

Kế hoạch chuẩn bị chuyển tiếp lành mạnh

Kế hoạch chuẩn bị chuyển tiếp dành
cho gia đình



Washington State Department of
Health

DOH 970-155 February 2014 Vietnamese

Giới thiệu về **Hướng Dẫn** này

Chương Trình Trẻ Em với Nhu Cầu Chăm Sóc Sức Khỏe Đặc Biệt (CSHCN) thuộc Sở Y tế Bang Washington hiểu rằng giai đoạn chuyển tiếp sang độ tuổi khôn lớn là thời gian thú vị đối với trẻ vị thành niên và thanh niên.

Giai đoạn chuyển tiếp này có thể bao gồm những thay đổi về nơi trẻ đi học, nơi trẻ làm việc, hoặc nơi trẻ sinh sống. Việc chuyển tiếp chăm sóc sức khỏe thường bao gồm thay đổi từ chăm sóc và các dịch vụ nhi khoa sang chăm sóc và các dịch vụ dành cho người lớn. Trẻ vị thành niên và thanh niên với những nhu cầu chăm sóc sức khỏe đặc biệt, cùng với gia đình của họ, cần biết rằng phải suy nghĩ nhiều và lên kế hoạch cho giai đoạn chuyển tiếp chăm sóc sức khỏe.

Tập sách này được thiết kế nhằm giúp các bậc cha mẹ bắt đầu nghĩ về việc chuyển tiếp chăm sóc sức khỏe và giúp con của họ lập kế hoạch chuyển tiếp chăm sóc sức khỏe để quá trình này sẽ là một quá trình thành công. Việc chuyển tiếp chăm sóc sức khỏe chỉ thật sự diễn ra tốt đẹp nếu chúng được thảo luận và lên kế hoạch. Để lên kế hoạch, bạn và gia đình của bạn cần tìm hiểu về những lựa chọn mới và cách thức mới để có các dịch vụ chăm sóc sức khỏe.



Một Chương mới

Lớn lên với một nhu cầu chăm sóc sức khỏe đặc biệt đặt ra nhiều thử thách cho con và gia đình của bạn.

Nhiều người bao gồm bạn, các bác sĩ, các điều phối viên chăm sóc, và nhà trị liệu đã giúp chăm sóc cho con của bạn và nhận thấy rằng trẻ đã được chăm sóc y tế cần thiết. Nhưng giờ đây trẻ đang lớn lên, đã đến lúc trẻ cần phải có trách nhiệm hơn trong việc chăm sóc sức khỏe của mình. Điều này liên quan đến các trách nhiệm và đặc quyền mới.

Một thay đổi quan trọng sẽ xảy ra trong vài năm tới là trẻ sẽ nói lời tạm biệt với bác sĩ nhi khoa của mình và chọn một bác sĩ chăm sóc cho người lớn để thay thế. Quá trình rời khỏi khoa nhi và sẵn sàng đến với các nhà cung cấp dịch vụ y tế định hướng cho người lớn được gọi là chuyển tiếp chăm sóc sức khỏe.

Việc chuyển tiếp chăm sóc sức khỏe rất quan trọng vì nó hỗ trợ các hoạt động mà con của bạn sẽ muốn thực hiện trong cuộc sống như sống tự lập, vào đại học, và có việc làm. Trên thực tế, việc chuyển tiếp chăm sóc sức khỏe có ý nghĩa nhiều hơn là việc nhận sự chăm sóc y tế từ các nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe được đào tạo để điều trị cho người lớn. Nó cũng liên quan đến việc trẻ có hiểu biết hơn về tình trạng sức khỏe của mình, chịu trách nhiệm về việc thực hiện các nhiệm vụ sức khỏe của mình, và có những quyết định đúng đắn về việc chăm sóc sức khỏe mà không cần nhiều sự hỗ trợ từ bạn và những người chăm sóc khác. Mục đích của hướng dẫn này là giúp các bậc cha mẹ giúp con mình thực hiện chuyển tiếp thành công từ việc chăm sóc sức khỏe nhi sang chăm sóc sức khỏe người lớn.

Những gợi ý dành cho **Cha mẹ**

Trẻ từ 12 đến 18 tuổi

Người khuyết tật trẻ tuổi và người trẻ tuổi với tình trạng chăm sóc sức khỏe mãn tính thường gặp bất lợi khi xin việc làm, cho dù họ muốn làm việc.

Kinh nghiệm làm việc trước đây, nhất là việc làm bán thời gian, rất quan trọng. Những kinh nghiệm này giúp người trẻ tuổi thu hút chủ lao động tương lai nhiều hơn và giúp họ nghĩ về bản thân mình như là thành viên trong đội ngũ lao động.

