



NAČRT SAMOZDRAVLJENJA POSLABŠANJA ASTME

Bolnik: _____ Vaša najboljša izmerjena vrednost PEF: _____
 _____ 80 % najboljše vrednosti PEF: _____
 _____ 50 % najboljše vrednosti PEF: _____
 Datum: _____ 33 % najboljše vrednosti PEF: _____

DNEVNA SHEMA ZDRAVIL ZA ZDRAVLJENJE ASTME:

- ✗ preprečevalec (inhalacijski glukokortikoid) _____
- ✗ olajševalec (bronhodilatator) _____
- ✗ druga zdravila _____

OCENITE STOPNJO POSLABŠANJA ASTME.

- ✗ 50–80 % najboljšega PEF: **zmerno poslabšanje astme**
 - ✗ 33–50 % najboljšega PEF: **hudo poslabšanje astme**
 - ✗ manj kot 33 % najboljšega PEF: **zelo hudo poslabšanje astme**
- Uporaba pomožnih dihalnih mišic ali ugrezanje kotanje nad prsnico
 kažeta na zelo hudo poslabšanje astme.

Pozorni bodite tudi na simptome
in znake, kot so:

PRIČNITE Z ZDRAVLJENJEM POSLABŠANJA ASTME,

če je PEF manjši od 80 % najboljše vrednosti ali če so prisotni simptomi ali znaki,
kot so _____

Takoj vdihnite _____ vdihov olajševalca (bronhodilatatorja) _____

Postopek ponovite še dvakrat na 10- do 20-minutne razmake. Pogosto merite PEF

*Ce se stanje hitro
slabša, takoj poiščite
zdravniško pomoč.*

NATO SE RAVNAJTE PO ODZIVU NA BRONHODILATOR:

DOBER ODZIV

- ✗ PEF je večji od 80 % najboljšega
- ✗ simptomi so blažji
- ✗ učinek bronhodilatatorja traja vsaj 4 ure

Nadaljujte z uporabo
bronhodilatatorja

na 3–4 ure.
Odmerek inhalacijskega
glukokortikoida

povečate na _____

Še isti dan se posvetujte
z zdravnikom.

ZMERE ODZIV

- ✗ PEF 50–80 % najboljšega
- ✗ ni izboljšanja
simptomov

Nadaljujte z uporabo
bronhodilatatorja

na _____
Zaužijte metilprednizolon

Takoj se posvetujte z
zdravnikom.

SLAB ODZIV

- ✗ PEF 33–50 % najboljšega
- ✗ simptomi se stopnjujejo

Nadaljujte s pogostimi vdih
bronhodilatatorja

na _____
Zaužijte metilprednizolon

Takoj se napolnite v najbližjo
ambulantno ali bolnišnico.

URGENTNO STANJE

- ✗ PEF je manjši od 33 % najboljšega
- ✗ simptomi so hudi

Nadaljujte s pogostimi vdih
bronhodilatatorja

na _____
Zaužijte metilprednizolon

Če imate doma pripravljeno
injekcijo adrenalina, si jo
takoj podkožno injicirajte.

Takoj se napolnite v najbližjo
ambulantno ali bolnišnico.