

پلان عملی نفس تنگی من یک منبع اجتماعی



خیلی مریض (خطر)

اکثر شب ها با سرفه / خس خس (صدای اشپلاق) / تنگی سینه بیدار میشود.

تکلیف در حرف زدن،

پفک آبی تاثیر نمی کند.

آنچه را که باید در شرایط عاجل نفس تنگی انجام دهید را دنبال کنید.



خیلی خوب نیست / در حال بدتر شدن

بعضی اوقات با سرفه / خس خس (صدای اشپلاق) / تنگی سینه بیدار میشود.

به پفک آبی بیشتر از 2 بار در هفته ضرورت است.

به داکتر خود مراجعه کنید.

مقدار: جلوگیری کننده:

هر روز استفاده شود.

مقدار: تسکین دهنده:

نظر به ضرورت استفاده شود.



به یاد داشته باشید که از یک اسپیسر (spacer) استفاده کنید.



به خوبی تحت کنترل است

خوب نفس کشیده و راحت زندگی می کند.

به پفک آبی دوبار در هفته یا کمتر از آن ضرورت است.

مقدار: جلوگیری کننده:

هر روز استفاده شود.

مقدار: تسکین دهنده:

نظر به ضرورت استفاده شود.



به یاد داشته باشید که از یک اسپیسر (spacer) استفاده کنید.



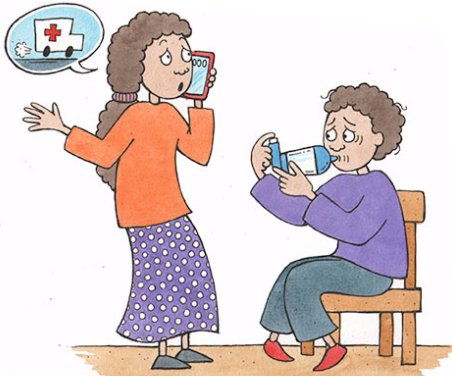
ASTHMA
AUSTRALIA

در یک وضعیت عاجل نفس تنگی باید چه کار کرد یک منبع اجتماعی



4

اگر هنوزم خوبتر نشده بود، با امبولانس تماس بگیرید: 000 تا زمانی که امبولانس بیاید، هر 4 دقیقه یک بار 4 پف استفاده کنید.



3

اگر خوبتر نشد، 4 پف دیگر از پفک آبی را با استفاده از اسپیسر استفاده کنید. هر بار 1 پف با 4 نفس کشیدن داخل و خارج بعد از هر پف استفاده کنید.

4 دقیقه صبر کنید.



2

با استفاده از اسپیسر 4 پف از پفک آبی را استفاده کنید. هر بار 1 پف با 4 نفس کشیدن داخل و خارج بعد از هر پف استفاده کنید.

4 دقیقه صبر کنید.



علائم خیلی خطرناک نفس تنگی.



1

بنشینید.

