

Vous souffrez d'un ulcère gastro-duodéal

En plus du traitement prescrit par votre médecin, voici quelques règles hygiéno-diététiques à adopter :

- **Arrêtez votre consommation de tabac.**
- **Arrêtez ou diminuez votre consommation d'alcool.**
- Répartissez les repas sur la journée et **évitez la pratique du jeûne.**
- **Évitez toute automédication** car certains médicaments peuvent être toxiques pour l'estomac et provoquer des ulcères (**notamment les anti-inflammatoires non stéroïdiens (AINS)**, principaux médicaments responsables d'ulcère, en vente libre pour certains).
- **Signalez cet antécédent aux professionnels de santé** qui vous prennent en charge (médecins, pharmaciens...), même une fois l'ulcère traité et cicatrisé.
En effet, en raison de votre plus fort risque de récurrence, certains traitements peuvent vous être contre-indiqués ou nécessiter des précautions d'emploi.

Date :

Signature :

Cachet du médecin