

Ready
Steady Go
programme

Geçiş: yetişkin bakımına geçmek

Gençler ve aileler için bilgiler



Geçiş nedir?

Sağlık hizmetlerinde, çocuklara yönelik hizmetlerden yetişkin hizmetlerine hazırlanma, planlama ve geçiş sürecini tanımlamak için “geçiş” kelimesini kullanırız.

Geçiş, size ve bakımınızla ilgilenenlere, yetişkin hizmetlerine geçmeye hazır olmanız ve bir yetişkin olarak hangi sağlık hizmetlerine gereksiniminiz olacağı hakkında konuşmanız için zaman tanıyan kademeli bir süreçtir.

Bu, hangi hizmetlerin sizin için en iyi olduğuna ve bu bakımı nerede alacağınıza karar vermeyi de kapsar.

Geçiş, sizin hakkınızda plan yapmaktan ziyade, sizinle birlikte plan yapmakla ilgilidir.

Uzun yıllardır birlikte olduğunuz bir doktor ve hemşire ekibinden uzaklaşmanın korkutucu olabileceğini anlıyoruz, ancak umarız ki geçiş sürecinde ilerledikçe, bu değişim hakkında kendinizi daha güvende ve mutlu hissedeceksiniz.

Neden geçiş sürecine katılmam gerekiyor?

Yaşınız ilerledikçe, bazı konulardaki konuşma ihtiyacınızın veya gereksinim duyabileceğiniz bakımın bir kısmının çocuk hizmetlerimiz tarafından uygun bir şekilde karşılanmadığını göreceksiniz.

Yetişkin hizmetleri, yüksek öğrenim, seyahat, kariyer ve cinsellik gibi karşılaşılabilecek her türlü konuyu ele almaya alışkındır.

Ayrıca, normal çocuk klinikleri veya koğuşları yerine, yetişkinlerin olduğu ortamlarda görünmeyi isteyebilirsiniz.

Ne zaman geçiş yapmam gerekiyor?

Herkes için doğru olan kesin bir zaman yoktur.

Bu broşürün amacı, geçiş hakkında düşünmenizi ve ona hazırlanmanızı sağlamaktır.

Doktorlarınız ve hemşirelerinizin, geçişe ne zaman hazır olabileceğinizle ilgili bir fikirleri olabilir, fakat sizin bu karara dahil olmanız önemlidir.

Nereye geçeceğimi seçebilir miyim?

Geçiş sürecinin bir kısmı, süren sağlık hizmeti gereksinimlerinizin nerede en iyi karşılanabileceği ve bunun ilerideki planlarınıza nasıl uyacağını düşünmenize yardımcı olmalıdır.

Danışmanınız veya aile hekiminiz (GP), en iyi kararı vermenize yardımcı olmak için size bilgi verebilir.

Yer seçenekleri mevcutsa, tümünü ziyaret edip hangisinin sizin için en iyi olduğuna karar vermek iyi bir fikirdir.

Hazırlanmama kim yardım edebilir??

Sağlık ekibiniz, geçiş süreci hakkında size bilgi ve destek verebilir.

Aşağıdakileri yaparak yetişkin hizmetlerine hazırlanmanıza yardımcı olabilirler:

- Durumunuz veya hastalığınız, tedavisi ve olası yan etkiler hakkında sizi eğitmek
- Hazır olduğunda, klinikte muayene sürecinde kendi payına düşeni yaptığını görmek ve ileride bu sürecin tümünü tek başına yapabilmeye için çaba göstermek.
- Ne zaman yardım alacağınıza ve acil bir durumda kiminle iletişime geçeceğinizi bildiğinizden emin olmak
- Durumunuzun veya hastalığınızın gelecekteki eğitim ve kariyer planlarınızı nasıl etkileyebileceğini anlamana yardımcı olmak
- Mevcut destek ağlarını bildiğinizden emin olmak
- Egzersiz, diyet, sigara ve cinsellik dahil, sağlıklı bir yaşam tarzının önemini anladığınızdan emin olmak.

Aileniz

Ebeveyniniz veya bakıcılarınız, sağlığınızın korunmasında gerçekten önemliydiler ve bundan sonra da size pek çok yararlı tavsiyede bulunabileceklerdir.

