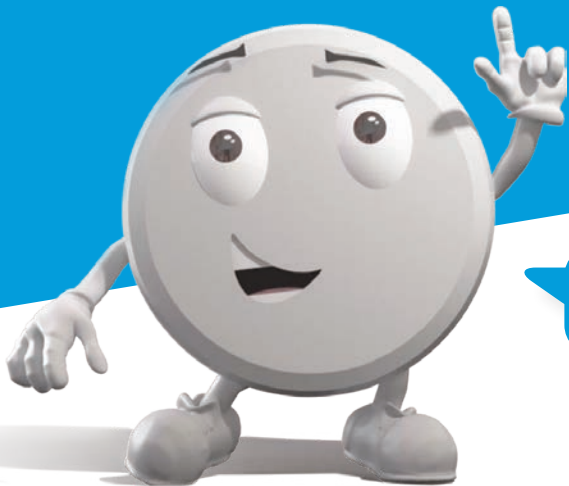


27 Μαρτίου 2025



WORLD
ADHERENCE
DAY 27 MARCH



Μη γίνεσαι γιατρός του εαυτού σου!
Ακολούθησε σωστά την αγωγή σου!

Η μη ορθή χρήση των φαρμάκων μπορεί να θέσει την υγεία σου σε άμεσο κίνδυνο!

Συμβουλέψου τον γιατρό ή τον
φαρμακοποιό σου για τη σημασία της
σωστής τήρησης της αγωγής σου.

Τι είναι η προσήλωση;

Η προσήλωση ορίζεται ως η συμπεριφορά λήψης φαρμάκων και/ή η εφαρμογή αλλαγών στον τρόπο ζωής που αντιστοιχούν στις συμφωνημένες συστάσεις από έναν επαγγελματία υγείας¹.

Ακολουθείτε τη θεραπεία σας σωστά;

Απαντήστε στις
παρακάτω απλές ερωτήσεις:

ΝΑΙ ΟΧΙ

Αντιμετωπίζετε δυσκολίες στο να ακολουθήσετε την αγωγή σας;

Μήπως μερικές φορές ξεχνάτε να πάρετε τα φάρμακά σας την ώρα που πρέπει;

Έχετε διακόψει τη θεραπεία σας χωρίς να συμβουλευτείτε τον γιατρό;

Είστε ενήμεροι για τους πιθανούς κινδύνους αν δεν ακολουθήσετε τη θεραπεία σας;

Κατανοείτε τη σημασία του να ακολουθείτε προσεκτικά την αγωγή σας;

Υπάρχουν γεγονότα ή καταστάσεις που σας εμποδίζουν να τηρείτε την αγωγή σας;

Αν όλες οι απαντήσεις
είναι "ΟΧΙ",

είστε στη σωστή κατεύθυνση για να
επιτύχετε έναν καλό βαθμό τήρησης
της θεραπείας σας.

Αν απαντήσατε "ΝΑΙ"
μόνο σε μία ερώτηση,

σας συμβουλεύουμε να επικοινωνή-
σετε με τον γιατρό σας, καθώς είστε
στον σωστό δρόμο για να επιτύχετε
έναν καλό βαθμό τήρησης της θερα-
πείας σας.

Αν απαντήσατε δύο ή
περισσότερες φορές "ΝΑΙ",

σας συμβουλεύουμε να επικοινωνήσετε
με τον γιατρό σας, γιατί πιθανό δεν
ακολουθείτε σωστά τη θεραπεία σας.

Γιατί η προσήλωση είναι σημαντική;²



Η τήρηση των οδηγιών του γιατρού σου αναφορικά με τη φαρμακευτική αγωγή που σου έχει προτείνει είναι θεμελιώδους σημασίας για την επιτυχία της θεραπείας, ιδιαίτερα εάν πάσχεις από χρόνια νόσημα.

Η μη προσήλωση στη θεραπεία μπορεί να έχει πολύ σοβαρές επιπτώσεις στην υγεία σου.

Πώς να θυμάσαι να παίρνεις το φάρμακό σου;³



Βάλε μια ειδοποίηση στο κινητό



Τοποθέτησε τη συσκευασία κοντά σε κάτι σημαντικό



Χρησιμοποίησε μια θήκη χαπιών



Συνδύασε τη λήψη του φαρμάκου σου με μια άλλη συνήθεια

Αφιέρωσε **1 λεπτό** στην υγεία σου!



Μίλησε με τον γιατρό ή τον φαρμακοποιό σου και κάνε τις σωστές ερωτήσεις για να κατανοήσεις τη θεραπεία σου:

Ποιος είναι ο σκοπός αυτού του φαρμάκου και πώς με βοηθά;

Πρέπει να προσαρμόσω τη διατροφή ή τον τρόπο ζωής μου;

Πώς αυτές οι αλλαγές υποστηρίζουν τη θεραπεία μου;

Κάθε πότε πρέπει να προγραμματίζω τον έλεγχο της υγείας μου;

Τι να κάνω αν ξεχάσω να πάρω το φάρμακό μου;

Μάθε περισσότερα στο www.akolouthotinaagogi.gr



Μία πρωτοβουλία της:

SERVIER

Υπό την αιγίδα:



Ένωση Ασθενών Ελλάδας



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΦΛΕΒΟΛΟΓΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ

SERVIER HELLAS ΦΑΡΜΑΚΕΥΤΙΚΗ ΕΠΕ. Φραγκοκλησιάς 7, 15125 Μαρούσι. Τηλ 210 9391000 - www.servier.gr