

Poradnik dla młodych dorosłych dotyczący przejęcia z jednego systemu opieki do drugiego



NYC
HEALTH+
HOSPITALS





Wstęp

NYC Health + Hospitals dokłada wszelkich starań, aby pomóc naszym pacjentom w płynnym przejściu z systemu opieki pediatrycznej/dla młodzieży do podstawowej opieki zdrowotnej dla dorosłych. Wiemy, że dorastanie może być ekscytującym, ale równocześnie stresującym okresem pełnym wielu zmian, a pożegnanie się z zespołem opieki pediatrycznej/dla młodzieży może być trudne. Rozumiemy, jak ważna i znacząca może być relacja ze swoim lekarzem, dlatego właśnie tak ważny jest sprawny proces przejścia z jednej opieki do drugiej. Pamiętaj, że jesteśmy tutaj, aby pomagać.

W związku z tym, że dorastasz i bierzesz na siebie więcej obowiązków, ważne jest, abyś dowiedział(-a) się więcej o procesie zmian w opiece. Kiedy byłeś(-aś) dzieckiem, decyzje dotyczące Twojej opieki zdrowotnej podejmował zwykle rodzic lub opiekun. Jako nastolatek musisz podejmować więcej decyzji związanych z opieką zdrowotną, a prawo pozwala Ci na poufne korzystanie z niektórych usług. Są to jedne z pierwszych kroków na drodze do wzięcia odpowiedzialności za swoją opiekę i mogą dać pewne wyobrażenie o tym, czego można się spodziewać po tym, jak "wyrośniesz" z opieki pediatrycznej/dla młodzieży.

Poradnik ten został stworzony z myślą o zapewnieniu wsparcia podczas przejścia z jednej opieki do drugiej. Mamy nadzieję, że poradnik okaże się przydatny w czasie, gdy przygotowujesz się do wykonania kolejnych kroków w życiu.

Przejście z jednego systemu opieki do drugiego

Na czym polega przejście z jednego systemu opieki do drugiego?

Przejście z jednego systemu opieki do drugiego to proces przygotowania Cię do opieki zdrowotnej dla osoby dorosłej, który prowadzi do przejścia z opieki pediatrycznej/dla młodzieży do podstawowej opieki zdrowotnej dla dorosłych. Jeśli w chwili ukończenia 18 lat zostaniesz swoim własnym opiekunem prawnym, proces ten będzie oznaczał nauczenie się, jak zarządzać własnymi potrzebami zdrowotnymi.

Dlaczego przejście z jednego systemu opieki do drugiego jest ważne?

Bardzo ważne jest, abyś miał(a) zespół opieki medycznej, który będzie mógł jak najlepiej pomóc Ci na obecnym etapie rozwoju. Lekarze pediatrzy/dla młodzieży są ekspertami w opiece nad dziećmi i nastolatkami, ale mogą nie być przeszkoleni w opiece nad dorosłymi. Wspólnie z zespołem opieki pediatrycznej/dla młodzieży znajdziecie zespół podstawowej opieki dla dorosłych, który jest ekspertem w zapewnianiu opieki dorosłym. Proces przejścia z jednego systemu opieki do drugiego ma na celu zapewnienie informacji i zasobów, które mogą być potrzebne do dokonania najlepszych wyborów w zakresie opieki zdrowotnej.

Jak powinna się rozpocząć zmiana opieki?

Wiek, w którym powinno nastąpić przejście z jednej opieki do drugiej, może być różny dla różnych osób, ważne jest jednak, aby proces przejścia był rozłożony w czasie, a nie nastąpił podczas jednej wizyty. W tym czasie idealnie byłoby zacząć małymi krokami przyjmować większą odpowiedzialność za zarządzanie własnymi potrzebami zdrowotnymi. Wczesne rozpoczęcie rozmów na temat zmian w opiece może pomóc uniknąć zakłóceń i zapewnić płynne przejście.

Co obejmuje proces przejścia?

Ten proces jest inny dla każdego i jest przeprowadzany we współpracy z zespołem opieki pediatrycznej/dla młodzieży. Jeśli zostaniesz swoim własnym opiekunem, nastąpi przeniesienie obowiązków z Twojego opiekuna na Ciebie. Obejmuje to wyrażenie zgody na własną opiekę, planowanie wizyt, komunikowanie się ze świadczeniodawcami, rejestrację w portalu pacjentów MyChart oraz samodzielne zamawianie przedłużania recept i odbieranie ich.

Na czym polega różnica?

Czym różni się opieka pediatryczna/dla młodzieży od podstawowej opieki zdrowotnej dla dorosłych?

Mogą występować pewne różnice między opieką pediatryczną/dla młodzieży a podstawową opieką dla dorosłych, jednak będą one zależeć od danej praktyki lekarskiej. Ważne jest, aby zrozumieć te możliwe różnice i wiedzieć, czego można się spodziewać po przejściu do podstawowej opieki zdrowotnej dla dorosłych.

