

CHECKLISTE

SMA UND TRANSITION

Die Transition – der Übergang von der kindzentrierten zur Erwachsenenmedizin – ist eine herausfordernde Zeit für Menschen mit einer chronischen Erkrankung wie SMA. Hier erhältst Du Tipps, die Dich bei Deiner erfolgreichen Transition unterstützen können.

FÜR EINE GELUNGENE TRANSITION

Schreibe am besten alle Fragen, die Dir durch den Kopf schießen, sofort auf, damit Du nichts vergisst, wenn der nächste Termin zum Thema Transition bei Deiner Ärztin oder Deinem Arzt ansteht.

Nimm einen Notizblock oder ein Tablet in Dein Arztgespräch mit, damit Du wichtige Informationen direkt aufschreiben kannst.

Frage nach, wenn Du in der Sprechstunde etwas nicht verstanden hast.

Nimm eine Begleitperson mit: Das hat nichts mit mangelnder Selbstständigkeit zu tun, sondern kann dabei helfen, alle Informationen zu erfassen bzw. zu notieren (die Begleitperson müssen auch nicht Deine Mutter oder Dein Vater sein, Du kannst auch jemandem aus Deinem Freundeskreis oder eine andere Vertrauensperson mitnehmen).

Frage Dein Praxisteam nach Infomaterial zum Thema „Transition“.

Denke daran, alle Unterlagen parat zu haben, die Dein neues Behandlungsteam benötigt.

Notiere Dir die Namen Deiner Medikamente.

Halte Deine Termine ein – nicht nur Arzttermine, sondern auch ergänzende Maßnahmen wie Physiotherapie o. Ä.

Sei adhärenz zu der Dir verschriebenen Therapie, denn die Verantwortung für eine erfolgreiche Behandlung liegt nun bei Dir.