

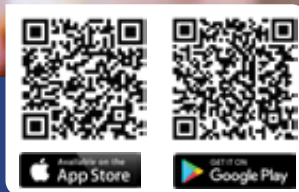
Πήρατε τα φάρμακά σας;

“ Παίρνω
αυτό το φάρμακο
αρκετό καιρό.
Δεν πειράζει να το
σταματήσω για λίγο. “

Pill Pro app

Μια εύχρηστη εφαρμογή
που σας υπενθυμίζει
να πάρετε την αγωγή σας.

ΣΚΑΝΑΡΕΤΕ ΕΔΩ
ΚΑΙ ΚΑΤΕΒΑΣΤΕ
ΤΗΝ ΕΦΑΡΜΟΓΗ



Εκστρατεία Ευαισθητοποίησης για την Ορθή Χρήση των Φαρμάκων



Μη γίνεσαι γιατρός
του εαυτού σου

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!

Συμβουλευόσου το γιατρό ή το φαρμακοποιό σου για τη σημασία της
σωστής τήρησης της αγωγής σου.

Μάθε περισσότερα στο www.akolouthotinagogi.gr



Ακολουθώντας τη θεραπεία σας, προστατεύετε την υγεία σας!

Γνωρίζετε τι πρέπει να κάνετε;

- Εάν αντιμετωπίζετε δυσκολία να ακολουθήσετε τη θεραπεία σας...
- Εάν έχετε αμφιβολίες για την αγωγή σας...
- Εάν θέλετε να ενημερωθείτε για τη δυνατότητα εναλλακτικών και απλούστερων θεραπευτικών σχημάτων...

Μην περιμένετε!

Ζητήστε τη συμβουλή του γιατρού σας και εκείνος θα σας δώσει όλες τις πληροφορίες που χρειάζεστε σχετικά με τον καλύτερο τρόπο θεραπείας σας.

Ακολουθείτε τη θεραπεία σας σωστά;

Απαντήστε στις παρακάτω απλές ερωτήσεις:

1. Δυσκολεύεστε να ακολουθήσετε την αγωγή που σας έχει υποδείξει ο γιατρός σας;
2. Μήπως μερικές φορές ξεχνάτε να πάρετε τα φάρμακά σας την ώρα που πρέπει;
3. Έχουν υπάρξει φορές που μετά τη λήψη των φαρμάκων σας δεν νιώσατε καλά και γι' αυτό ελαττώσατε ή διακόψατε τη λήψη τους, χωρίς να μιλήσετε με το γιατρό σας;

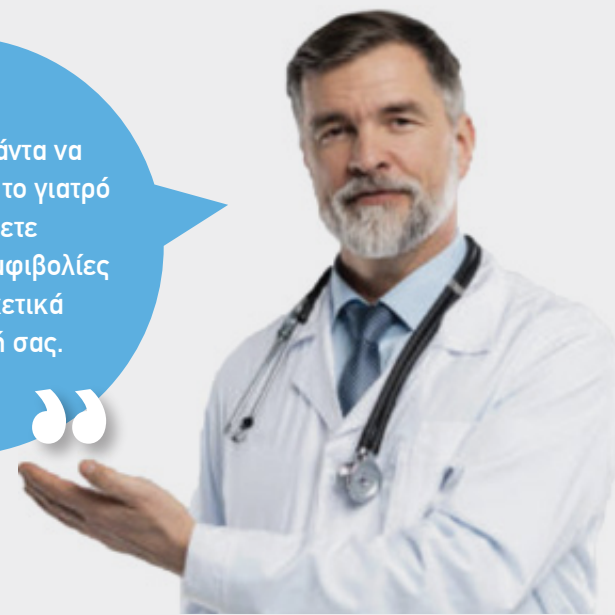
Αν όλες οι απαντήσεις είναι **‘ΟΧΙ’**, είστε στη σωστή κατεύθυνση για να επιτύχετε έναν καλό βαθμό τήρησης της θεραπείας σας.

