

Paano Maghanda sa Paglipat sa Doktor na Nag-aalaga ng Mga Adult

Ni: Peggy McManus, MHS at Patience White, MD, MA, FAAP

Maraming milestone sa paglalakbay sa pamumuhay nang mag-isa at pag-aalaga sa kalusugan mo. Ang isang kapansin-pansing milestone ay ang paglipat mula sa doktor na nag-aalaga ng mga bata (pediatrician) sa doktor na nag-aalaga ng mga adult. Ang transisyon ay karaniwang inaabot ng ilang tao kung saan ka unti-unting aako ng higit na responsibilidad para sa sarili mong kalusugan.

Noong lumalaki ka, ang mga magulang mo ang gumawa ng marami sa mga desisyon tungkol sa iyong kalusugan at pag-aalaga sa kalusugan.

Kapag lumipat ka sa adult na pag-aalaga, ikaw ang gagawa ng mga desisyon tungkol sa iyong kalusugan na maaaring kasama ang suporta mula sa pamilya mo. Sa panahong ito, maaari mong talakayin ang mga inaalala mo sa kalusugan nang pribado sa iyong doktor. Maaari ka ring maghanda para sa mga pagpapatingin mo sa pamamagitan ng pagtatanong, paggawa ng mga sarili mong appointment, pag-aaral pa tungkol sa pangkalusugang insurance at pagbabayad para sa pag-aalaga ng kalusugan, at pag-refill na mga gamot mo. Sa edad na 18, legal kang adult, at maibabahagi lang ng doktor mo ang medikal mong impormasyon sa iyo, maliban kung nagbigay ka ng pahintulot para ibahagi ito sa ibang tao.



Mahalagang tanungin ang iyong pediatrician kung kailan ang tamang oras para lumipat sa doktor na nag-aalaga ng mga adult. Ang ilang mga pediatric na tanggapan ay tumitingin sa mga pasyente sa edad na 18; ang iba ay nagpapatingin sa kanila hanggang sa edad na 21. Kung nagpapatingin ka sa family medicine na doktor, maaaring hindi mo kailangang lumipat sa bagong doktor, pero lilipat ka sa adult-centered na pag-aalaga.

Ang paglipat sa bagong doktor ay maaaring medyo malaking pagbabago dahil kilala mo ang iyong pediatrician nang matagal na panahon at kumportable sa kanila. Ang paglipat sa bagong lugar ay maaaring nakakatakot pero nakakasabik din!

Para mapadali ang pagbabagong ito at bigyan ka ng pagkakataon na makilala ang bago mong doktor, tanungin ang iyong pediatrician kung payag silang magkaroon ng pinagsamang telehealth na pagpapatingin sa iyo at sa bago mong adult na doktor bago ang una mong pagpapatingin. Maaari itong isang tawag sa telepono o video call sa pagitan mo, ang kasalukuyan mong doktor, at ang bago mong doktor. Maaari kang magtanong at magbahagi ng impormasyon tungkol sa iyong kalusugan na gusto mong malaman ng bago mong doktor. Maaaring siguruhin mo na ang bago mong doktor ay pamilya sa iyo at sa kasaysayan ng kalusugan mo, kasama ang anumang pangmatagalang sakit.

Bago ayusin ang pinagsamang pagpapatingin na ito, lumikha ang Got Transition, isang pambansang sentro para sa transisyon sa pangangalaga sa kalusugan, ng listahan ng minungkahing mga tanong na maaari mo at ng pamilya mong tanungin sa iyong mga doktor:

Para sa iyong pediatrician:

- Sa anong edad ko kailangang magpalit ng bagong doktor na nag-aalaga ng mga adult?
- Mayroon ka bang anumang mga suhestiyon para sa mga adult na doktor na mapupuntahan ko?
- Maaari ba akong makipagtrabaho sa iyo para maghanda ng medikal na buod na maibabahagi ko sa bagong doktor?
- Ano ang ilang mga kaibahan sa pagitan ng pediatric at adult na pag-aalaga?

Para sa iyong adult na doktor:

- Tatanggapin niyo ba ang aking pangkalusugang insurance?
- Kung nasaan ang opisina mo, at mayroon ka bang oras ng pag-walk-in?
- Anong mga serbisyo ang hinahandog ng practice mo bilang karagdagan sa pangunahing pag-aalaga (tulad ng pagpapasuri sa lab, seksuwal na kalusugan, kalusugan ng pag-iisip)?

Ang pakikipag-usap sa iyong kasalukuyan at hinaharap na mga doktor ay maaaring makatulong na mapawi ang anumang mga alalahanin na mayroon ka tungkol sa pagbabagong ito. Binabati kita sa iyong paglalakbay sa transisyon!

Tungkol kay Ms. McManus

Si Peggy McManus ay ang Presidente ng The National Alliance to Advance Adolescent Health at co-Director ng Got Transition, ang pederal na pinondohang pambansang sentro ng dulugan sa transisyon ng pag-aalaga sa kalusugan. Tiukoy niy ang maraming pederal, estado, at pribadong proyekto ng pundasyon sa kalusugan ng bata ay adolescent. Siya ang mag-akda ng mga publikasyon sa malawak na saklaw ng mga paksa kabilang ang transisyon sa pag-aalaga ng kalusugan, pagpopondo sa pag-aalaga ng kalusugan, pangunahin at preventive na pag-aalaga, at pagpapabuti sa kalidad. Nakatanggap si Ms. McManus ng Watson Fellowship at may master's degree sa Health Sciences mula sa Johns Hopkins School of Public Health.

Tungkol kay Dr. White

Si Patience H. White, MD, MA, FAAP, MACP, MACR, Senior Medical Director sa The National Alliance to Advance Adolescent Health at co-Director of Got Transition, ay isang adult at pediatric rheumatologist at professor emeritus of medicine at pediatrics sa George Washington University School of Medicine and Health Sciences. Siya ay internasyonal na kilalang eksperto sa larangan ng transisyon at nagsulat ng maraming artikulo sa paksa, kabilang ang kapwang pakikipag-may-akda sa AAP/AAFP/ACP Clinical Report sa Health Care Transition. Kinumpleto ni Dr. White ang Doctor of Medicine na degree mula sa Harvard Medical School, isang Robert Wood Johnson Health Policy fellowship, at master's degree sa Education mula sa George Washington University Graduate School of Education at Human Development.

Ang artikulong ito ay suportado ng kooperatibang kasunduan sa American Academy of Pediatrics mula sa Health Resources and Services Administration (HRSA) ng U.S. Department of Health and Human Services (HHS) bilang bahagi ng gawad na sa kabuuan ay \$6,000,000 na walang porsiyentong pinondohan ng mga pinagkunang hindi pampamahalaan. Ang mga nilalaman ay sa (mga) may-akda at hindi kailangang ikatawan ang mga opisyal na pananaw ng pag-endorso ng HRSA, HHS o ng Pamahalaan ng U.S.

Ang Got Transition® ay suportado ng Health Resources and Services Administration (HRSA) ng U.S. Department of Health and Human Services (HHS) sa ilalim ng numero ng grant na, U1TMC31756. Ang mga nilalaman ay sa (mga) may-akda at hindi kailangang ikatawan ang mga opisyal na pananaw ng pag-endorso ng HRSA, HHS o ng Pamahalaan ng U.S.