Theo một cuộc khảo sát dành cho thanh niên từ 12-18 tuổi được thực hiện cho Sở An Sinh Xã Hội, những thanh niên này, thậm chí cả những người có điều kiện sức khỏe cụ thể, báo cáo rằng họ rất quan tâm đến việc có việc làm. Trong tất cả các nhóm tuổi



được khảo sát, thiếu niên khuyết tật 13-14 tuổi quan tâm nhiều nhất đến các chương trình sẵn sàng cho nghề nghiệp. Những học sinh lớp bảy với nhu cầu sức khỏe đặc biệt trên thực tế có điểm số cao hơn về thái độ tích cực, mối quan tâm, và kỹ năng đối với việc làm hơn là những người bình thường. Tuy nhiên, khi trẻ lớn lên, điểm số giảm dần. Nghiên cứu này cho thấy rằng các chương trình hướng nghiệp và cơ hội việc làm bán thời gian nên hướng đến những người ở độ tuổi từ 13 đến 14 tuổi, là những người quan tâm đến việc

làm nhiều nhất.

Vậy bạn tận dụng sự quan tâm này và hướng nó vào công việc tập trung ở trường và cuối cùng là việc làm hữu ích như thế nào?

Bắt đầu với những công việc vặt quanh nhà. Hoàn tất thành công các công việc vặt là cách thể hiện tính độc lập cá nhân và có kinh nghiệm làm việc sớm tuyệt vời.

Những gợi ý dành cho cha mẹ của trẻ từ 12-18 tuổi **(tiếp theo)**

Khuyến khích và cùng trẻ tham gia vào các hoạt động tình nguyện trong cộng đồng. Con của bạn có thể bắt đầu bằng cách làm việc cho nhóm ủng hộ người khuyết tật như Sickle Cell Disease Association (Hiệp Hội Bệnh Hồng Cầu Liềm), Spina Bifida Association (Hiệp Hội về Nứt Đốt Sống), hoặc March of Dimes. Những cơ hội làm việc tình nguyện khác bao gồm thư viện công cộng, trung tâm bảo trợ động vật, nhà thờ, và các chương trình giải trí.

Tìm hiểu và tham gia các hoạt động hướng nghiệp và hỗ trợ nghề nghiệp. Khuyến khích trẻ trao đổi với các nhà tư vấn phục hồi nghề nghiệp trong cộng đồng của bạn. Kiểm tra những nguồn thông tin này và những nguồn thông tin khác với nhân viên tư vấn hướng dẫn ở trường học của trẻ.



Khuyến khích kinh nghiệm làm việc bán thời gian. Sử dụng các hoạt động tình nguyện như là một kinh nghiệm làm việc và là đòn bẩy để có việc làm được trả lương.

Thảo luận về mối quan hệ của sức khỏe tốt, thành công trong học tập, và việc làm tương lai như là một cách thức để đạt được mục tiêu cá nhân.

Những gợi ý dành cho **Cha mẹ**

Trẻ từ 15-18 tuổi

Ở độ tuổi này, điều quan trọng đối với trẻ là dành nhiều thời gian một mình với bác sĩ của trẻ và các nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe khác.

Điều này có nghĩa là trẻ sẽ phải tập cung cấp cho bác sĩ thông tin mà họ cần biết về cảm giác của trẻ, tự đặt câu hỏi khi cần thêm thông tin, trao đổi và đồng ý thực hiện theo các chương trình điều trị. Đến thời điểm này, với tư cách là cha mẹ, có thể bạn đặt câu hỏi và trả lời hầu hết các câu hỏi trong khi đến thăm khám với bác sĩ và quyết định chương trình điều trị nào mà bạn nghĩ rằng tốt nhất cho con của mình.

Trao đổi với trẻ về việc bắt đầu tập tự lập trong các lần thăm khám bác sĩ. Cho trẻ biết rằng bạn muốn trẻ tham gia nhiều hơn trong các cuộc hẹn thăm khám y tế, trả lời các câu hỏi của bác sĩ, và giúp có các quyết định về sức khỏe. Bạn cũng có thể hỏi xem trẻ có muốn tập trước những gì cần nói và phát triển một số câu hỏi trước khi đến thăm khám bác sĩ không.

Nếu con của bạn 16 hoặc 17 tuổi, bây giờ là lúc tìm hiểu về sự thay đổi quyền và trách nhiệm hợp pháp của trẻ khi trẻ 18 tuổi. Là một người lớn, trẻ có quyền được bảo mật hầu hết mọi thông tin y tế và thông tin khác về trẻ khỏi mọi người, kể cả cha mẹ.

