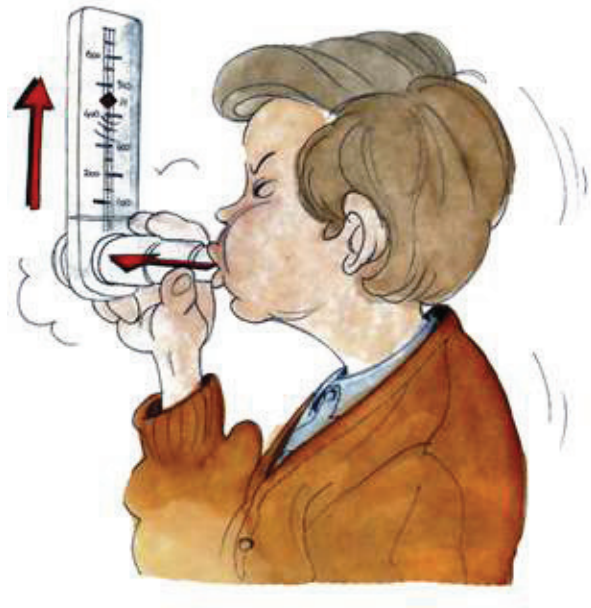


LE SCHEDE - IL MISURATORE DEL PICCO DI FLUSSO

È uno strumento semplice da usare che serve per controllare l'asma.
Usa ogni giorno il misuratore del picco di flusso se il medico te lo ha ordinato.

Sul diario segnerai i valori che ottieni la mattina e la sera e li farai vedere al medico ad ogni visita. Il medico deciderà se aumentare o diminuire le tue medicine.



COME USARE IL MISURATORE DI PICCO DI FLUSSO

Consente di misurare la capacità respiratoria del bambino (età prescolare-scolare in su); è un indice molto utile per controllare l'asma (prevenire la crisi-intervenire-gestire la terapia a lungo termine - qualità di vita).

Quando il controllo dell'asma è buono le vie aeree sono "aperte", il picco di flusso è alto e stabile (se il bambino lo sta già facendo).

Quando il controllo non è buono, le vie aeree sono "chiuse" (o poco aperte), il picco di flusso è basso (vuol dire che devi intervenire con i farmaci e/o rivolgerti al tuo medico e/o recarti al Pronto Soccorso).

COME SI FA

(Istruzioni)

- Poni l'indicatore sullo (0) zero
- Stai in piedi
- Chiudi bene le labbra intorno al boccaglio
- Soffia nel boccaglio quanto più forte e più rapidamente possibile
- Scrivi il numero segnato sull'indicatore
- Riporta l'indicatore a zero e riprova 2 volte
- Scrivi il valore più alto (migliore) ottenuto sul tuo diario (sett/mensile, vedi scheda)

Il picco di flusso va misurato al mattino e alla sera e in altre situazioni, se il tuo medico te lo ha consigliato, il suo valore va riportato sul diario giornaliero.

Vedrai, in poco tempo sarai in grado di sapere quale è il tuo valore ideale, cioè quando sei ben controllato, dillo al tuo medico, può essere molto utile per lui, per modificarti la terapia se necessario, per sapere se l'asma è ben controllata, se stai male, se e quando è necessario che tu usi un broncodilatatore.

LE SCHEDE - IL MISURATORE DEL PICCO DI FLUSSO (segue pag. 2)

Nome: _____

Cognome: _____

Età: _____

Il mio valore ideale di picco di flusso è: _____

MESE: _____

SETTIMANA DAL: AL:		VALORE	OSSERVAZIONI E NOTE
LUN	mattino:		
	sera:		
MAR	mattino:		
	sera:		
MER	mattino:		
	sera:		
GIOV	mattino:		
	sera:		
VEN	mattino:		
	sera:		
SAB	mattino:		
	sera:		
DOM	mattino:		
	sera:		