



- تحدث مع مقدم الرعاية هنا في مستشفى بوسطن للأطفال عن الخطوات التي يمكنك اتخاذها للمساعدة في تحضير نفسك قبل الانتقال.
- راجع الموقع الإلكتروني لمقدم الرعاية الصحية الجديد لمشاهدة جولات مصورة أو بالفيديو في العيادة قبل الذهاب إليها. فقد يساعدك هذا على التحرك بسهولة أكبر، ويمكن أن يساعدك في تخفيف القلق قبل الزيارة الأولى.
- احضر إلى موعدك قبل الوقت المحدد بمدة من 15 إلى 30 دقيقة. سيتيح لك هذا العثور على العيادة المقصودة بتوتر أقل.
- اجعل رقم هاتف العيادة في متناولك للاتصال به في حال ضللت الطريق أو تأخرت.
- أحضر قائمة بالأعراض والأسئلة التي ترغب في الحديث عنها مع طبيبك الجديد.
- دون سيرتك الطبية مسبقاً لتخفيف التوتر في يوم موعد الزيارة. وتتيح بعض العيادات تدوينها عبر الإنترنت قبل تاريخ الزيارة.
- اطلب التوقيع على نموذج "إفصاح عن المعلومات" إذا كنت ترغب في أن يتحدث مقدم رعايتك الجديد مع أي شخص آخر غيرك عن الرعاية المقدمة إليك (أحد والديك أو شخص يقدم لك الدعم).
- تعرّف على بوابة المرضى الخاصة بطبيبك الجديد على الإنترنت، إن كانت لديه بوابة. تستخدم بعض العيادات هذه البوابة كخيار لتحديد المواعيد وطلب إعادة صرف الأدوية الموصوفة والتواصل مع مقدم الرعاية.
- تأكد من أن الموعد المحدد للزيارة لا يزال مناسباً لك. ويُفضل إلغاء الموعد/تحديد موعد آخر مسبقاً قبل اليوم المحدد لزيارتك. فبعض مقدمي الرعاية للبالغين يتوقفون عن فحص المرضى الذين لا يحضرون إلى المواعيد أو يحضرون متأخرين في كثير من المناسبات.
- سجل ملاحظاتك واطرح أسئلتك أثناء الزيارة.
- تحدث عن نفسك. لا بأس أن تذكر الطبيب بأنك لا تزال شاباً يافعاً وأنت قد تحتاج إلى بعض المساعدة في الاعتياد على ثقافة حياة البالغين.

ما الذي ينبغي أن أحضره في زيارتي الأولى؟

- ☐ بطاقة التأمين
- ☐ بطاقة تعريف الهوية الصادرة عن الحكومة (رخصة القيادة، بطاقة الهوية الصادرة عن الولاية)
- ☐ شيك أو بطاقة ائتمان/خصم مباشر لسداد مبلغ المشاركة في الدفع، إذا كان ينطبق عليك
- ☐ مفكرة وقلم لتسجيل الملاحظات أثناء الزيارة
- ☐ قائمة الأسئلة التي ترغب في طرحها على الطبيب و/أو دفتر متابعة الأعراض
- ☐ قائمة بأدويةك الحالية (الاسم، الجرعة، والتوقيت). نصيحة: قد يكون من المفيد التقاط صورة لأغلفة الأدوية الموصوفة أو إحضار الأدوية نفسها معك.
- ☐ التقويم الخاص بك لتحديد موعد زيارة المتابعة

بعد الانتقال من رعاية الأطفال إلى رعاية البالغين من المحطات المهمة في رحلة الرعاية الصحية. وينتقل معظم مرضى قسم طب الأعصاب من مستشفى بوسطن للأطفال بين سن 22 و 26 عاماً، إلا أن بعض الأشخاص قد يكونون مستعدين للانتقال قبل ذلك (من سن 18 إلى 21 عاماً). ويقدم المجلس الاستشاري الأسري لطب الأعصاب بعض المعلومات حول أوجه اختلاف رعاية البالغين عن رعاية الأطفال.

النقاط الرئيسية

- هناك خطوات ينبغي اتخاذها للانتقال بسلاسة إلى مرحلة رعاية البالغين.
- يقدم مقدم الرعاية المختص بالبالغين الرعاية بطريقة تختلف عن تقديمها للأطفال.
- هناك العديد من الأشياء المهمة التي ينبغي إحضارها معك إلى موعد طب الأعصاب المحدد للبالغين.

كيف ستكون تجربة رعاية البالغين المقدمة لي؟

ستكون الزيارات إلى فريق رعاية البالغين مختلفة عما هي عليه بالنسبة إلى الأطفال. وإليك بعض الأمور التي يمكنك توقعها:

- تتمحور رعاية الأطفال حول الأسرة. أما في طب البالغين، فتتمحور الرعاية حول المريض.
- أثناء الزيارة، يتوقع الطبيب أن يتحدث معك مباشرة (باعتبارك المريض البالغ)، بدلاً من الحديث مع والديك.
- قد يبدو الطابع الشخصي للزيارات أقل ظهوراً في البداية، ريثما تبني علاقة مع طبيبك.
- قد تكون مدة الزيارات أقصر، بل قد تبدو متعجلة.
- قد يتعين عليك سداد مبلغ مشاركة في الدفع في وقت تسجيل الوصول إلى الزيارة.
- قد يُطلب منك ملء موجز طبي طويل (يحتوي على أنواع الحساسية، والأدوية الحالية، والأعراض، وما إلى ذلك) أثناء وجودك في قاعة الانتظار.
- في رعاية الأطفال، عادة ما تكون البيئة المحيطة مليئة بالألوان، أو الأعمال الفنية المناسبة للأطفال، أو الأنشطة المسلية. أما في رعاية البالغين، فعادة ما تكون ألوان البيئة المحيطة أقل، وربما تبدو كالنادي الصحي أو هادئة الألوان.
- ستكون مقاطع الفيديو، أو الكتب، أو المجلات أو الملصقات الموجودة في العيادة أو المستشفى موجهة إلى البالغين والحالات الشائع إصابة البالغين بها (مثل داء ألزهايمر).

ما الذي يمكنني فعله للاستعداد؟

قد يكون الانتقال إلى رعاية البالغين تجربة مسببة للتوتر لبعض الأشخاص. وإليك بعض الأمور التي يمكنك فعلها للاستعداد وجعل التجربة أسهل.