenenalter entwickeln kann.			
Ich kümmere mich selbständig um meine Medikation			
Ich bestelle und besorge meine Folgerezepte und mache selbständig meine Arzttermine			
Wenn ich Fragen zu meiner Gesundheit oder Therapie habe, rufe ich selbst in der Praxis oder in der Ambulanz.			
SELBSTVERTRETUNG (für sich selbst sprechen)			
Ich fühle mich sicher, selbständig und ohne Begleitung zu Terminen in die Ambulanz oder Sprechstunde zu kommen			
Ich verstehe mein Recht auf Vertraulichkeit und Verschwiegenheit des Behandlungsteams			
Ich verstehe meine Rolle in der gemeinsamen Entscheidungsfindung zusammen mit dem Behandlungsteam, z.B. Frage 3 Fragen			
GESUNDHEIT UND LEBENSFÜHRUNG			
Ich treibe regelmäßig Sport / bewege mich regelmäßig			
Ich verstehe die Risiken von Alkohol, Drogen und Zigaretten für meine Gesundheit			
Ich verstehe, was eine angemessene Ernährung für meine Gesundheit bedeutet			
Ich weiß, wo und wie ich verlässliche Informationen zu Sexualität und Gesundheit erhalte			
Ich verstehe die Auswirkungen meiner Erkrankung und Medikation auf meine Familienplanung (Schwangerschaft, Elternschaft)			
ALLTAG			
Zu Hause bin ich unabhängig und kann Aktivitäten des täglichen Lebens (z.B. Anziehen, Duschen / Waschen) selber durchführen			
Ich habe einen Führerschein oder nehme gerade Fahrstunden			

Das Ready-Steady-Go Transitionsprogramm - Los !

Wissen und Fähigkeiten	Ja	Ich wünsche mir Beratung / Unterstützung in diesem Bereich	Anmerkungen
ALLTAG (WEITERGEHEN)			
Ich weiß, wie ich mich vorbereiten muss, wenn ich – wie bei Reisen - einmal längere Zeit nicht zu Hause bin, z.B. Berechnung und Aufbewahrung von Medikamenten, Planung von Impfungen			
Ich kenne meine sozialrechtlichen Ansprüche			
AUSBILDUNG UND BERUFSTÄTIGKEIT			
Ich habe bereits praktische Erfahrungen durch Arbeit, Praktika oder Ehrenamt gesammelt			
Ich habe einen Karriereplan (bitte konkretisiere dies)			
Mir ist bewusst, welche möglichen Auswirkungen meine Erkrankung auf mein Berufsleben haben kann			
Ich weiß, was ich einem möglichen Arbeitgeber über meine Erkrankung sagen sollte und wie			
Ich weiß, wo ich Berufsberatung erhalte			
FREIZEIT			
Ich kann selbstständig mit dem öffentlichen Nahverkehr oder dem Fahrrad am örtlichen Leben teilnehmen, z.B.: Einkaufen, Freizeitzentrum, Kino, Schwimmbad			
Ich treffe meine Freunde auch außerhalb von Schule / Studium / Beruf			
UMGANG MIT GEFÜHLEN			
Ich weiß wie ich mit blöden Kommentaren, Hänseleien und Schikane umgehen kann			
Ich habe jemanden, mit dem ich sprechen kann, wenn ich traurig oder erschöpft fühle			
Ich weiß, wie ich mit Gefühlen wie Wut oder Angst umgehe			
Ich weiß, wo ich, wenn nötig Hilfe im Umgang mit meinen Gefühlen bekomme			
Ich bin mit meinem Aussehen zufrieden			
Ich bin glücklich mit meinem Leben			
TRANSFER IN DIE GESUNDHEITSVERSORGUNG ERWACHSENER			
Ich verstehe die Bedeutung von « Transition » und den Transfer von Informationen über mich			
Ich habe und kenne meinen Karriereplan als Erwachsener			
Ich habe alle Informationen die ich über das Team benötige, dass meine Behandlung als Erwachsener fortführen wird			

Bitte liste alles auf, wozu du Hilfe oder Beratung wünschst

Dankeschön!

Die Ready Steady Go Materialien wurden von der Transitions Steuerungsgruppe unter der Leitung von Dr. Arvind Nagra, Kindernefrologin und klinischer Direktor für Transitionsmedizin am Southampton Kinderkrankenhaus, Universitätsklinikum Southampton, NHS Foundation Trust entwickelt und basieren auf den Arbeiten von: 1. S Whitehouse and MC Paone. Bridging the gap from youth to adulthood. Contemporary Pediatrics; 1998, December. 13-16. 2. Paone MC, Wigle M, Saewyc E. The ON TRAC model for transitional care of adolescents. Prog Transplant 2006;16:291-302 3. Janet E McDonagh et al, J Child Health Care 2006;10(1):22-42. Nutzern ist es gestattet, die Materialien von "Ready Steady Go" und "Hallo to adult services" in ihrer Originalform und ausschließlich für nicht-kommerzielle Zwecke zu nutzen. Anpassungen und Veränderungen erfordern die ausdrückliche Genehmigung des University Hospital Southampton NHS Foundation Trust und sind ohne solche nicht gestattet!

Die nachfolgende Erklärung muss in allen Publikationen verwendet werden, die sich auf das Material beziehen: „'Ready Steady Go' and 'Hello to adult services' developed by the Transition Steering Group led by Dr Arvind Nagra, paediatric nephrologist and clinical lead for transitional care at Southampton, Children's Hospital, University Hospital Southampton NHS Foundation Trust based on the work of: 1. S Whitehouse and MC Paone. Bridging the gap from youth to adulthood. Contemporary Pediatrics; 1998, December. 13-16. 2. Paone MC, Wigle M, Saewyc E. The ON TRAC model for transitional care of adolescents. Prog Transplant 2006;16:291-302 3. Janet E McDonagh et al, J Child Health Care 2006;10(1):22-42.“ Further information can be found at www.readysteadygo.net April 2020. 2518

Ein besonderer Dank gilt Jenny Prüfe (PhD, MPhil, Dipl. Reha-Päd) und Dr. med. Christina Lampe (Oberärztin, Zentrum für seltene Erkrankungen Gießen (ZSEGI), Abteilung Kinderneurologie, Sozialpädiatrie u. Epileptologie, Zentrum Kinderheilkunde u. Jugendmedizin, Univ.-Klinikum Giessen / Marburg) für die Übersetzung des Materials. Befürwortet von: Prof Dr Lars Pape (Paediatric Nephrologist, Director Dept of Paediatrics II, university children's hospital Essen, ERKNet Taskforce transition and quality of life) und Prof Dr Jun Oh (Paediatric Nephrologist, Vice Direktor of Paediatrics, UKR (University Hospital Hamburg Eppendorf)).