

دليل الانتقال إلى الرعاية الصحية للمباليين الموجه للشباب المستقلين (Transition to Adult Healthcare Guideline for Independent Youth)

يحدد هذا الدليل المهام التي قد تساعد أثناء الانتقال إلى الرعاية الصحية للمباليين الخاصة بالشباب المحتمل لهم العيش بصورة مستقلة بصفتهم بالمباليين. يوضح كل نطاق عمري مهامًا جديدة يلزم القيام بها بالإضافة إلى العناصر المذكورة في النطاق العمري السابق له. قد يكون بعض الشباب مستعدًا للقيام بهذه المهام في مرحلة مبكرة، بينما يبدأ آخرون في عمر لاحق. لا تنطبق كل المهام على جميع الشباب. قد تحتاج بعض الأنشطة إلى مشاركة أو إشراف ولي الأمر. ولكن الهدف هو تشجيع الشباب على الاستقلال قدر المستطاع.

قدم على: (:APPLY FOR)	في عمر بين 12 و 14 عامًا (At around ages 12-14)	في عمر بين 14 و 16 عامًا (At around ages 14-16)	في عمر بين 16 و 17 عامًا (At around ages 16-17)	في عمر بين 17 عامًا وأكبر (At around ages +17)
رقم التأمين الاجتماعي (SIN, Social Insurance Number) حساب مصرفي	حالتك الطبية وحساسيتك وأدويةك وعلاجاتك ومسار المرض المتوقع لك التحدث مع فريق رعايتك الصحية كيفية تغيير أدوار القائمين بالرعاية عند الانتقال إلى الرعاية الصحية للمباليين مجموعات الدعم وفرص التطوع والعلاقات مع الشباب الآخرين المنقّلين إلى الرعاية الصحية للمباليين خيارات نمط الحياة الصحية وسائل النقل العامة و/أو سهولة الوصول لذوي الاحتياجات الخاصة الصحة العقلية الصحة الجنسية والإنجابية فرص التواصل الاجتماعي والترفيه الدعم الذاتي السرية والموافقة المستنيرة وحقوقك كمريض إدارة المال السلامة الشخصية (مثل التكنولوجيا ووسائل التواصل الاجتماعي و الأمن السيبراني)	رخصة قيادة أو بطاقة هوية مزودة بصورة صادرة من جهة حكومية حساب في Alberta.ca كيف يمكن أن تؤثر حالتك الطبية على استقلالك في المستقبل. على سبيل المثال: القيادة العيش بمفردك التعليم العمل التطوع التكيف مع الأنشطة اليومية (مثل الطهي والأعمال المنزلية) كيف يمكن أن تتفاعل أدويةك مع الأدوية الأخرى والعقاقير غير المشروعة والكحول الموارد المجتمعية التي تدعم الانتقال إلى مرحلة البلوغ	الاختلافات بين رعاية الأطفال والمباليين التغيرات في التأمين الصحي عندما تبلغ 18 عامًا تخطيط الميزانية وإدارة أموالك العيش بعيدًا عن المنزل خيارات التعليم بعد المرحلة الثانوية ووسائل الدعم المتاحة المعدات أو المستلزمات الطبية اتخاذ قرارات رعايتك الصحية بنفسك خدمات الرعاية المنزلية للمباليين - على سبيل المثال الرعاية المدارة ذاتيًا (SMC, Self-Managed Care) أو خدمات الموردين تمويل المباليين	مخصصات التأمين الصحي للمباليين** تمويل المباليين** التعليم والدعم بعد المرحلة الثانوية المنح المعتمدة على الأداء الأكاديمي والمنح المعتمدة على الحالة المادية خدمات الرعاية المنزلية للمباليين** - احضر الجلسة التعريفية في حالة اختيار الرعاية المدارة ذاتيًا (SMC) دعم اتخاذ القرارات فرص التعليم و/أو التوظيف و/أو التطوع
اعرف عن: (:ABOUT)	إكمال قائمة الاستعداد المرجعية للانتقال الخاصة بالشباب أو ولي الأمر كل عام تنظيم المعلومات الصحية العثور على طبيب للأسرة المساعدة في تحضير الوجبات وشراء البقالة والمهام المنزلية الإجابة عن الأسئلة/طرح الأسئلة في زيارتك إلى العيادات التسجيل في الجلسات التعريفية للانتقال المشاركة في اتخاذ القرارات الطبية	وضع روتين لتناول أدويةك زيارة طبيب أسرتك على الأقل مرة واحدة في العام متابعة المعلومات الصحية المهمة قضاء بعض من وقت العيادة في التحدث مع طبيبك بمفردك التأكد من أن طبيب أسرتك يتلقى جميع التقارير الطبية ذات الصلة	تحديث معداتك الطبية التأكد من تحديد مواعيد الزيارات النهائية لعيادة طبيب الأطفال استشارة الطبيب بمفردك صرف أو إعادة صرف وصفاتك الطبية ممارسة أنشطة الحياة اليومية، مثل تحديد مواعيدك الخاصة أو طلب البيتزا	حجز مواعيدك في عيادات المباليين بنفسك الاستعداد لزيارتك للعيادة حضور المواعيد بمفردك أو تولى زمام الأمور أثناء مواعيدك وضع توجيه شخصي طلب نسخ من أحدث تقارير رعاية الأطفال وخطابات الأطباء وملخصات التحويل الطبي استخدام فكرة رعاية صحية موجهة للمباليين