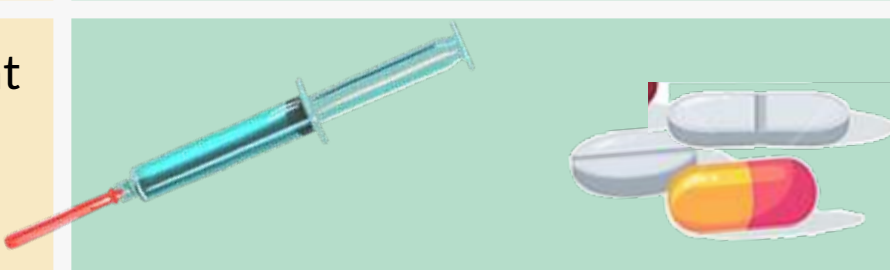
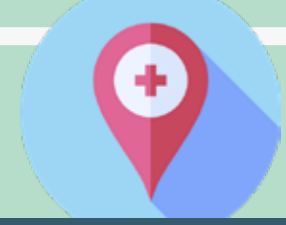


RECOMANACIONS A L'ALTA D'ICTUS

	RECOMANACIONS	QUAN?	OBSERVACIONS
ALIMENTACIÓ	Dieta saludable: Pobre en sal i grasses, rica en fruita i verdura. Emprar Oli d'oliva.	SEMPRE.	
HÀBITS DE VIDA	Exercici moderat Deixar de fumar i evitar ambients carregats de fum. Evitar ingesta d'alcohol.	SEMPRE.	
TRACTAMENT	És important seguir el tractament que li ha prescrit el metge. Seguiu les indicacions del fisioterapeuta i, si us han proporcionat pautes de logopèdia i teràpia ocupacional, adoptau-les.	 SEMPRE.	Se pautará en la receta electrónica.
CITES	Li donarem cita per al seu centre de salut, per a continuar amb les cures que necessiti.	 CENTRE DE SALUD	Abans d'anar-se'n comprovin si tenen cita.
	Rebrà un missatge SMS amb la cita en les consultes de Neurologia per a valorar la seva evolució		Si no, podeu demanar-la en InFOsalut connecta 971 22 00 00 o en el portal del pacient.
	La recuperació pot ser més lenta del que vostè esperava... L'associació REHACER i el programa Pacient Actiu, el poden ajudar en el seu procés.		Rehacerbaleares.com rehacerbaleares@gmail.com 971 479 406 - 971 498 782 Pacient Actiu: https://einasalut.caib.es
	Quan podré conduir? Esperar entre 6 i 12 mesos en funció del que li digui el seu metge. 	Quan podré treballar? Demani consell al seu neuròleg i al metge d'Atenció Primària. Llegeixi els detalls en la Llei especificada en el seu informe d'alta.	Puc viatjar amb avió? Esperi mínim 10 dies Si viatja fora d'Espanya, li recomanem fer-se una assegurança de viatge. Emporti's l'informe mèdic.



Telefoneu al 061 si noteu símptomes suggestius d'Ictus

