CLÍNICA VIVALDI · SCHEDA GRATUITA · SINTOMI SOMATICI

Disturbo da sintomi somatici

Sintomi fisici che generano una preoccupazione eccessiva, molto tempo dedicato a essi e grande disagio. I sintomi sono reali; ciò che si tratta è il modo di viverli.

SEGNALI FREQUENTI

- Preoccupazione costante per i sintomi
- Visite mediche ripetute
- Molto tempo concentrato/a sul corpo

INDICAZIONI PER TE

1. Concorda controlli medici regolari, non al bisogno
2. Riduci la ricerca di informazioni su internet
3. Riprendi le attività anche se ci sono sintomi

PER LA FAMIGLIA E LE PERSONE VICINE

1. Non sminuire i sintomi: sono reali
2. Incoraggialo/a a riprendere le attività anche se ci sono fastidi

QUANDO CHIEDERE AIUTO

1. Se compaiono nuovi sintomi, rivolgiti al medico
2. Se la preoccupazione ti impedisce di fare una vita normale

DA OSSERVARE E ANNOTARE

☐ Ho sintomi fisici che mi preoccupano molto

☐ Penso spesso a quanto potrebbe essere grave

☐ Passo molto tempo concentrato/a sul mio corpo

☐ Vado dal medico più di quanto mi consiglino

☐ Gli esami normali mi tranquillizzano poco

☐ Ho lasciato attività a causa dei sintomi

☐ Cerco informazioni mediche su internet

☐ Questa preoccupazione occupa gran parte della mia giornata

RISORSE GRATUITE

- Test online e indicazioni: clinicavivaldi.com/it/trastorno/trastorno-de-sintomas-somaticos
- Articolo completo: Sintomi somatici: clinicavivaldi.com/it/trastorno-sintomas-somaticos
- In Spagna: linea 024 (prevenzione del suicidio, 24 h) · Emergenze 112