

如何为转到照顾成年人之医生处做好准备

作者: *Peggy McManus, MHS* 和 *Patience White, MD, MA, FAAP*

自己生活、照顾好自己的健康之旅中有很多里程碑。其中的一个重要里程碑是从照顾儿童的医生（儿科医师）处转到照顾成年人的医生处。这个过渡期通常会花上几年的时间，您会在此期间逐渐承担起更多自己的保健责任。

您在慢慢长大时，您的父母曾为您的健康和医疗保健做出很多决定。当您转到成年保健时，您为自己的健康做出决定，这可能包括来自您家庭的支持。在这段时间里，您可以私自与您的医生讨论您担心的健康问题。您还可以通过问问题、为自己的预约做安排、了解更多关于医疗保险和支付医疗保健的事情、续药等，为您看医生做好准备。在年满 18 岁时，您在法律上是成年人，除非您给予可与他人分享信息的许可，您的医生仅可与您分享您的医疗信息。



一定要询问您的儿科医师什么时候应该转到照顾成年人的医生之处。一些儿科办公室接见不超过 18 岁的患者；还有些办公室接见 21 岁以下的患者。如果您在见家庭医学医生，您可能不需要转去新医生，但您将转为以成年人为中心的保健。

转去新医生可能会是一个很大的变化，原因是您已经认识您的儿科医师很长时间，和他们在一起时也不感到拘谨。转去新地方可能有些可怕，但也是一件令人兴奋的事情！

为了减轻这个变化的压力，给您与新医生见面的机会，询问您的儿科医师是否愿意在您的首次问诊前与您和新的成年人医生进行一次联合远程医疗问诊。这可以是您、您目前的医生和新医生之间的电话或视频电话。您可以问问题，分享您希望新医生知道的关于您的健康的信息。您可以确保您的新医生熟悉您和您的健康史，包括任何长期疾病。

在组织这次联合问诊之前，Got Transition——一家全国医疗保健过渡中心，制作了一份您和您的家人可以向您的医生提出的建议问题的清单：

针对您的儿科医师：

- 我需要在多大时转到照顾成年人的新医生处？
- 您对我可以见哪位成年人医生有任何建议吗？
- 我是否可以与您合作准备一份我可以与新医生分享的医疗概要？
- 儿科和成年人保健之间有哪些不同？

针对您的成年人医生：

- 您是否接受我的医疗保险？
- 您的办公室在哪里？您是否有无需预约的接诊时间？
- 除了初级保健以外，您的办公室还可以提供哪些服务（例如实验室检测、性健康、心理健康）？

与您当前和未来医生一起交谈可以帮助缓解您关于这个变化可能有的担心。祝您在过渡之路上好运！

关于 **McManus 女士**

Peggy McManus 是全国促进青少年健康联盟（National Alliance to Advance Adolescent Health）的主席以及 Got Transition——由联邦资助的医疗保健过渡资源中心的联合主任。她曾指导数项关于儿童和青少年健康的联邦、州和私人基金会项目。她曾书写多份主题广泛的出版物，包括医疗保健过渡、医疗保健融资、初级和预防保健以及质量改进。McManus 女士曾是沃森奖学金（Watson Fellowship）的获得者，持有约翰霍普金斯公共卫生学院（Johns Hopkins School of Public Health）的卫生科学硕士学位。

关于 **White 医生**

Patience H. White（MD、MA、FAAP、MACP、MACR）作为全国促进青少年健康联盟的高级医疗总监以及 Got Transition 的联合主任，是一位成年与儿科风湿病学家，是乔治华盛顿大学医学与卫生科学学院（George Washington University School of Medicine and Health Sciences）的医学和儿科名誉教授。她在过渡领域是国际公认的专家，曾撰写数篇关于该主题的文章，包括是《关于医疗保健过渡的 AAP/AAFP/ACP 临床报告》的联合作者。White 医生在哈佛医学院（Harvard Medical School）完成了医学博士学位，是罗伯特伍德约翰逊健康政策（Robert Wood Johnson Health Policy）奖学金的获得者，还曾在乔治华盛顿大学教育与人类发展研究生院（George Washington University Graduate School of Education and Human Development）获得了教育学硕士学位。