

Një udhëzues për transferim e kujdesit për të rinj



NYC
HEALTH+
HOSPITALS





Hyrje

NYC Health + Hospitals është e përkushtuar për t'i ndihmuar pacientët tanë të bëjnë një transferim të lehtë nga mjekësia pediatrike/për adoleshentë në kujdesin parësor për të rritur. Ne e dimë se kalimi në grupmoshën e të rriturve mund të jetë një kohë emocionuese por edhe stresuese plot me ndryshime dhe se largimi nga ekipi juaj i kujdesit pediatrik/për adoleshentë mund të jetë i vështirë. E kuptojmë se sa e rëndësishme dhe kuptimplotë është marrëdhënia juaj me ofruesin tuaj shëndetësor, ndaj dhe është thelbësor një proces i lehtë transferimi. Ju lutemi ta keni të qartë që ne jemi këtu për t'ju ndihmuar në këtë proces.

Teksa zhvilloheni nga adoleshentë në të rritur duke marrë kështu më shumë përgjegjësi, është e rëndësishme të mësoni për procesin e transferimit të kujdesit shëndetësor. Si fëmijë, zakonisht ka qenë prindi apo kujdestari juaj personi që ka marrë vendimet në lidhje me kujdesin tuaj shëndetësor. Si adoleshentë përballeni me më shumë vendime për kujdesin tuaj shëndetësor dhe ju lejohet me ligj t'i merrni në konsiderencë disa prej shërbimeve. Këta janë disa nga hapat e parë në marrjen e përgjegjësisë për kujdesin tuaj shëndetësor dhe mund t'ju japin një ide se çfarë të prisni pasi të keni bërë transferimin e plotë jashtë mjekësisë pediatrike/për adoleshentë.

Ky udhëzues është krijuar me synimin për t'ju ndihmuar në mbështetjen gjatë transferimit të kujdesit shëndetësor. Shpresojmë që udhëzuesi t'ju bëhet i dobishëm teksa përgatiteni të ndërmerreni hapat e mëtejshëm në jetë.

Transferimi i kujdesit

Çfarë është transferimi i kujdesit?

Transferimi i kujdesit është procesi i përgatitjes suaj për kujdesin shëndetësor si një i rritur, çka në vijim çon në transferimin nga mjekësia pediatrike/për adoleshentë në kujdesin parësor për të rritur. Nëse bëheni kujdestar i vetes në moshën 18 vjeç, ky proces do të thotë të mësoni si të menaxhoni nevojat tuaja të kujdesit shëndetësor.

Përse është i rëndësishëm transferimi i kujdesit?

Është e rëndësishme që të keni një ekip kujdesi mjekësor që ju ndihmon më së miri në stadin tuaj aktual zhvillimor. Ofruesit e mjekësisë pediatrike/për adoleshentë kujdesen për fëmijë dhe adoleshentë, por mund të mos jenë të trajnuar për t'u kujdesur për të rriturit. Ju do të punoni së bashku me ekipin tuaj të kujdesit të mjekësisë pediatrike/për adoleshentë për të gjetur një ekip të kujdesit parësor për të rritur, të cilët janë ekspertë në ofrimin e kujdesit mjekësor për të rritur. Procesi i transferimit të kujdesit vepron për t'ju ofruar informacionin dhe burimet që mund t'ju duhen për të ndërmarrë zgjedhjet më të mira për kujdesin tuaj shëndetësor.

Si fillon transferimi i kujdesit?

Mosha në të cilën duhet të ndodhë transferimi mund të ndryshojë për të gjithë, por është e rëndësishme që procesi i transferimit të kryhet me kalimin kohës dhe jo me një vizitë të vetme. Gjatë kësaj kohe do të ishte ideale të lloni të merrnit më shumë përgjegjësi për menaxhimin e nevojave tuaja të kujdesit shëndetësor me hapa të vegjël. Nisja që herët e diskutimit për transferimin mund t'ju ndihmojë që të mos keni ndërprerje të kujdesit shëndetësor dhe të keni një transferim të lehtë.

Çfarë përfshin ky transferim?

Procesi është i ndryshëm për secilin dhe bëhet në bashkëpunim me ekipin tuaj të kujdesit të mjekësisë pediatrike/për adoleshentë. Nëse bëheni kujdestar i vetes do të keni një transferim të përgjegjësive nga kujdestari juaj të jush. Kjo përfshin dhënien e pëlqimit për kujdesin tuaj shëndetësor, planin kimin e takimeve, komunikimin me ofruesit tuaj, regjistrimin në portalin e pacientëve MyChart dhe kërkesën si dhe marrjen e barnave periodike.

Ku është dallimi?

Si ndryshon mjekësia pediatrike/për adoleshentë nga kujdesi parësor për të rritur?

