

Ready Steady Go计划将协助您管理自己的状况并照顾好自己。



请回答与您有关的所有问题,并在不确定是提出问题。



您的医疗团队和家人将在整个过程中为您提供协助。



名称: 日期:

知识和技能	是的	我需要一 些帮助	意见
知识一我知道什么			
我充分了解有关我病情的知识和治疗			
我了解成年后我的病情可能会变成怎样			
我在家负责自己的 药物			
我订购并拿取药物处 方并预约自己的覆诊			

知识和技能		是的	我需要一些 帮助	意见
+	如果我对病情和/或 治疗有疑问,我可以 自己联络医院			
自我倡导	(为自己站出来)			
+*	我有信心在整个门诊中独自会见医护人员			
70	我有信心在某部分/ 整个门诊中都能独自 会见医护人员			
K N	我明白共同一起制定 决定是非常重要			
3?	我知道提出3个问题*			
健康与生活	5方式			
GD5	我知道运动对我的整 体健康很重要			

知识和技能		是的	我需要一 些帮助	意见
	我了解酒精、毒品和吸烟对我健康的风险			
mal.	我了解什么食物对我 好或不好			
C	我知道成长后我的状 况会如何影响我			
P	我知道在哪里以及如 何获得有关性健康的 可靠信息			
	我了解我的病况和药 物对怀孕/育儿的影 响			

知识和技能	ម្ត	是的	我需要一 些帮助	意见
日常生活				
	我可以在家照顾自己,包括穿衣服、 洗澡/沐浴等			
	我可以自己做零食和 煮食			
	我可以自己在家外度 过一夜,也知道如果 想去旅行该如何处理			
	我知道我可以拿取什 么福利			
	我可以/正在学习驾 驶			

知识和技能	E	是的	我需要一些 帮助	意见
学校和离开	干校园之后			
	我曾经有过工作或 志愿服务的经历 我知道该找谁咨询			
	我有未来的计划			
A	我知道我的病况可能会影响我的计划			
**	我知道如何告诉未 来雇主我的病况			
	需要意见时,我知道应该联络谁			

知识和技能	K K	是的	我需要一 些帮助	意见
休闲娱乐-	一我的自由时间			
	我可以使用公共交 通工具到访自己的 社区,例如商店、 休闲中心、电影院等			
XX	我会在学校外见朋友			
情绪管理-	-我的感受			
!\?X*!	我知道如何处理不 客气的评论/欺凌行 为			
	当我感到难过/厌倦 时,我有可以交谈 的人			
	我知道如何处理愤怒 或焦虑之类的情绪			

知识和技能	E Company of the comp	是的	我需要一 些帮助	意见
® ★	我对自己的样子很 满意			
6	我对生活感到开心、幸福			
过渡				
	我了解为什么参加" Ready Steady Go"计 划			
	我知道我成年后的 医疗安排			
	我见过将会照顾我的 成人科医疗团队			
Ů ★★	我掌握了有关将会 照料我的成人科医 疗团队的资讯			

foundation for people with learning disabilities	

© Dr Arvind Nagra. 此计划(Ready Steady Go)以及相关资料是由Dr Arvind Nagra领导的病人过渡小组开发的。 Dr Arvind Nagra是小儿肾科专家以及是南安普敦儿童医院(南安普敦大学NHS基金会信托基金)的病童过渡服务负责人。 此计划及相关文件是参考了如下文件: 1.5 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. 在纯粹出于非商业目的之情况下,用户可以使用Ready Steady Go以及「欢迎莅临成人服务」的相关资料的原版。未经南安普敦大学医院NHS基金会信托的许可,用户不得进行任何形式的修改。 在引用这些材料的出版物中,必须包括以下声明:此计划(Ready Steady Go)以及「欢迎莅临成人服务」的相关资料是由Dr Arvind Nagra领导的病人过渡小组开发的。 Dr Arvind Nagra是小儿肾科专家以及是南安普敦儿童医院(南安普敦大学NHS基金会信托基金)的病童过渡服务负责人。 此计划及相关文件是参考了如下文件: 1.5 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. 欲了解更多资讯,请登入以下网址:www.readysteadygo.net