

# RECOMENDACIONES PARA UN PACIENTE EPILEPTICO



Reduce el estrés



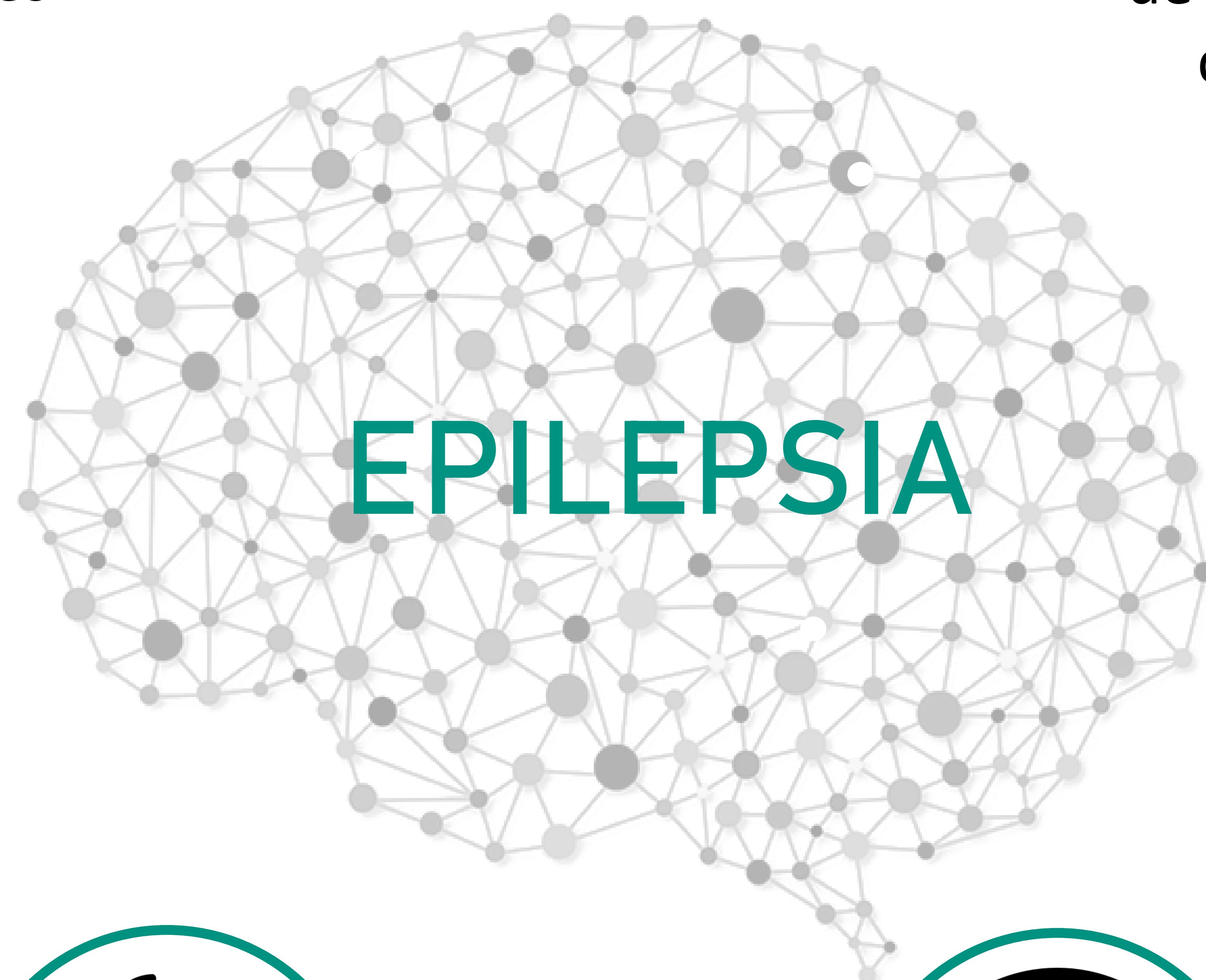
Lleva una alimentación sana



Evita el consumo de alcohol y drogas



Haz ejercicio físico



Tomar medicación habitual



Duerme bien y mantén un sueño regular



No debes conducir si tienes crisis de forma habitual