

Gennaio		Febbraio		Marzo		Aprile		Maggio		Giugno		Luglio		Agosto		Settembre		Ottobre		Novembre		Dicembre	
1 V		1 L		1 L		1 G		1 S		1 M		1 G		1 D		1 M		1 V		1 L		1 M	
2 S		2 M		2 M		2 V		2 D		2 M		2 V		2 L		2 G		2 S		2 M		2 G	
3 D		3 M		3 M		3 S		3 L		3 G		3 S		3 M		3 V		3 D		3 M		3 V	
4 L		4 G		4 G		4 D		4 M		4 V		4 D		4 M		4 S		4 L		4 G		4 S	
5 M		5 V		5 V		5 L		5 M		5 S		5 L		5 G		5 D		5 M		5 V		5 D	
6 M		6 S		6 S		6 M		6 G		6 D		6 M		6 V		6 L		6 M		6 S		6 L	
7 G		7 D		7 D		7 M		7 V		7 L		7 M		7 S		7 M		7 G		7 D		7 M	
8 V		8 L		8 L		8 G		8 S		8 M		8 G		8 D		8 M		8 V		8 L		8 M	
9 S		9 M		9 M		9 V		9 D		9 M		9 V		9 L		9 G		9 S		9 M		9 G	
10 D		10 M		10 M		10 S		10 L		10 G		10 S		10 M		10 V		10 D		10 M		10 V	
11 L		11 G		11 G		11 D		11 M		11 V		11 D		11 M		11 S		11 L		11 G		11 S	
12 M		12 V		12 V		12 L		12 M		12 S		12 L		12 G		12 D		12 M		12 V		12 D	
13 M		13 S		13 S		13 M		13 G		13 D		13 M		13 V		13 L		13 M		13 S		13 L	
14 G		14 D		14 D		14 M		14 V		14 L		14 M		14 S		14 M		14 G		14 D		14 M	
15 V		15 L		15 L		15 G		15 S		15 M		15 G		15 D		15 M		15 V		15 L		15 M	
16 S		16 M		16 M		16 V		16 D		16 M		16 V		16 L		16 G		16 S		16 M		16 G	
17 D		17 M		17 M		17 S		17 L		17 G		17 S		17 M		17 V		17 D		17 M		17 V	
18 L		18 G		18 G		18 D		18 M		18 V		18 D		18 M		18 S		18 L		18 G		18 S	
19 M		19 V		19 V		19 L		19 M		19 S		19 L		19 G		19 D		19 M		19 V		19 D	
20 M		20 S		20 S		20 M		20 G		20 D		20 M		20 V		20 L		20 M		20 S		20 L	
21 G		21 D		21 D		21 M		21 V		21 L		21 M		21 S		21 M		21 G		21 D		21 M	
22 V		22 L		22 L		22 G		22 S		22 M		22 G		22 D		22 M		22 V		22 L		22 M	
23 S		23 M		23 M		23 V		23 D		23 M		23 V		23 L		23 G		23 S		23 M		23 G	
24 D		24 M		24 M		24 S		24 L		24 G		24 S		24 M		24 V		24 D		24 M		24 V	
25 L		25 G		25 G		25 D		25 M		25 V		25 D		25 M		25 S		25 L		25 G		25 S	
26 M		26 V		26 V		26 L		26 M		26 S		26 L		26 G		26 D		26 M		26 V		26 D	
27 M		27 S		27 S		27 M		27 G		27 D		27 M		27 V		27 L		27 M		27 S		27 L	
28 G		28 D		28 D		28 M		28 V		28 L		28 M		28 S		28 M		28 G		28 D		28 M	
29 V		29 L		29 L		29 G		29 S		29 M		29 G		29 D		29 M		29 V		29 L		29 M	
30 S		30 M		30 M		30 V		30 D		30 M		30 V		30 L		30 G		30 S		30 M		30 G	
31 D		31 M		31 M		31 M		31 L		31 M		31 S		31 M		31 M		31 D		31 D		31 V	



1. Per non dimenticare quando hai assunto il farmaco segna su questo calendario la data e poi scrivi subito un memo alla data della dose successiva

2. Segui la prescrizione è importante seguire la terapia indicata dal medico curante o dallo specialista

3. I farmaci antifratturativi sono importanti: aiutano a prevenire le fratture da fragilità o le rifratture

4. Appendi questo calendario bene in vista e ricordati di controllarlo: puoi annotarci tutto quello che è importante ricordare

5. Non interrompere o sospendere la terapia l'efficacia di un farmaco antifratturativo dipende dalla costanza con cui lo si assume

6. L'effetto antifratturativo è garantito se il paziente assume il farmaco con costanza seguendo la terapia

L'importanza dell'aderenza alla terapia



**FIR
MO**
ONLUS
FONDAZIONE ITALIANA RICERCA SULLE MALATTIE DELL'OSSEO



7. Se ci sono effetti collaterali, se quello che leggi nel foglietto illustrativo non ti convince, se hai problemi o dubbi, parlane al tuo medico

8. Se il farmaco ti è stato passato dal Servizio Sanitario Nazionale interromperlo è uno spreco di denaro e reca un danno economico che ricade su tutti

9. Se la terapia che ti è stata prescritta non va bene per te parlane con il tuo medico, che se occorre potrà aiutarti a trovare una terapia alternativa e scegliere la strada giusta

10. Le terapie non devono essere sospese all'improvviso: rischi un effetto "rebound" e di avere un peggioramento rapido alla sospensione del farmaco

11. Dopo una prima frattura la probabilità di fratturarsi di nuovo aumenta: i farmaci ti aiutano a ridurre il rischio

12. Se devi sospendere la terapia parlane prima con il medico curante o lo specialista che te la hanno prescritta