Αν απαντήσατε **‘ΝΑΙ’** μόνο σε μία ερώτηση, σας συμβουλεύουμε να επικοινωνήσετε με το γιατρό σας, καθώς είστε στο σωστό δρόμο για να επιτύχετε έναν καλό βαθμό τήρησης της θεραπείας σας.

Αν απαντήσατε δύο φορές **‘ΝΑΙ’**, σας συμβουλεύουμε να επικοινωνήσετε με το γιατρό σας, γιατί πιθανά δεν ακολουθείτε σωστά τη θεραπεία σας.



Να θυμάστε πάντα να συμβουλευέστε το γιατρό σας εάν έχετε οποιεσδήποτε αμφιβολίες ή απορίες σχετικά με την αγωγή σας.





Η τήρηση των οδηγιών του γιατρού σας αναφορικά με τη φαρμακευτική αγωγή που σας έχει προτείνει (δόσεις, ώρες χρήσης, διάρκεια) είναι θεμελιώδους σημασίας για την επιτυχία της θεραπείας, ιδιαίτερα εάν πάσχετε από χρόνια νόσημα. Εξίσου σημαντικό είναι να έχετε κατανοήσει το νόσημά σας και τον τρόπο θεραπείας του.

Η μη προσήλωση στην θεραπεία μπορεί να έχει πολύ σοβαρές επιπτώσεις στην υγεία σας^{1,2}. Στην περίπτωση της υπέρτασης, η χαμηλή προσήλωση στη φαρμακευτική αγωγή είναι η κύρια αιτία ανεπαρκούς ρύθμισης της αρτηριακής πίεσης και, όπως φαίνεται από αρκετές μελέτες, η αδυναμία επίτευξης των βέλτιστων τιμών αρτηριακής πίεσης αυξάνει σημαντικά τον κίνδυνο καρδιακών και αγγειακών εγκεφαλικών επεισοδίων.³

Βιβλιογραφία:

- 1.Smith SC Jr, Collins A, Ferrari R, et al.; World Heart Federation; American Heart Association; American College of Cardiology Foundation; European Heart Network; European Society of Cardiology. Our time: a call to save preventable death from cardiovascular disease (heart disease and stroke). J Am Coll Cardiol 2012;60:2343-8.
- 2.Montalescot G, Sechtem U, Achenbach S, et al. 2013 ESC guidelines on the management of stable coronary artery disease: the Task Force on the management of stable coronary artery disease of the European Society of Cardiology. Eur Heart J 2013;34: 2949-3003.
- 3.Chobanian AV. Impact of nonadherence to antihypertensive therapy. Circulation 2009;120:1558-60.

Η προσήλωση στη θεραπεία είναι υψηλότερη όταν:

- Είστε καλά ενημερωμένος/η για την κατάστασή σας και τον λόγο για τον οποίο πρέπει να πάρετε τη συγκεκριμένη θεραπεία
- Εμπιστεύεστε το θεράποντα ιατρό σας και έχετε ανοιχτό διάλογο μαζί του
- Πιστεύετε στην αποτελεσματικότητα της θεραπείας, αναγνωρίζοντας τα οφέλη της

Θα πρέπει να σέβεστε τις οδηγίες του γιατρού σας, αλλά και να εκφράζετε οποιαδήποτε απορία ή αμφιβολία έχετε, ώστε να ελαχιστοποιηθεί η πιθανότητα να διακόψετε ή να τροποποιήσετε αυθαίρετα τη θεραπεία σας.

Για να διατηρήσετε την προσήλωση στη θεραπεία είναι απαραίτητο να:

- Έχετε ενημερωθεί σωστά για την ασθένειά σας και τις πιθανές συνέπειές της
- Έχετε επίγνωση των στόχων που πρέπει να επιτευχθούν
- Συμμετέχετε στην επιλογή της θεραπείας και έχετε κίνητρο να την ακολουθήσετε
- Επικοινωνείτε με το γιατρό σας για οποιαδήποτε ανάγκη ή προβληματισμό έχετε



Οκτώβριος 2020

Σημειώστε με ένα "X" τη λήψη κάθε φαρμάκου σε εβδομαδιαία βάση.

