دوايت:

بودكاست الدكتور بوجنر هيلث. هذه هي الحلقة الثالثة ، واليوم سيكون الأمر أكثر قليلاً عندما تقترب من دكتور بوغنر ، أحد الأسئلة الشائعة التي يواجهها كثيرًا عندما أرى الكثير من الاستشاريين وأسئلة الاتصال بنا هي ، " لدي طفل. لدي أحد أفراد أسرته. لدينا هذا الأمر. أنا في هذه المرحلة من رحلتي ، "أول شيء يسأل الجميع عن التأمين وما هي تكاليفك لإجراء الاستشارة ، ولكن بعد ذلك يمكنك أيضًا التأمين تدفع مقابل الكثير من هذه الأشياء. يمكنك التحدث عن الاستشارة والخطوات للوصول إلى هناك بعد أن تعطي القليل مما يمكن للأشخاص القيام به بمفردهم والقيام بالأشياء.

لكن التأمين ، هذا شيء أريد أن أتحدث عنه لأنني أفهم وأعرف ذلك جيدًا. سيكون وضع الجميع مختلفًا. أعرف مع دكتور بوجنر أنه لا يأخذ تأميناً. ليس بعد. ومع ذلك ، هناك الكثير من الفرص مع تأمين الدفع العام والخاص ، وهناك فرصة لك للقيام بالتأمين الخاص بك من اختيارك وما إلى ذلك ، ولكن للحصول على حسابات HSA ، وبالتالي حسابات التوفير الصحية.

ما يسمح لك بالقيام به هو إيداع ودائع من راتبك قبل الضريبة في حساب يصل إلى عدة آلاف من الدولارات سنويًا ، ومن ثم يمكن استخدامها لسداد الاحتياجات الطبية المتعلقة بأسرتك ، أياً كان من تحت تغطيتك. السياسة ، أو الأدوية الموصوفة ، أو كنت بحاجة للذهاب والحصول على ... يا جيز ، استخدم واحدة للكرسي المتحرك واستخدم المال لذلك. كان لدي نص مكتوب لإحضار ابني على كرسي متحرك أصغر لطب الأطفال بعد الجراحة وكان هناك خصم كان ضد التأمين الخاص بي وأيضًا للتسليم لأنني لم أستطع الوصول إلى المكان. لقد استخدمت FSA للمضي قدمًا ودفع هذه التكاليف.

قد أضطر إلى دفع الكثير من الاختبارات من جيبي ، ولكن بعد ذلك أعوض نفسي. يمنحك هذا الكثير من الفرص لإيجاد طرق للقيام بذلك أو طرق يمكنك من خلالها سداد نفسك بعد إجرائه طالما أنك تحتفظ بوثائق جيدة. بالطبع ، تحدث إلى مستشارك المالي ، CPA الخاص بك. كلما تمكنت من تدوين المزيد من الملاحظات وتدوينها معًا وحفظها في مكان ما ، فأنت تقوم فقط بإنشاء ملف كبير من حياتك مع طفلك أو من تحب على أي حال. لكن هذه ستكون أشياء جيدة لمحاولة القيام بها. هناك دائمًا طرق لإنجاز هذه الأشياء. ولكن إذا كان بإمكانك المشاركة في FSA ، فهذا قبل الضريبة ، وهذا يتعارض مع إجمالي راتبك.

إذا ربحت 50000 دولار في السنة وكنت قادرًا على وضع 3000 دولار ، فسيكون إجمالي الناتج المعدل 47000 دولار. هذا هو ما يتم فرض ضرائب عليه مقابل دخلك. وأن مبلغ 3000 دولار سيكون قادرًا على استخدامه في الإجراءات الطبية ذات الصلة ، وأعتقد أن الدكتور بوجنر حاصل على شهادة البورد ومرخص له وهو طبيب ويقدم خدمة ، يمكنك الاستفادة منها ، سأفعل مهما كانت رسوم استشارته أو أيا كانت أتعابه لطلب اختبارات أو أشياء أخرى للمضي قدمًا ودفع نفسك واسترداد تلك الأشياء. يسأل الكثير من الناس عن الاستشارات. من أين أبدأ؟

