



My 3-Sentence Health Summary

A *3-Sentence Health Summary* is an easy way to discuss important health information with your health care team.

How to use your 3-Sentence Health Summary

1) My diagnosis and brief medical history:

- *My name is _____, I was diagnosed with Ulcerative Colitis five years ago, and I am in remission.*

2) My treatment plan:

- *I am on Imuran 100 mg once a day, calcium (500mg), and vitamin D (1000IU).*

3) My question or concern to talk about at this visit:

- *I am having symptoms and I think I may be in a flare of my disease.*

Now it's your turn!

Share your *3-Sentence Health Summary* with your care provider.
Ask for their feedback.



For more information on the transition from pediatric to adult health care, speak to your health care provider or check out [iwkhealth.ca/comfort-safety-and-support/transition-adult-health-care](https://www.iwkhealth.ca/comfort-safety-and-support/transition-adult-health-care)

Adapted by IWK Health from *SickKids Good2Go Transition Program*, Toronto, ON
<https://www.sickkids.ca/en/patients-visitors/transition-adult-care/> (Retrieved March 2, 2023)

**This patient/family guide should not be used to replace advice from your health care provider(s).
Please, no scented products or fragrances at the IWK.



Ne'siskl wiskuwi'kasikl Tetpaqi'simkewe'l wjit ta'n teljajikeyi.

Ne'siskl teljajikeyi wiskuwi'kasikl na naqmasiaq ta'n teli weskutmk maw-nuta'q teljajikeyi koqoey wjit ta'nik maliamikik.

Ta'n teli ewmkl ne'siskl tetpaqi'simkewe'l wisku ta'n teljajikeyin

1) Ta'n koqoey we'jitasi aqq kijka ewitasik ki's ta'n tela'teke'sip:

- *Teluisi _____, we'jitasikip Ulcerative Colitis tela'tekey na'ni-punqek ki's, aqq nike' mu wejitasinuk.*

2) Ta'n kis tla'liten kisaptasik:

- *Naspian Imuran 100 mg ne'wt na'kwek, calcium (500 mg), aqq vitamin D (1000 IU).*

3) Pipanikesimk kiswa koqoey sespetetm wi'tmn ta'n ula pekisin:

- *Apaja'sikl ta'n i'tla'siap aqq teltetm apaja'sik ksnuqwaqnm.*

Nike' apaja'sik ki'lek!

Kinua'tu ula ne'siskl teljajikeyimkewe'l kisiwi'kmn ta'n nujejask. Pipanim apaji kinua'tulin koqoey.



Wjit me' nuta'n me' koqoey wjit sa'se'wa'tasin wejiaq mijua'ji'jk misoqo aji kisikwet wen tele'uj, klulatsk jajieyimkewa'j nujejask kiswa te'wi'kusitsk.
iwkhealth.ca/comfort-safety-and-support/transition-adult-health-care

Adapted by IWK Health from *SickKids Good2Go Transition Program*, Toronto, ON
<https://www.sickkids.ca/en/patients-visitors/transition-adult-care/> (Retrieved March 2, 2023)

*This patient/family guide should not be used to replace advice from your health care provider(s). Please, no scented products or fragrances at the IWK.
IWK Transition from Pediatric to Adult Healthcare, Halifax, NS
PL-1319-MI Last Update: 10/25; Next Review: October 2028



Résumé de santé en trois phrases

Un *résumé de santé en trois phrases* permet de discuter facilement des points importantes pour la santé avec l'équipe soignante.

Comment résumer sa santé en trois phrases ?

1) Diagnostic et antécédents médicaux :

- *Je m'appelle _____, j'ai reçu un diagnostic de colite ulcéreuse il y a cinq ans et je suis en rémission.*

2) Plan de traitement :

- *Je prends 100 mg d'Imuran une fois par jour, du calcium (500 mg) et de la vitamine D (1000 IU).*

3) Question ou problème à aborder lors de la visite :

- *J'ai une poussée de symptômes et je pense que je suis peut-être en train de faire une rechute.*

C'est votre tour !

Partagez votre *résumé de santé en trois phrases* avec votre fournisseur de soins. Demandez-lui son avis.



Pour en savoir plus sur le passage des soins de santé pédiatriques aux soins pour adultes, parlez à votre fournisseur de soins de santé ou consultez le site

iwkhealth.ca/comfort-safety-and-support/transition-adult-health-care

Adapté par IWK Health à partir du programme de transition Good2Go de SickKids, Toronto, ON
<https://www.sickkids.ca/en/patients-visitors/transition-adult-care/> (Consulté le 2 mars 2023)

*Ce guide du patient/de la famille ne doit pas remplacer les conseils de votre (vos) fournisseur(s) de soins de santé.

