



كيف يمكنني التجهيز للانتقال لرعاية البالغين في نظام الرعاية الصحية؟<sup>2,3</sup>  
❖ ابدأ التخطيط مبكرًا:

- قم بتقديم مفهوم الانتقال في الرعاية الصحية في سن 13 عامًا تقريبًا.
- عزز حس المسؤولية.

❖ شجع على الاستقلالية:

- نمي مهارات الاستقلال الذاتي.
- إ طرح الأسئلة أثناء مواعيد الطبيب.

ما هو الانتقال في نظام الرعاية الصحية؟

- هو عملية الانتقال من بيئة الرعاية الصحية للأطفال إلى بيئة الرعاية الصحية للبالغين.<sup>1</sup>
- يهدف الى تطوير مهارات إدارة الصحة الذاتية لدى الشباب لاستخدام الخدمات الصحية بفاعلية.<sup>2</sup>

مراحل الانتقال في الرعاية الصحية:

مرضى بالغ

التخطيط

بناء الاستقلالية

التحضير

26 - 18

21- 18

18 -16

18 - 14

14 -12

العمر (بالسنوات)

دليل مرحلة الانتقال في نظام الرعاية الصحية



رهام أبو عتيق

أخصائية علاج طبيعي، طالبة دكتوراه في

جامعة واشنطن

البريد الإلكتروني: [rabout@uw.edu](mailto:rabout@uw.edu)



شكر وتقدير:

نتوجه بالشكر إلى العائلات والشباب الشرق أوسطيين من ذوي التحديات الخاصة وعوائلهم الذين شاركونا أفكارهم وصورهم.

حقوق طبع ونشر الصور:

جميع الصور المستخدمة في هذا المنشور تم استخدامها بإذن صريح من الشباب والعائلات الشرق أوسطيين

المراجع:

1. Betz CL. تخطيط انتقال الرعاية الصحية للمراهقين والبالغين الناشئين ذوي الإعاقات الذهنية والإعاقات التنموية: التميزات والتحديات. مجلة المتخصصين في تمرير الأطفال. 2023;(3)28:12415. e
2. Got Transition @. العناصر الأساسية الستة لانتقال الرعاية الصحية. تم الوصول إليه في 5 نوفمبر 2024.

[https://www.gottransition.org/six-core-elements/](https://www.gottransition.org/six-core-elements/)

3. Berens J, Wozow C, Peacock C. الانتقال إلى الرعاية الصحية للبالغين. عيادات الطب الفيزيائي وإعادة التأهيل. 2020;(1)31:170-159.

مصادر مفيدة لمرحلة الانتقال في نظام الرعاية الصحية:

1. @Got Transition : مركز موارد وطني لانتقال الرعاية الصحية يهدف إلى تحسين مرحلة انتقال الرعاية الصحية. يوفر أدوات وموارد بالإنجليزية.



2. مركز الانتقال إلى الرعاية الصحية للبالغين للشباب ذوي الإعاقات: هذا المركز يساعد البالغين من ذوي الإعاقات من خلال توفير التدريب والموارد بالإنجليزية.



3. دليل وموارد انتقال الرعاية الصحية من مستشفى الأطفال في سياتل (بالإنجليزية).



يتبع...ماذا يجب أن أفعل؟ 2، 3

❖ **تدرب على مهارات الانتقال:**

- تعلم كيفية جدولة مواعيدك الطبية.
- تدرب على تعبئة نماذجك الطبية.
- تعرف على تطبيقات المرضى الإلكترونية.

❖ **اعرف تاريخك الطبي:**

- تشخيصك وأدويةك
- أي حساسية لديك.

❖ **ابحث عن خيارات تأمين الصحي**

تناسبك.

❖ **ابحث عن مقدمي رعاية صحية للبالغين**

ملانمين واسال الآخرين.