

Se convivi con l'ipoparatiroidismo,
questo diario può aiutarti a monitorare
quotidianamente i tuoi sintomi, contribuendo a
una migliore comprensione della malattia.

Usa questo diario per descrivere come stai, quali sintomi provi e
come ti senti giorno dopo giorno.

Ogni persona vive l'ipoparatiroidismo in modo unico e personale:
i sintomi possono essere diversi e il loro impatto sulla vita quotidiana può variare
da individuo a individuo.

Annotando regolarmente i tuoi sintomi, potrai monitorare eventuali
cambiamenti nel tempo.

Per maggiori informazioni:
<https://seeds-of-change.com/it/>



Coltiviamo
il **Cambiamento**





Informazioni sulla diagnosi

Quando ti è stato diagnosticato l'ipoparatiroidismo? (mese/anno)

Altre problematiche, interventi chirurgici recenti, informazioni condivise al momento della diagnosi.

.....

.....

Hai altre patologie? Se si specificare.

Patologia

Diagnosticata il (mese/anno)

Patologia

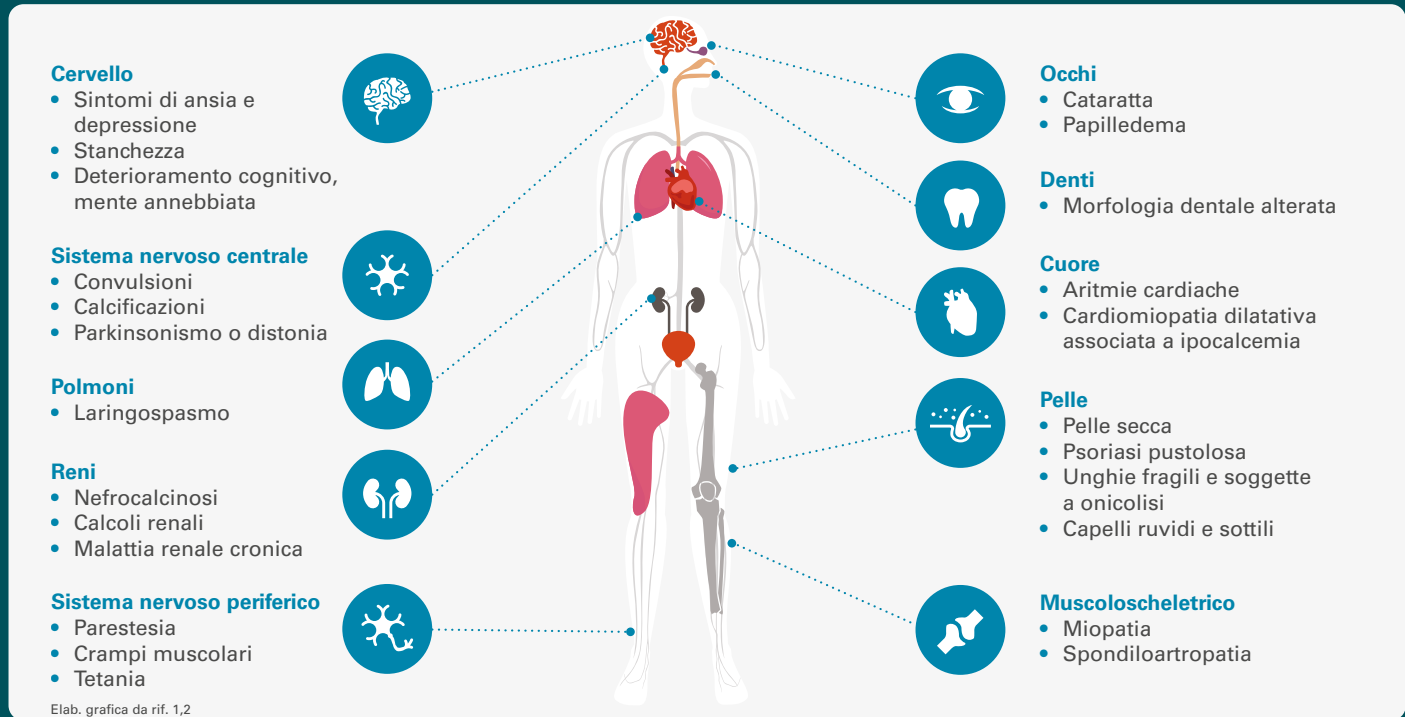
Diagnosticata il (mese/anno)

Medico curante e/o specialista endocrinologo

Altri medici curanti

Manifestazioni cliniche dell'ipoparatiroidismo

L'ipoparatiroidismo può impattare su diversi sistemi dell'organismo ed è associato a una serie di sintomi a breve termine e di complicanze a lungo termine.^{1,2,3}



1 Brandi ML et al. Summary Statement and Guidelines. J Clin Endocrinol Metab. 2016 Jun 1;101(6):2273-83. 2 Mannstadt M et al. Hypoparathyroidism. Nat Rev Dis Primers. 2017 Aug 31;3:17055. 3 Shoback DM et al. Presentation of Hypoparathyroidism: Etiologies and Clinical Features. J Clin Endocrinol Metab. 2016;101(6):2300-12.

Come si compila il diario?