إنهم جميعًا في أجزاء مختلفة من الرحلة. لماذا لا تدخل في ذلك قليلاً فيما يتعلق بما تراه قادمًا وما الذي يمكن أن يفعله الناس للاستعداد والاستعداد ومتى ينبغي عليهم فعلاً إجراء استشارة معك؟

د. بوجنر:

جيد جدًا. أعمل مع ممرضة مسجلة ، ماجي. إنها أيضًا معتمدة في الطب الوظيفي ، مثلي. لدينا أولاً أول بريد إلكتروني يأتي للاستعلام عن الخدمات وكيفية معالجة الأعمال ، وماجي لديها مكالمة مجانية لمدة 15 دقيقة مع هذا المريض للإجابة على أي أسئلة. ومن ثم لدينا بوابة على الإنترنت. إنه نظام رسم بياني إلكتروني حيث سيكون لديك حساب كمريض ، يمكنك من خلاله حجز المواعيد ، يمكنك تحميل المعامل السابقة ، يمكنك التواصل معنا على تلك البوابة.

وبعد ذلك عادة ما نحدد موعدًا لاستشارة أولية. قبل هذه الاستشارة ، ستكون هناك نماذج قبول يتعين عليك ملؤها ، وأسئلة حول تاريخ طفلك ، ومخاوفك ، والنظام الحالي ، وما الذي نجح من قبل.

دوايت:

دعنا نتناول بعض تلك الأسئلة الموجودة هنا حتى يتمكن الناس من الاستعداد والاستعداد لمعرفة ذلك.

د. بوجنر:

نعم ، إنه واسع جدًا. نبدأ أساسا مع التاريخ. كيف سار الحمل؟ هل أمي لديها مشاكل مع الحديد؟ هل لديها ولادة قيصرية؟ هل لديها ولادة طبيعية؟ هل أرضعت؟ إذا كان الأمر كذلك، إلى متى؟ كيف تطور طفلك؟ هل تم الوصول إلى المعالم؟ هل كانت هناك تطعيمات؟ هل كانت هناك التهابات بالأذن ومضادات حيوية؟ الكثير من التفاصيل فيما يتعلق بالتطور المبكر للطفل ، ثم نبدأ في الدخول في الوضع الحالي. ما هي اهتماماتك؟

في أي وقت يستيقظ طفلك؟ كم من الوقت ينام؟ هل يتغوط؟ إذا كان الأمر كذلك ، كيف يبدو البراز؟ لدينا مخططات أنبوب فيما يتعلق بالاتساق والتكرار واللون. راجع المكملات الحالية ، وراجع المكملات السابقة ، وما الذي نجح ، وما لم ينجح ، والكثير من الأعراض. هل ينبع طفلك؟ هل هو عدواني؟ هل يهلوس؟ بعد هذا المدخول ، أراجع المعامل التي تم تحميلها بواسطة المريض والتي تم إجراؤها مسبقًا.

دوايت:

ماذا لو لم يكن لديهم أي مختبرات؟ ما المعامل التي تبحث عنها؟ أعلم أنك على الأقل تبدو وكأنك جديد. لديك طفل. لديك فرد من العائلة. لديك هذا الوضع الذي يحدث. من الواضح أنك ستقول ، أعطني كل مختبراتك. ما الذي تبحث عنه بالتحديد وما هي نقطة البداية هذه؟ أعتقد أن هذا ما يبحث عنه الناس هو أنني في هذه المرحلة من الرحلة وأين ننتقل من هنا؟ لأنني أشعر بقليل من العجز. لا أشعر بالرضا مع ممارس الحالي. لا يعجبني ما يشرحوه لي. شيء ما تغير ، وما إلى ذلك ، وما إلى ذلك.