	ΠΕΜΠΤΗ 1		ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 2		ΣΑΒΒΑΤΟ 3		ΚΥΡΙΑΚΗ 4		ΔΕΥΤΕΡΑ 5		ΤΡΙΤΗ 6		ΤΕΤΑΡΤΗ 7	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1														
2														
3														
4														
5														
6														

	ΠΕΜΠΤΗ 8		ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 9		ΣΑΒΒΑΤΟ 10		ΚΥΡΙΑΚΗ 11		ΔΕΥΤΕΡΑ 12		ΤΡΙΤΗ 13		ΤΕΤΑΡΤΗ 14	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1														
2														
3														
4														
5														
6														

	ΠΕΜΠΤΗ 15		ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 16		ΣΑΒΒΑΤΟ 17		ΚΥΡΙΑΚΗ 18		ΔΕΥΤΕΡΑ 19		ΤΡΙΤΗ 20		ΤΕΤΑΡΤΗ 21	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1														
2														
3														
4														
5														
6														

	ΠΕΜΠΤΗ 22		ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 23		ΣΑΒΒΑΤΟ 24		ΚΥΡΙΑΚΗ 25		ΔΕΥΤΕΡΑ 26		ΤΡΙΤΗ 27		ΤΕΤΑΡΤΗ 28	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1														
2														
3														
4														
5														
6														

	ΠΕΜΠΤΗ 29		ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 30		ΣΑΒΒΑΤΟ 31	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1						
2						
3						
4						
5						
6						

ΤΑ ΦΑΡΜΑΚΑ	
1	
2	
3	
4	
5	
6	

Νοέμβριος 2020

Σημειώστε με ένα "X" τη λήψη κάθε φαρμάκου σε εβδομαδιαία βάση.

	ΚΥΡΙΑΚΗ 1		ΔΕΥΤΕΡΑ 2		ΤΡΙΤΗ 3		ΤΕΤΑΡΤΗ 4		ΠΕΜΠΤΗ 5		ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 6		ΣΑΒΒΑΤΟ 7	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1														
2														
3														
4														
5														
6														

	ΚΥΡΙΑΚΗ 8		ΔΕΥΤΕΡΑ 9		ΤΡΙΤΗ 10		ΤΕΤΑΡΤΗ 11		ΠΕΜΠΤΗ 12		ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 13		ΣΑΒΒΑΤΟ 14	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1														
2														
3														
4														
5														
6														

	ΚΥΡΙΑΚΗ 15		ΔΕΥΤΕΡΑ 16		ΤΡΙΤΗ 17		ΤΕΤΑΡΤΗ 18		ΠΕΜΠΤΗ 19		ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 20		ΣΑΒΒΑΤΟ 21	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1														
2														
3														
4														
5														
6														

	ΚΥΡΙΑΚΗ 22		ΔΕΥΤΕΡΑ 23		ΤΡΙΤΗ 24		ΤΕΤΑΡΤΗ 25		ΠΕΜΠΤΗ 26		ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 27		ΣΑΒΒΑΤΟ 28	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1														
2														
3														
4														
5														
6														

	ΚΥΡΙΑΚΗ 29		ΔΕΥΤΕΡΑ 30	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1				
2				
3				
4				
5				
6				

ΤΑ ΦΑΡΜΑΚΑ	
1	
2	
3	
4	
5	
6	

Δεκέμβριος 2020

Σημειώστε με ένα "X" τη λήψη κάθε φαρμάκου σε εβδομαδιαία βάση.

