

PLAN POSTĘPOWANIA W ASTMIE

Czuję się dziś dobrze	Przyjmuję leki na astmę według schematu:	
• oddycham prawidłowo • nie kaszlę, nie mam duszności, ani świstów • objawy nie wybudzają mnie w nocy • mogę pracować i być aktywny/a fizycznie jak do tej pory	Lek	Dawkowanie
	Dodatkowe leki stosowane przy wysiłku fizycznym lub narażeniu na czynniki wywołujące objawy astmy	

Co powinienem robić do następnej wizyty u lekarza?
• stosować leki zgodnie z zaleceniami • unikać narażenia na czynniki wywołujące objawy astmy • podejmować aktywność fizyczną zgodnie z ustaleniami z lekarzem

Czuję się gorzej, podejrzewam zaostrzenie	Zwiększam leczenie stosowane na co dzień:	
• kaszlę • oddycha mi się gorzej niż zwykle • mam świsty • czuję ściskanie w klatce piersiowej • objawy wpływają na moją codzienną aktywność • objawy budzą mnie w nocy • miałem/miałam narażenie na znany czynnik nasilający objawy • mam objawy przeziębienia	Lek	Dawkowanie
	• Jeśli objawy się zmniejszają, kontynuuję zwiększone leczenie przez...	
	Jeśli objawy nawracają i/lub utrzymują się postępuję według schematu:	
	Lek	Dawkowanie
	Umawiam wizytę u lekarza prowadzącego.	
	• Gdy objawy narastają, wzywam pomoc (obszar czerwony)	
Data zaostrzenia objawów:		
Jakie leki zastosowałem/zastosowałam?		

Czuję się bardzo źle	Wzywam pomoc medyczną
• oddycham szybko, ciężko mi nabrać powietrze • nie mogę prawidłowo mówić • czuję silny ucisk w klatce piersiowej • czuję dezorientowanie lub senność • zastosowane dodatkowe leczenie nie pomaga • jestem w "Żółtej strefie" od 24h i mój stan się nie poprawia	• dzwonię pod 112 ○ informuję, że choruję na astmę ○ zgłaszam swoje objawy
Po hospitalizacji związanej z astmą zgłoszę się do swojego lekarza w ciągu tygodnia od wypisu ze szpitala.	
Numer kontaktowy do mojej przychodni POZ	