	Praktyka lekarza pediatry/dla młodzieży	Praktyka lekarza podstawowej opieki zdrowotnej dla dorosłych
Rola lekarza podstawowej opieki (PCP)	W razie potrzeby PCP zazwyczaj koordynuje opiekę ze specjalistami, tak aby bardziej ukierunkować opiekę w niektórych schorzeniach.	PCP zazwyczaj zajmuje się niektórymi chorobami przewlekłymi, jednak w razie potrzeby może skierować do specjalistów.
Czas trwania wizyt	Wizyty są zwykle dłuższe. W razie spóźnienia się na wizytę, zwykle jest więcej możliwości odbycia wizyty.	Wizyty są zwykle krótsze. W razie spóźnienia się o więcej niż 30 minut, konieczne może być przełożenie wizyty.
Źródła pomocy/ informacji	Praktyka może mieć większe możliwości zapewnienia innych usług wsparcia, w tym pracownika socjalnego, koordynacji opieki i opieki w zakresie zdrowia psychicznego. Jest bardziej prawdopodobne, że PCP zapewni opiekę ginekologiczną lub inną opiekę w zakresie zdrowia reprodukcyjnego.	Praktyka może mieć mniejsze możliwości zapewnienia innych usług wsparcia, w tym pracownika socjalnego, koordynacji opieki i opieki w zakresie zdrowia psychicznego. PCP może skierować do innego świadczeniodawcy zapewniającego opiekę ginekologiczną lub inną opiekę w zakresie zdrowia reprodukcyjnego.

Świadczeniodawcy podstawowej opieki zdrowotnej

Kto może wybrać mojego nowego lekarza podstawowej opieki (PCP)?

Ostatecznie sam(a) możesz zdecydować, kto będzie Twoim nowym lekarzem podstawowej opieki zdrowotnej (primary care provider, PCP). Po wybraniu PCP umów się na pierwszą wizytę. W zależności od ubezpieczenia konieczne może być wcześniejsze skontaktowanie się z ubezpieczycielem w celu poinformowania go o wybraniu nowego PCP. W razie potrzeby zespół opieki pediatrycznej/dla młodzieży chętnie w tym pomoże.

Jak można znaleźć lekarza podstawowej opieki?

- + Poproś krewnych lub przyjaciół o polecenie kogoś
- + Skontaktuj się z firmą ubezpieczeniową, aby uzyskać listę lokalnych świadczeniodawców w swojej okolicy.
- + Poproś zespół opieki pediatrycznej/dla młodzieży o polecenie kogoś

Możesz również w ten sam sposób znaleźć specjalistę przy pomocy swojego PCP.



Najważniejsze informacje

Co się stanie, kiedy skończę 18 lat?

W przypadku każdej osoby rozmowy o zmianie opieki mogą rozpocząć się w różnym wieku, poniżej przedstawiono jednak niektóre obowiązki, które bierze na siebie osoba kończąca 18 lat.* Uczucie niepokoju spowodowane tymi zmianami jest zupełnie normalne, ale zespół opieki chętnie pomoże w tym procesie.

- + Stajesz się osobą dorosłą w rozumieniu prawa, co oznacza, że jesteś odpowiedzialny(-a) za wszystkie decyzje dotyczące Twojej opieki zdrowotnej.
- + Zespół zapewniający opiekę powinien rozmawiać o planie opieki bezpośrednio z Tobą i prosić Cię o zgodę (pozwolenie), jeśli będziesz chciał(a), aby omówili go również z rodzicem, członkiem rodziny lub zaufaną osobą.
- + To Ty decydujesz, kto będzie wiedział o Twojej opiece zdrowotnej. Jeśli chcesz podzielić się informacjami z rodzicem, członkiem rodziny, szkołą, pracodawcą, terapeutą lub inną osobą, podpiszesz formularz zgody na ujawnianie informacji, który określi, jakie informacje mogą zostać udostępnione i komu. Możesz zmienić zdanie w dowolnym momencie.
- + Jesteś odpowiedzialny(-a) za planowanie wizyt i dotrzymywanie ich terminów.
- + Sam(a) zarejestrujesz się na wizyty i podpiszesz własne formularze.
- + Zespół opieki skontaktuje się bezpośrednio z Tobą w sprawie wyników testów, badań laboratoryjnych i innych informacji.
- + W przypadku jakichkolwiek pytań lub wątpliwości będziesz kontaktować się ze swoim ubezpieczycielem. Będziesz musiał(a) wyrazić zgodę, jeśli zechcesz, aby Twój ubezpieczyciel mógł kontaktować się z rodzicem lub członkiem rodziny.

