

AL

DRA. ANA LUIZA GONÇALVES

Como conviver  
melhor com uma  
doença crônica  
Parte 5

#SérieDoençaCrônica



## Como conviver melhor com uma doença crônica - Parte 5

Informação é poder: Busque saber mais sobre a sua doença, não só na Wikipédia do Google, mas em grupos de pacientes, podcasts, perfis médicos sérios.

Tire suas dúvidas com seu reumatologista, se preciso anote tudo em um caderninho para a próxima consulta; um calendário para marcar os dias de piores dores ou sintomas também podem ser válidos. ?

Ache um bom médico em que confie, que siga os protocolos da sociedade médica em questão (se você

digitar Sociedade Brasileira de Reumatologia por exemplo, encontrará lá a cartilha de doenças para os pacientes) e crie um vínculo com ele; a troca excessiva de médicos que muitas vezes não têm o mesmo perfil pode atrapalhar muito o andamento terapêutico. #SérieDoençaCrônica ? ?

\*Lembrando: essas são percepções minhas e não necessariamente protocolos ou fatos evidenciados cientificamente.??

doenças crônicas, doença crônica, reumatologia, reumatologista, reumatismo, medicina, saúde, artrite reumatoide, espondilite anquilosante, fibromialgia, crônico, autoimune, artrose, reumato, artrite psoríase, lúpus, vale infusões, zona leste, itaquera vitaminas, vitamina d, autoimune, vida saudável,

#REPOST @reumatoana

[Read More](#)

---