1. Indica il mese e l'anno di riferimento nel riquadro in alto a sinistra.
2. Usa la tabella per annotare i sintomi (fisici, cognitivi, psicologici), eventuali malattie infettive e assenze dal lavoro o da scuola.
3. Usa le icone per indicare il tuo stato di benessere generale (molto buono, buono, scarso, molto scarso).
4. Se lo desideri, puoi aggiungere ulteriori dettagli sui sintomi nella colonna "Commenti".

Esempio

Mese/anno

03/2025

Giorno	Sintomi			Stato di salute		Benessere generale				Commenti
	Fisici	Cognitivi*	Psicologici	Malattie infettive**	Assenze per malattia***					
1						☐	☐	☐	☐	
2						☐	☐	☐	☐	
3						☐	☐	☐	☐	
4						☐	☐	☐	☐	
5						☐	☐	☐	☐	
6						☐	☐	☐	☐	

*Problemi di ragionamento, apprendimento e memoria. **Malattia causata da batteri o virus. ***L'assenza per malattia si riferisce al periodo di assenza dal lavoro (o da scuola, ecc.) dovuto a problemi di salute, indipendentemente dalla causa.

Mese/anno

/

Giorno	Sintomi			Stato di salute		Benessere generale				Commenti
	Fisici	Cognitivi*	Psicologici	Malattie infettive**	Assenze per malattia***					
1						☐	☐	☐	☐	
2						☐	☐	☐	☐	
3						☐	☐	☐	☐	
4						☐	☐	☐	☐	
5						☐	☐	☐	☐	
6						☐	☐	☐	☐	
7						☐	☐	☐	☐	
8						☐	☐	☐	☐	
9						☐	☐	☐	☐	
10						☐	☐	☐	☐	
11						☐	☐	☐	☐	
12						☐	☐	☐	☐	
13						☐	☐	☐	☐	
14						☐	☐	☐	☐	
15						☐	☐	☐	☐	
16						☐	☐	☐	☐	

*Problemi di ragionamento, apprendimento e memoria. **Malattia causata da batteri o virus. ***L'assenza per malattia si riferisce al periodo di assenza dal lavoro (o da scuola, ecc.) dovuto a problemi di salute, indipendentemente dalla causa.

Giorno	Sintomi			Stato di salute		Benessere generale				Commenti
	Fisici	Cognitivi*	Psicologici	Malattie infettive**	Assenze per malattia***					
17						☐	☐	☐	☐	
18						☐	☐	☐	☐	
19						☐	☐	☐	☐	
20						☐	☐	☐	☐	
21						☐	☐	☐	☐	
22						☐	☐	☐	☐	
23						☐	☐	☐	☐	
24						☐	☐	☐	☐	
25						☐	☐	☐	☐	
26						☐	☐	☐	☐	
27						☐	☐	☐	☐	
28						☐	☐	☐	☐	
29						☐	☐	☐	☐	
30						☐	☐	☐	☐	
31						☐	☐	☐	☐	

*Problemi di ragionamento, apprendimento e memoria. **Malattia causata da batteri o virus. ***L'assenza per malattia si riferisce al periodo di assenza dal lavoro (o da scuola, ecc.) dovuto a problemi di salute, indipendentemente dalla causa.

Note

Handwriting practice lines consisting of 12 horizontal dashed lines.



Riconoscere le situazioni di emergenza

L'ipoparatiroidismo è una condizione in cui le ghiandole paratiroidi non producono quantità sufficienti di ormone paratiroideo (PTH).¹ Questo ormone aiuta a mantenere in equilibrio i livelli di calcio e fosforo nel corpo. Quando il PTH è basso, questi livelli possono alterarsi e provocare sintomi come crampi, spasmi muscolari e formicolii alle dita delle mani, dei piedi o alle labbra (vedere l'elenco dei sintomi a pagina 3).^{2,3} Alcuni farmaci, specifiche condizioni di salute o stili di vita possono alterare i livelli di calcio e richiedere una valutazione medica.^{1,4,5}

Non esitare a consultare un medico se lo ritieni necessario. Agire rapidamente e in modo appropriato è fondamentale se si manifestano sintomi tali da richiedere l'assistenza medica.⁶

Assistenza medica

In caso di emergenza contattare:

In caso di pericolo di vita contattare:

Medico curante

Telefono n.:

Altri riferimenti di supporto

Telefono n.:

1. Bollerslev et al. European Society of Endocrinology Clinical Guideline: Treatment of chronic hypoparathyroidism in adults. Eur J Endocrinol. 2015 Aug;173(2):G1-20.

2. Mannstadt Met al. Hypoparathyroidism. Nat Rev Dis Primers. 2017 Aug 31;3:17055. 3 Brandi ML et al. Summary Statement and Guidelines. J Clin Endocrinol Metab. 2016 Jun 1;101(6):2273-83.

4. Khan AA et al. Management of Hypoparathyroidism, J Bone and Miner Res 2022. 37(12), 2663-2677. 5. Bollerslev et al. Revised European Society of Endocrinology Clinical Practice Guideline: Treatment of Chronic Hypoparathyroidism in Adults, Eur J of Endocrinol 2025, 193 (5) G49-G78. 6. Khan AA et al. Evaluation and Management of Hypoparathyroidism Summary Statement and

Guidelines from the Second International Workshop. J Bone Miner Res 2022. 37 (12), 2568-2585.

Per maggiori informazioni:

<https://seeds-of-change.com/it/>

Coltiviamo il **Cambiamento**

A stylized leaf logo in shades of green and blue, positioned to the right of the word 'Coltiviamo'.