

Dein Asthma-Behandlungsplan

Eltern bzw. Notfall-Kontakt:

Name _____ Tel. _____

Allergien _____

Mein Peak-Flow-Bestwert _____ (l/min)

Arzt/Ärztin _____

Deine Eltern und du solltet gleich zu Beginn deiner Behandlung diese Seite gemeinsam mit deinem Arzt oder deiner Ärztin ausfüllen. Du kannst diesen Behandlungsplan dann deinen Betreuerinnen und Betreuern im Kindergarten, in der Schule oder beim Sport geben, damit sie gut einschätzen können, wie es dir geht. Dabei hilft euch die Peak-Flow-Ampel unten. Auf der Rückseite ist dein persönlicher Notfall-Plan. Tragt dort ein, was zu tun ist, falls du einen Asthma-Anfall bekommen solltest.

ALLES IN ORDNUNG!

SUPER!

Deine aktuellen Peak-Flow-Werte liegen zwischen

80 %

und

100 %

l/min

(80 bis 100 % des persönlichen Bestwertes, bitte tragt deine Werte hier ein).

Deine Medikamente wirken gut, und wenn du dich auch so fühlst, ist alles in Ordnung.

So wie verschrieben, wende täglich folgende Medikamente an:

- _____
- _____
- _____

Dein **Notfallmedikament** bei Atemnot, Engegefühl, Husten bzw. bei Auftreten deiner individuellen Warnzeichen:

ACHTUNG!

ACHTUNG!

Deine aktuellen Peak-Flow-Werte liegen zwischen

50 %

und

80 %

l/min

(50 bis 80 % des persönlichen Bestwertes, bitte tragt deine Werte hier ein).

Wenn du Atemnot hast und weitere Warnzeichen vorliegen, folge dem Notfall-Plan, den du hier auf der Rückseite bzw. in deinem Asthma-Pass findest. Auch wenn sich dein Zustand danach wieder bessert, ist dein Asthma nicht so gut eingestellt.

Erhöhe deine Medikamente wie angegeben:

- _____
- _____
- _____

Messe deine Peak-Flow-Werte 4 x täglich! Gehe in den nächsten Tagen zu deinem Arzt oder deiner Ärztin.

GEFAHR!

GEFAHR!

Deine aktuellen Peak-Flow-Werte liegen trotz

Inhalation unter 50 % l/min

(< 50 % des persönlichen Bestwertes, bitte tragt deinen Wert hier ein).

Versuche ruhig zu bleiben und folge dem Notfall-Plan, den du auf der Rückseite bzw. in deinem Asthma-Pass findest.

Gehe - auch wenn sich alles wieder gebessert hat - zeitnah zu deinem Arzt oder deiner Ärztin.

IN DIESEM
BEHANDLUNGSPLAN KANN
DEIN ARZT ODER DEINE
ÄRZTIN GENAU EINTRAGEN,
WAS DU TUN MUSST,
WENN DEINE PEAK-FLOW-
AMPEL AUF GRÜN, GELB
ODER ROT STEHT.



Bitte halte dich immer daran, was dir dein behandelnder Arzt oder deine behandelnde Ärztin gesagt hat.

So verhältst du dich im Notfall richtig

(bitte von deinem Arzt oder deiner Ärztin und ggf. deinen Eltern ausfüllen lassen)

Das ist dein persönlicher **Notfall-Plan**. Wende ihn an, wenn du ein oder mehrere dieser Symptome hast:

- Atemnot beim Sprechen, aber auch beim ruhigen Sitzen

- Immer wieder auffälliges Atemgeräusch wie beispielsweise Pfeifen

- Trockener Husten, Engegefühl in der Brust

- Peak-Flow-Wert unter: l/min (80% deines persönlichen Bestwertes, bitte trage den Wert hier ein)

BLEIBE BEI EINEM
ASTHMA-ANFALL
MÖGLICHTST RUHIG UND
HOLE DIR HILFE VON
ERWACHSENEN



Notfall-Plan

1

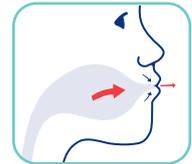
- **Bedarfsmedikament** anwenden: _____
- **Atemerleichternde Körperhaltung** einnehmen und **Lippenbremse** anwenden
- Hilfe von Erwachsenen suchen



Inhalation



Kutschersitz



Lippenbremse

Wenn nach 5–10 min keine Besserung

2

- **Erneut Bedarfsmedikament** anwenden: _____
- **Kortison-Medikament** einnehmen: _____
- Weiter **atemerleichternde Körperhaltung** einnehmen und **Lippenbremse** anwenden

Wenn nach weiteren 5–10 min keine Besserung

3

- **Eltern bzw. Notfall-Kontakt** verständigen
- **Arzt/Ärztin verständigen oder Notarzt/Notärztin rufen: 112**
- Weiter **atemerleichternde Körperhaltung** einnehmen und **Lippenbremse** anwenden
- Warten, bis Eltern/Notfall-Kontakt und/oder (Not)Arzt/Ärztin eintreffen