

## Ansprechpersonen:

Informationen zu Alltag und Krankheitsbewältigung  
mit einer chronischen Erkrankung:

Psychozial-Therapeutischer Dienst

Gabi Erbis 07071/29-84445

Gabi.erbis@med.uni-tuebingen.de

Verena Heck 07071/29-87134

Verena.heck@med.uni-tuebingen.de

Informationen zu Schule und Studium:

Lehrerin

Eva Schnabel 07071/29-85713

Eva.schnabel@med.uni-tuebingen.de

Organisatorisches:

Jugendsprechstunde immer Dienstag 9-15 Uhr

Terminvergabe: 07071/29-84719

Mo-Fr 8.30-11.30 Uhr

Mo, Di, Do 13.30-15.30 Uhr

kinderpoli@med.uni-tuebingen.de

Beratung: 07071/29-81381

Mo, Mi, Do 13:30 -15:00 Uhr

Di 15:30 -17:00 Uhr

autoinflammation@med.uni-tuebingen.de

Erfahrungsaustausch- und

Kommunikationsmöglichkeiten:

Rheumaliga für  
Young Peers :



Föhre Kids.e.v. :



## So finden Sie uns

**Mit dem PKW:**

In Tübingen folgen Sie der Beschilderung Kliniken Nord/  
Kliniken Schnarrenberg/ Kliniken Berg.

Ins Navigationsgerät können Sie die Adresse  
Hoppe-Seyler-Straße 1, 72076 Tübingen eingeben.

Das Parkhaus 4 ist das nächstgelegene zur Kinderklinik.

**Mit dem öffentlichen Nahverkehr:**

Ab dem Hauptbahnhof fahren Sie mit den Linien 5, 13, 18,  
19, X15 bis zur Haltestelle Kliniken Berg. Nachdem Sie die  
Straße überquert haben, passieren Sie das Parkhaus 4.

**Auf dem Gelände:**

Gleich hinter dem Parkhaus P4 befindet sich links neben  
der CRONA-Klinik die Kinderklinik (Gebäude 410).

**Unsere Ambulanz befindet sich auf der Ebene 3.**



## Was ist die Jugendsprechstunde?

Für Jugendliche ab 13 Jahren und ihren Eltern bieten wir in unserem Zentrum die Jugendsprechstunde an. Hier bekommt ihr Informationen zu:

- Was ist Rheuma?
- Was ist eine autoinflammatorische Erkrankung?
- Was tun bei Schmerzen?
- Warum tut Sport gut?
- Ernährung
- Schule und wie geht es weiter ?
- Bewerbung, Ausbildung, Studium, Beruf
- Stressbewältigung
- Wo gibt es Unterstützung, wenn du mal nicht weiter weißt
- Die Liebe und das Leben

