

KẾ HOẠCH HÀNH ĐỘNG ĐIỀU TRỊ HEN SUYỄN

Hãy đem theo KẾ HOẠCH HÀNH ĐỘNG ĐIỀU TRỊ HEN SUYỄN này khi quý vị tới gặp bác sĩ của mình

TÊN
NGÀY
CUỘC HEN KHÁM HEN SUYỄN TIẾP THEO

THÔNG TIN LIÊN LẠC VỚI BÁC SĨ

THÔNG TIN LIÊN LẠC TRONG TRƯỜNG HỢP CẤP CỨU

Tên
Điện Thoại
Quan Hệ



KHI KHỎE

Bệnh hen suyễn được kiểm soát (hầu như không có triệu chứng)

LUÔN ĐEM THEO THUỐC CẮT CƠN HEN SUYỄN CỦA QUÝ VỊ!

Lưu lượng đỉnh* (nếu sử dụng) trên:

Thuốc ngừa hen suyễn của quý vị là:

(TÊN & THỂ MẠNH)

Dùng lần xịt/viên nén lần mỗi ngày

Sử dụng bầu đệm cùng ống hít của quý vị

Thuốc cắt cơn hen suyễn của quý vị là:

(TÊN)

Dùng lần xịt

Khi: Quý vị có các triệu chứng như thở khò khè, ho hoặc khó thở

Sử dụng bầu đệm cùng ống hít của quý vị

CÁC HƯỚNG DẪN KHÁC

(ví dụ như các thuốc khác, tránh các nguyên nhân gây hen suyễn, những việc cần làm trước khi tập thể dục)

.....
.....
.....
.....



KHI KHÔNG KHỎE

Bệnh hen suyễn xấu đi (cần nhiều thuốc cắt cơn hen suyễn hơn, ví dụ như hơn 3 lần một tuần, tỉnh giấc vì hen suyễn, có nhiều triệu chứng hơn bình thường, bệnh hen suyễn đang ảnh hưởng đến các hoạt động thông thường)

Lưu lượng đỉnh* (nếu sử dụng) giữa

Và

Duy trì dùng thuốc ngừa hen suyễn:

(TÊN & THỂ MẠNH)

Dùng lần xịt/viên nén lần mỗi ngày

Sử dụng bầu đệm cùng ống hít của quý vị

Thuốc cắt cơn hen suyễn của quý vị là:

(TÊN)

Dùng lần xịt

Sử dụng bầu đệm cùng ống hít của quý vị

CÁC HƯỚNG DẪN KHÁC

(ví dụ như các thuốc khác, khi nào cần ngừng dùng thêm thuốc)

Liên lạc với bác sĩ của quý vị

.....
.....
.....
.....



NẾU CÁC TRIỆU CHỨNG XẤU ĐI

Bệnh hen suyễn nặng (cần dùng tiếp thuốc cắt cơn hen suyễn trong vòng 3 tiếng, khó thở hơn, thường xuyên tỉnh giấc vào ban đêm cùng các triệu chứng hen suyễn)

Lưu lượng đỉnh* (nếu sử dụng) giữa

Và

Duy trì dùng thuốc ngừa hen suyễn:

(TÊN & THỂ MẠNH)

Dùng lần xịt/viên nén lần mỗi ngày

Sử dụng bầu đệm cùng ống hít của quý vị

Thuốc cắt cơn hen suyễn của quý vị là:

(TÊN)

Dùng lần xịt

Sử dụng bầu đệm cùng ống hít của quý vị

CÁC HƯỚNG DẪN KHÁC

(ví dụ như các thuốc khác, khi nào cần ngừng dùng thêm thuốc)

Liên lạc với bác sĩ của quý vị ngay hôm nay

Prednisolone/prednisone:

Dùng each morning for days

.....
.....
.....



CÁC DẤU HIỆU NGUY HIỂM

Trường hợp cấp cứu do hen suyễn (các vấn đề nghiêm trọng về thở, triệu chứng xấu đi rất nhanh, thuốc cắt cơn hen suyễn ít hoặc không có tác dụng)

Lưu lượng đỉnh* (nếu sử dụng) dưới:

QUAY SỐ 000
ĐỂ GỌI XE CỨU
THƯỜNG

Gọi xe cứu thương ngay lập tức
Nói rằng đây là trường hợp cấp cứu do hen suyễn
Duy trì dùng thuốc cắt cơn hen suyễn thường xuyên khi cần thiết

National Asthma Council Australia
leading the attack against asthma

www.nationalasthma.org.au

*Lưu lượng đỉnh không được khuyến cáo cho trẻ em dưới 12 tuổi.