	ΤΡΙΤΗ 1		ΤΕΤΑΡΤΗ 2		ΠΕΜΠΤΗ 3		ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 4		ΣΑΒΒΑΤΟ 5		ΚΥΡΙΑΚΗ 6		ΔΕΥΤΕΡΑ 7	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1														
2														
3														
4														
5														
6														

	ΤΡΙΤΗ 8		ΤΕΤΑΡΤΗ 9		ΠΕΜΠΤΗ 10		ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 11		ΣΑΒΒΑΤΟ 12		ΚΥΡΙΑΚΗ 13		ΔΕΥΤΕΡΑ 14	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1														
2														
3														
4														
5														
6														

	ΤΡΙΤΗ 15		ΤΕΤΑΡΤΗ 16		ΠΕΜΠΤΗ 17		ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 18		ΣΑΒΒΑΤΟ 19		ΚΥΡΙΑΚΗ 20		ΔΕΥΤΕΡΑ 21	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1														
2														
3														
4														
5														
6														

	ΤΡΙΤΗ 22		ΤΕΤΑΡΤΗ 23		ΠΕΜΠΤΗ 24		ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 25		ΣΑΒΒΑΤΟ 26		ΚΥΡΙΑΚΗ 27		ΔΕΥΤΕΡΑ 28	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1														
2														
3														
4														
5														
6														

	ΤΡΙΤΗ 29		ΤΕΤΑΡΤΗ 30		ΠΕΜΠΤΗ 31	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1						
2						
3						
4						
5						
6						

ΤΑ ΦΑΡΜΑΚΑ	
1	
2	
3	
4	
5	
6	

Ιανουάριος 2021

Σημειώστε με ένα "X" τη λήψη κάθε φαρμάκου σε εβδομαδιαία βάση.

	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 1		ΣΑΒΒΑΤΟ 2		ΚΥΡΙΑΚΗ 3		ΔΕΥΤΕΡΑ 4		ΤΡΙΤΗ 5		ΤΕΤΑΡΤΗ 6		ΠΕΜΠΤΗ 7	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1														
2														
3														
4														
5														
6														

	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 8		ΣΑΒΒΑΤΟ 9		ΚΥΡΙΑΚΗ 10		ΔΕΥΤΕΡΑ 11		ΤΡΙΤΗ 12		ΤΕΤΑΡΤΗ 13		ΠΕΜΠΤΗ 14	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1														
2														
3														
4														
5														
6														

	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 15		ΣΑΒΒΑΤΟ 16		ΚΥΡΙΑΚΗ 17		ΔΕΥΤΕΡΑ 18		ΤΡΙΤΗ 19		ΤΕΤΑΡΤΗ 20		ΠΕΜΠΤΗ 21	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1														
2														
3														
4														
5														
6														

	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 22		ΣΑΒΒΑΤΟ 23		ΚΥΡΙΑΚΗ 24		ΔΕΥΤΕΡΑ 25		ΤΡΙΤΗ 26		ΤΕΤΑΡΤΗ 27		ΠΕΜΠΤΗ 28	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1														
2														
3														
4														
5														
6														

	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 29		ΣΑΒΒΑΤΟ 30		ΚΥΡΙΑΚΗ 31	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1						
2						
3						
4						
5						
6						

ΤΑ ΦΑΡΜΑΚΑ	
1	
2	
3	
4	
5	
6	

Φεβρουάριος 2021

Σημειώστε με ένα "X" τη λήψη κάθε φαρμάκου σε εβδομαδιαία βάση.

	ΔΕΥΤΕΡΑ 1		ΤΡΙΤΗ 2		ΤΕΤΑΡΤΗ 3		ΠΕΜΠΤΗ 4		ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 5		ΣΑΒΒΑΤΟ 6		ΚΥΡΙΑΚΗ 7	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1														
2														
3														
4														
5														
6														

	ΔΕΥΤΕΡΑ 8		ΤΡΙΤΗ 9		ΤΕΤΑΡΤΗ 10		ΠΕΜΠΤΗ 11		ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 12		ΣΑΒΒΑΤΟ 13		ΚΥΡΙΑΚΗ 14	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1														
2														
3														
4														
5														
6														

	ΔΕΥΤΕΡΑ 15		ΤΡΙΤΗ 16		ΤΕΤΑΡΤΗ 17		ΠΕΜΠΤΗ 18		ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 19		ΣΑΒΒΑΤΟ 20		ΚΥΡΙΑΚΗ 21	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1														
2														
3														
4														
5														
6														

	ΔΕΥΤΕΡΑ 22		ΤΡΙΤΗ 23		ΤΕΤΑΡΤΗ 24		ΠΕΜΠΤΗ 25		ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 26		ΣΑΒΒΑΤΟ 27		ΚΥΡΙΑΚΗ 28	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1														
2														
3														
4														
5														
6														

ΤΑ ΦΑΡΜΑΚΑ	
1	
2	
3	
4	
5	
6	

Μάρτιος 2021

Σημειώστε με ένα "X" τη λήψη κάθε φαρμάκου σε εβδομαδιαία βάση.