* Z wyjątkiem szczególnych sytuacji, kiedy ktoś może zostać Twoim opiekunem prawnym

Najważniejsze informacje

Co należy zrobić:

- + Zapoznaj się z informacjami o swoim ubezpieczeniu. Być może będziesz musiał zapytać lub porozmawiać z rodzicem lub opiekunem.
- + Zaktualizuj zarejestrowany w dokumentacji numer telefonu i adres e-mail, tak aby w sprawie wizyt i wyników zespół opieki zdrowotnej mógł kontaktować się bezpośrednio z Tobą.
- + Zapisz dane kontaktowe swojego lekarza w telefonie, aby móc skontaktować się z zespołem opieki zdrowotnej.
- + Zapoznaj się ze swoją historią chorób, wywiadem rodzinnym, przyjmowanymi lekami, alergiami i członkami zespołu opieki. Może to zająć trochę czasu.
- + Zarejestruj się w MyChart, portalu internetowym dla pacjentów, w którym można łatwo uzyskać dostęp do swoich informacji medycznych, przeglądać wyniki i wysyłać wiadomości do zespołu opieki. Dostęp rodzica do Twojego MyChart wygaśnie automatycznie, kiedy skończysz 18 lat, będziesz jednak mieć możliwość zezwolenia rodzicom jako pełnomocnikom na przeglądanie Twoich danych (jeśli tak zdecydujesz). Do MyChart można zarejestrować się na stronie: epicmychart.nychhc.org/mychart
- + Zastanów się nad wyborem pełnomocnika ds. opieki zdrowotnej, kogoś, komu ufasz, kto będzie podejmował decyzje za Ciebie, jeśli sam(a) nie będziesz w stanie tego zrobić. Może to być konieczne na przykład w sytuacji, gdy będziesz mieć operację w znieczuleniu. Dodatkowe informacje dostępne są na stronie health.ny.gov/publications/1430.pdf



Pierwsza wizyta

Co należy przynieść na pierwszą wizytę u lekarza podstawowej opieki dla dorosłych:

- + Dowód tożsamości (ID)
- + Kartę ubezpieczeniową lub informacje o ubezpieczeniu
- + Telefon lub notatnik (przydatne do zapisania planowanych wizyt w kalendarzu lub robienia notatek)
- + Listę leków lub butelki (jeśli przyjmujesz jakiekolwiek lekarstwa)
- + Listę alergii (w tym konkretne reakcje, które wystąpiły)
- + Podsumowanie informacji zdrowotnych od poprzedniego PCP (można je przesłać elektronicznie)
- + Adres i numer telefonu preferowanej apteki
- + Listę ewentualnych pytań

Jak przygotować się do pierwszej wizyty u lekarza podstawowej opieki dla dorosłych:

- + Sprawdź, czy lekarz podstawowej opieki zdrowotnej (PCP) podany w MyChart to wybrany przez Ciebie PCP.
- + Zadzwoń do swojego ubezpieczyciela, aby potwierdzić, że nowy PCP należy do sieci.
- + Znajdź dane kontaktowe zespołu podstawowej opieki dla dorosłych, takie jak adres, numer telefonu i godziny pracy.
- + Poproś swój zespół opieki pediatrycznej/dla młodzieży o udostępnienie Twoich informacji medycznych nowemu lekarzowi podstawowej opieki zdrowotnej dla dorosłych.
- + Jeśli nadal jesteś objęty(-a) ubezpieczeniem rodzica lub opiekuna, mogą oni otrzymywać powiadomienia o wizytach lub usługach opieki zdrowotnej. Porozmawiaj ze swoim PCP, czy chcesz, aby niektóre wizyty lub usługi pozostały poufne.



Pytania, jakie należy zadać podczas pierwszej wizyty u lekarza podstawowej opieki dla dorosłych:

- + Najlepszy sposób na umówienie się, zmianę terminu lub odwołanie wizyty
- + Zasady dotyczące spóźnień i niezgłoszenia się na wizytę
- + Możliwość wizyt tego samego dnia, wizyt bez wcześniejszego umawiania się lub wizyt w przypadku zachorowania
- + Opieka po godzinach i w sytuacji, gdy Twój lekarz jest niedostępny
- + Dostępne usługi poza podstawową opieką (np. pracownik socjalny, usługi w zakresie zdrowia psychicznego, zdrowia reprodukcyjnego, opieka ginekologiczna, odżywianie/dbanie o dobre samopoczucie itp.)

