



Имя: _____ Дата рождения: ____ / ____ / ____

Классификация степени тяжести: ☐ Интермиттирующая ☐ Легкая персистирующая
☐ Персистирующая средней тяжести ☐ Тяжелая персистирующая

Причины приступов (перечень): _____

Дата заполнения: ____ / ____ / ____ Необходимая вакцинация проведена: ☐ Да ☐ Нет



Зеленая зона: Хорошее самочувствие

Симптомы: Дыхание нормальное – Нет кашля или свистящих хрипов – Человек может работать или играть – Спокойный ночной сон

Препарат(-ы) для контроля астмы	Препарат	Дозировка	Показания к применению и частота
Препарат(-ы) для купирования приступов SMART/MART-терапия	☐ ИГКС/Формотерол	_____ кол-во доз со спейсером	_____
(максимальная дневная доза составляет 12 доз для взрослых и детей от 12+ лет и старше и 8 доз для детей от 4 до 11 лет)			
Приступ, вызванный физической нагрузкой	☐ Применять препарат для быстрого купирования приступов за 10 минут до физической нагрузки согласно инструкции		



Желтая зона: Будьте осторожны

Симптомы: Некоторые признаки затрудненного дыхания – Кашель, свистящие хрипы или сдавленность в груди – Человеку трудно нормально работать или играть – Ночные приступы

Препарат(-ы) для купирования приступов	Препарат	Дозировка	Показания к применению и частота
Препарат(-ы) для контроля астмы SMART-терапия для быстрого купирования приступов	☐ Продолжать применение препаратов для Зеленой зоны		раз в 20 минут в течение не более чем 1 часа ИЛИ однократное применение Небулайзера
Прочие препараты	☐ ИГКС/Формотерол	_____ кол-во доз со спейсером	_____
(максимальная дневная доза составляет 12 доз для взрослых и детей от 12+ лет и старше и 8 доз для детей от 4 до 11 лет)			

Вам должно стать лучше через 20-60 минут после применения препаратов для быстрого купирования приступов. Если вам становится хуже, ТОГДА следуйте инструкциям в КРАСНОЙ ЗОНЕ и немедленно позвоните вашему врачу или по номеру 911!



Красная зона: Немедленно обратитесь за помощью!

Симптомы: Сильно затрудненное дыхание – Человек не может работать или играть – Человеку становится хуже, а не лучше – Препарат не работает – Очень плохое самочувствие

НЕМЕДЛЕННО примите препарат для быстрого купирования приступа!

	Препарат	Дозировка	Показания к применению и частота
SMART-терапия для быстрого купирования приступов	☐ ИГКС/Формотерол	_____ (кол-во доз)	_____
Прочие препараты	☐ _____	_____ кол-во доз со спейсером	_____

Немедленно позвоните по номеру 911, если присутствуют следующие признаки опасности:

- Затрудненная походка/речь из-за одышки
- Посинение губ или ногтей
- Человек все еще в красной зоне по истечении 15 минут

Контактное лицо для связи в экстренных случаях Имя _____ Телефон (____) ____ - ____

Контактное лицо для связи в экстренных случаях Имя _____ Телефон (____) ____ - ____

Как использовать дозированный аэрозольный ингалятор с клапанной камерой для удержания аэрозоля (спейсером)

Подготовьте новый ингалятор: это следует сделать перед первым использованием, а также если вы не использовали его более 7 дней, и после падения ингалятора.



1. Встряхните ингалятор в течение 10 секунд.



2. Снимите защитный колпачок с ингалятора и удерживающей клапанной камеры. Убедитесь, что мундштук и удерживающая клапанная камера чистые и в мундштуках нет посторонних предметов.



3. Вставьте ингалятор в камеру (спейсер).



4. Выдохните воздух в стороне от устройства.



5. Вставьте мундштук камеры в рот.



6. Нажмите на ингалятор один раз и вдохните глубоко и ровно.



7. Задержите дыхание на 10 секунд, затем медленно выдохните.

Если вам требуется еще одна доза лекарства, подождите 1 минуту, затем повторите шаги с 4 по 7.



8. Прополощите рот водой и сплюньте.



Для доступа к видео-инструкциям отсканируйте QR-код.

Вы найдете дополнительные видео, буклеты, инструкции и ресурсы на сайте **Lung.org**.

Вы также можете связаться со специалистом по респираторной терапии для индивидуальной консультации, позвонив по номеру Горячей линии «American Lung Association» **1-800-LUNGUSA**.