	ΔΕΥΤΕΡΑ 1		ΤΡΙΤΗ 2		ΤΕΤΑΡΤΗ 3		ΠΕΜΠΤΗ 4		ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 5		ΣΑΒΒΑΤΟ 6		ΚΥΡΙΑΚΗ 7	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1														
2														
3														
4														
5														
6														

	ΔΕΥΤΕΡΑ 8		ΤΡΙΤΗ 9		ΤΕΤΑΡΤΗ 10		ΠΕΜΠΤΗ 11		ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 12		ΣΑΒΒΑΤΟ 13		ΚΥΡΙΑΚΗ 14	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1														
2														
3														
4														
5														
6														

	ΔΕΥΤΕΡΑ 15		ΤΡΙΤΗ 16		ΤΕΤΑΡΤΗ 17		ΠΕΜΠΤΗ 18		ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 19		ΣΑΒΒΑΤΟ 20		ΚΥΡΙΑΚΗ 21	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1														
2														
3														
4														
5														
6														

	ΔΕΥΤΕΡΑ 22		ΤΡΙΤΗ 23		ΤΕΤΑΡΤΗ 24		ΠΕΜΠΤΗ 25		ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 26		ΣΑΒΒΑΤΟ 27		ΚΥΡΙΑΚΗ 28	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1														
2														
3														
4														
5														
6														

	ΔΕΥΤΕΡΑ 29		ΤΡΙΤΗ 30		ΤΕΤΑΡΤΗ 31	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1						
2						
3						
4						
5						
6						

ΤΑ ΦΑΡΜΑΚΑ	
1	
2	
3	
4	
5	
6	

Απρίλιος 2021

Σημειώστε με ένα "X" τη λήψη κάθε φαρμάκου σε εβδομαδιαία βάση.

	ΠΕΜΠΤΗ 1		ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 2		ΣΑΒΒΑΤΟ 3		ΚΥΡΙΑΚΗ 4		ΔΕΥΤΕΡΑ 5		ΤΡΙΤΗ 6		ΤΕΤΑΡΤΗ 7	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1														
2														
3														
4														
5														
6														

	ΠΕΜΠΤΗ 8		ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 9		ΣΑΒΒΑΤΟ 10		ΚΥΡΙΑΚΗ 11		ΔΕΥΤΕΡΑ 12		ΤΡΙΤΗ 13		ΤΕΤΑΡΤΗ 14	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1														
2														
3														
4														
5														
6														

	ΠΕΜΠΤΗ 15		ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 16		ΣΑΒΒΑΤΟ 17		ΚΥΡΙΑΚΗ 18		ΔΕΥΤΕΡΑ 19		ΤΡΙΤΗ 20		ΤΕΤΑΡΤΗ 21	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1														
2														
3														
4														
5														
6														

	ΠΕΜΠΤΗ 22		ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 23		ΣΑΒΒΑΤΟ 24		ΚΥΡΙΑΚΗ 25		ΔΕΥΤΕΡΑ 26		ΤΡΙΤΗ 27		ΤΕΤΑΡΤΗ 28	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1														
2														
3														
4														
5														
6														

	ΠΕΜΠΤΗ 29		ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 30	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1				
2				
3				
4				
5				
6				

ΤΑ ΦΑΡΜΑΚΑ	
1	
2	
3	
4	
5	
6	

Μάιος 2021

Σημειώστε με ένα "X" τη λήψη κάθε φαρμάκου σε εβδομαδιαία βάση.