Toàn bộ mục đích của chuyển tiếp chăm sóc sức khỏe là nhằm đem đến cho trẻ một nền tảng lành mạnh để xây dựng mục tiêu cuộc sống. Vào đại học hay trường dạy nghề có thể là một phần trong kế hoạch tương lai của trẻ. Nếu vậy, có một số điều mà bạn có thể làm để giúp việc chuyển tiếp sang một trường học mới và sang các nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe mới được dễ dàng hơn. Cho dù trẻ không đi học, một số gợi ý này có thể hữu ích.

Những gợi ý dành cho cha mẹ của trẻ từ 15-18 tuổi (tiếp theo)

Hãy bắt đầu với một số câu hỏi cơ bản để xem xét và chia sẻ với con của bạn:

- Trẻ sẽ cần dịch vụ chăm sóc y tế nào khi rời khỏi nhà?
- Trẻ có cần hỗ trợ về thể chất không?
- Trẻ có đang sử dụng thiết bị hỗ trợ cá nhân để giúp thực hiện các hoạt động sinh hoạt hàng ngày không?

Sau khi đã xác định được những gì trẻ cần, có thể đến lúc tìm hiểu xem liệu ở trường đại học mà bạn đang xem xét có những dịch vụ này không. Hầu hết các trường đại học đều có Văn Phòng dành cho Sinh Viên Khuyết Tật. Nên bắt đầu bằng việc liên lạc với văn phòng này. Một số trường

đại học đã rất cố gắng tạo sự thuận lợi, dễ dàng tiếp cận khu trường sở và các chương trình giáo dục của họ. Những trường đại học này thường có nhiều chương trình toàn diện hơn để giúp bạn điều chỉnh và thành công trong giai đoạn đại học.



Khi con của bạn được 18 tuổi

Sự riêng tư và Quyền giám hộ

Bạn có biết rằng sau khi con của bạn được 18 tuổi bạn, (cha mẹ) không còn tự động được phép tiếp cận thông tin sức khỏe cá nhân của con bạn không?

Sau khi trẻ được 18 tuổi, theo quy định của pháp luật, các nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe phải tôn trọng quyền bảo mật thông tin về sức khỏe cá nhân. Nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe không được cung cấp thông tin này cho cha mẹ trừ khi họ có văn bản cho phép làm như vậy. Trường hợp này có cả cơ hội và thử thách.

Quyền riêng tư về thông tin sức khỏe cá nhân có thể giúp nhắc nhở bạn và con của bạn thảo luận về những thay đổi trách nhiệm sẽ xảy ra vào ngày sinh nhật 18 tuổi của trẻ. Cuộc thảo luận này có thể làm rõ những giới hạn mà cha mẹ phải đương đầu và cách một thanh niên trẻ ở độ tuổi 18 trở thành người có trách nhiệm đối với việc quyết định y tế như thế nào.



Đối với một số thanh niên mà khả năng quyết định có hiểu biết bị sút giảm, thì việc hỗ trợ không chính thức có thể đủ. Điều này có thể bao gồm một mạng lưới gia đình và bạn bè cùng hỗ trợ và hướng dẫn. Điều quan trọng là cần nhận biết rằng các mạng lưới không chính thức này vẫn phải hoạt động trong phạm vi quy định của luật về quyền riêng tư. Các bước phát triển và duy trì mạng lưới không chính thức đó bao gồm việc ký tên vào các biểu mẫu "tiết lộ thông tin" để các thành viên trong gia đình được phép tiếp cận thông tin

y tế nếu người thanh niên quyết định như vậy.

Những thanh niên khác mà khả năng quyết định có hiểu biết bị giới hạn hơn, có thể cần hỗ trợ chính thức được cung cấp thông qua quyền giám hộ. Quyền giám hộ là một quy trình pháp lý rất mất thời gian và tiền bạc và phải nộp đơn đề nghị chính thức.

Giờ đây con bạn được mười hai tuổi

Bảng kế hoạch chuyển tiếp của thanh niên

Sức khỏe		Những điều tôi cần phải biết hoặc thực hiện	Liệu người khác sẽ phải làm điều này cho tôi không?	Tôi sẽ hoàn thành trước (ngày tháng)	Xong
1. Tôi hiểu rõ nhu cầu chăm sóc sức khỏe của tôi.	Có Không		Có Không		
2. Tôi giải thích nhu cầu đặc biệt của mình cho người khác.	Có Không		Có Không		
3. Tôi cho (các) bác sĩ biết về sức khỏe hiện tại của mình và có thể trả lời các câu hỏi của họ.	Có Không		Có Không		
4. Tôi biết tên của (các) bác sĩ của mình.	Có Không		Có Không		
5. Tôi uống thuốc có sự giám sát.	Có Không		Có Không		
6. Tôi biết tên của (các) loại thuốc mà tôi uống và tác dụng phụ có thể có.	Có Không		Có Không		
7. Tôi biết khi nào tôi ốm.	Có Không		Có Không		
8. Tôi đem theo một bản sao thẻ bảo hiểm của mình.	Có Không		Có Không		
9. Tôi đem theo bản tóm tắt thông tin y tế của mình.	Có Không		Có Không		
10. Tôi đang học cách tự xếp lịch các cuộc hẹn của mình.	Có Không		Có Không		

