



Encuentra
tu
ruta

Cómo aprovechar al máximo

tus

citas médicas

Proporcionado como servicio educativo por Vertex Pharmaceuticals (Spain) S.L.

Recuerda que tu equipo médico está a tu lado para apoyarte a la hora de mantener un equilibrio adecuado entre controlar tu beta talasemia y vivir la vida a tu manera. Tus citas con tu equipo médico te ofrecen la oportunidad de hablar sobre cómo te sientes, las cosas que van bien y lo que te gustaría hacer de otra manera.

No creas que solo son citas médicas rutinarias. Es una oportunidad para que expreses cualquier duda o inquietud que puedas tener sobre tu experiencia conviviendo con beta talasemia. Tu equipo médico querrá conocer los desafíos a los que te enfrentas, y está listo para ofrecerte la atención que necesitas y apoyarte en tu bienestar físico y emocional.

Por supuesto, la presión de controlar tu beta talasemia puede desmotivarte y no siempre será fácil hablar con tu equipo médico. Esta herramienta puede darte algunas pistas y ayudarte a aprovechar al máximo tus citas médicas con actividades que puedes hacer antes, durante y después de tu cita.

Este documento ha sido desarrollado por Vertex Pharmaceuticals como parte de la campaña “Encuentra tu ruta”. Esta campaña de concienciación sobre la beta talasemia está destinada a ayudarte a trabajar con tu equipo médico para encontrar el equilibrio entre la gestión de tu beta talasemia y llevar la vida que quieres. Para obtener más información, visita www.turutacontalasemia.es.

Antes de la cita

Puedes hacer muchas cosas antes de acudir a tu cita:

- * Conoce el lugar donde tienes que ir e intenta llegar pronto a tu cita para estar lo más relajado posible.
- * Haz una lista de preguntas para hacer a tu equipo médico: Escríbelas en Tu Diario de Bienestar.
Escanea el código QR para descargar una copia en el Centro de recursos.
- * Si necesitas apoyo, pídele a un amigo o a un familiar que te acompañe. Puede tomar notas y recordarte hacer preguntas oportunas o que hayáis acordado antes de tu cita médica.
- * Puede ser útil mantener un diario entre citas médicas para ayudarte a analizar cómo te has sentido durante ese tiempo con tu equipo médico. Puedes usar tu Diario de Bienestar para anotar los síntomas y otra información importante que pueda ayudarte a guiar la conversación.
Escanea este código QR para descargar una copia en el Centro de recursos.



Tus notas

Usa este espacio para tomar notas sobre cualquier cosa importante que hayan mencionado durante tu cita.