Mund të ketë disa dallime mes mjekësisë pediatrike/për adoleshentë dhe kujdesit parësor për të rritur, por kjo mund të ndryshojë sipas klinikës. Është e rëndësishme t'i kuptoni këto diferenca të mundshme që të dini çfarë të prisni kur ta transferoni kujdesin tuaj te kujdesi parësor për të rritur.

	Klinikë e mjekësisë pediatrike/për adoleshentë	Ofruesi i kujdesit parësor për të rritur
Roli i ofruesit të kujdesit parësor (PCP)	PCP zakonisht bashkërendon kujdesin tuaj shëndetësor me specialistët sipas nevojës për kujdes më të fokusuar për sëmundje të caktuara.	PCP rëndom menaxhon disa sëmundje kronike por mund të referojë te specialisti nëse paraqitet nevoja.
Koha e takimit	Takimet kanë prirjen të jenë më të gjata. Zakonisht ka më shumë eksibilitet për t'ju vizituar nëse jeni me vonesë në takimet tuaja.	Takimet kanë prirjen të jenë më të shkurtra. Mund t'ju kërkohet ta riplani koni takimin nëse jeni me më shumë se 30 minuta vonesë.
Burimet	Klinika mund të ketë më shumë gjasa të ofrojë shërbime të tjera mbështetëse, duke përfshirë punonjësit socialë, bashkërendimin e kujdesit dhe shëndetin mendor. PCP juaj mund të ketë më shumë gjasa të ofrojë kujdes gjinekologjik apo kujdes tjetër të shëndetit riprodhues.	Klinika mund të ketë më pak gjasa të ofrojë shërbime të tjera mbështetëse, duke përfshirë punonjësit socialë, bashkërendimin e kujdesit dhe shëndetin mendor. PCP juaj mund t'ju referojë drejt një ofruesi tjetër për kujdesin shëndetësor gjinekologjik apo kujdesi tjetër shëndetësor riprodhues.

Ofruesit e kujdesit parësor

Kush mund të ma zgjedhë ofruesin e kujdesit parësor (PCP)?

Përfundimisht mund të vendosni se cili do të jetë ofruesi juaj i kujdesit parësor (primary care provider, PCP). Pasi të identifikoni një PCP, lini takimin e parë me ta. Në varësi të sigurimit tuaj mund t'ju duhet të telefononi paraprakisht për të njoftuar kompaninë e sigurimit se po zgjidhni një PCP të ri. Ekipi juaj i kujdesit të mjekësisë pediatrike/për adoleshentë ofrohet për t'ju ndihmuar me këtë proces sipas nevojës.

Si mund të gjej një ofrues të kujdesit parësor?

- + Pyesni të afërmit apo shoqërinë për rekomandime
- + Kontaktoni me kompaninë tuaj të sigurimit për të marrë një listë të ofruesve brenda rrjetit pranë jush
- + Pyesni ekipin tuaj të kujdesit të mjekësisë pediatrike/për adoleshentë për rekomandime

Mund dhe të ndiqni këta hapa për të gjetur një specialist me ndihmën e PCP tuaj.



Çfarë duhet të dini

Çfarë ndodh kur bëhem 18 vjeç?

Diskutimet për transferimin e kujdesit mund të nisin në moshë të ndryshme për persona të ndryshëm, por më poshtë janë disa prej përgjegjësive që do të merrni kur të bëheni 18 vjeç.* Është normale të ndiheni të shqetësuar për këto transferime, por ekipi juaj i kujdesit do t'ju ndihmojë me këtë proces.

- + Ju bëheni ligjërisht të rritur, që do të thotë se jeni përgjegjës për të gjitha vendimet në lidhje me kujdesin tuaj shëndetësor.
- + Ekipi juaj i kujdesit duhet të asë drejtpërdrejt me ju për planin tuaj të kujdesit dhe t'ju kërkojë pëlqimin (lejen) nëse doni që ata ta asin edhe me një prind, familjar apo person të besuar tuajin.
- + Ju vendosni se cili do të vihet në dijeni për kujdesin tuaj shëndetësor. Nëse doni të ndani informacion me një prind, familjar, shkollën, punëdhënësin, terapistin apo cilindo tjetër, duhet të nënshkruani një formular për lirim të informacionit që përshkruan se çfarë informacioni doni të ndani dhe me kë. Mund të ndryshoni mendje në çdo kohë.
- + Ju jeni përgjegjës për planin kimin dhe mbajtjen e takimeve.
- + Do të regjistroheni vetë për takime dhe do të nënshkruani formularët tuaj.
- + Ekipi juaj i kujdesit do t'ju kontaktojë drejtpërdrejt me rezultatet e analizave apo të laboratorit dhe për komunikime të tjera.
- + Do të flisni me planin tuaj të sigurimit nëse keni ndonjë pyetje apo shqetësim. Do t'ju duhet të jepni leje nëse dëshironi që plani juaj i sigurimit të asë me një prind apo familjarin tuaj.