	ΣΑΒΒΑΤΟ 1		ΚΥΡΙΑΚΗ 2		ΔΕΥΤΕΡΑ 3		ΤΡΙΤΗ 4		ΤΕΤΑΡΤΗ 5		ΠΕΜΠΤΗ 6		ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 7	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1														
2														
3														
4														
5														
6														

	ΣΑΒΒΑΤΟ 8		ΚΥΡΙΑΚΗ 9		ΔΕΥΤΕΡΑ 10		ΤΡΙΤΗ 11		ΤΕΤΑΡΤΗ 12		ΠΕΜΠΤΗ 13		ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 14	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1														
2														
3														
4														
5														
6														

	ΣΑΒΒΑΤΟ 15		ΚΥΡΙΑΚΗ 16		ΔΕΥΤΕΡΑ 17		ΤΡΙΤΗ 18		ΤΕΤΑΡΤΗ 19		ΠΕΜΠΤΗ 20		ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 21	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1														
2														
3														
4														
5														
6														

	ΣΑΒΒΑΤΟ 22		ΚΥΡΙΑΚΗ 23		ΔΕΥΤΕΡΑ 24		ΤΡΙΤΗ 25		ΤΕΤΑΡΤΗ 26		ΠΕΜΠΤΗ 27		ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 28	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1														
2														
3														
4														
5														
6														

	ΣΑΒΒΑΤΟ 29		ΚΥΡΙΑΚΗ 30		ΔΕΥΤΕΡΑ 31	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1						
2						
3						
4						
5						
6						

ΤΑ ΦΑΡΜΑΚΑ	
1	
2	
3	
4	
5	
6	

Ιούνιος 2021

Σημειώστε με ένα "X" τη λήψη κάθε φαρμάκου σε εβδομαδιαία βάση.

	ΤΡΙΤΗ 1		ΤΕΤΑΡΤΗ 2		ΠΕΜΠΤΗ 3		ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 4		ΣΑΒΒΑΤΟ 5		ΚΥΡΙΑΚΗ 6		ΔΕΥΤΕΡΑ 7	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1														
2														
3														
4														
5														
6														

	ΤΡΙΤΗ 8		ΤΕΤΑΡΤΗ 9		ΠΕΜΠΤΗ 10		ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 11		ΣΑΒΒΑΤΟ 12		ΚΥΡΙΑΚΗ 13		ΔΕΥΤΕΡΑ 14	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1														
2														
3														
4														
5														
6														

	ΤΡΙΤΗ 15		ΤΕΤΑΡΤΗ 16		ΠΕΜΠΤΗ 17		ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 18		ΣΑΒΒΑΤΟ 19		ΚΥΡΙΑΚΗ 20		ΔΕΥΤΕΡΑ 21	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1														
2														
3														
4														
5														
6														

	ΤΡΙΤΗ 22		ΤΕΤΑΡΤΗ 23		ΠΕΜΠΤΗ 24		ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 25		ΣΑΒΒΑΤΟ 26		ΚΥΡΙΑΚΗ 27		ΔΕΥΤΕΡΑ 28	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1														
2														
3														
4														
5														
6														

	ΤΡΙΤΗ 29		ΤΕΤΑΡΤΗ 30	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1				
2				
3				
4				
5				
6				

ΤΑ ΦΑΡΜΑΚΑ	
1	
2	
3	
4	
5	
6	

Ιούλιος 2021

Σημειώστε με ένα "X" τη λήψη κάθε φαρμάκου σε εβδομαδιαία βάση.