د. بوجنر:

حسنًا ، أطلب من الوالدين إحضار كل ما حصلوا عليه ، الرسم البياني الكامل فيما يتعلق بالمختبرات ، أي عمل دم تم إجراؤه منذ الولادة وحتى الآن ، مختبرات الطب الوظيفي الأخرى ، اختبارات البراز أو اختبار OAT أو الاختبارات الجينية ، أي شيء. ستتم مراجعة كل شيء قبل مقابلتي مع هذا الوالد ، لذلك لدي فكرة جيدة عن المعلومات التي تم تقديمها في المدخول والمختبرات. لا يتعين علينا "إضاعة" الكثير من الوقت والغوص فيه. يأتي ذلك في مراحل مختلفة وبعض الآباء جدد إلى حد ما.

يتعين علينا تجاوز النظام الغذائي ، على سبيل المثال ، كثيرًا وفقط المناطق المحيطة التي ينغمس فيها الفرد. كما قلت ، يعتمد ذلك على مستوى الفهم أو مستوى العمل الذي تم القيام به سابقًا مع الطفل والتقدم وتخصيص مناقشة حول ذلك ، اعتمادًا على تجربة والديهم في مجالات التوحد.

دوايت:

أنت تطرح نقطة جيدة حول التجميع المسبق لكل هذه الأشياء. سيكون المدخول مهمًا حقًا بالنسبة لك كفرد لأخذ وقتك وإعطاء أكبر قدر ممكن من المعلومات التفصيلية المنظمة. من المحتمل أن يكون التحميل والإدراج جيدًا هو الملخص ، نوعًا ما مثل خطاب الغلاف أو السيرة الذاتية. إنها أكثر قليلاً من نسخة مختصرة من سيرتك الذاتية وجميع تفاصيل كل التجربة ، لكن ملخص يسلط الضوء على أشياء مختلفة ثم كل الأدلة الداعمة ، أليس كذلك؟ لأنك ترغب في تحقيق أقصى استفادة من الوقت عند إجراء الاستشارة للوصول إلى التفاصيل الجوهرية.

كما قال الدكتور بوجنر ، لقد قام بالفعل بمراجعة كل هذه الأشياء. لقد استغرق بالفعل وقتًا طويلاً لاستعراض كل ما تفعله حاليًا ثم يبدأ في قول ، "حسنًا ، ها هي الصورة التي أراها." شيء آخر رأيته في الماضي ، وكنت مذنبًا به بنفسي ، هو أن لدي شخصًا يريد الاستماع إلي. أعتقد أن هناك شيئين عليك أن تتذكرهما هو أن هذا ليس معالجًا وأنك تدفع ثمنه. دعنا نعيد التركيز على الطفل وعلى ما هو على المحك هنا ، وما الذي تحاول تحقيقه.

دعنا أيضًا نستمع أكثر إلى ما يطلبه ، ونجيب على هذه الأسئلة حتى تتمكن من الاستفادة على أفضل وجه من الوقت ، لأننا نحاول الوصول إلى نقطة النهاية والبدء في العثور على بعض المسارات المختلفة أو بعض الحلول المحتملة للمكان الذي تتواجد فيه في ، حيث تقول. إنه ليس وقت أن تصبح عاطفيًا حقًا ، وليس وقتًا لمحاولة البحث عن مجموعة من التحقق من صحة ما تشعر به أو ما يحدث أو ما يحدث مع زوجتك وأشياء أخرى. اجعله أكثر تحديدًا للوقت الذي تقضيه وما تحاول اكتشافه. لأنه عندما تبدأ في جلب المشاعر إليه ، فهذا هو المكان الذي قد ينتهي بك الأمر إلى إضاعة الكثير من الوقت. هناك وقت ومكان لإجراء تلك المحادثات.

د. بوجنر:

كما ذكرت سابقًا ، اعتدت أن يكون لدي 15 دقيقة لكل مريض في ممارستي السابقة كطبيب نسائي مشغول. أنت تطرق يومك فقط في رؤية 25 ، 30 مريضًا ، وليس هناك الكثير من الوقت لمناقشة أي مشكلات على مستوى أعمق. الآن ، في الاستشارة الأولية ، هناك 60 دقيقة وأجد حتى أن هذا ليس وقتًا كافيًا. أعتقد أنه يجب أن يستغرق الأمر ثلاث ساعات حقًا للوصول إلى نظرة عامة أساسية عن حياتك. لكننا نحاول القيام بذلك في غضون ساعة ، وبالتالي ، فإن كل هذه المعلومات مهمة جدًا بالنسبة لي لمراجعتها قبل الاستشارة.

