Asthma-Kalender

Seite 1 (1. bis 16.)

patientenleitlinien.de

Name																
Monat- Bitte eintragen!	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.	11.	12.	13.	14.	15.	16.
Beschwerden Bitte an Tagen mit Beschwerden/Asthmaanfall wie folgt eintragen: ☺ leicht, 😐 mittel, ☹ schwer																
Tagsüber																
Nachts																
Asthmaanfall																
Was konnte wegen der Beschwerden nicht getan werden (Sport etc..)? Bitte eintragen!.																
Fehltag (Schule, Beruf) Bitte Fehltage ankreuzen!																
Vorbeugende Medikamente - Medikamente eintragen und Tage ankreuzen, an denen sie eingenommen wurden!																
→																
→																
→																
Bedarfsmedikamente- Medikamente eintragen und Tage ankreuzen, an denen sie eingenommen wurden!																
→																
→																
Notfallmedikamente- Medikamente eintragen und Tage ankreuzen, an denen sie eingenommen wurden!																
→																
→																
Peak-flow Werte – Peak-flow-Werte bitte eintragen, bei der Messung nach Medikamenteneinahme sollte frühestens 5 Min. nach Einnahme gemessen werden!																
Morgens ohne Medikament																
Morgens nach Medikament																
Abends ohne Medikamente																
Abends nach Medikament																

Peak-flow Protokoll

In diese **Tabelle** können Sie jeweils zwei Peak-flow Werte des Tages eintragen. Beispielsweise immer den morgendlichen und abendlichen Wert vor der Medikamenteneinnahme.
Am Ende der zwei Wochen verbinden Sie alle Werte und erhalten eine Kurve mit Höhen und Tiefen. Diese Schwankungen werden **Peak-flow Variabilität** genannt. Sie sind typisch für die Asthmaerkrankungen und zeigen für Sie und Ihren Arzt wie sich Ihr Asthma über einen längeren Zeitraum und unter der Behandlung mit Medikamenten entwickelt. Verbesserungen oder Verschlechterungen werden so besser ersichtlich und sind einfach und „objektiv“ ab zu lesen.

	1.		2.		3.		4.		5.		6.		7.		8.		9.		10.		11.		12.		13.		14.		15.		16.	
550																																
525																																
500																																
475																																
450																																
425																																
400																																
375																																
350																																
325																																
300																																
275																																
250																																
225																																
200																																
175																																
150																																
125																																
100																																
75																																
50																																

© evidence.de2004

Asthma-Kalender

Seite 2 (17. bis 31.)

patientenleitlinien.de

	17.	18.	19.	20.	21.	22.	23.	24.	25.	26.	27.	28.	29.	30.	31.
Name															
Datum - Bitte eintragen!															
Beschwerden Bitte an Tagen mit Beschwerden/Asthmaanfall wie folgt eintragen: ☺ leicht, 😐 mittel, ☹ schwer															
Tagsüber															
Nachts															
Asthmaanfall															
Was konnte wegen der Beschwerden nicht getan werden (Sport etc..)? Bitte eintragen!.															
Fehltag (Schule, Beruf) Bitte Fehltage ankreuzen!															
Vorbeugende Medikamente - Medikamente eintragen und Tage ankreuzen, an denen sie eingenommen wurden!															
→															
→															
→															
Bedarfsmedikamente- Medikamente eintragen und Tage ankreuzen, an denen sie eingenommen wurden!															
→															
→															
Notfallmedikamente- Medikamente eintragen und Tage ankreuzen, an denen sie eingenommen wurden!															
→															
→															
Peak-flow Werte – Peak-flow-Werte bitte eintragen, bei der Messung nach Medikamenteneinahme sollte frühestens 5 Min. nach Einnahme gemessen werden!															
Morgens ohne Medikament															
Morgens nach Medikament															
Abends ohne Medikamente															
Abends nach Medikament															

Peak-flow Protokoll

In diese **Tabelle** können Sie jeweils zwei Peak-flow Werte des Tages eintragen. Beispielsweise immer den morgendlichen und abendlichen Wert vor der Medikamenteneinnahme.
Am Ende der zwei Wochen verbinden Sie alle Werte und erhalten eine Kurve mit Höhen und Tiefen. Diese Schwankungen werden **Peak-flow Variabilität** genannt. Sie sind typisch für die Asthmaerkrankungen und zeigen für Sie und Ihren Arzt wie sich Ihr Asthma über einen längeren Zeitraum und unter der Behandlung mit Medikamenten entwickelt. Verbesserungen oder Verschlechterungen werden so besser ersichtlich und sind einfach und „objektiv“ ab zu lesen.

	17.		18.		19.		20.		21.		22.		23.		24.		25.		26.		27.		28.		29.		30.		31.	
550																														
525																														
500																														
475																														
450																														
425																														
400																														
375																														
350																														
325																														
300																														
275																														
250																														
225																														
200																														
175																														
150																														
125																														
100																														
75																														
50																														

© evidence.de2004