

¿Por qué aparecen?

Algunos medicamentos pueden acarrear grandes cambios en su vida. Es normal y comprensible que usted se pueda sentir triste, ansioso, enojado y sufra a veces cambios de carácter.

¿Cómo puedo prevenirlo?

- Trate de compartir sus preocupaciones con personas de su entorno familiar y pida ayuda profesional cuando la necesite.
- Es importante mantener una actitud de colaboración con su tratamiento. No tema hacer preguntas y darnos información de cómo se siente. Así nos será más fácil ayudarle a mejorar su calidad de vida mientras esté en tratamiento.
- Dormir lo suficiente, hacer la siesta y un ejercicio ligero, pero de forma regular (cuando sea posible, adecuando el esfuerzo físico a su estado general), pueden ayudar a mejorar su estado de ánimo.
- Los voluntarios de la **Asociación Española contra el Cáncer** también disponen de recursos para ayudarle a ir superando las dificultades de su tratamiento. Consúltelos siempre que lo desee.



Si necesita más información consulte a su farmacéutico del hospital en el Teléfono: 911912840