	ΠΕΜΠΤΗ 1		ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 2		ΣΑΒΒΑΤΟ 3		ΚΥΡΙΑΚΗ 4		ΔΕΥΤΕΡΑ 5		ΤΡΙΤΗ 6		ΤΕΤΑΡΤΗ 7	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1														
2														
3														
4														
5														
6														

	ΠΕΜΠΤΗ 8		ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 9		ΣΑΒΒΑΤΟ 10		ΚΥΡΙΑΚΗ 11		ΔΕΥΤΕΡΑ 12		ΤΡΙΤΗ 13		ΤΕΤΑΡΤΗ 14	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1														
2														
3														
4														
5														
6														

	ΠΕΜΠΤΗ 15		ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 16		ΣΑΒΒΑΤΟ 17		ΚΥΡΙΑΚΗ 18		ΔΕΥΤΕΡΑ 19		ΤΡΙΤΗ 20		ΤΕΤΑΡΤΗ 21	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1														
2														
3														
4														
5														
6														

	ΠΕΜΠΤΗ 22		ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 23		ΣΑΒΒΑΤΟ 24		ΚΥΡΙΑΚΗ 25		ΔΕΥΤΕΡΑ 26		ΤΡΙΤΗ 27		ΤΕΤΑΡΤΗ 28	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1														
2														
3														
4														
5														
6														

	ΠΕΜΠΤΗ 29		ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 30		ΣΑΒΒΑΤΟ 31	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1						
2						
3						
4						
5						
6						

ΤΑ ΦΑΡΜΑΚΑ	
1	
2	
3	
4	
5	
6	

Αύγουστος 2021

Σημειώστε με ένα "X" τη λήψη κάθε φαρμάκου σε εβδομαδιαία βάση.

	ΚΥΡΙΑΚΗ 1		ΔΕΥΤΕΡΑ 2		ΤΡΙΤΗ 3		ΤΕΤΑΡΤΗ 4		ΠΕΜΠΤΗ 5		ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 6		ΣΑΒΒΑΤΟ 7	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1														
2														
3														
4														
5														
6														

	ΚΥΡΙΑΚΗ 8		ΔΕΥΤΕΡΑ 9		ΤΡΙΤΗ 10		ΤΕΤΑΡΤΗ 11		ΠΕΜΠΤΗ 12		ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 13		ΣΑΒΒΑΤΟ 14	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1														
2														
3														
4														
5														
6														

	ΚΥΡΙΑΚΗ 15		ΔΕΥΤΕΡΑ 16		ΤΡΙΤΗ 17		ΤΕΤΑΡΤΗ 18		ΠΕΜΠΤΗ 19		ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 20		ΣΑΒΒΑΤΟ 21	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1														
2														
3														
4														
5														
6														

	ΚΥΡΙΑΚΗ 22		ΔΕΥΤΕΡΑ 23		ΤΡΙΤΗ 24		ΤΕΤΑΡΤΗ 25		ΠΕΜΠΤΗ 26		ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 27		ΣΑΒΒΑΤΟ 28	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1														
2														
3														
4														
5														
6														

	ΚΥΡΙΑΚΗ 29		ΔΕΥΤΕΡΑ 30		ΤΡΙΤΗ 31	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1						
2						
3						
4						
5						
6						

ΤΑ ΦΑΡΜΑΚΑ	
1	
2	
3	
4	
5	
6	

Σεπτέμβριος 2021

Σημειώστε με ένα "X" τη λήψη κάθε φαρμάκου σε εβδομαδιαία βάση.

	ΤΕΤΑΡΤΗ 1		ΠΕΜΠΤΗ 2		ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 3		ΣΑΒΒΑΤΟ 4		ΚΥΡΙΑΚΗ 5		ΔΕΥΤΕΡΑ 6		ΤΡΙΤΗ 7	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1														
2														
3														
4														
5														
6														

	ΤΕΤΑΡΤΗ 8		ΠΕΜΠΤΗ 9		ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 10		ΣΑΒΒΑΤΟ 11		ΚΥΡΙΑΚΗ 12		ΔΕΥΤΕΡΑ 13		ΤΡΙΤΗ 14	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1														
2														
3														
4														
5														
6														

	ΤΕΤΑΡΤΗ 15		ΠΕΜΠΤΗ 16		ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 17		ΣΑΒΒΑΤΟ 18		ΚΥΡΙΑΚΗ 19		ΔΕΥΤΕΡΑ 20		ΤΡΙΤΗ 21	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1														
2														
3														
4														
5														
6														