Sống tự lập		Những điều tôi cần phải biết hoặc thực hiện	Liệu người khác sẽ phải làm điều này cho tôi không?	Tôi sẽ hoàn thành trước (ngày tháng)	Xong
1. Tôi chú ý đến nhu cầu cá nhân của chính mình hoặc biết cách đề nghị	Có Không		Có Không		
2. Tôi biết số điện thoại và địa chỉ của mình.	Có Không		Có Không		
3. Tôi biết cách yêu cầu hỗ trợ trong trường hợp khẩn cấp, kể cả gọi 911.	Có Không		Có Không		
4. Tôi chịu trách nhiệm làm bài tập về nhà của mình.	Có Không		Có Không		
5. Tôi nghĩ về những điều tôi muốn làm khi lớn lên.	Có Không		Có Không		
6. Tôi đang học cách chọn lựa.	Có Không		Có Không		
7. Tôi dành thời gian với bạn bè của mình.	Có Không		Có Không		
8. Tôi làm việc vặt ở nhà.	Có Không		Có Không		

Giờ đây con của bạn được mười lăm tuổi

Bảng kế hoạch chuyển tiếp của thanh niên

Sức khỏe		Những điều tôi cần phải biết hoặc thực hiện	Liệu người khác sẽ phải làm điều này cho tôi không?	Tôi sẽ hoàn thành trước (ngày tháng)	Xong
1. Tôi hiểu rõ nhu cầu chăm sóc sức khỏe của tôi.	Có Không		Có Không		
2. Tôi giải thích nhu cầu đặc biệt của mình cho người khác.	Có Không		Có Không		
3. Tôi cho (các) bác sĩ biết về sức khỏe hiện tại của mình và có thể trả lời các câu hỏi của họ.	Có Không		Có Không		
4. Tôi biết tên của (các) bác sĩ của mình.	Có Không		Có Không		
5. Tôi uống thuốc có sự giám sát.	Có Không		Có Không		
6. Tôi biết tên của (các) loại thuốc mà tôi uống và tác dụng phụ có thể có.	Có Không		Có Không		
7. Tôi biết khi nào tôi ốm.	Có Không		Có Không		
8. Tôi đem theo một bản sao thẻ bảo hiểm của mình.	Có Không		Có Không		
9. Tôi đem theo bản tóm tắt thông tin y tế của mình.	Có Không		Có Không		
10. Tôi đang học cách tự xếp lịch các cuộc hẹn của mình.	Có Không		Có Không		

Sống tự lập		Những điều tôi cần phải biết hoặc thực hiện	Liệu người khác sẽ phải làm điều này cho tôi không?	Tôi sẽ hoàn thành trước (ngày tháng)	Xong
1. Tôi chú ý đến nhu cầu cá nhân của chính mình hoặc biết cách đề nghị	Có Không		Có Không		
2. Tôi biết số điện thoại và địa chỉ của mình.	Có Không		Có Không		
3. Tôi biết cách yêu cầu hỗ trợ trong trường hợp khẩn cấp, kể cả gọi 911.	Có Không		Có Không		
4. Tôi chịu trách nhiệm làm bài tập về nhà của mình.	Có Không		Có Không		
5. Tôi nghĩ về những điều tôi muốn làm khi lớn lên.	Có Không		Có Không		
6. Tôi đang học cách chọn lựa.	Có Không		Có Không		
7. Tôi dành thời gian với bạn bè của mình.	Có Không		Có Không		
8. Tôi làm việc vặt ở nhà..	Có Không		Có Không		

Tìm kiếm & Sử dụng Chăm Sóc Sức Khỏe dành cho Người Lớn

Khi đến tuổi trưởng thành, nhiều trẻ sẽ chuyển từ chăm sóc bởi bác sĩ nhi khoa sang chăm sóc y tế dành cho người lớn.

Việc chuyển đến một thị trấn khác do phải đi học hoặc đổi việc làm cũng sẽ tạo ra nhu cầu tìm một bác sĩ mới, nhất là nếu chẳng may bạn lớn lên với các vấn đề sức khỏe mãn tính. Vì vậy, làm thế nào bạn tìm được một bác sĩ để đáp ứng nhu cầu y tế của mình mà được gói bảo hiểm y tế của bạn chi trả, và là người sẽ chăm sóc cho bạn theo như bạn đang tìm kiếm?

