Da tenere presente

- Ogni farmaco a un'ora fissa, legato a un gesto fisso; usa un portapillole settimanale.
- Le medicine del diabete e del cuore lavorano in silenzio: stai bene perché le prendi.
- Dose dimenticata: non raddoppiare mai. Per insulina e anticoagulanti chiedi al Centro la regola.
- Non cambiare dosi da solo: se i numeri sembrano chiedere un cambiamento, chiama.
- Un fastidio non è un motivo per smettere: quasi sempre esiste un'alternativa. Chiama.
- Niente antinfiammatori, decongestionanti, integratori o erbe senza chiedere; per il dolore, paracetamolo.
- Tieni l'elenco aggiornato dei farmaci nel portafoglio e nel telefono, con in evidenza se prendi un anticoagulante.
- Febbre, vomito o diarrea: bevi molto, misura più spesso, chiedi quali farmaci sospendere.

Centro Diabetologico e Cardiologico DEA

DOVE SIAMO
Via G. Di Vittorio 19 · area urbana di Rossano · 87064 Corigliano-Rossano (CS)

SEGRETERIA E PRENOTAZIONI
0983 530263 · 0983 530266
0983 512190 · 0983 510485

E-MAIL E SITO
info@centrodea.it · www.centrodea.it

ORARI DI APERTURA
Lun, mar, gio, ven 8.30-13.00 e 14.00-18.00
Mercoledì 8.30-13.00 e 16.00-20.00 · Sabato 8.30-13.00

Per i dubbi sulla terapia un medico risponde al telefono lun-ven 11.00-12.30 e mercoledì 18.00-19.30

Questa guida contiene informazioni generali e non sostituisce il tuo medico: se trovi una differenza tra quello che leggi e quello che ti ha detto, vale il tuo medico. Fa parte della collana «Vademecum per il paziente» del Centro DEA, disponibile completa, con tutte le fonti scientifiche, alla reception e su www.centrodea.it.

Testo rivisto e approvato dalla Direzione Sanitaria · Ed. 1 Rev. 0 · 02/01/2027

INF-01.06 · Vademecum per il paziente

Centro Diabetologico Cardiologico DEA

VADEMECUM PER IL PAZIENTE



Le medicine

Perché le prendi anche quando stai bene, e cosa fare quando qualcosa non va

Cosa fare ogni giorno, e quando chiamare il Centro

Una guida del Centro Diabetologico e Cardiologico DEA

Un paziente su due

In Italia un paziente su due non prende le medicine come prescritte: le dimentica, le dirada, le sospende da solo. Non per cattiva volontà: perché nessuno gli ha spiegato a cosa servono, perché non le "sente", perché ha letto il foglietto e si è spaventato. Qui non trovi i nomi dei tuoi farmaci: trovi le regole che valgono per tutti.

Perché anche quando stai bene

La maggior parte delle medicine per il diabete e per il cuore non cura un sintomo: previene un danno. L'antipertensivo non ti fa sentire meglio oggi; ti evita l'ictus tra dieci anni. La statina non si sente; tiene pulite le coronarie. L'anticoagulante non si sente; impedisce al coagulo di formarsi. Per questo «sto bene, le ho sospese» è la frase più pericolosa che un medico possa sentire: stai bene *perché* le prendi.

Le regole che valgono per tutte

Alla stessa ora, ogni giorno. Lega ogni farmaco a un gesto fisso: la colazione, il caffè, i denti. Un portapillole settimanale toglie il dubbio «l'ho presa o no?».

Se la dimentichi. Entro poche ore, prendila; se è quasi l'ora della dose successiva, salta e riprendi. Mai due dosi insieme. Per insulina e anticoagulanti la regola può essere diversa: chiedi al Centro e scrivila sul retro.

Non cambiare dosi da solo, né in più né in meno. Se i tuoi numeri sembrano chiedere un cambiamento, chiama: la decisione la prende il medico, spesso in due minuti al telefono.

Il foglietto elenca tutto ciò che è mai stato osservato, anche una volta su diecimila. Non è l'elenco di ciò che ti succederà.

Il generico è lo stesso farmaco. Se in farmacia te ne danno uno diverso, verifica il principio attivo e non raddoppiare per sbaglio.

LE MEDICINE VADEMECUM PER IL PAZIENTE

Gli effetti che danno fastidio

Tosse secca con certi antipertensivi, dolori muscolari con le statine, caviglie gonfie, nausea con alcuni farmaci per il diabete nelle prime settimane, capogiro alzandosi, lividi con gli anticoagulanti: quasi sempre esiste un'alternativa. La risposta è sempre la stessa: non smettere, chiama. Sanguinamenti che non si fermano, urine rosse o feci nere vanno riferiti subito.

Quello che non devi prendere senza chiedere

Gli antinfiammatori da banco (ibuprofene, diclofenac, ketoprofene, naprossene) alzano la pressione, fanno trattenere liquidi, danneggiano i reni e con gli anticoagulanti fanno sanguinare: per il dolore il paracetamolo è la prima scelta. Sciroppi e compresse per il raffreddore con decongestionanti alzano pressione e battito. Erbe "naturali" (iperico, liquirizia, ginseng), integratori e pompelmo interferiscono con diversi farmaci del cuore. Il cortisone fa salire la glicemia. «Naturale» non vuol dire senza effetti: prima di una cosa nuova, chiedi.

Se sei malato: febbre, vomito, diarrea

La febbre alza la glicemia; vomito e diarrea la fanno crollare e disidratano. Bevi molto, misura più spesso, non sospendere l'insulina anche se non mangi (chiedi come regolarla). Alcuni farmaci in quei giorni vanno fermati: il Centro ti dice quali.