

„Ready Steady Go“ program tranzicije - Go

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:

Znanja i vještine	Da	Volio/voljela bih o ovome dobiti dodatne informacije i pomoć	Komentari
ZNANJE			
Siguran/sigurna sam u znanje vezano uz moju bolest i njeno liječenje			
Razumijem što će se vjerojatno događati s mojom bolešću kad odrastem			
Sam pazim na svoje lijekove			
Samostalno naručujem i podižem svoje lijekove i samostalno se naručujem na preglede			
Osobno zovem bolnicu ako imam ikakva pitanja o svojoj bolesti i/ili terapiji			
SAMOZASTUPANJE (govorenje u svoje ime)			
Osjećam se ugodno samostalno odlaziti na preglede			
Razumijem svoje pravo na povjerljivost podataka			
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 moje zdravlje			
Znam gdje pronaći pouzdane i točne informacije o seksualnom zdravlju			
Razumijem utjecaj svoje bolesti i lijekova na trudnoću/roditeljstvo (ako je primjenjivo)			
SVAKODNEVNI ŽIVOT			
Samostalno obavljam osnovne svakodnevne aktivnosti – oblačenje, tuširanje, kupanje, kuhanje itd.			
Znam ili učim voziti			

„Ready Steady Go“ program tranzicije - Go

Znanja i vještine	Da	Volio/voljela bih o ovome dobiti dodatne informacije i pomoć	Komentari
SVAKODNEVNI ŽIVOT (nastavak)			
Znam se pravilno pripremiti za dane kada ću biti van kuće ili na putovanju, npr. pravilna prehrana, lijekovi i cjepiva			
Razumijem uvjete za dobivanje beneficija (ako je primjenjivo)			
ŠKOLOVANJE/POSLO I TVOJA BUDUĆNOST			
Imam radnog/volonterskog iskustva			
Imam plan karijere (molim detaljnije objasniti)			
Svjestan/svjesna sam potencijalnih utjecaja svog zdravstvenog stanja na moje buduće poslovne planove			
Znam kako i što reći svom potencijalnom poslodavcu o mojoj bolesti (ako je primjenjivo)			
Znam kome se obratiti za savjete oko karijere			
RAZONODA			
Mogu koristiti javni prijevoz i sudjelovati u javnom životu, npr. odlazak u shopping centre, kino, kazalište itd.			
Viđam prijatelje izvan škole/fakulteta/posla			
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			
Znam gdje mogu potražiti pomoć u nošenju s emocionalnim poteškoćama			
Osjećam se ugodno u svojoj koži			
Zadovoljan/zadovoljna sam svojim životom			
PRELAZAK NA ZDRAVSTVENU SKRB ZA ODRASLE			
Razumijem značenje «tranzicije» i prijenosa informacija o meni			
Znam kakav je plan za moju zdravstvenu 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