



Schede Pro-Memoria delle Medicine

Medicines Reminder Cards Italian/English

1. Take my tablets from my medicines pack for the right day at the right times
2. I take my tablets with breakfast
3. Take my tablets before breakfast
4. On _____ take my weekly tablet for healthy bones ½ an hour before breakfast and stay upright
5. I need to take my tablets at midday
6. I need to take my tablets at lunchtime
7. I need to take my tablets one hour before lunch
8. Take my tablets at 6pm
9. Take my tablets at evening meal time
10. Take my tablets at bedtime
11. Remember to take my tablets at 9pm
12. Apply cream to _____ as shown to me
13. Take my antibiotics at _____ to treat my infection
14. I need to eat a snack before going to bed
15. Put _____ eye drops into my left/right eye
16. Put my eye drops in both eyes at _____
17. Put cream on my dry skin after bathing
18. Check my blood sugar before taking insulin _____
19. I use my inhaler at _____
20. I should take my _____ if I have pain and then wait 4 – 6 hours before taking more

Devo controllare il giorno della settimana con il calendario, con il giornale o con un familiare. Devo prendere le compresse dalla mia confezione per il giorno giusto alle ore giuste



Prendo le mie compresse a colazione



Prendo le mie
compresse
prima di
colazione



Il _____ prendo la mia
compressa settimanale per la salute
delle ossa $\frac{1}{2}$ ora prima di colazione e
rimango in posizione eretta



$\frac{1}{2}$ an hour



Devo prendere
le mie
compresse a
mezzogiorno



Devo prendere
le mie
compresse
all'ora di pranzo



Devo prendere le mie compresse un'ora prima di pranzo



Prendo le mie
compresse
alle 18:00



Prendo le mie
compresse la
sera a cena



Devo prendere
le mie
compresse la
sera quando
vado a letto



Devo
ricordarmi di
prendere le mie
compresse alle
21:00



Metto la crema a

come mi hanno
fatto vedere



Prendo gli
antibiotici alle

per curare la
mia infezione



Devo fare
uno spuntino
prima di
andare a
letto



Metto

gocce
nell'occhio
sinistro/destro



Devo mettere le gocce in entrambi gli occhi



Metto della
crema sulla
pelle
asciutta
dopo aver
fatto il
bagno



Controllo il
livello dello
zucchero nel
sangue prima
di prendere
l'insulina



Uso il mio inalatore alle



Devo prendere

se sento dolore
e poi devo
aspettare 4-6
ore prima di
prenderne
ancora



