Vasa centralsjukhus
Vaasan keskussairaala

Nimi **Syntymäaika**

DIAGNOSTINEN PEF-SEURANTA

Sinulle on määrätty tehtäväksi astmatutkimuksena diagnostinen PEF-kotiseuranta. Voit suorittaa puhalluksen istuen tai seisten, kunhan käytät aina samaa asentoa.

1 - 2 VIIKKOA

Puhalla aamulla herättyäsi kolme puhallusta ja merkitse lukemat taulukkoon. Samalla puhalluskerralla lukemien tulee olla mahdollisimman samankaltaisia.

Ota sitten _____ annos keuhkoputkia avaavaa _____ lääkettä. Odota 15 minuuttia ja puhalla uudestaan kolme puhallusta ja merkitse lukemat taulukkoon. Ota vasta tämän jälkeen mahdolliset hengitettävät lääkkeesi. Toista sama iltaisin.

Lisäksi puhalla aina, kun on oireita, esim. ahdistusta, yskänpuuskia tai muutoin huonon olon yhteydessä. Ota sitten keuhkoputkia avaava lääkkeesi, odota 15 min. ja puhalla uudestaan kolme kertaa. Merkitse lukemien lisäksi taulukkoon myös oireet ja avaavan lääkkeen nimi.
13.4.2011 H.A

Pvm	Klo	Oireet	Lääkitys	PEF 1.	PEF 2.	PEF 3.

Pvm	Klo	Oireet	Lääkitys	PEF 1.	PEF 2.	PEF 3.