* Përveç situatave të posaçme kur dikush mund të bëhet kujdestari juaj ligjor

Çfarë duhet të dini

Lista e detyrave:

- + Mësoni informacionin e sigurimit tuaj. Mund t'ju duhet të pyesni apo të diskutoni me një prind apo kujdestar.
- + Përditësoni numrin e telefonit dhe emailin në dosjen tuaj që të ekipi i kujdesit shëndetësor të mund t'ju kontaktojë drejtpërdrejt për takimet dhe rezultatet.
- + Ruajeni në telefon informacionin e kontaktit të ofruesit të kujdesit shëndetësor, që të dini si të lidheni me ekipin tuaj të kujdesit shëndetësor.
- + Familjarizohuni me historikun tuaj mjekësor, historikun mjekësor të familjes, mjekimet, alergjitë dhe pjesëtarët e ekipit të kujdesit. Ky është një proces që mund të marrë ca kohë.
- + Regjistrohuni në MyChart, një portal interneti për pacientë ku mund ta hapni me lehtësi informacionin tuaj mjekësor, të shihni rezultatet dhe t'i dërgoni mesazh ekipit tuaj të kujdesit. Aksesit i prindërve tuaj në MyChart do të përfundojë automatikisht sapo të mbushni 18 vjeç, por do të keni mundësinë t'u lejoni t'jua shikojnë informacionin si ndërmjetës nëse zgjidhni diçka të tillë. Mund të regjistroheni në MyChart duke vizituar: epicmychart.nychhc.org/mychart
- + Mendoni për zgjedhjen e një ndërmjetësi kujdesi shëndetësor, dikë të cilit i besoni të marrë vendime për ju nëse nuk keni mundësi ta bëni vetë këtë. Një shembull se kur mund të ndodhë kjo është nëse kryeni operacion me anestezi. Për të mësuar më shumë, vizitoni health.ny.gov/publications/1430.pdf



Takimi i parë

Gjërat për të marrë me vete në takimin tuaj të parë të kujdesit parësor për të rritur:

- + Letërnjoftimi (ID)
- + Karta ose informacioni i sigurimit
- + Telefoni ose një bllok (i dobishëm për shënimin e takimeve në kalendar ose për mbajtjen e shënimeve)
- + Lista e mjekimeve apo e shisheve (nëse merrni mjekime)
- + Lista e alergjive (duke përfshirë reaksione specifike që mund të keni pasur)
- + Përmbledhje mjekësore nga PCP juaj i mëparshëm (kjo mund të dërgohet elektronikisht)
- + Adresa dhe numri i telefonit i farmacisë suaj të preferuar
- + Lista e pyetjeve për t'u bërë

Gjërat për t'ju ndihmuar të përgatiteni për vizitën e parë të kujdesit parësor për të rritur:

- + Sigurohuni që ofruesi i kujdesit parësor (PCP) i listuar në MyChart është PCP që zgjidhët.
- + Telefonojini sigurimit tuaj për të konfirmuar nëse PCP është brenda rrjetit.
- + Gjeni informacionin e kontaktit të ekipit tuaj të kujdesit parësor për të rritur, si p.sh. adresën, numrin e telefonit dhe orarin e punës.
- + Kërkojini ekipit tuaj të kujdesit të mjekësisë pediatrike/për adoleshentë ta ndajë informacionin tuaj mjekësor me ofruesin tuaj të ri të kujdesit parësor për të rritur.
- + Nëse keni ende sigurim përmes prindit apo kujdestarit tuaj, ata mund të marrin njoftim të vizitave apo të shërbimeve tuaja të kujdesit shëndetësor. Diskutoni me PCP tuaj nëse dëshironi që vizita apo shërbime të caktuara të mbeten konfidenciale.



Disa pyetje që mund të bëni në takimin tuaj të parë të kujdesit parësor për të rritur:

- + Mënyra më e mirë për të caktuar, ricaktuar apo anuluar takimet
- + Rregullat për vonesat dhe mosparaqitjet
- + Mundësia për vizita brenda ditës, pa takim apo në rast sëmundjeje
- + Mbulimi pas orarit të punës dhe kur ofruesi është me pushime
- + Shërbimet e ofruara përveç kujdesit parësor (p.sh. punonjës social, shëndeti mendor, shëndeti riprodhues, kujdesi gjinekologjik, ushqimi/mirëqenia etj.)

