

Ready Steady Go geçiş programı – Go (Eylem Aşaması)

Sağlıkçılardan oluşan ekibin amacı, büyüme sürecin boyunca seni desteklemek ve sağlığını koruma/gözetme sorumluluğunu yavaş yavaş üstlenmeni sağlayacak olan özgüveni ve becerileri geliştirmene yardımcı olmaktadır.

Bu anketi doldurman, sana uygun bir program oluşturulabilmesi için ekibe yardımcı olacaktır. Lütfen, seninle ilgili tüm soruları yanıtla; eğer emin olamadığın şeyler varsa sor.



Adı Soyadı:

Tarih:

Bilgi ve beceriler	Evet	Bununla ilgili ekstra tavsiye/ yardım istiyorum	Yorumlar
BİLGİ			
Durumum ve onun yönetimi hakkındaki bilgime güveniyorum			
Yetişkin olduğumda, durumumla ilgili neler olabileceğinin farkındayım			
İlaçlarımla kendim ilgileniyorum			
Biten ilaçlarımı kendim sipariş ediyorum ve kendim teslim alıyorum; randevularımı kendim ayarlıyorum.			
Durumum ve/veya tedavimle ilgili bir sorum olursa hastaneyi kendim ararım			
KENDİNİ İFADE ETME (kendi adına konuşmak)			
Klinikte tek başıma muayene olma konusunda kendime güveniyorum			
Kişisel bilgilerimin korunması ile ilgili haklarımın farkındayım.			
3 Soru Sor örneğinde olduğu gibi sağlık ekibiyle ortak karar alma sürecindeki rolümü anlıyorum			
SAĞLIK VE YAŞAM TARZI			
Düzenli egzersiz yapıyorum / aktif bir yaşam tarzım var			
Uyuşturucu, alkol ve sigaranın durumum ve genel sağlığım üzerindeki risklerini anlıyorum			
Genel sağlığım için uygun beslenmenin ne anlama geldiğini anlıyorum			
Cinsel sağlıkla ilgili güvenilir bilgilere nereden ve nasıl erişebileceğimi biliyorum			
Durumumun ve ilaçlarımın hamilelik / ebeveynlik (varsa) üzerindeki etkilerini anlıyorum			
GÜNLÜK YAŞAM			
Evde giyinmek, banyo yapmak, yemek hazırlamak vb. için başkasına bağımlı değilim.			
Araba sürebilirim veya sürmeyi öğreniyorum			

Ready Steady Go geçiş programı – Go (Eylem Aşaması)

Bilgi ve beceriler	Evet	Bununla ilgili ekstra tavsiye/ yardım istiyorum	Yorumlar
GÜNLÜK YAŞAM (DEVAMI)			
Evden uzakta olma, yurt dışı geziler gibi hallerde, ilaçların ve aşıların saklanması nasıl planlayacağımı biliyorum			
Yardımlar için seçebileceğimi anlıyorum (uygunsa)			
EĞİTİM / İŞ VE GELECEĞİN			
İş/gönlüllü çalışma deneyimim oldu			
Kariyer planım var (lütfen belirtin)			
Durumumun gelecekteki kariyer planlarım üzerindeki potansiyel etkisinin (varsa) farkındayım			
Potansiyel bir işverene, durumum hakkında neyi ve nasıl anlatacağımı biliyorum (böyle bir durum olursa)			
Kariyer tavsiyesi için kiminle iletişime geçeceğimi biliyorum			
SERBEST ZAMAN			
Toplu taşımayı kullanabilir ve mağazalar, eğlence merkezi, sinema gibi toplumsal alanlara erişebilirim.			
Okul/üniversite/iş dışında da arkadaşlarımla görüşürüm.			
DUYGULARI YÖNETME			
Olumsuz yorumlarla/zorbalıkla nasıl başa çıkılacağını biliyorum			
Üzgün /bıkkın hissettiğimde konuşabileceğim birini tanıyorum			
Öfke veya kaygı gibi duygularla nasıl başa çıkacağımı biliyorum			
Gerekirse duygularıyla başa çıkmak için nereden yardım alabileceğimi biliyorum			
Görünüşümden memnunum			
Hayattan mutluyum			
YETİŞKİN BAKIMINA TRANSFER			
'Geçiş'in anlamını ve hakkımda bilgi aktarımını anlıyorum			
Yetişkinlik dönemim için planlanan sağlık hizmetlerini biliyorum.			
Benimle ilgilenen olan yetişkin ekibi hakkında gerekli tüm bilgilere sahibim.			

Yardım veya tavsiye almak istediğın başka konular varsa lütfen liste halinde yaz:

Teşekkür ederiz.

Ready Steady Go materyalleri, çocuk nefroloğu ve Southampton Çocuk Hastanesi, University Hospital Southampton NHS Foundation Trust'ta geçiş bakımında klinik yönetici olan Dr Arvind Nagra liderliğindeki Geçiş Yönlendirme Grubu tarafından şu çalışmalara dayanarak geliştirildi: 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. Kullanıcıların "Ready Steady Go" ve "Yetişkin hizmetlerine merhaba" materyallerini tamamen ticari olmayan amaçlarla orijinal formatlarında kullanmalarına izin verilir. University Hospital Southampton NHS Foundation Trust'ın izni olmadan hiçbir modifikasyon veya değişime izin verilmez.

Bu materyallerin kullanımına atıfta bulunan tüm yayınlarda aşağıdaki bildirim ifadesi yer almalıdır: Southampton Çocuk Hastanesi, Southampton NHS Foundation Trust Üniversite Hastanesinde pediatrik nefrolog ve klinik yönetici Dr Arvind Nagra liderliğindeki Geçiş Yönlendirme Grubu tarafından geliştirilen "Ready Steady Go" ve " Yetişkin Hizmetlerine Merhaba". aşağıdakilerin çalışmaları temel alınarak hazırlanmıştır: 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." Daha fazla bilgi www.readysteadygo.net adresinde bulunabilir. April 2020. 2518

Bu broşürün Türkçeye tercümesi için Prof. Dr. Aysun KARABAY BAYAZIT'a (Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi, Çocuk Nefrolojisi Bilim Dalı Başkanı, Türkiye) özellikle teşekkür ederiz ve Prof. Dr. H. Serap Sivri (Hacettepe Üniversitesi, Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı, Çocuk Metabolizma Bilim Dalı, Türkiye).