➔ **Und zu allen Themen, die dich interessieren.**

### Das Ziel der Jugendsprechstunde ist

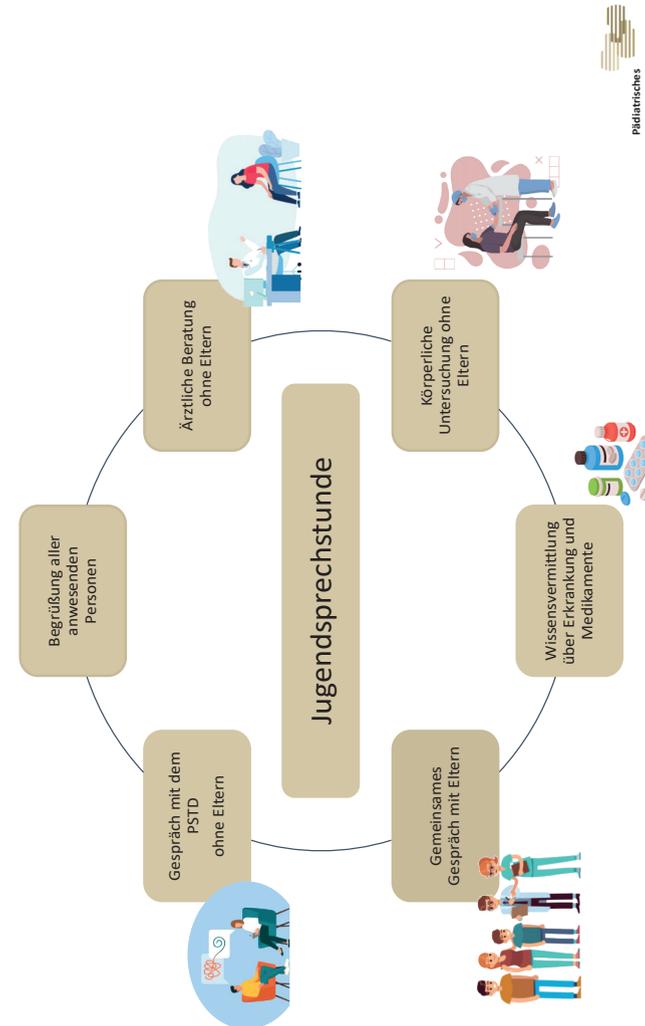
euch dabei zu unterstützen, ein gutes Leben mit eurer Erkrankung zu führen. Wir wollen uns mit euch zusammen Gedanken darüber machen, was ihr braucht um euer Krankheitsmanagement selbst in die Hand zu nehmen, wie ihr die Gespräche in der Sprechstunde eigenständig führen könnt und ausreichend Informationen bekommt, um die Entscheidung der Therapie mit euren Ärztinnen und Ärzten treffen zu können.

**Wir möchten euch die Gelegenheit bieten, eure persönlichen Fragen anzusprechen.**

**Zur Jugendsprechstunde gehören Termine bei:**

- Dem Psychosozial-Therapeutischen Dienst für Fragen, die eure Erkrankung und euren Alltag betreffen.
- Der Klinikschule für Informationen zum Nachteilsausgleich, Beratung vor Schulabschluss, etc.

## Der Ablauf der Jugendsprechstunde ganz konkret



Im Rahmen von INDIRA, einem interdisziplinären Zusammenschluss der medizinischen Fachbereiche des Universitätsklinikums (Augenheilkunde, Orthopädie, Hautklinik, Neurologie und der Medizinischen Klinik), werdet ihr zu Beginn der Jugendsprechstunde von zwei Ärztinnen und Ärzten betreut: einer Kinder- und Jugendärztin und einem Arzt oder Ärztin aus der Erwachsenen-Rheumatologie. So bekommt ihr einen Eindruck wie in der Erwachsenen-Medizin gearbeitet wird und ihr lernt frühzeitig eure Fachärzte und Fachärztinnen aus der Medizinischen Klinik kennen. Wir wollen auch eure Eltern dabei unterstützen, Verantwortung an euch abzugeben.

Der erste Termin in der Jugendsprechstunde wird bei unserem Psychosozialen Therapeutischen Dienst mit euch und euren Eltern vorbereitet.

Danach findet der Großteil der Sprechstunde ohne eure Eltern statt. Bis ihr 18 Jahre alt seid gibt es im Anschluss an eure Untersuchung ein gemeinsames Gespräch mit euren Eltern.

### Transition

So könnt ihr euch Schritt für Schritt auf den Übergang in die Erwachsenenmedizin vorbereiten. Diesen Prozess, den Übergang in die Erwachsenenmedizin, nennt man Transition. Auf diesem Weg möchten wir euch als Team gerne begleiten.

### Transfer

Ihr bekommt einen Abschlußbericht für eure weiterbehandelnden Fachärztinnen und Fachärzte der Rheumatologie.

Wir bieten dir Tipps und Anregungen an, weil du für dich entscheidest!

Weitere wichtige Infos findest Du hier:



- **Transitionsmappe**
- **Jugendcamp**