

„Ready Steady Go“ program tranzicije – Steady

Tim liječnika i medicinskih sestara/tehničara želi ti pružiti podršku i pomoć u izgradnji samopouzdanja i vještina kako bi postepeno preuzela/o brigu o vlastitom zdravlju

Ispunjavanje ovog upitnika pomoći će medicinskom timu kreirati program prilagođen baš tebi. Molimo te da odgovoriš na sva pitanja koja se odnose na tebe, a ako nešto ne razumiješ slobodno pitaj za pojašnjenje.

Ime:

Datum:

Ready
Steady Go
programme

Znanja i vještine	Da	Volio/voljela bih o ovome dobiti dodatne informacije i pomoć	Komentari
ZNANJE			
Razumijem medicinske termine/riječi i postupke vezane uz moju bolest			
Razumijem čemu služe pojedini lijekovi koje uzimam i koje su im nuspojave			
Kod kuće sam ja samostalno odgovoran/a za svoje lijekove			
Samostalno podižem svoje propisane recepte i dogovaram termine pregleda			
Osobno kontaktiram bolnicu ako imam pitanje o svojoj bolesti i/ili terapiji			
Znam što svaki član medicinskog tima može učiniti za mene			
Razumijem razliku između zdravstvene skrbi usmjerene na djecu i odrasle			
Znam za izvore koji pružaju podršku mladima s mojim stanjem			
SAMOZASTUPANJE (govorenje u svoje ime)			
Osjećam se sigurno samostalno dolaziti na neke/sve preglede i postavljati vlastita pitanja			
Razumijem svoje pravo na privatnost i povjerljivost			
Razumijem svoju ulogu u zajedničkom donošenju odluka sa svojim medicinskim timom (npr. Postavi 3 pitanja“			
ZDRAVLJE I ŽIVOTNE NAVIKE			
Redovito vježbam i bavim se tjelesnom aktivnošću			
Razumijem rizike koje za moje zdravlje predstavljaju konzumiranje alkohola, droga i duhanskih proizvoda			
Razumijem važnost pravilne prehrane za svoje zdravlje (ako se može primjeniti)			
Razumijem utjecaj svoje bolesti na moj rast i razvoj (npr. pubertet)			
Znam gdje pronaći pouzdane i točne informacije o seksualnom zdravlju			
Razumijem utjecaj svoje bolesti i lijekova na trudnoću/roditeljstvo			

„Ready Steady Go“ program tranzicije – Steady

Znanja i vještine	Da	Volio/voljela bih o ovome dobiti dodatne informacije i pomoć	Komentari
SVAKODNEVNI ŽIVOT			
Mogu samostalno obavljati svakodnevne aktivnosti poput oblačenja, pranja/tuširanja, itd.			
Mogu samostalno pripremati hranu/obroke			
Znam se pravilno pripremiti za dane kada ću biti van kuće ili na putovanju, npr. pravilna pohrana lijekova i cjepiva			
ŠKOLOVANJE I TVOJA BUDUĆNOST			
Snalazim se u školi/na fakultetu (svakodnevni odlazak u školu ili na fakultet, nosim se sa zadacima, prijateljima itd.)			
Znam što želim raditi nakon završetka školovanja			
Imam radnog/volonterskog iskustva			
Svjestan/svjesna sam potencijalnih utjecaja svojeg zdravstvenog stanja na moje obrazovanje i poslovne prilike			
Znam kome se obratiti za savjete oko karijere			
RAZONODA			
Mogu koristiti javni prijevoz i sudjelovati u javnom životu, npr. odlazak u šoping centre, kino, kazalište itd.			
Viđam svoje prijatelje van nastave			
NOŠENJE S EMOCIJAMA			
Znam kako se nositi s neželjenim komentarima/maltretiranjem			
Znam nekoga kome se mogu obratiti ako sam tužan/tužna ili se osjećam preopterećeno			
Znam se nositi s emocijama kao što su ljutnja i anksioznost			
Osjećam se ugodno u svojoj koži			
Zadovoljan/zadovoljna sam svojim životom			
PRELAZAK NA ZDRAVSTVENU SKRB ZA ODRASLE			
Razumijem značenje „tranzicije“			
Svjestan/svjesna sam planova vezanih uz moju medicinsku skrb u odrasloj dobi			
Imam sve važne informacije o medicinskom timu koji će se nastaviti brinuti o meni kad odrastem			

Molimo navedite bilo što s čime trebate pomoć ili oko čega trebate savjet :

Hvala

„Ready Steady Go“ materijali razvijeni su od strane Transition Steering grupe pod vodstvom dr. Arvind Nagra, pedijatrijskog nefrologa i voditelja tranzicijske skrbi u dječjoj bolnici Southampton, Kliničkog bolničkog centra Southampton NHS Foundation Trust, na temelju sljedećih radova: 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. Korisnici imaju dopuštenje za korištenje „Ready Steady Go“ i „Hello to adult services“ materijala u originalnom format isključivo u nekomercijalne svrhe. Nikakve modifikacije niti promjene nisu dozvoljene bez dopuštenja Kliničkog bolničkog centra Southampton NHS Foundation Trust.

Sljedeća zahvala mora biti uključena u sve publikacije koje se referiraju na ove materijale: „Ready Steady Go materijali razvijeni su od strane Radne grupe za tranziciju pod vodstvom dr. Arvind Nagra, pedijatrijskog nefrologa i voditelja tranzicijske skrbi u dječjoj bolnici Southampton, kliničkog bolničkog centra Southampton NHS Foundation Trust, na temelju sljedećih radova: 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.“ Daljnje informacije mogu se pronaći na sljedećoj poveznici: www.readysteadygo.net April 2020. 2518

Posebno zahvaljujemo Lovri Lamotu, Maji Ban i Matiji Matoševiću na prijevodu ovih materijala