*Pas de produits parfumés ou de fragrances au IWK s'il vous plaît.

IWK Transition des soins de santé pédiatriques aux soins de santé pour adultes, Halifax, N.-É

PL-1319-FR Dernière mise à jour : 10/25 ; Prochaine révision : octobre 2028



حالتك الصحية بثلاث جمل

إن توفير موجز عن حالتك الصحية بثلاث جمل فقط هي طريقة سهلة لمناقشة معلوماتك الصحية الهامة مع الفريق المعني برعايتك الصحية.

كيف توفر موجزًا عن حالتك الصحية مستخدمًا ثلاث جمل فقط

1) تشخيص حالتني وعرض موجز عن تاريخي الطبي:

أسمي _____ ، تم تشخيصي بمرض التهاب القولون التقرحي منذ خمس سنوات، وحالتي الصحية مستقرة حاليًا.

2) خطة علاجي:

أتناول دواء أميوران 100 ملغ مرة في اليوم، وكالسيوم (500 ملغ)، وفيتامين د (1000 وحدة دولية)

3) السؤال أو المسألة التي تثير قلقي وأريد التحدث عنها أثناء هذه الزيارة:

أعاني من بعض الأعراض وأعتقد أن المرض يعاودني مجددًا.

حان الآن دورك!

امنح أخصائي الرعاية الصحية موجزًا عن حالتك الصحية مستخدمًا ثلاث جمل فقط.
أطلب منه أن يعطيك رأيه.



للمزيد من المعلومات حول كيفية الانتقال من خدمات رعاية الأطفال إلى خدمات رعاية البالغين، راجع مزود الرعاية الصحية الخاص بك أو قم بزيارة الموقع التالي:

[iwkhealth.ca/comfort-safety-and-support/transition-adult-health-care](https://www.iwkhealth.ca/comfort-safety-and-support/transition-adult-health-care)

مقنيس من قبل مركز أي ديليو كي الصحي عن برنامج الخطة الانتقالية Sickkids Good2Go ، تورونتو، أونتاريو
(مستخرج بتاريخ 2 مارس/آذار 2023) <https://www.sickkids.ca/en/patients-visitors/transition-adult-care/>

*إن المعلومات الواردة في هذا الدليل الخاص بالمرضى/الأسرة ليست معة لتقوم مقام المشورة الطبية التي يوفرها مزود الرعاية الصحية الخاص بك.
*الرجاء عدم استخدام العطور أو المستحضرات المعطرة في مركز أي ديليو كي الصحي

خطة مركز أي ديليو كي الصحي الانتقالية من خدمات رعاية الأطفال إلى خدمات رعاية البالغين، هاليفاكس، نونفا سكوشا

PL-1319-AR

تاريخ التحديث الأخير: 25/10- تاريخ المراجعة التالية: مارس/آذار 2028



我的三句话健康总结

三句话健康总结是一种简便的方式
与医疗护理团队讨论重要的健康信息。

如何使用您的三句话健康总结

1) 我的诊断和简要医疗历史:

- 我叫_____，我五年前确诊溃疡性结肠炎，目前在缓解。

2) 我的治疗计划:

- 我每天服用一次 Imuran 100 毫克、钙 (500 毫克) 和维生素 D (1000 IU)。

3) 我在本次赴诊要提出的问题或疑虑:

- 我有症状，我想我的病可能正在发作。

现在轮到您了！

与您的护理提供者分享您的三句话健康总结。
询问他们的反馈。



有关从儿科到成人医疗保健过渡的更多信息，请咨询您的医疗保健提供者
或查看 [iwkhealth.ca/comfort-safety-and-support/transition-adult-health-care](https://www.iwkhealth.ca/comfort-safety-and-support/transition-adult-health-care)

由 IWK Health 改编自 SickKids Good2Go 过渡计划，安大略省多伦多
<https://www.sickkids.ca/en/patients-visitors/transition-adult-care/> (2023 年 3 月 2 日检索)

*本患者/家庭指南不应用于替代您的医疗保健提供者的建议。

*请不要在 IWK 使用有香精的产品或香水。

IWK 从儿科到成人医疗保健的过渡，新斯科舍省哈利法克斯
PL-1319 最近更新：2025 年 10 月；下一次审核：October 2028 年 10 月