كل هذا مشمول في رسوم الاستشارة ، والتي تشمل بعد المناقشة الحصول على ملخص والوصول إلينا إذا كانت هناك أي أسئلة متبقية. كل شيء مسجل. ستحصل على نسخة من تلك الاستشارة بصيغة فيديو في حالة رغبتك في إظهار زوجك الذي كان عليه العمل في ذلك اليوم أو إذا لم يكن هناك شيء واضح ، فقد نسيت شيئًا. يمكنك استخدامه كمرجع. الشيء الآخر المفيد حقًا هو أنه يمكن للوالد تحميل مقاطع فيديو لأطفالهم.

دوايت:

توثيق ما يحدث بالفعل.

د. بوجنر:

صحيح. في بعض الأحيان يمكنك فقط مشاهدة مقاطع الفيديو هذه وفي غضون دقيقة تعرف ، حسنًا ، هذا ما نتعامل معه ، هذا الموقف فيما يتعلق بخطورة التوحد ، ويمكن أن يكون ذلك مفيدًا حقًا أيضًا. لكن الأهم من ذلك ، مع كل هذه البيانات المجمعة لقيم المختبر والمدخول ، بما في ذلك الفيديو ، ما زلت أرغب في سماع ملخص للوالد ، وصف طفلك بكلماتك لي. أقوم بتدوين الكثير من الملاحظات ، ثم نبدأ في مناقشة كيفية المضي قدمًا من تلك النقطة.

دوايت:

التفكيك خطوة بخطوة وما هي الإستراتيجية الجديدة وكيف سنكون تكتيكيًا فيما يتعلق بها ، سيفعل ذلك. شيئان أحدهما هو أنك تريد دائمًا أن تسير ببطء. نحن كآباء أو كأخوة محبين أو زوج ، إذا لم يكن طفلاً ، فأنا أريد أن أفعل أكبر قدر ممكن. اريد حفظ هذا الشخص. أريد أن أصحح كل الأخطاء. أعتقد أنه من المهم اجتياز هذه المراحل وإدراك أن الأمر سيستغرق بعض الوقت ولا تريد إلقاء حوض المطبخ بالكامل أو صندوق الأدوية بالكامل أو 75 اختبارًا في وقت واحد لاتخاذ قرار بعد ذلك لنفعل كل شيء هذه الاشياء. لقد كنت ضحية. لقد كنت مشاركًا في هذه الأشياء. من الصعب حقًا التمييز ...

د. بوجنر:

يميز؟

دوايت:

يميز-

د. بوجنر:

على الرحب والسعة.

دوايت:

- ما يحتمل أن يكون مسارًا ورد فعل وما الذي يتسبب في حدوث ذلك. نظرًا لأنني أبطأت ونفعل الأشياء ، لأنني أشعر ، حسنًا ، لقد كنت في هذا لمدة عقد من الزمان. وإذا كنت سأبدأ بروتوكولًا جديدًا ، أو شعرت أنه حصل على بعض الخميرة مرة أخرى وأريد القضاء على الخميرة ، فأنا أعرف الآن من الناحية التكتيكية ما هي المكملات الأخرى التي ستتدخل أو ستطيل عملية التنظيف أو أنها ستستمر لمساعدته على طول. أنا بالفعل على دراية ببعض الآثار الجانبية التي سيتم عرضها ، وبعضها ، وبعض الأصوات المسموعة أو التغييرات فيها. لقد تلقيت مؤخرًا استجابة جيدة حقًا.