Trước khi bạn bắt đầu tìm kiếm một bác sĩ mới, hãy nghĩ về những điều bạn muốn:

- Địa điểm của văn phòng bác sĩ có quan trọng không? Bạn có cần trợ giúp với vấn đề chuyên chở không? Bạn có cần một văn phòng mà xe lăn có thể vào được hoặc bạn có cần hỗ trợ đặc biệt khác tại văn phòng của bác sĩ không? Giờ làm việc tại văn phòng có thuận tiện không? Làm thế nào để bạn liên lạc với bác sĩ vào những giờ khác? Bạn muốn sử dụng bệnh viện nào, và bác sĩ này có trong đội ngũ nhân viên làm việc ở đó không?
- Bạn có muốn một người kiên nhẫn với bạn khi bạn đến khám hay bạn có thoải mái khi được thăm khám bởi một người "giỏi" về chuyên môn nhưng có lẽ không có thái độ phục vụ bệnh nhân tốt nhất không?
- Việc bác sĩ mới này am hiểu về nhu cầu chăm sóc sức khỏe đặc biệt của bạn có quan trọng không hay bạn cho rằng bạn có thể cung cấp thông tin đó hoặc kết nối bác sĩ mới với những người có thể có ý kiến y khoa sáng suốt?



Những cách thức tìm kiếm bác sĩ mới bao gồm:

- Hỏi bác sĩ hiện tại của bạn.
- Thử tìm hiểu về bác sĩ mà cha mẹ của bạn hoặc các thành viên khác trong gia đình đến thăm khám.

Tìm kiếm & Sử dụng Chăm Sóc Sức Khỏe dành cho Người Lớn (tiếp theo)

- Gọi cho nhóm hỗ trợ gia đình hoặc cơ quan đảm trách về người lớn khuyết tật và kiểm tra xung quanh.
- Đề nghị người lớn có nhu cầu sức khỏe tương tự như của bạn giới thiệu.
- Tham khảo tập sách nhỏ của công ty bảo hiểm y tế về các nhà cung cấp được chấp thuận.
- Hỏi nhân viên tư vấn Phục Hồi Nghề Nghiệp.
- Tìm một trung tâm sức khỏe trường đại học (đôi khi có những nghiên cứu khảo sát đang được thực hiện có chương trình chăm sóc miễn phí).
- Liên hệ với Hội Y Tế tại địa phương, Viện Bác Sĩ Gia Đình Hoa Kỳ, hoặc Hội Y Tế Nội Khoa qua các Trang Vàng hoặc trên trang web quốc gia của họ.



Do sức khỏe của bạn phụ thuộc vào dịch vụ y tế mà bạn nhận được, nên điều quan trọng là bạn phải thoải mái khi trao đổi với bác sĩ mới của bạn và cảm thấy rằng họ hiểu được các mối quan ngại của bạn. Cân nhắc xếp lịch hẹn phỏng vấn "làm quen" trước khi bạn có quyết định chọn lựa cuối cùng về một bác sĩ mới. Bạn sẽ phải trả tiền cho lần thăm khám này, vì KHÔNG được chi trả bởi các phúc lợi bảo hiểm.

Thời gian phỏng vấn lý tưởng là khoảng 15 đến 30 phút và không nên làm phí thời gian của bạn hoặc của bác sĩ. Thời gian tốt nhất để đến thăm khám với một bác sĩ mới là khi điều kiện sức khỏe của bạn ổn định để bạn không đề nghị chăm sóc khẩn cấp hoặc trong khi bạn chỉ đang xem xét liệu mối quan hệ này có thể tiếp tục phát triển hay không.

Nghĩ về (và viết ra) những câu hỏi quan trọng đối với bạn:

- Bác sĩ có am hiểu về những vấn đề sức khỏe của bạn không và/hoặc có sẵn sàng tìm hiểu từ bạn và từ các bác sĩ trước không?
- Bạn có thích phong cách giao tiếp với bác sĩ và tại văn phòng không?
- Bạn có hài lòng với phòng mạch của bác sĩ và việc tiếp cận trong trường hợp khẩn cấp hoặc trong tình huống cấp cứu không?
- Bạn có được vào bệnh viện và thăm khám với các chuyên gia nếu bạn cần không?

