

我的哮喘管理计划

社区资源

情况良好

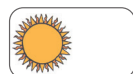


呼吸顺畅且生活状况良好。

每周只有不超过两天需要使用蓝色气雾剂。

预防药物:

剂量:



每天使用。

缓解药物:

剂量:

在需要时服用。

记得使用储雾器。



情况不太好 / 恶化



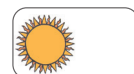
有时会因咳嗽 / 喘鸣（口哨声一样的杂音） / 胸闷而从睡梦中醒来。

每周有超过两天需要使用蓝色气雾剂。

去看医生。

预防药物:

剂量:



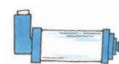
每天使用。

缓解药物:

剂量:

在需要时服用。

记得使用储雾器。



情况很差（危险）



大多数夜晚会因咳嗽 / 喘鸣（口哨声一样的杂音） / 胸闷而从睡梦中醒来。

说话困难。

蓝色气雾剂不起作用。

启动“哮喘急救法”。

哮喘急救法

社区资源

哮喘进入危险阶段的迹象。



1



坐起来。



2



通过储雾器，使用蓝色气雾剂喷4次。每喷一次后，先呼吸4次，然后再喷下一次。

等待4分钟。



3



如果没有好转，请再通过储雾器，使用蓝色气雾剂喷4次。每喷一次后，先呼吸4次，然后再喷下一次。

等待4分钟。



4



如果情况仍没有好转，请拨打000叫救护车。在救护车到来之前，继续每4分钟喷4次。

