

Plan d'action pour le traitement de l'Asthme

Nom, Prénom:

Peak Flow (PF) :

Médecin :

Mon asthme est	Traitement
<p>Contrôlé</p> <ul style="list-style-type: none"> • Symptômes <ul style="list-style-type: none"> ○ Je respire normalement, je n'ai pas de toux ni de respiration sifflante ○ Je ne tousse pas la nuit ○ Je peux faire toutes mes activités habituelles. • PF (> 80% de ton meilleur résultat) : 	<p>Médicaments / Dose</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>Avant le sport :</p>
<p>Non contrôlé</p> <ul style="list-style-type: none"> • Symptômes <ul style="list-style-type: none"> ○ Je tousse ou j'ai une respiration sifflante lors d'une activité ou pendant la nuit. Ils s'en vont lorsque j'utilise mon inhalateur. ○ Je suis limité dans mes activités habituelles. (Ex : essoufflement à l'effort) • PF (60% à 80% de ton meilleur résultat) : 	<p>Médicaments / Dose</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>Maintenir ce traitement pendant la période symptomatique et contacter son médecin en cas d'inquiétude ou si les symptômes persistent plus de 48h.</p>
<p>En crise</p> <ul style="list-style-type: none"> • Symptômes <ul style="list-style-type: none"> ○ J'ai de la difficulté à respirer. ○ Ma respiration est sifflante au repos. ○ Je tousse beaucoup la nuit et j'ai des difficultés à dormir. ○ J'ai des sensations d'oppression thoracique, j'ai un manque d'air. ○ J'ai de la difficulté à marcher ou à parler. 	<p><u>Crise d'asthme légère</u></p> <p>Ventolin : push avec chambre d'inhalation</p> <p>Ou</p> <p>Si amélioration passez en zone orange</p> <p>Si pas d'amélioration après 20 minutes, répétez et contacter un médecin</p> <p><u>Crise d'asthme sévère</u></p> <p>Ventolin : push avec chambre d'inhalation et appelez 144 ou</p> <p>A répéter chaque 20 minutes jusqu'à la prise en charge médicale.</p>