Tìm kiếm & Sử dụng Chăm Sóc Sức Khỏe dành cho Người Lớn (tiếp theo)

Những bác sĩ muốn chăm sóc cho trẻ khác với những bác sĩ muốn chăm sóc cho người lớn. Vì lý do này, thanh niên đang tìm kiếm dịch vụ chăm sóc sức khỏe cần có các kỹ năng nhất định:

- Khả năng và sự sẵn lòng trao đổi với bác sĩ về tiền sử, các triệu chứng hiện tại, phong cách sống, và cách tự chăm sóc của bạn chỉ trong vài phút (bao gồm việc mang theo hồ sơ và tóm tắt tiền sử bệnh lý của bạn).
- Khả năng đặt câu hỏi về tình trạng của bạn và tác động của nó lên việc học tập ở trường, công việc, giải trí, và đời sống xã hội của bạn.
- Khả năng trao đổi với bác sĩ về nhu cầu của bạn đối với giáo dục, công nghệ và tiện nghi ăn ở cũng như việc điều kiện của bạn ảnh hưởng hoặc có thể bị ảnh hưởng bởi những vấn đề khác như thế nào.
- Sự sẵn lòng thực hiện theo các đề nghị y khoa mà bạn và bác sĩ của bạn đã cùng phát triển.
- Khả năng tự lập hơn trong việc tiếp tục liên hệ với các bác sĩ khác mà bạn được giới thiệu tới và luôn cập nhật thông tin cho các cơ quan.
- Tham gia nhiều hơn vào việc giữ gìn sức khỏe với việc kiểm soát chế độ ăn uống và cân nặng, hạn chế những hành vi tiềm ẩn rủi ro (như uống rượu, hút thuốc, uống thuốc không được kê toa, hoặc quan hệ tình dục không an toàn), và nhận sự trợ giúp khi bạn cảm thấy tức giận, cô đơn hoặc buồn bã trong thời gian dài.
- Ý thức hơn về các triệu chứng thể chất và tinh thần cũng như những nhu cầu về sức khỏe của bạn trước khi bạn có vấn đề khủng hoảng y tế nghiêm trọng và biết nếu bạn không thể (người chăm sóc sức khỏe thay thế).
- Hiểu được những phúc lợi/chương trình bảo hiểm chăm sóc sức khỏe của bạn có ích cho bạn như thế nào: khi nào cần gọi điện để được chấp thuận trước, cách đề nghị hoàn trả, những dịch vụ nào không được chi trả, và cách nộp đơn kháng cáo nếu bạn không đồng ý với quyết định từ chương trình.
- Nhận biết được rằng khi bạn có nhiều khả năng quản lý việc chăm sóc của bạn mà bạn, chứ không phải cha mẹ của bạn, nên thu xếp cuộc hẹn thăm khám y tế, hiểu rõ nhất về nhu cầu sức khỏe của bạn, biết được khi nào cần đề nghị hướng dẫn giải quyết vấn đề, và chứng tỏ rằng bạn có đủ khả năng và năng lực và sẵn sàng trưởng thành!

Y Tế Gia Đình Những thông điệp quan trọng

Y Tế Gia Đình là gì?

Y Tế Gia Đình là một cách thức cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe ban đầu thông qua 'mối quan hệ đối tác nhóm' nhằm đảm bảo các dịch vụ chăm sóc sức khỏe được cung cấp một cách có chất lượng cao và toàn diện.

Ai có thể cung cấp Y Tế Gia Đình?

Nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc (bác sĩ hoặc y tá hành nghề) chính hướng dẫn chăm sóc y tế tại nhà với sự hỗ trợ và hướng dẫn của bệnh nhân, gia đình của bệnh nhân, nhân viên phòng khám, các cơ quan cộng đồng, và các nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc chuyên khoa khác.

Các thành phần cốt lõi của Y Tế Gia Đình là gì?

Dễ tiếp cận & Liên tục

- Sự chăm sóc được cung cấp trong cộng đồng.



- Những thay đổi về nhà cung cấp hoặc công ty bảo hiểm được điều chỉnh phù hợp theo thông lệ y tế gia đình.

Được phối hợp chặt chẽ & Toàn diện

- Các nhu cầu chăm sóc phòng bệnh, chăm sóc cấp tính, chăm sóc chuyên khoa, và chăm sóc tại bệnh viện được giải quyết.
- Một chương trình chăm sóc được triển khai với bệnh nhân, gia đình, và các nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc khác có liên quan cùng các cơ quan, nếu cần.
- Có thể tiếp cận các dịch vụ chăm sóc 24 giờ một ngày, 7 ngày trong tuần.
- Có thể tiếp cận hồ sơ y tế của bệnh nhân, nhưng vẫn duy trì tính bảo mật.

Hướng trọng tâm vào gia đình

- Gia đình và cá nhân khách hàng đều tham gia vào tất cả các cấp độ thực hiện quyết định.

Đồng cảm & Có hiệu quả về văn hóa

- Nhu cầu về văn hóa của bệnh nhân và gia đình được nhận biết, đánh giá cao, tôn trọng, và kết hợp trong việc chăm sóc được cung cấp.
- Cố gắng nỗ lực tìm hiểu và đồng cảm với cảm giác và quan điểm của bệnh nhân và gia đình.

Y Tế Gia Đình Những thông điệp quan trọng (Tiếp theo)

Những lợi ích của Y Tế Gia Đình là gì?