من بين الأشياء التي وجدناها ، والتي ستجدها أيضًا ، ستجد طريقك الخاص وإنجازاتك ومكاسبك الخاصة. الحديد وتكميل ابني بالحديد على مستوى أكثر عدوانية ، كان له معنى كبير ، لأن النظر إلى الاختبارات ... مرة أخرى ، إجراء الاختبارات حتى لو كان عمره عامين ، والنظر إليها وإعادة بنائها والنظر إليها أين كنت ، أين هي الآن. قد يكون هناك ورقة طبية جديدة تخرج. يمكن أن تكون هناك استراتيجية جديدة. يمكن أن يكون هناك شيء ما لأفعله بـ A أو B أو C. وبعد ذلك إذا نظرت إلى الوراء في اختبار من عامين مضت وكنت مثل ، انتظر لحظة ، فهذا منطقي الآن.

هذا وثيق الصلة هنا. لم أفكر في ذلك بعد ذلك. لم يكن هذا منطقيًا ، ولكن الآن هذه المعلومات الجديدة تدخل حيز التنفيذ ، والقدرة على تذكر هذه المعلومات القديمة ، دعنا نحاول القيام بذلك. كان الحديد بمثابة تغيير لقواعد اللعبة بالنسبة لنا. نعلم أنه عندما يفتقر إلى الحديد ، الآن بعد أن تم بناؤه في نظام ، مرة أخرى ، هذه ليست حبة ، هذه ليست صمغًا حيث سترتفع في غضون ساعة ، إنها ليست كذلك حبة ستغير كل شيء في غضون ساعة ، ولكن عندما تبدأ في الوصول إلى مجرى الدم وتبدأ في الحفاظ على ذلك ، واو ، يا له من فرق.

لقد استغرق الأمر منا حوالي أسبوع أو نحو ذلك لرؤيته ، ثم واصلنا بالفعل الزيادة والتزايد وتحسنت النتائج. ثم نبدأ في الوصول إلى نقطة مثل ، حسنًا ، دعونا لا نصل إلى نقطة منحه الكثير من الحديد ، ولكن علينا أيضًا اختبار وتحديد مدى جودة استقراره. نحن نعلم الآن أنه شيء سيضطر على الأرجح إلى قضاء بقية حياته. لأنه وراثيًا ، هناك بعض الميول التي لا تسمح له بالاحتفاظ بنفس القدر. الآن ، من المنطقي أنه ربما لم يقل كل شيء عن علم الوراثة منذ زمن بعيد.

ولكن الآن مع أحدث المعلومات وتجربة شيء ما ، أعتقد أن هذا كان الجزء المهم أيضًا ، لأن هذا كان شيئًا نتحدث فيه بشكل جماعي مع الدكتور بوجنر من أجل ابني ، ولكن أيضًا من خلال بعض الاستشارات الأخرى والمرضى الآخرين كان لديه والخبرات. ليس كل شخص متشابه. سيكون كل طفل مختلفًا. سيكون كل إنسان مختلفًا. سيكون لكل شخص طريقه الخاص والأشياء الخاصة به التي سيتقبلها ، أو ستعمل من أجلهم أو لا تعمل من أجلهم. اذهب ببطء وانخفض. كن مستعدا. وثق كل شيء بقدر ما تستطيع.

اكتشف أكثر طريقة مريحة لك للقيام بذلك. يمكن أن يكون التطبيق. يمكن أن تكون ملاحظات صوتية يمكن نسخها للرجوع إليها في أوقات لاحقة. يلتقط الصور. خذ مقاطع فيديو. فقط كن بطيئًا واعلم أنك ستتمكن من العثور على فريق والمجموعات المناسبة من الأشخاص الذين سيدعمونك على طول الطريق.

د. بوجنر:

واحدة من المزالق أو الفخاخ التي وقعت فيها كوالد مبكر مع طفل مصاب بالتوحد هو الذهاب إلى هذه المنتديات على Facebook ، ولديهم مجموعات مختلفة لمناطق مختلفة في عالم التوحد مثل chelation أو PANDAS أو مجموعات العفن . كل واحد يدعي ، أوه ، هذا هو السبب الجذري. تبدأ بالقراءة ثم هناك آباء يقولون ، "يا إلهي ، طفلي تعافى من أ ، ب ، ج". أنت مثل ، "يا إلهي ، هل أفعل ما يكفي؟ ربما يجب أن أجرب هذا."

