

Программа Ready Steady Go поможет вам управлять своим состоянием и заботиться о себе.



Пожалуйста, ответьте на все вопросы, которые имеют к вам отношение, и спросите, если вы не уверены.



Ваша медицинская бригада и семья помогут вам на этом пути.



Имя: Дата:

Знания и навыки		Да	Мне нужна помощь	Комментарий
ЗНАНИЯ -	ЧТО Я ЗНАЮ			
	Я понимаю медицинские термины и процедуры, относящиеся к моему состоянию			
+ 1 1 + 1 1	Я понимаю, для чего предназначены все мои лекарства и их побочные эффекты			
	Я несу ответственность за свои лекарства дома			
	Я заказываю и забираю повторные рецепты и бронирую свои Визиты в клинику			

Знания и	навыки	Да	Мне нужна помощь	Комментарий
+	Я сам звоню в больницу, если есть вопрос о моем состоянии или лечение			
☆☆	Я знаю, кто заботится обо мне и моем состоянии здоровья			
***	Я знаю, что каждый член медицинской бригады может сделать для меня			
**	Я знаю разницу между охраной здоровья детей и взрослых			
	Я знаю, где я могу получить информацию и поддержку для молодых людей с моим состоянием			

Знания и навыки		Да	Мне нужна помощь	Комментарий
САМОЗАЩ себя)	ИТА (говорю за			
	Я могу задать свои вопросы в клинике			
+*	Я чувствую себя уверенно при самостоятельном посещении клиники			
76	Я понимаю свое право на конфиденциальность			
K 7	Я знаю, что важно участвовать в принятии любых решений, касающихся меня			
3?	Я знаю о "Задайте 3 вопроса"			
ЗДОРОВЫ	Е И ОБРАЗ ЖИЗНИ			
B15	Я понимаю, что упражнения важны для моего общего здоровья и заболевания			
	Я осознаю опасность употребления алкоголя, наркотиков и курения для моего здоровья			

Знания и	навыки	Да	Мне нужна помощь	Комментарий
mak -	Я знаю, какая еда хороша для меня, а какая нет			
C	Я знаю, как мое состояние может повлиять на меня, когда я стану старше			
P	Я знаю, где я могу получить информацию о сексуальном здоровье			
	Я понимаю влияние моего состояния здоровья и лекарств на беременность и воспитание детей			

Знания и навыки		Да	Мне нужна помощь	Комментарий
ПОВСЕДН	ЕВНАЯ ЖИЗНЬ			
	Я могу ухаживать за собой дома - например, одеваться и умываться			
	Я могу приготовить себе еду и закуски			
	Я могу остаться на ночь вдали от дома и знаю, что делать, если я хочу поехать в отпуск			
	Я знаю, на какие льготы я могу претендовать			
ШКОЛА И КОГДА Я ОКОНЧУ ШКОЛУ				
	Я хорошо учусь в школе - например, добираюсь в школу и из школы, хожу по школе, занимаюсь физкультурой и завожу новых друзей			

Знания и	навыки	Да	Мне нужна помощь	Комментарий
DECISIONS OUESTING CHOICES FUTURE	Я знаю, чем хочу заниматься, когда окончу школу			
	У меня был опыт работы			
A	Я знаю, какое влияние мое состояние может оказать на мои планы на будущее			
	Я знаю, к кому обратиться за советом по карьере			
ДОСУГ - МО	ОЕ СВОБОДНОЕ ВРЕМЯ			
	Я могу пользоваться общественным транспортом и добираться до магазинов, развлекательного центра или кинотеатра.			
XX	Я вижу своих друзей вне школы			

Знания и	навыки	Да	Мне нужна помощь	Комментарий
УПРАВЛЕН МОИ ЧУВО	НИЕ ЭМОЦИЯМИ - СТВА			
I/9X-I	Я знаю, как бороться с грубыми комментариями и издевательствами			
	Я знаю кого-то, с кем могу поговорить, когда мне грустно или надоело			
	Я знаю, как справляться с эмоциями, такими как гнев или тревога			
(®)	Мне нравится, как я выгляжу			
6	Я доволен жизнью			

Знания и	навыки	Да	Мне нужна помощь	Комментарий
ПЕРЕХОД				
	Я понимаю, почему я участвую в программе Ready Steady Go			
	Я знаю план ухода, когда я стану взрослым			
i ***	У меня есть необходимая информация о взрослой медицинской команде, которая будет следить за моим здоровьем			

???	Пожалуйста, добавьте сюда еще что-нибудь, о чем вы хотели бы поговорить:
С благодар	ностью:





© Dr Arvind Nagra. Материалы Ready Steady Go были разработаны Руководящей группой переходного периода под руководством Dr Arvind Nagra, детского нефролога и клинического руководителя по переходному лечению в Детской больнице Саутгемптона, Университетской больнице Саутгемптона Фонд NHS Foundation Trust на основе работы: 1. S Whitehouse и МС Раопе. Преодоление разрыва от юности к взрослой жизни. Современная педиатрия; 1998, декабрь. 13-16.2. Paone МС, Wigle M, Saewyc E. Модель ОN ТRAC для временного ухода за подростками. Prog Transplant 2006; 16: 291-302 3. Джанет Э. МакДонаг и др., J Child Health Care 2006; 10 (1): 22-42. Пользователям разрешается использовать материалы «Ready Steady Go» и «Hello to Adult Services» в их исходном формате исключительно в некоммерческих целях. Никакие модификации или изменения любого рода не допускаются без разрешения University Hospital Southampton NHS Foundation Trust. Следующее заявление о признательности должно быть включено во все публикации, в которых упоминается использование этих материалов: «Ready Steady Go и «Hello to adult services», разработанные Руководящей группой по переходу под руководством Dr Arvind Nagra, детского нефролога и клинического руководителя временный уход в детской больнице Сауттемптона, Университетская больница Сауттемптона Фонд NHS Foundation Trust, основанный на работе: 1. S Whitehouse и МС Раопе. 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." Дополнительную информацию можно найти на сайте www.readysteadygo.net