CLÍNICA VIVALDI · SCHEDA GRATUITA · SINTOMI SOMATICI

Fattori psicologici che influenzano altre condizioni mediche

Quando aspetti psicologici (stress, ansia, evitamento, non seguire le cure) peggiorano una malattia fisica come il diabete, l'ipertensione o il colon irritabile.

SEGNALI FREQUENTI

- Lo stress peggiora la malattia
- Difficoltà a seguire il trattamento
- Evitare visite o esami

INDICAZIONI PER TE

1. Coordinamento tra il medico e la psicologa
2. Tecniche di gestione dello stress
3. Piano realistico per seguire il trattamento

PER LA FAMIGLIA E LE PERSONE VICINE

1. Aiuta a organizzare il trattamento e gli appuntamenti
2. Condividete attività che riducano lo stress

QUANDO CHIEDERE AIUTO

1. Se abbandoni le cure mediche
2. Se lo stress peggiora la tua malattia

DA OSSERVARE E ANNOTARE

☐ Ho una malattia fisica diagnosticata
☐ Lo stress peggiora i miei sintomi
☐ Faccio fatica a seguire il trattamento
☐ Evito di andare ai controlli
☐ L'ansia mi fa stare sempre attento/a ai sintomi
☐ La mia malattia mi preoccupa molto
☐ Ho lasciato delle attività per paura di peggiorare
☐ Sento che il mio umore influisce sulla mia salute

RISORSE GRATUITE

- Test online e indicazioni: clinicavivaldi.com/it/trastorno/factores-psicologicos-que-influyen-en-otras-afecciones-medic
- Chiamata di orientamento gratuita con il nostro team: clinicavivaldi.com/#orienta
- In Spagna: linea 024 (prevenzione del suicidio, 24 h) · Emergenze 112