هذا طريق غير مجزٍ للغاية ذهبت إليه لأنك تريد تجربة ذلك. تشعر وكأنك في عداد المفقودين. تشعر بالذنب لأنك لم تجرب ما نجح لهذا الطفل بالذات. لكن ما وجدته على مر السنين هو أنه لن ينجح مع طفلك على الأرجح لأن هناك العديد من المتغيرات.

دوايت:

سيكون لديك درجة من النجاح أو الفشل.

د. بوجنر:

صحيح. قبل عدة سنوات فقط ، في عام 2019 ، كان هناك طبيب الساحل الشرقي ، سيد بيكر ، الذي استعاد طفلًا يبلغ من العمر أربع سنوات في حفاضات ، غير لفظي مع جرعة عالية من الأدوية المضادة للعفن. لقد تلقيت كل رسائل البريد الإلكتروني هذه من الوالدين ، "يا إلهي ، هل يمكننا تجربة ذلك؟ هل يمكننا تجربة ذلك؟ أريد استعادة طفلي أيضًا." وتخيل ماذا؟ لم تكن النتائج هي نفسها على الإطلاق. ولا حتى قريبة. هناك الكثير من الأمور التي يجب دمجها ، خاصة مع علم الوراثة. ما هي قدراتك على إزالة السموم؟ ربط السموم ، والتعامل مع الهيستامين ، وتحطيم الناقلات العصبية. كل شخص مختلف. هذا هو السبب في أنها طيف كبير ولا يمكننا للأسف اتباع أي طرق مختصرة في رأيي.

دوايت:

في ختام هذا الجزء ، أود أيضًا أن أذكرك أن طفلك ، إذا كان طفلك ، حسنًا ، في هذه الحالة تحديدًا ، طفلك هو الذي سينمو ، وسيتغير. سأحاول الحفاظ على أسلوب حياة طبيعي قدر الإمكان. هناك موارد خاصة في التعليم العام. هناك خطط تعليمية فردية ، IEPs كما يشار إليها. هناك موارد يجب أن تشاركهم فيها. أخبرني أحدهم منذ فترة طويلة ، ومرة أخرى ، سوف يتم إرشادك من قبل بعض الآباء الآخرين ، والأشخاص الذين مروا بها بالفعل ، والجنود والجنرالات. أحد الأشياء التي أخبروني بها سابقًا هو إرسالهم إلى المدرسة.

دعهم يرون كيف يتم تشغيل الفيلم بالفعل. دعهم يرون بعض ممثلي الفيلم. وبالنسبة لي ، كان ذلك منطقيًا جدًا. لقد حققت الكثير من النجاح. لقد واجهنا الكثير من التحديات في القيام بذلك. ولكن كما أعلم منذ أكثر من 10 سنوات ، من الواضح أن المراهقة والبلوغ الآن وهذه هي التغييرات التي تحدث في الداخل. ربما لا يستطيع طفلك التحدث أو لا يمكنه التواصل. سيجدون طريقة للتواصل معك بطريقتهم الخاصة. سوف تتعلم ذلك وستفهمه إلى نقطة معينة.

لن يكون الأمر واضحًا ومحددًا مثلما نتحدث الآن ، ولكن دعه يأخذ مجراه وكن متيقظًا كما أنت لأحبائك وانظر إلى جميع القرائن بطرق مختلفة. لا يمكنك دفعها بشكل أسرع. يمكنك فقط مساعدة الأشياء على طول. راقب وقم بإجراء التغييرات واعلم فقط أنه لا يزال لديك الوقت ، لأن كل شيء يسير في الاتجاه الصحيح. قد لا يحدث ذلك غدًا ، لكن كل هذا سيعمل نحو المكان الصحيح. والأهم من ذلك ، يجب أن تكون بصحة جيدة وعليك أن تظل إيجابيًا حتى تكون أفضل مناصر قدر الإمكان لمن تحب.