

Peak-flow-Metrie: Ampelsystem zur Selbstkontrolle

- Peak-flow weniger als 60% des persönlichen Bestwertes, Husten, Atemnot beim Gehen und Sprechen:
→ **Notfall, ärztliche Hilfe erforderlich!**
- Peak-flow 60-80% des persönlichen Bestwertes, Husten, Giemen, verminderte Belastbarkeit, gestörter Schlaf:
→ **Überprüfung von richtiger Anwendung und Dosierung der verordneten Arzneimittel; evtl. Therapie erweitern!**
- Peak-flow >/- 80% des persönlichen Bestwertes (PBW*), keine Symptome:
→ **Es ist anzustreben, in diesem Bereich zu bleiben.**

*PBW: Peak-flow-Wert in stabiler Phase bei weitgehender Beschwerdefreiheit **morgens**

A.N.A.N.A.S

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

