

# De la Pédiatrie au service de soins Adulte

Petit guide pour  
préparer la transition

*Swin marmay ziska swin granmoun,  
nou akonpane à zot*



## LA transition ?

*Kosa sa ?*

Le passage vers une nouvelle équipe peut susciter des émotions contradictoires, y compris l'excitation, la peur, le soulagement, l'angoisse ou la tristesse.

Tu as appris à connaître ton pédiatre et toute l'équipe d'éducation thérapeutique au diabète: les infirmiers, la diététicienne, la psychologue et l'assistante sociale.

Changer d'équipe n'est pas toujours simple et nécessite un temps de préparation et d'adaptation.

Ce temps s'appelle **LA TRANSITION**

Connaître les changements à prévoir peut t'aider à passer cette étape plus facilement.

La principale modification sera que tu devras changer d'équipe et de lieu pour ton suivi médical.

L'autre changement est que dorénavant toi (et non tes parents) seras la principale personne responsable de ta santé. C'est toi qui prendra les décisions te concernant.

Chez les adultes, tu pourras désormais consulter seul mais si tu veux qu'un de tes parents ou quelqu'un d'autre soit présent, tu peux demander d'être accompagné(e).

## L'ESSENTIEL

*Sat lé important*

**Résume ta maladie en 3 phrases :**

**1<sup>ère</sup> Phrase: Ton âge, le diagnostic et un bref historique de ta maladie.**

**2<sup>ème</sup> Phrase: Ton traitement habituel (stylo ou pompe, doses d'insuline journalière, autre...)**

**3<sup>ème</sup> Phrase: Ta question/ préoccupation que tu aimerais évoquer lors de cette visite.**

# PRÊTS ? *Paré pa paré ?*

Il est important d'être en mesure de discuter des soins de santé qui te concernent avec ta nouvelle équipe: apprends le nom de tous les médicaments que tu prends, renseigne-toi sur leurs précautions d'emploi, réfléchis à tes besoins spécifiques (aménagement sco-laires/professionnels ou sportifs, départ en métropole...), vérifie avant la consultation dans ton armoire à pharmacie de quelles ordonnances tu auras besoin etc...

Rappelle toi que tu seras amené à prendre des décisions et donner ton consentement pour les traitements ou tout ce qui te concerne : examens sanguins, examens urinaires...)

Mais attention! Avant d'avoir vu ta nouvelle équipe, c'est l'équipe de pédiatrie qui reste ton interlocuteur privilégié. Pour toute urgence survenant avant la première consultation dans le service « adulte », tu dois contacter ton équipe pédiatrique!

## Avant ma première consultation

- Pense à ta carte vitale, ta carte mutuelle, ton carnet de Santé
- Nom et adresse de ton médecin Traitant
- Faire la liste des questions que tu voudrais aborder au cours de ma consultation
- Faire la liste de tous les médicaments que tu prends
- Faire la liste des fournitures médicales ou personnelles dont tu pourrais avoir besoin (container à aiguille, kit de voyage, renouvellement de prise en charge à 100%...)
- Amène les résultats de tes derniers examens sanguins et / ou radiologiques effectués en ville
- Connaissance sur ton état de santé depuis ta dernière consultation
- Connaissance sur tes antécédents médicaux et chirurgicaux
- Ton agenda ou téléphone portable pour noter tes prochains rendez-vous (et t'occuper pendant que tu attends!)
- Un peu d'argent pour acheter à manger ou à boire ou faire face à un imprévu

# Conseils pour le suivi dans le service Adulte

## *Bann taktik kan ou ariv dann servis lopital pou granmoun*

Nous t'encourageons à t'intéresser à ton histoire et être capable de la résumer brièvement. Cela envoie le message que tu es bien informé sur ton état de santé et que tu sais te concentrer sur ce qui est important.

Après la phase de présentation avec l'équipe adulte, le personnel de santé qui est en face de toi aura sûrement des questions à te poser en retour. Ils souhaiteront faire davantage connaissance.

Une fois le passage dans le service d'adulte effectué et la majorité acquise, tu ne pourras plus être admis dans le service de pédiatrie. Il faut dorénavant que tu identifies où aller en cas de situation urgente.

Les personnes atteintes de maladies chroniques doivent être suivies à vie pour rester en bonne santé. Il est donc important de rester en contact avec le médecin adulte qui te suis de façon régulière (au moins tous les 3 à 6 mois même si tout va bien).

*De plus, tu pourrais avoir des questions sur les aspects de ta maladie à l'âge adulte. Certaines de ces préoccupations pourraient te concerner :*

- Les relations sexuelles
- La planification familiale: la contraception, la planification d'une grossesse/ paternité, les enfants...
- La sécurité sociale et mutuelle (pour payer les médicaments et produits de soins)
- Les études et/ ou Le travail
- La gestion des finances (travail, soutien du revenu, financement de tes projets de vie, formation..)
- Les voyages
- Le permis de conduire

Ces questions et préoccupations sont normales, tu dois en discuter avec ton équipe de soins de santé adulte.



# JOUR J ..... *Anon aster !*

Assure toi de garder une trace de tes rendez vous.

Assure toi d'arriver à l'avance, de prendre le temps de t'enregistrer à l'accueil et de te rendre dans le bon service. N'hésite pas à te renseigner à l'accueil si tu ne sais pas où te diriger.

Si tu te rends compte qu'un rendez vous n'est pas pratique pour toi, il est de ta responsabilité de le changer pour une heure et un jour qui te convient.

