

Das Peak-Flow-Ampelschema

Die Ermittlung des „persönlichen Bestwertes“ erfolgt gemeinsam mit dem Arzt durch Mittelwertbildung der 10 „besten“ Werte eines Zeitraums von mindestens 2 Wochen Dauer unter stabilen Verhältnissen.

Wichtig dabei ist, dass der Patient immer dasselbe Gerät benutzt.

Grüne Zone: Peak-Flow-Wert mindestens 80% des persönlichen Bestwertes

Mein persönlicher Bestwert (pBW) ist zur Zeit _____

Alles in Ordnung!

Gelbe Zone: Peak-Flow-Wert zwischen 80% und 60% des pBW

Oberer Wert meiner gelben Zone (80%) _____

Gefahr!

Notfallmedikament mit dem roten Punkt einsetzen!

Kontrolle des Peak-Flow!

Rote Zone: Peak-Flow unter 60% des pBW

Oberer Wert meiner roten Zone (60%) _____

Notfall!

Notfallplan!

Arzt verständigen!



A.N.A.N.A.S.

Ambulante Nürnberger Asthma- Neurodermitis- und Adipositas- Schulung
www.ananas.mobi