Këshilla për takimin tuaj të parë të kujdesit parësor për të rritur:

- + Mbërrini të paktën 15 minuta përpara orës së takimit për të plotësuar dokumentet
- + Jini mendjehapur
- + Bëni pyetje nëse nuk kuptoni diçka
- + Ambientohuni me klinikën tuaj të re

Fjalori

Informacion i mbrojtur shëndetësor (Protected Health Information, PHI): I gjithë informacioni juaj i kujdesit shëndetësor me një nivel më të lartë mbrojtës privatësie. Nevojitet leje me shkrim për ndarjen e këtyre dokumenteve me cilindo. Dosjet mjekësore, raportet laboratorike dhe faturat spitalore janë shembuj të llojeve të dokumenteve që përmbajnë PHI.

Klinikë: Një qendër ku një a më shumë ofrues mjekësorë vizitojnë pacientë.

Konfidencialitet: E drejta për ta mbajtur privat nga të tjetër informacionin tuaj mjekësor përveç nëse jepni lejen tuaj për të kundërtën. Për të rriturit nga 18 vjeç e lart, kjo përfshin të gjithë informacionin mjekësor. Për adoleshentë nën moshën 18 vjeç, kjo përfshin informacionin e shëndetit riprodhues dhe disa informacione të shëndetit mendor. Ka disa përjashtime kur informacioni nuk mund të jetë më privat, duke përfshirë nëse jeni në rrezik të lëndimit të vetes apo të të tjerëve, ose nëse dikush tjetër po ju lëndon. Mund ta diskutoni lirisht këtë më tej me ofruesin tuaj të kujdesit shëndetësor.

Kujdestari: E drejta që i jep ligji një personi për të marrë vendime për arsimin, fi ancat dhe kujdesin mjekësor të një fëmije, një të rrituri të paaftë apo një të rrituri me paaftësi zhvillimore.

Mjek i përgjithshëm: Një ofrues që viziton të rritur për kujdesin e tyre parësor.

Ndërmjetës kujdesi shëndetësor: Personi që zgjedh dikush për të marrë vendime në lidhje me kujdesin shëndetësor për të nëse nuk mund t'i marrë vetë këto vendime.

Ofrues mjekësie për adoleshentë: Një ofrues kujdesi parësor i specializuar në kujdesin shëndetësor dhe mirëqenien e pacientëve adoleshentë dhe të rinj (rëndom të moshave 12-25 vjeç, por kjo mund të ndryshojë në varësi të klinikës).

Ofrues mjekësie për familjen: Një ofrues që viziton fëmijë dhe të rritur për kujdesin parësor dhe mund të ofrojë dhe kujdesin shëndetësor obstetrik dhe gjinekologjik.

Pediatër: Një ofrues që viziton fëmijë për kujdesin e tyre parësor.

Përmbledhje mjekësore portative: Një dokument që jep një përmbledhje të informacionit të rëndësishëm mjekësor për ofruesit tuaj të rinj. Ky mund të transferohet elektronikisht dhe/ose në letër.

Specialist: Një ofrues që viziton pacientë për sëmundje speci ke. Ka specialistë që ofrojnë kujdes shëndetësor vetëm për fëmijë, vetëm për të rritur, si dhe për fëmijë e të rritur.

Transferimi i kujdesit: Për të kaluar nga njëri ofrues tek tjetri.

Burimet

Got Transition:

Një qendër burimesh me informacion për ofruesit, të rinjtë dhe familjet që mbulon të gjitha aspektet e transferimit të kujdesit. www.gottransition.org/

MyChart:

Portali i pacientëve i NYC Health + Hospitals, mënyra më praktike dhe e sigurt e aksesit në informacionin tuaj shëndetësor. epicmychart.nychhc.org/mychart

Informacion i ndërmjetësit të kujdesit shëndetësor:

Një sqarim i qartë i përgjegjësi të ndërmjetësit të kujdesit shëndetësor dhe udhëzime për plotësimin dhe nënshkrimin e formularit. health.ny.gov/publications/1430.pdf

Faqja e internetit e Youth Health:

Një faqe interneti për adoleshentë për burime të mëtejshme për kujdesin shëndetësor. www.nycyouthhealth.org



Skanojeni këtë kod QR me celular për ta hapur këtë broshurë në internet, së bashku me "Një udhëzues sigurimi shëndetësor për të rinj" dhe "Një udhëzues për kujdestarinë"



Jeto jetën tënde më të shëndetshme.

NYC
HEALTH+
HOSPITALS

NYC | **YOUNG MEN'S
INITIATIVE**



*Skanojeni këtë kod QR me celular
për ta hapur këtë broshurë në internet!*



RUANI LIDHJET. NA NDIQNI.

www.nychealthandhospitals.org