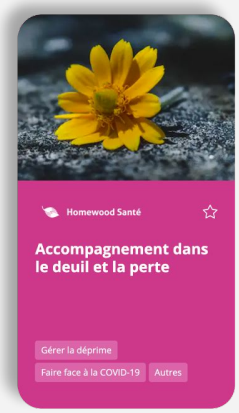
Prendre soin de votre santé mentale fait partie de votre traitement de l'eczéma !

La santé mentale a des liens étroits avec l'inflammation en général et la dermatite atopique en particulier. Les symptômes d'anxiété et de dépression peuvent exacerber les symptômes physiques, ce qui entraîne à son tour des problèmes de santé mentale plus importants.

Quoi que vous fassiez physiquement, et nous savons que c'est probablement beaucoup, nous vous recommandons de donner la priorité à votre santé mentale partout où vous le pouvez.

Voici quelques exemples de ressources autoguidées :



Visitez leur site en utilisant le très pratique code QR.

Ou contactez immédiatement un conseiller par téléphone ici :
1-866-585-0445 (Adultes) or 1-888-668-6810 (Youth)

WELLNESS TOGETHER Canada
wellnesstogether.ca

Wellness Together Canada (WTC) est un programme parrainé par le gouvernement pour fournir des services de santé mentale gratuits à tous les Canadiens. C'est totalement gratuit et anonyme, et vous pouvez accéder immédiatement à une variété de ressources sur leur site Web.

Eczéma Québec