Đẩy mạnh sức khỏe thông qua phòng bệnh

- Các dịch vụ phòng bệnh như kiểm tra sức khỏe hàng năm, khám tầm soát phát triển, giáo dục y tế, chủng ngừa, chăm sóc trẻ khỏe mạnh, các dịch vụ y tế và các dịch vụ trong cộng đồng khác giúp duy trì sức khỏe tối ưu.
- Những phụ nữ có nguồn chăm sóc sức khỏe thường xuyên có nhiều khả năng tiếp cận dịch vụ chăm sóc trước khi sinh hơn.¹
- Bất kể độ tuổi, giới tính, chủng tộc, hoặc tình trạng kinh tế xã hội—tất cả mọi người đều có thể nhận được nhiều dịch vụ chăm sóc sức khỏe cấp tính, mãn tính, và phòng bệnh thông qua y tế gia đình.²

Trẻ em và Gia đình Khỏe mạnh hơn

- Trong số những trẻ có nhu cầu chăm sóc sức khỏe đặc biệt (CSHCN), trẻ có y tế gia đình ít bị chăm sóc chậm trễ, ít gặp vấn đề tiếp cận dịch vụ chăm sóc, ít tình trạng không đáp ứng nhu cầu sức khỏe hơn, và ít tình trạng không đáp ứng nhu cầu dịch vụ hỗ trợ gia đình hơn.³
- Trong một nghiên cứu về y tế gia đình trong nhóm CSHCN, cha mẹ cho biết việc cung cấp dịch vụ chăm sóc được cải thiện, giảm số ngày làm việc bị nghỉ, và giảm trường hợp nhập viện.⁴

Giảm chi phí chăm sóc sức khỏe

- Tỷ lệ trẻ được chăm sóc trong chương trình y tế gia đình có khả năng đến phòng cấp cứu hoặc nhập viện chỉ bằng một nửa.⁴
- Được chăm sóc sức khỏe thông qua chương trình bảo hiểm y là không đủ để tránh chi phí chăm sóc cấp tính và điều trị – những vấn đề khác như chất lượng chăm sóc và mối quan hệ với bác sĩ chăm sóc chính cũng ảnh hưởng đến việc sử dụng và chi phí của các dịch vụ chăm sóc sức khỏe.⁵

1 Braveman, P., Marchi K., Egerter S, Pearl M, Neuhaus J, Barriers to timely prenatal care among women with insurance: the importance of prepregnancy factors. *Obstetrics and Gynecology*. 2000; 95:874-880

2 Kahn, Norman (2004). *The Future of Family Medicine: A Collaborative Project of the Family Medicine Community*.

3 Strickland, B., et al. (2004). Access to the Medical Home: Results of the National Survey of Children With Special Health Care Needs. *Pediatrics* 113:5 (1485-1992).

4 Palfrey, J., et al (2004). The Pediatric Alliance for Coordinated Care: Evaluation of a Medical Home Model. *Pediatrics*. 113:5 (1507-1516).

5 Starfield, B & Shi, L (2004) *The Medical Home, Access to Care and Insurance. A Review of Evidence*. *Pediatrics*. 113: 1493-1498 Revised: July 2007

Danh sách Nguồn thông tin về việc Chuyển tiếp

Loại	Tựa đề hoặc Mô tả
Tạp chí	Exceptional Parent, vol. 38, Issue 11, “What To Do When Your Child Turns 18,” Harry S. Margolis and Eric Prichard, pp. 24–26
Tạp chí	Exceptional Parent, vol. 38, Issue 10, “Transition Planning, Special Education Law and Its Impact On Your Child,” Terry Schmitz, pp. 37 – 39
Tạp chí	Exceptional Parent, vol. 39, Issue 01, 2009 Annual Resource Guide.
Trang web	http://depts.washington.edu/healthtr
Trang web	http://hctransitions.ichp.ufl.edu

Khung thời gian đề nghị cho **Thanh** **thiếu niên** khuyết tật

Trước khi 14 tuổi

- 1.** Phát triển kế hoạch chuyển tiếp của bạn cho việc học đến sau khi học xong đối với IEP của bạn.
- 2.** Nhận lời mời tham gia IEP.

Trước khi 17 tuổi

- 1.** Tìm hiểu về các lựa chọn tài trợ chăm sóc sức khỏe có sẵn dành cho bạn sau khi bạn 18 tuổi.
- 2.** Liên hệ Phòng Phục Hồi Nghề Nghiệp trước học kỳ mùa Thu trước khi tốt nghiệp.
- 3.** Nếu quyền giám hộ đầy đủ hoặc có giới hạn đang được xem xét, hãy bắt đầu các thủ tục hai tháng trước khi được 18 tuổi.
- 4.** Thảo luận về quyền và trách nhiệm pháp lý của bạn khi được 18 tuổi (tuổi trưởng thành hợp pháp).

