

كيف تستعد للانتقال إلى طبيب يهتم بالكبار

من تأليف: بيجي مكمانوس، درجة الماجستير في علوم الصحة والدكتورة بيشنس وايت، مساعدة طبية، زميلة الأكاديمية الأمريكية لطب الأطفال

هناك العديد من المعالم في رحلة العيش بمفردك والعناية بصحتك. أحد المعالم البارزة هو الانتقال من طبيب يعتني بالأطفال (طبيب أطفال) إلى طبيب يعتني بالبالغين. عادةً ما يستغرق الانتقال عدة سنوات، حيث تبدأ تدريجياً بتحمل المزيد من المسؤولية عن صحتك.

عندما كنت كبرت، كان والداك يتخذان العديد من القرارات المتعلقة بصحتك ورعايتك الصحية. عندما تنتقل إلى رعاية الكبار، فإنك تتخذ قرارات بشأن صحتك والتي قد تتضمن دعمًا من أسرته. خلال هذا الوقت، يمكنك مناقشة مخاوفك الصحية على انفراد مع طبيبك. يمكنك أيضًا الاستعداد لزياراتك من خلال طرح الأسئلة وتحديد المواعيد الخاصة بك ومعرفة المزيد عن التأمين الصحي ودفن تكاليف الرعاية الصحية وإعادة الأدوية الخاصة بك. في سن 18، أنت شخص بالغ قانوناً، ويمكن لطبيبك مشاركة معلوماتك الطبية معك فقط، ما لم تمنح الإذن لمشاركتها مع شخص آخر.

من المهم أن تسأل طبيب الأطفال عن الوقت المناسب للانتقال إلى طبيب يهتم بالبالغين. تستقبل بعض مكاتب طب الأطفال المرضى حتى سن 18، في حين أن مكاتب أخرى تراهم حتى سن 21. إذا كنت تزور طبيباً لطب الأسرة، فقد لا تحتاج إلى الانتقال إلى طبيب جديد، ولكنك ستنتقل إلى الرعاية التي تركز على البالغين.

التحول إلى طبيب جديد قد يكون تغييرًا كبيرًا لأنك تعرف طبيب الأطفال الخاص بك منذ فترة طويلة وتشعر بالراحة معه. قد يكون الانتقال إلى مكان جديد أمرًا مخيفًا ولكنه مثير أيضًا!

لتسهيل هذا التغيير ومنحك فرصة لمقابلة طبيبك الجديد، أسأل طبيب الأطفال عما إذا كان على استعداد لإجراء [زيارة مشتركة للرعاية الصحية عن بعد](#) معك ومع طبيبك الجديد قبل زيارتك الأولى. قد تكون هذه مكالمة هاتفية أو مكالمة فيديو بينك وبين طبيبك الحالي وطبيبك الجديد. يمكنك طرح الأسئلة ومشاركة المعلومات حول صحتك التي تريد أن يعرفها طبيبك الجديد. ويمكنك التأكد من أن طبيبك الجديد على دراية بك وبتاريخك الصحي، بما في ذلك أي مرض طويل الأمد قد تعاني منه.

قبل تنظيم هذه الزيارة المشتركة، أنشأ [Got Transition](#)، وهو مركز وطني للانتقال الرعاية الصحية، قائمة بالأسئلة المقترحة التي يمكن أن تطرحها أنت وعائلتك على أطباءك:

تطرح على طبيب الأطفال الخاص بك:

- في أي سن أحتاج للتغيير إلى طبيب جديد يهتم بالكبار؟
- هل لديك أي اقتراحات لأطباء بالغين يمكنني زيارتهم؟
- هل يمكنني العمل معك لإعداد ملخص طبي يمكنني مشاركته مع الطبيب الجديد؟
- ما هي بعض الاختلافات بين رعاية الأطفال ورعاية الكبار؟

تطرح على طبيب البالغين:

- هل تقبلون تأميني الصحي؟
- أين يقع مكتبك، وهل لديك أوقات للقدوم بدون موعد مسبق؟
- ما الخدمات التي تقدمها ممارستك بالإضافة إلى الرعاية الأولية (مثل التحاليل المخبرية، الصحة الجنسية، الصحة العقلية)؟

التحدث مع أطباءك الحاليين والمستقبليين يمكنه أن يساعد في تخفيف أي مخاوف لديك بشأن هذا التغيير. حظا سعيدا في رحلتك الانتقالية!

المزيد من المعلومات

[كيف تقوم بزيارة للرعاية الصحية عن بعد من الكلية](#)

عن السيدة مكمانوس



بيجي مكمانوس هي رئيسة التحالف الوطني للنهوض بصحة المراهقين والمدير المشارك لـ Got Transition، وهو مركز الموارد الوطنية الممول اتحادياً للتحويل في الرعاية الصحية. أدارت العديد من مشاريع المؤسسات الفيدرالية والولائية والخاصة حول صحة الأطفال والمراهقين. قامت بتأليف منشورات حول مجموعة واسعة من الموضوعات بما في ذلك الانتقال إلى الرعاية الصحية، وتمويل الرعاية الصحية، والرعاية الأولية والوقائية، وتحسين الجودة. حصلت السيدة مكمانوس على زمالة واتسون وحصلت على درجة الماجستير في العلوم الصحية من كلية جونز هوبكنز للصحة العامة.

عن الدكتورة وايت



بيشنس أتش. وايت هي طبيبة، طبيبة مساعدة، زميلة الأكاديمية الأمريكية لطب الأطفال، عضو لكلية الأمريكية للأطباء، عضو الكلية الأمريكية للأشعة، المدير الطبي الأول في التحالف الوطني لتعزيز صحة المراهقين والمدير المشارك لـ Got Transition، وهي طبيبة روماتيزم للبالغين والأطفال وأستاذ فخري في الطب وطب الأطفال في كلية الطب والعلوم الصحية بجامعة جورج واشنطن. وهي خبيرة معترف بها دولياً في مجال الانتقال وقد كتبت العديد من المقالات حول هذا الموضوع، بما في ذلك المشاركة في تأليف التقرير السريري AAP / AAFP / ACP حول انتقال الرعاية الصحية. حصلت الدكتورة وايت على درجة البكالوريوس في الطب من كلية الطب في جامعة هارفارد، وزمالة روبرت وود جونسون للسياسة الصحية، ودرجة الماجستير في التربية من كلية الدراسات العليا للتربية والتنمية البشرية في جامعة جورج واشنطن.

هذه المقالة مدعومة باتفاقية تعاون مع الأكاديمية الأمريكية لطب الأطفال من إدارة الموارد الصحية والخدمات (HRSA) التابعة لوزارة الصحة والخدمات البشرية الأمريكية (HHS). كجزء من منحة بقيمة إجمالية تبلغ 6,000,000 دولار بدون أي نسبة تمويل من مصادر غير حكومية. المحتويات تخص المؤلف (المؤلفين) وهي لا تمثل بالضرورة وجهات النظر الرسمية أو إقرار إدارة الموارد والخدمات الصحية، وزارة الصحة والخدمات الإنسانية، أو الحكومة الأمريكية.

يتم دعم Got Transition® من قبل إدارة الموارد والخدمات الصحية (HRSA) التابعة لوزارة الصحة والخدمات البشرية الأمريكية (HHS) بموجب
المنحة رقم U1TMC31756. المحتويات تخص المؤلف (المؤلفين) وهي لا تمثل بالضرورة وجهات النظر الرسمية أو إقرار إدارة الموارد والخدمات
الصحية، وزارة الصحة والخدمات الإنسانية، أو الحكومة الأمريكية.