KẾ HOẠCH HÀNH ĐỘNG ĐIỀU TRỊ HEN SUYỄN cần xem chừng

KHI KHỎE



ĐIỀU NÀY CÓ NGHĨA LÀ:

- quý vị không bị thở khò khè, ho hoặc tức ngực vào ban đêm
- quý vị chỉ thỉnh thoảng thở khò khè, ho hoặc tức ngực vào ban ngày
- quý vị chỉ thỉnh thoảng cần dùng thuốc cắt cơn hen suyễn hoặc trước khi tập thể dục
- quý vị có thể thực hiện các hoạt động thông thường mà không có các triệu chứng hen suyễn

KHI KHÔNG KHỎE



ĐIỀU NÀY CÓ NGHĨA LÀ BẤT KỲ ĐIỀU NÀO SAU ĐÂY:

- quý vị bị thở khò khè, ho hoặc tức ngực vào ban đêm
- quý vị có các triệu chứng hen suyễn vào buổi sáng khi thức dậy
- quý vị cần dùng thuốc cắt cơn hen suyễn nhiều hơn bình thường, ví dụ như hơn 3 lần một tuần
- bệnh hen suyễn đang ảnh hưởng đến các hoạt động thông thường của quý vị

NẾU CÁC TRIỆU CHỨNG XẤU ĐI



ĐIỀU NÀY CÓ NGHĨA LÀ:

- quý vị bị thở khò khè, ho, tức ngực hoặc khó thở nhiều hơn vào ban đêm
- quý vị thường xuyên tỉnh giấc vào ban đêm với các triệu chứng hen suyễn
- quý vị cần sử dụng tiếp thuốc cắt cơn hen suyễn trong vòng 3 giờ

ĐÂY LÀ CƠN HEN SUYỄN

CÁC DẤU HIỆU NGUY HIỂM



ĐIỀU NÀY CÓ NGHĨA LÀ:

- các triệu chứng của quý vị xấu đi rất nhanh
- quý vị bị khó thở nghiêm trọng, không thể nói một cách thoải mái hoặc môi trông xanh nhợt
- quý vị giảm ít hoặc không giảm hen suyễn khi dùng ống hít cắt cơn hen suyễn

GỌI XE CỨU THƯƠNG NGAY LẬP TỨC: QUAY SỐ 000 NÓI RẰNG ĐÂY LÀ TRƯỜNG HỢP CẤP CỨU DO HEN SUYỄN.

**QUAY SỐ
000 ĐỂ GỌI
XE CỨU
THƯƠNG**

CÁC THUỐC TRỊ HEN SUYỄN

CÁC THUỐC NGỪA HEN SUYỄN

Thuốc ngừa hen suyễn làm giảm viêm, sưng và chất nhầy trong đường hô hấp của phổi quý vị. Cần phải dùng thuốc ngừa hen suyễn mỗi ngày, ngay cả khi quý vị khỏe. Một số ống hít ngừa hen suyễn chứa 2 loại thuốc giúp kiểm soát bệnh hen suyễn của quý vị (ống hít kết hợp)

THUỐC CẮT CƠN HEN SUYỄN

Thuốc cắt cơn hen suyễn của quý vị có tác dụng nhanh khiến cho việc thở được dễ dàng hơn bằng cách làm đường hô hấp rộng hơn.

Luôn đem theo mình thuốc cắt cơn hen suyễn của quý vị – điều này rất quan trọng để sơ cứu. Không sử dụng ống hít ngừa hen suyễn để giảm nhanh các triệu chứng hen suyễn trừ khi bác sĩ của quý vị yêu cầu làm như vậy.

Để có thêm các Kế Hoạch Hành Động Điều Trị Hen Suyễn, hãy truy cập vào trang web của Hội Đồng Quốc Gia về Hen Suyễn. Có sẵn một loạt các kế hoạch hành động trên trang web – vui lòng sử dụng kế hoạch hành động thích hợp nhất với bệnh nhân của quý vị.
www.nationalasthma.org.au

NationalAsthma
CouncilAustralia
leading the attack against asthma