	ΤΕΤΑΡΤΗ 22		ΠΕΜΠΤΗ 23		ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 24		ΣΑΒΒΑΤΟ 25		ΚΥΡΙΑΚΗ 26		ΔΕΥΤΕΡΑ 27		ΤΡΙΤΗ 28	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1														
2														
3														
4														
5														
6														

	ΤΕΤΑΡΤΗ 29		ΠΕΜΠΤΗ 30	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1				
2				
3				
4				
5				
6				

ΤΑ ΦΑΡΜΑΚΑ	
1	
2	
3	
4	
5	
6	

Οκτώβριος 2021

Σημειώστε με ένα "X" τη λήψη κάθε φαρμάκου σε εβδομαδιαία βάση.

	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 1		ΣΑΒΒΑΤΟ 2		ΚΥΡΙΑΚΗ 3		ΔΕΥΤΕΡΑ 4		ΤΡΙΤΗ 5		ΤΕΤΑΡΤΗ 6		ΠΕΜΠΤΗ 7	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1														
2														
3														
4														
5														
6														

	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 8		ΣΑΒΒΑΤΟ 9		ΚΥΡΙΑΚΗ 10		ΔΕΥΤΕΡΑ 11		ΤΡΙΤΗ 12		ΤΕΤΑΡΤΗ 13		ΠΕΜΠΤΗ 14	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1														
2														
3														
4														
5														
6														

	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 15		ΣΑΒΒΑΤΟ 16		ΚΥΡΙΑΚΗ 17		ΔΕΥΤΕΡΑ 18		ΤΡΙΤΗ 19		ΤΕΤΑΡΤΗ 20		ΠΕΜΠΤΗ 21	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1														
2														
3														
4														
5														
6														

	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 22		ΣΑΒΒΑΤΟ 23		ΚΥΡΙΑΚΗ 24		ΔΕΥΤΕΡΑ 25		ΤΡΙΤΗ 26		ΤΕΤΑΡΤΗ 27		ΠΕΜΠΤΗ 28	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1														
2														
3														
4														
5														
6														

	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 29		ΣΑΒΒΑΤΟ 30		ΚΥΡΙΑΚΗ 31	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1						
2						
3						
4						
5						
6						

ΤΑ ΦΑΡΜΑΚΑ	
1	
2	
3	
4	
5	
6	

Νοέμβριος 2021

Σημειώστε με ένα "X" τη λήψη κάθε φαρμάκου σε εβδομαδιαία βάση.

	ΔΕΥΤΕΡΑ 1		ΤΡΙΤΗ 2		ΤΕΤΑΡΤΗ 3		ΠΕΜΠΤΗ 4		ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 5		ΣΑΒΒΑΤΟ 6		ΚΥΡΙΑΚΗ 7	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1														
2														
3														
4														
5														
6														

	ΔΕΥΤΕΡΑ 8		ΤΡΙΤΗ 9		ΤΕΤΑΡΤΗ 10		ΠΕΜΠΤΗ 11		ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 12		ΣΑΒΒΑΤΟ 13		ΚΥΡΙΑΚΗ 14	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1														
2														
3														
4														
5														
6														

	ΔΕΥΤΕΡΑ 15		ΤΡΙΤΗ 16		ΤΕΤΑΡΤΗ 17		ΠΕΜΠΤΗ 18		ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 19		ΣΑΒΒΑΤΟ 20		ΚΥΡΙΑΚΗ 21	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1														
2														
3														
4														
5														
6														

	ΔΕΥΤΕΡΑ 22		ΤΡΙΤΗ 23		ΤΕΤΑΡΤΗ 24		ΠΕΜΠΤΗ 25		ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 26		ΣΑΒΒΑΤΟ 27		ΚΥΡΙΑΚΗ 28	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1														
2														
3														
4														
5														
6														

	ΔΕΥΤΕΡΑ 29		ΤΡΙΤΗ 30	
	Πρωί	Βράδυ	Πρωί	Βράδυ
1				
2				
3				
4				
5				
6				

ΤΑ ΦΑΡΜΑΚΑ	
1	
2	
3	
4	
5	
6	