Geçiş sürecinizde ebeveyninizin rolü hala önemlidir ve bakımınıza büyük oranda yardımcı olmayı sürdürecektir.

Yetişkin bakımına geçme konusunda hissettiklerinizi ve aklınıza gelebilecek soru veya endişelerinizi ebeveyninizle ve sağlık bakım ekibinizle konuşmaya çalışın.

Ayrıca randevulara gitmek, reçetelerinizi yenilemek ve klinikte sorular sormak gibi sağlığınıza ilgili pratik konuları irdelemeye çalışın.

Geçiş tamamen sizinle ilgili olsa da, ebeveyniniz artık sorumluluğu size devrettiği için süreci zor buluyor olabilir ve sizin bunu anlamanız önemlidir.

Bu süreç birçok ebeveyn için zor olabilir ve onlar da endişelenebilirler.

Onlarla duygularınız hakkında konuşmanın ve kendilerinin hissettiklerini de anlatma şansı vermenin, tüm bu süreç boyunca hepimize yardımcı olacağını görebilirsiniz.

Sağlık ekibinizle konuşmak isteyebileceğiniz sorular:

- Geçişim için plan nedir?
- Yetişkin hizmetlerine ne zaman geçeceğim?
- Hangi yetişkin hizmetine geçeceğimi seçebilir miyim?
- Yetişkin hizmetinin farkı nedir?
- Çocuk hizmetlerinden ayrılmadan önce yetişkin hizmeti personeliyle tanışabilir miyim?
- Ortama bakmak için yetişkin hizmetini ziyaret edebilir miyim?
- Yetişkin hizmetlerine geçiş hakkında konuşabileceğim genç insanlar var mı?
- Yetişkin hizmetine geçmeden önce ne bilmem gerekiyor?
- Sağlık bakımında daha fazla rol almaya ne zaman başlayabilirim?
- Durumum, eğitimim, iş beklentilerim ve benzeri açılardan geleceğimi nasıl etkileyecek?

Bu sadece bir başlangıç

Bu broşür, yetişkin hizmetleri ve geçiş süreci hakkında düşünmeye başlamanızı sağlamak için tasarlanmıştır.

Bu süreç her insanda biraz farklı olabilmektedir, fakat sağlık hizmeti ekibiniz size ve ailenize bu konuda bilgi verebilir durumda olacaktır.

Geçiş hakkında konuşmaya erken başlarsanız, irdeleme ve sorular için bolca vaktiniz olur ve bu da yetişkin hizmetlerine geçme zamanı geldiğinde tamamen hazır olmanızı sağlar.

Geçişinizle ilgili tüm sorularınızı not etmek için bu bölümü kullanabilirsiniz.

Ask your healthcare team about the **Ready Steady Go** programme

Continue over the page...

3 Soru Sor

Sağlık hizmetinizle ilgili yapabileceğiniz tercihler olabilir.

Bu üç sorunun* cevabını aldığınızdan emin olun:*

Tercihlerim nelerdir?

Benim için doğru kararı
vermemde yardımcı olacak
desteği nasıl alabilirim?

Her tercihin iyi
ve kötü yanları
nelerdir?



???

Sağlık hizmeti ekibiniz, sizin için neyin önemli olduğunu bilmek ister.

Bu, ortak karar vermeye ilgilidir.

Benden sorumlu çalışan:

İletişim detayları:

Ready Steady Go materyalleri, pediatrik nefrolog ve Southampton Çocuk Hastanesi, University Hospital Southampton NHS Foundation Trust'ta geçici bakım için klinik lider 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.

Aşağıdaki onay beyanı, bu materyallerin kullanımına atıfta bulunan tüm yayınlara dahil edilmelidir: Pediatrik nefrolog ve klinik lider Dr Arvind Nagra liderliğindeki Geçiş Yönlendirme Grubu tarafından geliştirilen "Ready Steady Go" ve "Yetişkin hizmetlerine merhaba" Southampton Çocuk Hastanesi'nde geçici bakım, Southampton Üniversite Hastanesi NHS Vakfı Vakfı şunların çalışmasına dayanmaktadır: 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.

2729 Updated Aug 2020

Bu broşürün 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).