

<p>Слід повідомляти медичному персоналу за наявності наступних станів та за відсутності конкретних медичних рекомендацій</p>	<p>Порушення травлення</p> <ul style="list-style-type: none"> > Суттєва та (або) швидка втрата ваги > Дуже часта діарея, випорожнення понад 4 рази на добу > Біль у роті або виразки, що перешкоджають нормальному прийому їжі > Сильний біль у животі > Не в змозі пити протягом 24 годин та (або) приймати їжу протягом приблизно 48 годин > Випорожнення рідше 3 разів на тиждень <p>М'язові розлади</p> <ul style="list-style-type: none"> > Незвичний і незрозумілий біль у м'язах <p>Респіраторні захворювання</p> <ul style="list-style-type: none"> > Посилення постійного кашлю чи проблеми з диханням <p>Симптоми, що свідчать про уповільнення серцевого ритму (брадикардія)</p> <ul style="list-style-type: none"> > Втрата свідомості, запаморочення > Зниження артеріального тиску <p>Проблеми з очима</p> <ul style="list-style-type: none"> > Біль в очах, слезотеча чи почервоніння, нечіткість зору або чутливість до світла
<p>ЯК ЗАПОБІГТИ ПОБІЧНИМ ЯВИЩАМ?</p>	
<p>Вага</p>	<p>При розладах травлення або набряках кінцівок регулярно перевіряйте свою вагу.</p>
<p>Догляд за шкірою</p>	<p>Робіть вибір на користь м'якого мила та зволожувального засобу, підсушуйте шкіру промоканням. Уникайте використання будь-яких продуктів, що дратують шкіру. <i>Для захисту від сонця використовуйте</i> сонцезахисний крем із сонцезахисним фільтром широкого спектру та уникайте впливу сонячних променів.</p>
<p>Гігієна порожнини рота</p>	<p>Використовуйте м'яку зубну щітку, використовуйте ополаскувачі для рота, що містять питну соду. Уникайте ополіскувачів для рота, що містять ментол або спирт.</p>
<p>Очі</p>	<p>Уникайте контактних лінз. Уникайте водити машину при слабкій освітленості.</p>
<p>Набряки</p>	<p>Уникайте занадто тісного одягу, шкарпеток та взуття. Кладіть ноги у високе положення.. Регулярно перевіряйте свою вагу.</p>
<p>Стомленість</p>	<p>Робіть вибір на користь занять, що сприяють доброму самопочуттю, зокрема на користь підбраного та регулярного фізичного навантаження: ходьба, робота в саду, плавання, їзда на велосипеді, спорт... Чергуйте періоди активності та відпочинку.</p>
<p>ЯК АДАПТУВАТИ СВОЮ ДІЄТУ?</p>	
<p>Нудота</p>	<p>Робіть вибір на користь дрібного харчування з кількох легких прийомів їжі, рідких та холодних страв. Обмежте споживання жирної, смаженої та гострої їжі.</p>
<p>Закріп</p>	<p>Робіть вибір на користь дієти з високим вмістом клітковини. Пийте більше води.</p>
<p>Діарея</p>	<p>Робіть вибір на користь дієти з низьким вмістом клітковини. Найкраще вживати продукти, що містять крохмаль моркву, банани. Уникайте вживання сирих фруктів та овочів, молочних продуктів, кави та алкоголю. Пийте більше води.</p>
<p>Порушення смакового сприйняття</p>	<p>Робіть вибір на користь кількох невеликих прийомів теплої та холодної їжі на день. Уникайте вживання металевого кухонного приладдя.</p>
<p>Запалення у роті (виразки)</p>	<p>Уникайте вживання кислої, клейкої та дуже солоної їжі.</p>
<p>Набряки</p>	<p>Робіть вибір на користь дієти з низькою кількістю солі.</p>

