

PISNI NAČRT SAMOZDRAVLJENJA POSLABŠANJA ASTME

BOLNIK: _____

DATUM: _____

VAŠA TRENUTNA ZDRAVILA:

Preprečevalci.....

Olajševalci.....

Drugo:

VAŠ NAJBOLJŠI PEF:

80 % PEF =

50 % PEF =

33% PEF =

Uporaba pomožnih dihalnih mišic ali uvlek nad prsnico sta znaka zelo hudega poslabšanja astme

ZAČETNO ZDRAVLJENJE – VDIHOVANJE OLAJŠEVALCA

Vaš olajševalec (bronhodilatator) v pršilu je: _____

Takoj ga vdahnite: _____ vdihov

Ponovite še dvakrat na 10- do20-minutne razmake, pogosto merite PEF

Ravnajte se po intenzivnosti težav in odzivu PEF na bronhodilatator.

Vendar če se stanje hitro slabša - takoj v najbližjo zdravstveno ustanovo !

PEF > 80 %, simptomi zmanjšani, učinek bronhodilatatorja traja vsaj 4 ure

BLAGO POSLABŠANJE

Nadaljujete z bronhodilatatorjem:

Povečate odmerek inhalacijskega glukokortikoida na:

Posvet z zdravnikom še isti dan

PEF 50-80% Simptomi enaki

ZMerno POSLABŠANJE

Nadaljujete z bronhodilatatorjem:

ZAUŽIJETE MEDROL:

Takojšen posvet z zdravnikom

PEF < 50%

Simptomi naraščajo HUDO POSLABŠANJE

Nadaljujete s pogostimi vdihmi bronhodilatatorja:

ZAUŽIJETE MEDROL :

Takoj v najbližjo ambulanto ali bolnišnico

PEF < 33% Hudi simptomi

URGENTNO STANJE

Nadaljujete s pogostimi vdihmi bronhodilatatorja:

ZAUŽIJETE MEDROL :

ADRENALIN?

Čim hitreje v najbližjo ambulanto ali