

# Passer de l'hôpital pour enfants à celui pour adultes



**Vous venez d'avoir 18 ans et vous serez maintenant suivi au CHUM. Cette fiche décrit les services qui y sont offerts. Elle vous donne aussi des conseils pour rendre plus facile la transition vers le milieu de soins pour adultes.**

## Pourquoi me remet-on cette fiche?

À l'hôpital pour enfants, vous avez appris avec le temps à connaître les intervenants et les façons de faire dans ce milieu.

À 18 ans, vous devrez vivre cela à nouveau à l'hôpital pour adultes. Des jeunes qui sont passés par là disent que ça peut aider de savoir à quoi s'attendre.

Cette fiche vous explique comment vous allez être suivi. Elle vous indique aussi le soutien que vous pourrez avoir et à qui vous adresser si vous avez besoin d'aide.

## Qu'est-ce qui va changer?

- > **Votre équipe de soins.** Vous serez suivi par un nouveau médecin et vous allez côtoyer plusieurs nouveaux soignants.
- > **Votre hôpital.** Vous aurez maintenant tous vos rendez-vous au CHUM. L'hôpital est grand, ce qui peut être intimidant au début. Sachez toutefois que des bénévoles sont présents en tout temps pour vous guider.
- > **Votre suivi.** Vous recevrez moins d'appels pour vos résultats de tests ou pour confirmer vos rendez-vous.

- > **Vos responsabilités.** Comme adulte, vous seul pouvez prendre des décisions en lien avec votre santé. Pour plus de détails, allez à la page 2.

## Quel soutien pourrai-je avoir?

Nous sommes là pour vous écouter et vous aider. N'hésitez pas à parler à votre médecin ou à votre infirmière de :

- ce qui vous occupe (école, travail, loisirs)
- vos intérêts
- vos besoins et attentes

Sentez-vous libre aussi de leur parler des difficultés liées à votre état de santé ou à vos traitements dans votre vie de tous les jours. Que ce soit à l'école, au travail ou dans vos relations, ils peuvent chercher des solutions avec vous.



Notre but est que vous ayez une vie aussi riche que possible. Plus nous en savons sur vos habitudes de vie, mieux nous pouvons répondre à vos besoins. N'hésitez pas à nous en parler!

Votre médecin et votre infirmière répondront aussi sans jugement à vos questions sur votre santé, comme :

- la prise de vos médicaments
- les pratiques sexuelles sécuritaires
- l'activité physique
- la consommation d'alcool
- le suivi de vos rendez-vous
- tout sujet qui vous tient à cœur ou qui vous préoccupe



## Quel sera le rôle de mes parents ?

Leur rôle va changer durant la transition vers le milieu adulte. Lorsque vous étiez enfant, c'était vos parents qui prenaient les décisions liées à votre santé. À présent, cette responsabilité vous revient.

De plus, les professionnels de la santé seront en contact seulement avec vous. Vos parents ne seront plus informés de votre état de santé, sauf dans de rares cas. Par exemple, si vous manquez plusieurs rendez-vous et qu'on ne réussit pas à vous joindre.

Même si leur rôle change, vos parents seront toujours les bienvenus si vous voulez être accompagné lors de vos rendez-vous. Cela s'applique à tous vos proches (conjoint, ami, enfants, etc.)!

## Quel est mon rôle ?

Vous êtes maintenant la seule personne qui peut prendre des décisions liées à votre santé. Pour bien le faire, assurez-vous de :

- préparer vos questions à l'avance quand vous avez un rendez-vous
- poser des questions sur votre état de santé, vos médicaments et les signes à surveiller
- demander à votre équipe de soins des précisions sur ce qui vous semble moins clair
- leur résumer ce que vous avez compris

Vous devez aussi maintenant gérer votre suivi et vos soins. Cela implique entre autres de :

- prendre vos rendez-vous dans les bons délais
- reporter votre rendez-vous si vous ne pouvez pas venir
- aller chercher vos médicaments à la pharmacie et les renouveler

## Comment prendre soin de moi durant cette transition ?

Voici quelques conseils pour limiter le stress et l'anxiété liés à un changement important :

- > Entretenez de bonnes relations avec vos proches.
- > Poursuivez vos projets d'études et vos rêves ou fixez-vous des objectifs.
- > Prenez part aux décisions qui vous concernent. Par exemple, participez à la préparation de votre plan de transition. Ce plan est fait avec vous, votre équipe de soins actuelle et celle du CHUM.





## Où dois-je appeler pour prendre mes rendez-vous?

Appelez directement à la clinique du CHUM où vous êtes suivi.

Tél. : .....

Vous pouvez aussi appeler au Centre des rendez-vous :

> 514 890-8051 ou 1 855 769-5842 (sans frais)



## RESSOURCES UTILES

Revivre :

Cet organisme vient en aide aux personnes qui vivent avec un trouble anxieux, dépressif ou bipolaire.

> [revivre.org](http://revivre.org)

À bien y penser :

Ce site du gouvernement du Québec donne de l'information sur les ITSS et comment se protéger.

> [itss.gouv.qc.ca](http://itss.gouv.qc.ca)

Éduc'alcool :

Cet organisme informe le public sur la consommation d'alcool et incite à boire avec modération.

> [educalcool.qc.ca](http://educalcool.qc.ca)

Il existe d'autres fiches santé produites par le CHUM. Demandez lesquelles pourraient vous convenir.



Vous pouvez aussi les consulter directement sur notre site [chumontreal.qc.ca/fiches-sante](http://chumontreal.qc.ca/fiches-sante)



## BLOC-NOTES



### Questions




### Personnes-ressources et contacts


*Le contenu de ce document ne remplace d'aucune façon les recommandations faites, les diagnostics posés ou les traitements suggérés par votre professionnel de la santé.*

Pour en savoir plus sur le Centre hospitalier de l'Université de Montréal [chumontreal.qc.ca](http://chumontreal.qc.ca)