Trước khi 18 tuổi

- 1.** Trong tháng khi bạn được 18 tuổi, tìm hiểu xem bạn có đủ điều kiện được nhận SSI hay không.
- 2.** Nếu bạn đủ điều kiện được nhận SSI, tìm hiểu về các chương trình ưu đãi việc làm của họ.
- 3.** Nếu bạn sẽ sống xa nhà (như vào đại học), hãy đề nghị bất kỳ tiện nghi ăn ở nào mà bạn sẽ cần.

Những điều khác về việc Chuyển tiếp

Như được mô phỏng một phần, với sự cho phép từ Sáng Kiến Chuyển Tiếp Chăm Sóc Sức Khỏe của Viện Chính Sách Chăm Sóc Trẻ Em (ICHP) tại Đại Học Florida. Tác giả: John G. Reiss, Ph.D. – Tác giả (ICHP/UF), Randal Miller – Điều phối viên dự án (ICHP/UF), Sở Y Tế Florida, Dịch Vụ Y Tế Nhi Đồng, Susan J. Redmon, R.N., M.P.H. – Quản Lý Hợp Đồng Theo Chương Trình.

Bản quyền © 2010. Sở Y Tế & Phúc Lợi Idaho. Giữ toàn quyền.

Được phép sao chép không giới hạn chỉ nhằm mục đích giáo dục hoặc sử dụng cá nhân. Không để bán lại. Bạn được phép in lại bất kỳ tài liệu nào trong hướng dẫn này nếu bạn sử dụng nhằm mục đích phi thương mại, với điều kiện là các tác giả, ICHP tại trường Đại Học Florida, Sở Y Tế Florida, Dịch Vụ Y Tế Nhi Đồng, và Chương Trình Sức Khỏe Đặc Biệt của Trẻ Em Idaho được công nhận đầy đủ.

Ấn bản này được hỗ trợ bởi Khoản tài trợ Số B04MC17033 từ Bộ Y Tế và Dịch Vụ Nhân Sinh Hoa Kỳ, Quản Lý Nguồn Thông Tin về Sức Khỏe & Dịch Vụ (HRSA). Những nội dung của tài liệu là trách nhiệm duy nhất của tác giả và không nhất thiết trình bày quan điểm chính thức của HRSA. Chi phí có sẵn từ Sở Y Tế và Phúc Lợi Idaho, IDHW/1000-16598-4/17.

Bảng kế hoạch chuyển tiếp CSHCN. Các bảng này sẽ giúp bạn và con của bạn suy nghĩ về mục tiêu tương lai và nhận biết những việc mà họ sẽ làm lúc này để có trách nhiệm hơn về sức khỏe của mình. Các bảng này sẽ giúp bạn tìm hiểu xem bạn và gia đình của bạn cần phải làm thêm điều gì vào lúc này và trong vài năm tới để khi trẻ trở thành thanh niên, bạn đã sẵn sàng cho việc chuyển tiếp từ chăm sóc sức khỏe định hướng nhi khoa sang định hướng người lớn; và trẻ sẵn sàng để làm việc và sống tự lập hơn.

Trên trang web

Trang web về Chương Trình Sức Khỏe Đặc Biệt Của Trẻ

Trang web này có thông tin về Chương Trình Sức Khỏe Đặc Biệt của Trẻ.

Trang web về Đào Tạo Chuyển Tiếp Chăm Sóc Sức Khỏe

hctransitions.ichp.ufl.edu

Trang web này do trường Đại Học Florida phát triển cho trẻ vị thành niên, cha mẹ và chuyên gia. Trang này có nhiều thông tin về việc chuyển tiếp và một số video về những trẻ vị thành niên chịu trách nhiệm về sức khỏe của mình.

Câu chuyện của Jim

video.ichp.ufl.edu/JimStory2.htm

Video trực tuyến dài 10 phút này nói về một người đàn ông trẻ mắc chứng Xơ Nang.

Đại học và xa hơn nữa

video.ichp.ufl.edu/collegeandbeyond.htm

Video trực tuyến dài 20 phút này nói về Jeff, một người đàn ông trẻ mắc khuyết tật thể chất nghiêm trọng. Khi lớn lên, Jeff đã học cách chịu trách nhiệm về sức khỏe của mình và có những quyết định y khoa với bác sĩ của anh. Điều này đã giúp anh có thể tự lập và thành công khi học đại học. Giờ đây anh chuẩn bị tốt nghiệp và có việc làm!

Trang Web về Sức Khỏe và Sẵn Sàng Làm Việc

www.hrtw.org

Trang web này có nhiều thông tin về việc sống khỏe mạnh và sẵn sàng cho tương lai!