

„Ready Steady Go“ program tranzicije - Hello

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 svoje u znanje vezano uz svoju bolest i njeno liječenje			
Razumijem što će se u budućnosti događati s mojom bolešću			
Razumijem čemu služi svaki moj lijek/terapija i koje su nuspojave			
Samostalno naručujem i podižem svoje lijekove i samostalno zakazujem preglede			
Znam koga kontaktirati ako imam ikakvih pitanja u vezi svoga zdravlja			
Sam/sama kontaktiram bolnicu ako imam pitanje o svojoj bolesti ili terapiji.			
Znam za izvore koji pružaju odraslima i mladima informacije o mojoj bolesti			
SAMOZASTUPANJE (zastupanje samog sebe)			
Osjećam se ugodno samostalno odlaziti na preglede			
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 kako konzumacija duhanskih proizvoda, droga i alkohola utječe na moju bolest ali i na moje zdravlje			
Razumijem važnost pravilne prehrane za svoje zdravlje			
Svjestan/svjesna sam mogućeg utjecaja svoje bolesti na svoje funkcije i navike (npr. umor, spolne aktivnosti, plodnost)			
Znam gdje i kako doći do pouzdanih i točnih informacija o seksualnom zdravlju			
Razumijem utjecaj svoje bolesti i lijekova na trudnoću/roditeljstvo			

Ready Steady Go programme

Hello to adult services

„Ready Steady Go“ program tranzicije - Hello

Znanja i vještine	Da	Volio/voljela bih o ovome dobiti dodatne informacije i pomoć	Komentari
SVAKODNEVNI ŽIVOT			
Samostalno obavljam osnovne svakodnevne aktivnosti – oblačenje, tuširanje, kupanje, kuhanje itd			
Znam se pravilno pripremiti za dane kada ću biti van kuće ili na putovanju, npr. pravilna pohrana lijekova i cjepiva			
Znam ili učim voziti			
Razumijem uvjete za dobivanje beneficija (ako je primjenjivo)			
ŠKOLOVANJE, POSAO I TVOJA BUDUĆNOST			
Snalazim se na fakultetu/poslu (npr. svakodnevni odlasci na posao ili fakultet, snalazim se u poslovnim zadacima, s prijateljima itd.).			
Imam radnog/volonterskog iskustva			
Imam plan za svoju karijeru – molim detaljnije pojasniti			
Svjestan/svjesna sam potencijalnih utjecaja svojeg zdravstvenog stanja na moje buduće planove			
Znam kako i što reći budućem poslodavcu o svojoj 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.			
Imam prijatelje i družimo se (van nastave ili posla)			
NOŠENJE S EMOCIJAMA			
Osjećam se ugodno pričati s ljudima o svojoj bolesti (npr. s prijateljima, obitelji, kolegama/zaposlenicima)			
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			
Volio/voljela bih imati više informacija o tome kome se mogu obratiti za pomoć u nošenju s emocijama			
Osjećam se ugodno u svojoj koži			
Zadovoljan/zadovoljna sam svojim životom			

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.

Sjedeća 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 v2.0 2015

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