De même si tu as raté un rendez vous, il est de ta responsabilité de le reprogrammer.



*Sat ou di, Sat ou fé i kont pou out santé ! Ezit pa ! Koz*

- Nom du médecin Adulte : .....
- Téléphone du secrétariat : .....
- Mail du médecin ou de l'infirmier : .....
- Nom de l'hôpital : .....
- Service : .....
- Accès : .....



**S** I TU AS DES QUESTIONS, POUR  
L'ÉQUIPE ADULTE OU L'ÉQUIPE  
DE PÉDIATRIE, NOTE LES ICI :

*Poz out bann kestion aterlà*

Handwriting practice area consisting of multiple horizontal dotted lines for writing.

# TESTE-TOI *In dé kestion pou war si ou lé paré!*

Questions 1 à 20 :	<i>Je ne fais jamais cela (quelqu'un le fait pour moi)</i> <b>1</b>	<i>Je fais rarement cela (mais je tente parfois)</i> <b>2</b>	<i>Je fais parfois cela (parfois non)</i> <b>3</b>	<i>Je fais souvent cela</i> <b>4</b>	<i>Je fais toujours cela</i> <b>5</b>
-----------------------	--	--	---	---	--

1. Je sais expliquer aux autres ma maladie et les besoins qui y sont associés ..... 1—2—3—4—5
2. Je prépare et prends/ fais mes médicaments/traitements de moi-même ..... 1—2—3—4—5
3. Je participe activement (pose et répond aux questions) pendant les consultation/rendez vous que j'ai avec les soignants ..... 1—2—3—4—5
4. J'organise moi-même les soins qui sont nécessaires à ma santé (prendre rdv, renouveler les traitements, conserver les résultats d'examens) ..... 1—2—3—4—5
5. Durant une consultation, j'exprime mon point de vue et explique ce dont je pense avoir besoin ... 1—2—3—4—5
6. Je me sentirais capable de venir seul(e) aux consultations ..... 1—2—3—4—5
7. A chaque rendez vous, je passe un moment seul avec les soignants ..... 1—2—3—4—5
8. Avec les soignants, je suis capable de parler de sexualité et de l'impact qu'à ma maladie sur elle (fonctionnement, contraception, protection contre les infections ...) ..... 1—2—3—4—5
9. Je discute avec les soignants de l'impact qu'à le tabac, l'alcool et les drogues sur ma santé ..... 1—2—3—4—5
10. Je suis capable de discuter avec les soignants de comment faire face à mon stress/ mes inquiétudes ..... 1—2—3—4—5
11. Je discute avec les soignants de l'impact qu'à ma maladie sur ma vie ..... 1—2—3—4—5
12. Je connais les noms de mes médicaments et/ou traitements ..... 1—2—3—4—5
13. Je sais à quoi servent chacun de mes médicaments et/ ou traitements ..... 1—2—3—4—5
14. Je sais comment mes médicaments sont payés/remboursés ..... 1—2—3—4—5
15. Je connais les conséquences qu'aura ma maladie sur ma santé au cours des prochaines années .... 1—2—3—4—5
16. Je comprends l'impact qu'a/ a eu ma maladie sur ma puberté et ses changements ..... 1—2—3—4—5
17. Je sais que j'ai le droit d'être informé sur ma maladie ..... 1—2—3—4—5
18. Je sais quel(s) médecin(s) me suivra à l'avenir ..... 1—2—3—4—5
19. Quand ma maladie pose problème, je sais comment aller chercher de l'aide ..... 1—2—3—4—5
20. Je sais comment prendre un rendezvous avec un soignant ..... 1—2—3—4—5

Questions de A à E : Oui— Peu— Non

- A. Je vais régulièrement à l'école ou à un travail ..... Oui—Peu—Non
- B. Je participe à des clubs, des groupes, des équipes sportives ou des activités que j'aime ..... Oui—Peu—Non
- C. Je suis soutenu(e) par mon entourage (famille, amis) pour prendre en charge ma maladie ..... Oui—Peu—Non
- D. J'ai des amis qui me soutiennent lors de moments difficiles ..... Oui—Peu—Non
- E. Je prends soins de ma santé: activité physique, alimentation, hygiène de sommeil ..... Oui—Peu—Non

## TU TE POSES DES QUESTIONS SUR :

*Si ou néna bann kestion su :*



Comme il n'y a pas de question bête,  
tu peux en parler avec la médecin  
spécialisée de la MDA !

Renseignements au secrétariat de la MDA :

0262 74 22 40

31 bis rue Labourdonnais - Saint Paul

Ligne d'écoute, de soutien, d'orientation santé  
pour les jeunes de 12-25 ans

**KOZÉ  
JEUNES**

**0 801 901 974\***

\*Appel gratuit, anonyme et confidentiel.



CENTRE HOSPITALIER  
OUEST REUNION

« Ansaam Sa minn minn nouf shömin\* »  
\*Cheminons ensemble

Centre Hospitalier Ouest Réunion

5 impasse Plaine Chabrier

Le grand pourpier sud

97 460 SAINT-PAUL

Mail : [direction@chor.re](mailto:direction@chor.re)

Site web : [www.chor.re](http://www.chor.re)

### CONTACT :

Secrétariat d'hospitalisation de pédiatrie du CHOR : 02.62.74.20.40

Service de pédiatrie du CHOR : 02.62.74.21.67

Standard du CHOR : 02.62.74.20.00