

Các giai đoạn của việc chuyển tiếp dịch vụ chăm sóc y tế

Các giai đoạn chuyển tiếp này là hướng dẫn tổng quát và sẽ tùy thuộc vào bạn và bệnh trạng của bạn

Giai đoạn sớm 12–14 tuổi

- Việc bắt đầu chuyển tiếp sớm sẽ giúp đảm bảo sự thay đổi từ dịch vụ chăm sóc trẻ em đến dịch vụ chăm sóc người lớn sẽ được suông sẻ hơn
- Cần có thời gian để bạn phát triển kỹ năng tự lo liệu, do đó nên bắt đầu sớm
- Đội chăm sóc y tế có thể bắt đầu gặp riêng bạn và phần nào của cuộc hẹn
- Hãy mạnh dạn hỏi họ về bệnh trạng của bạn, thuốc men và việc chữa trị
- Hợp tác chặt chẽ với bác sĩ trong việc theo dõi và phối hợp chăm lo sức khỏe của bạn, để cả hai có thể cùng tăng tiến sự tự tin và kiến thức.

Giai đoạn giữa, từ 14–16 tuổi

- Tìm hiểu thêm về bệnh trạng của bạn và bệnh này ảnh hưởng đến bạn ra sao
- Kiểm tra chính mình qua [Checklist for Young People](#) (Danh sách kiểm tra cho Thiếu niên) để tìm hiểu mình đang ở giai đoạn nào trong việc chuyển tiếp
- Soạn thảo một kế hoạch chuyển tiếp với đội chăm sóc y tế và Trapeze hoặc Transition Coordinator (Điều hợp viên Chuyển tiếp)
- Thảo luận với gia đình và người chăm sóc về việc trở nên độc lập hơn
- Tìm hiểu thêm về việc sinh sống với một bệnh mãn tính
- Hiểu rõ thêm về chính mình
- Học hỏi các phương cách lành mạnh để đối phó với sự căng thẳng và lo lắng
- Bắt đầu tự quyết định về việc chăm sóc sức khỏe của mình

- Thu xếp và hoạch định các cuộc hẹn y tế cho chính mình
- Nộp đơn xin thẻ Medicare cho mình
- Liên lạc Trapeze hoặc Transition Coordinator (Điều hợp viên Chuyển tiếp) nếu bạn muốn gặp gỡ các thiếu niên khác có bệnh trạng mãn tính.

Giai đoạn muộn 16–18 tuổi

- Bắt đầu thảo luận với đội chăm sóc y tế để hoạch định thời điểm rời dịch vụ y tế nhi khoa
- Vào giai đoạn này của việc chuyển tiếp, bạn thực sự giữ vai trò chủ động!
- Biết được bệnh trạng của bạn, chữa trị dành cho bạn, và những gì nên làm và những ai cần liên lạc nếu bạn cảm thấy không khỏe
- Hiểu về vấn đề tình dục an toàn, ma túy và rượu, và cách làm sao để chăm lo sức khỏe tâm thần của bạn
- Tìm tư vấn về việc học tập, việc làm và các mối quan hệ
- Thảo luận với nhà trường về cách làm sao nộp đơn xin cứu xét đặc biệt cho kỳ thi, nếu bạn cần hỗ trợ
- Tìm hiểu về các trợ cấp tài chính nào bạn có thể được hưởng nhận
- Tìm hiểu xem khi chuyển tiếp qua bệnh viện người lớn, bạn có thể nhận được cùng các thuốc men và chữa trị như trước không
- Suy nghĩ về các mục đích và kế hoạch tương lai của bạn
- Đặt hẹn và dự cuộc hẹn lần đầu với cương vị là người lớn. Đảm bảo bạn mang theo các giấy giới thiệu thích hợp
- Đúc kết bản kế hoạch chuyển tiếp và lưu trữ bản đó
- Kiểm tra chính mình, bằng cách trả lời bản [Checklist for Young People](#) để xem bạn có sẵn sàng cho việc chuyển tiếp.

Published Jan 2021. © ACI CC-ND-BY. Next review 2026.

GET THE
FACTS