

Das Ready-Steady-Go Transitionsprogramm - Fertig !

Dein Behandlungsteam möchte dich Schritt für Schritt dabei unterstützen, das Vertrauen und die Fähigkeiten zu entwickeln, die Du in Zukunft brauchst, um selbständig Verantwortung für deine Gesundheit zu übernehmen.

Indem du diesen Fragebogen ausfüllst, hilfst du dem Team ein Programm zu erstellen, was zu dir und deinen Bedürfnissen passt. **Bitte beantworte alle Fragen, die auf dich zutreffen und melde dich, falls du Fragen hast.**



Name:

Datum:

Wissen und Fähigkeiten	Ja	Ich wünsche mir Beratung / Unterstützung in diesem Bereich	Anmerkungen
WISSEN			
Ich verstehe medizinische Fachbegriffe und Untersuchungen, die für meine Erkrankung wichtig sind			
Ich weiß, wofür ich meine jeweiligen Medikamente einnehme und kenne mögliche Nebenwirkungen			
Zu Hause bin ich selber für meine Medikamente und deren Einnahme verantwortlich			
Ich bestelle und besorge meine Folgerezepte und mache selbständig meine Arzttermine			
Wenn ich Fragen zu meiner Gesundheit oder Therapie habe, rufe ich selber in der Praxis oder in der Ambulanz an.			
Ich weiß, was jeder Mitarbeiter / jede Mitarbeiterin im Behandlungsteam für mich tun kann			
Ich verstehe die Unterschiede zwischen der Gesundheitsversorgung von Kindern und von Erwachsenen			
Ich kenne Hilfsangebote für junge Menschen mit einer Erkrankung wie meiner			
SELBSTVERTRETUNG (für sich selbst sprechen)			
Ich bin zuversichtlich, dass ich die Sprechstunde alleine oder teilweise alleine besuchen und meine eigenen Fragen stellen kann			
Ich verstehe mein Recht auf Vertraulichkeit und Verschwiegenheit des Behandlungsteams (Schweigepflicht)			
Ich verstehe meine Rolle in der gemeinsamen Entscheidungsfindung zusammen mit dem Behandlungsteam, z.B. „Frage 3 Fragen“			
GESUNDHEIT UND LEBENSFÜHRUNG			
Ich treibe regelmäßig Sport / bewege mich regelmäßig			
Ich verstehe die Risiken von Alkohol, Drogen und Zigaretten für meine Gesundheit			
Ich verstehe, dass eine angemessene Ernährung für meine Gesundheit wichtig ist			
Mir ist bewusst, dass meine Erkrankung meine Entwicklung beeinflussen kann (z.B. Pubertät)			
Ich weiß, wo und wie ich verlässliche Informationen zu Sexualität und Gesundheit erhalte			
Ich verstehe die Auswirkungen meiner Erkrankung und Medikation auf meine Familienplanung (Schwangerschaft, Elternschaft)			

Das Ready-Steady-Go Transitionsprogramm - Fertig !

Wissen und Fähigkeiten	Ja	Ich wünsche mir Beratung / Unterstützung in diesem Bereich	Anmerkungen
ALLTAG			
Ich kann mich zu Hause bei Aktivitäten des täglichen Lebens (z.B. Anziehen, Duschen / Waschen) um mich selbst kümmern			
Ich kann mir eigene kleine Snacks / Mahlzeiten zubereiten			
Ich weiß, wie ich mich vorbereiten muss, wenn ich – wie bei Reisen - einmal längere Zeit nicht zu Hause bin, z.B. Berechnung und Aufbewahrung von Medikamenten, Planung von Impfungen			
AUSBILDUNG UND ZUKUNFT			
Ich komme in der Schule /Ausbildung / Uni zurecht (Anfahrt, Arbeitsumfang und –Inhalt, Freunde, Sport-AG uws)			
Ich weiß, was ich nach der Schule machen möchte			
Ich habe bereits praktische Erfahrungen durch Arbeit, Praktika oder Ehrenamt gesammelt			
Mir ist bewusst, welche möglichen Auswirkungen meine Erkrankung auf meine Ausbildung und / oder Arbeitsmöglichkeiten haben kann			
Ich weiß, wo ich Berufsberatung erhalten kann			
FREIZEIT			
Ich kann selbstständig mit dem öffentlichen Nahverkehr oder dem Fahrrad am örtlichen Leben teilnehmen, z.B : Einkaufen, Freizeitzentrum, Kino, Schwimmbad			
Ich treffe meine Freunde auch außerhalb der Schule/ Ausbildung			
UMGANG MIT GEFÜHLEN			
Ich weiß wie ich mit blöden Kommentaren, Hänseleien und Schikane umgehen kann			
Ich habe jemanden, mit dem ich sprechen kann, wenn ich traurig oder erschöpft fühle			
Ich weiß, wie ich mit Gefühlen wie Wut oder Angst umgehe			
Ich bin mit meinem Aussehen zufrieden			
Ich bin glücklich mit meinem Leben			
TRANSFER IN DIE GESUNDHEITSVERSORGUNG ERWACHSENER			
Ich verstehe die Bedeutung von "Transition"			
Ich kenne den Plan für meine gesundheitliche Versorgung, wenn ich erwachsen bin			
Ich habe alle Informationen die ich über das Team benötige, das meine Behandlung als Erwachsener fortführen wird			

Bitte liste alles auf, wozu du Hilfe oder Beratung wünschst

Dankeschön!

Die Ready Steady Go Materialien wurden von der Transitions Steuerungsgruppe unter der Leitung von Dr. Arvind Nagra, Kindernefrologin und klinischer Direktor für Transitionsmedizin am Southampton Kinderkrankenhaus, Universitätsklinikum Southampton, NHS Foundation Trust entwickelt und basieren auf den Arbeiten von : 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. Nutzern ist es gestattet, die Materialien von "Ready Steady Go" und "Hallo to adult services" in ihrer Originalform und ausschließlich für nicht-kommerzielle Zwecke zu nutzen. Anpassungen und Veränderungen erfordern die ausdrückliche Genehmigung des University Hospital Southampton NHS Foundation Trust und sind ohne solche nicht gestattet!

Die nachfolgende Erklärung muss in allen Publikationen verwendet werden, die sich auf das Material beziehen: „'Ready Steady Go' and 'Hello to adult services' developed by the Transition Steering Group led by Dr Arvind Nagra, paediatric nephrologist and clinical lead for transitional care at Southampton, Children's Hospital, University Hospital Southampton NHS Foundation Trust based on the work of: 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." Further information can be found at www.readysteadygo.net April 2020. 2518

Ein besonderer Dank gilt Jenny Prüfe (PhD, MPhil, Dipl. Reha-Päd) und Dr. med. Christina Lampe (Oberärztin, Zentrum für seltene Erkrankungen Gießen (ZSEGI), Abteilung Kinderneurologie, Sozialpädiatrie u. Epileptologie, Zentrum Kinderheilkunde u. Jugendmedizin, Univ.-Klinikum Giessen / Marburg) für die Übersetzung des Materials. Befürwortet von: Prof Dr Lars Pape (Paediatric Nephrologist, Director Dept of Paediatrics II, university children's hospital Essen, ERKNet Taskforce transition and quality of life) und Prof Dr Jun Oh (Paediatric Nephrologist, Vice Direktor of Paediatrics, UKR (University Hospital Hamburg Eppendorf)).