

Individueel Transitieplan voor Jongeren

Naam: _____

Datum van invullen: _____

A. MIJN AANDOENING

	echt niet!	klein beetje	ja, ongeveer	echt wel!	<i>Ik wil hier aan werken</i>	n.v.t.	Toelichting
1. Ik kan mijn aandoening beschrijven.							
2. Ik begrijp wat mijn arts vertelt.							
3. Ik weet welke medicijnen ik gebruik.							
4. Ik weet waar mijn medicijnen voor zijn.							
5. Ik ken de bijwerkingen van mijn medicijnen.							
6. Ik weet hoe het met mijn aandoening zou kunnen gaan als ik volwassen ben.							
7. Ik weet welke zorg ik kan verwachten als ik naar hulpverlening voor volwassenen over ga. (met welke personen ik te maken krijg, wat er verandert, etc.)							
8. Ik weet waarom ik onder controle moet blijven in het ziekenhuis.							

B. MIJN ALGEMENE GEZONDHEID

	echt niet!	klein beetje	ja, ongeveer	echt wel!	<i>Ik wil hier aan werken</i>	n.v.t.	Toelichting
9. Ik weet hoe ik moet omgaan met pijn.							
10. Ik weet hoe ik moet omgaan met moeheid.							
11. Ik weet hoe ik moet omgaan met andere lichamelijke klachten. (ziektespecifiek; zelf in te vullen)							
12. Ik weet wat het belang is van een gezonde leefstijl (lichaamsbeweging, voeding, etc.) voor mijn algemene gezondheid en voor mijn aandoening.							
13. Ik ken de risico's van roken, alcohol en drugs gebruik voor mijn algemene gezondheid en mijn aandoening.							

C. MIJN ZELFSTANDIGHEID

	echt niet!	klein beetje	ja, ongeveer	echt wel!	<i>Ik wil hier aan werken</i>	n.v.t.	Toelichting
14. Ik stel zelf vragen tijdens het consult.							
15. Ik vertel de arts of verpleegkundige wat ik voel en denk.							

<p>16. Ik zie mijn behandelaar bij iedere afspraak even alleen.</p>						
<p>17. Als mijn klachten verergeren, weet ik hoe ik hulp kan krijgen.</p>						
<p>18. Ik weet wat ik moet regelen als ik een tijdje van huis ben, ga logeren of op vakantie ga (bijvoorbeeld medicijnen, vaccinaties, verzekeringen, doktersverklaringen, recepten en materialen).</p>						
<p>19. Ik vraag zelf om een recept als mijn medicijnen op zijn.</p>						
<p>20. Ik haal mijn medicijnen zelf op bij de apotheek.</p>						
<p>21. Ik denk zelf aan het innemen van mijn medicijnen.</p>						
<p>22. Ik weet wat ik moet doen als ik mijn medicijnen een keer vergeet.</p>						
<p>23. Indien nodig kan ik mezelf thuis behandelen.</p>						

<p>24. Ik houd bij wanneer ik een afspraak in het ziekenhuis of revalidatiecentrum heb.</p>						
<p>25. Ik houd mij aan de afspraken die ik met mijn arts of verpleegkundige gemaakt heb.</p>						
<p>26. Ik weet wat de risico's zijn voor mijn gezondheid als ik me niet aan de afspraken met de arts of verpleegkundige houd.</p>						
<p>27. Ik heb iemand om mee te praten als ik me verdrietig voel of ergens van baal.</p>						
<p>28. Ik kan omgaan met pesterijen.</p>						
<p>29. Ik kom voor mijzelf op en geef mijn grenzen aan.</p>						
<p>30. Ik voel me zeker over mijn uiterlijk.</p>						
<p>31. Ik bepaal zelf hoe ik voor mijzelf zorg en wat goed voor mij is.</p>						
<p>32. Ik ken mijn rechten en plichten rond de behandeling (informatieverstrekking, privacy, besluitvorming en toestemming).</p>						

33. Ik weet welke organisaties jongeren met mijn aandoening ondersteunen.						
--	--	--	--	--	--	--

VANAF HIER KAN ER OOK GEKOZEN WORDEN VOOR HET GEBRUIK VAN HET ROTTERDAM TRANSITIEPROFIEL JONGERENINVULVERSIE

D. MIJN BIJDRAGE THUIS

	echt niet!	klein beetje	ja, ongeveer	echt wel!	<i>Ik wil hier aan werken</i>	n.v.t.	Toelichting
34. Ik ben verantwoordelijk voor één of meer huishoudelijke karweitjes.							
35. Ik doe boodschappen.							
36. Ik kook zelf.							
37. Als ik op mezelf ga wonen, weet ik welke aanpassingen en voorzieningen er nodig zijn.							

E. MIJN SCHOOL & WERK

	echt niet!	klein beetje	ja, ongeveer	echt wel!	<i>Ik wil hier aan werken</i>	n.v.t.	Toelichting
38. Ik red me met school, bijv. met de reis ernaar toe, huiswerk, gymnastiek, vrienden enz.							

39. Ik weet wat ik wil gaan doen als ik klaar ben met school.							
40. Ik heb een bijbaantje.							
41. Ik weet welke gevolgen mijn aandoening kan hebben voor mijn opleiding en het vinden van een baan.							
42. Ik weet hoe en wat ik een werkgever of mentor vertel over mijn aandoening.							

F. MIJN GELD & MOBILITEIT

	echt niet!	klein beetje	ja, ongeveer	echt wel!	<i>Ik wil hier aan werken</i>	<i>n.v.t.</i>	<i>Toelichting</i>
43. Ik weet op welke uitkeringen ik (in de toekomst) eventueel recht heb.							
44. Ik weet wat mijn aandoening voor gevolgen heeft voor mijn verzekeringen.							
45. Ik weet hoe ik hulpmiddelen kan aanvragen.							
46. Ik zorg zelf voor vervoer naar mijn afspraken.							
47. Ik beheer mijn eigen geld.							

G. MIJN VRIJE TIJD & VRIENDEN

	echt niet!	klein beetje	ja, ongeveer	echt wel!	<i>Ik wil hier aan werken</i>	n.v.t.	Toelichting
48. Mijn vrienden weten wat ik heb.							
49. Ik zeg het tegen mijn vrienden als ik iets niet kan doen.							
50. Mijn vrienden begrijpen dat ik soms niet mee kan doen.							
51. Ik zie mijn vrienden na school.							
52. Ik ben lid van een vereniging of club en doe de sporten en vrijetijdsactiviteiten die ik leuk vind.							

H. MIJN RELATIES EN SEKSUALITEIT

	echt niet!	klein beetje	ja, ongeveer	echt wel!	<i>Ik wil hier aan werken</i>	n.v.t.	Toelichting
53. Ik weet waar ik betrouwbare informatie kan krijgen over seks.							
54. Ik durf mijn arts vragen te stellen over seksualiteit.							
55. Ik weet welke gevolgen mijn aandoening (medicijngebruik) heeft voor seks.							
56. Ik weet welke gevolgen mijn aandoening en							

<p>behandeling kan hebben voor een evt. zwangerschap of ouderschap.</p>						
<p>57. Ik weet hoe ik situaties zoals SOA's of ongewenste zwangerschap kan voorkomen.</p>						