Wskazówki dotyczące pierwszej wizyty u lekarza podstawowej opieki dla dorosłych:

- + Przyjdź co najmniej 15 minut przed umówioną godziną wizyty, aby wypełnić dokumenty
- + Miej otwarty umysł
- + Zadawaj pytania, gdy czegoś nie rozumiesz
- + Zapoznaj się z nowym miejscem

Słowniczek

Chronione informacje zdrowotne (Protected Health Information, PHI):

Wszystkie Twoje informacje dotyczące opieki zdrowotnej objęte wyższym poziomem ochrony prywatności. Do udostępniania tych dokumentów innej osobie wymagana jest pisemna zgoda. Przykładowe dokumenty zawierające PHI to dokumentacja medyczna, wyniki badań laboratoryjnych i rachunki szpitalne.

Internista: Lekarz przyjmujący osoby dorosłe w ramach podstawowej opieki zdrowotnej.

Lekarz rodzinny: Lekarz, który przyjmuje dzieci i dorosłych w ramach podstawowej opieki zdrowotnej, może również zapewnić opiekę położniczą i ginekologiczną.

Opieka: Prawo, jakie zgodnie z przepisami przynajmniej się danej osobie do podejmowania decyzji dotyczących edukacji, finansów i opieki medycznej nad dzieckiem, osobą dorosłą niezdolną do podejmowania decyzji we własnym imieniu lub dorosłą osobą z niepełnosprawnością rozwojową.

Pediatra: Lekarz przyjmujący dzieci w ramach podstawowej opieki zdrowotnej.

Pełnomocnik ds. opieki zdrowotnej: Osoba wybrana przez pacjenta do podejmowania w jego imieniu decyzji dotyczących opieki zdrowotnej, jeśli on sam nie może podejmować takich decyzji.

Poufność: Prawo do ochrony informacji medycznych przed udostępnieniem ich innym osobom, chyba że pacjent wyrazi na to zgodę. W przypadku osób dorosłych w wieku 18 lat i starszych obejmuje to wszystkie informacje medyczne. W przypadku nastolatków poniżej 18 roku życia obejmuje to informacje dotyczące zdrowia seksualnego i reprodukcyjnego oraz niektóre informacje dotyczące zdrowia psychicznego. Istnieją pewne wyjątki, w których informacji nie można utrzymywać w tajemnicy, na przykład jeśli istnieje ryzyko, że wyrządzisz krzywdę sobie lub innym osobom, lub jeśli ktoś cię krzywdzi. Lekarz może zapewnić bardziej szczegółowe informacje na ten temat.

Praktyka: Placówka, w której jeden lub więcej świadczeniodawców opieki zdrowotnej przyjmuje pacjentów.

Przeniesienie opieki: Przejście od jednego świadczeniodawcy do innego.

Przenośne podsumowanie informacji zdrowotnych: Dokument zawierający przegląd ważnych informacji zdrowotnych dla nowych świadczeniodawców opieki. Można go przesłać elektronicznie i/lub przekazać w formie papierowej.

Specjalista: Świadczeniodawca przyjmujący pacjentów z określonymi schorzeniami. Są specjaliści, którzy opiekują się tylko dziećmi, tylko dorosłymi lub zarówno dziećmi, jak i dorosłymi.

Świadczeniodawca opieki dla młodzieży: Lekarz podstawowej opieki specjalizujący się w opiece zdrowotnej i dobrostanie młodzieży i młodych dorosłych (zwykle w wieku 12-25 lat, ale może się to różnić w zależności od kliniki).

Źródła pomocy/informacji

Got Transition:

Centrum zasobów zawierające informacje dla świadczeniodawców, młodzieży i rodzin obejmujące wszystkie aspekty przejścia od jednego świadczeniodawcy do innego. www.gottransition.org/

MyChart:

Portal pacjentów NYC Health + Hospitals, najwygodniejszy i najbezpieczniejszy sposób uzyskiwania dostępu do informacji o stanie zdrowia. epicmychart.nychhc.org/mychart

Informacje dotyczące pełnomocnika ds. opieki zdrowotnej:

Dokładne wyjaśnienie obowiązków pełnomocnika ds. opieki zdrowotnej oraz wskazówki, jak wypełnić i podpisać formularz. health.ny.gov/publications/1430.pdf

Strona internetowa poświęcona zdrowiu młodzieży Youth Health:

Strona internetowa dla młodzieży z dodatkowymi informacjami na temat opieki zdrowotnej. www.nycyouthhealth.org



Zeskanuj kod QR swoim smartfonem, aby uzyskać dostęp do tej broszury online, a także do „Przewodnika po ubezpieczeniach zdrowotnych dla młodych dorosłych” i „Poradnika dotyczącego sprawowania opieki”



~yj pełni, zdr owia.

NYC
HEALTH+
HOSPITALS

NYC | **YOUNG MEN'S
INITIATIVE**



*Zeskanuj kod QR swoim smartfonem,
aby uzyskać dostęp do broszury online!*



BĄDŹMY W KONTAKCIE. OBSERWUJ NAS.

www.nychealthandhospitals.org