

AIR计划

使用布地奈德/福莫特罗(信必可)复方吸入剂

1. 放松并取下保护盖
2. 将都保吸入器直立放置
3. 握住有颜色的旋柄,朝一个方向旋转到底,然后再反方向旋转,直至听到咔哒声
 - 现在都保吸入器内装有一剂药物
4. 轻轻呼气
5. 将吸嘴含在双唇之间:
 - 通过都保吸入器用力深吸一口气。您可能会感觉不到药物
 - 从口腔中取出吸入器并呼气。切勿向吸嘴内呼气,因为这样会使吸嘴内部潮湿
 - 若需多个剂量,请重复上述步骤
 - 完成后,请将保护盖放回吸入器上并拧紧
6. 都保吸入器吸嘴正下方有一个剂量指示窗,若在指示窗中看到红色,则应使用新的都保吸入器



都保吸入器的维护

1. 切勿清洗都保吸入器,因为吸入器变湿后,将无法正常工作
2. 用干纸巾或布擦拭吸嘴



请与您的医生或护士一起填写本哮喘行动计划,以帮助控制您的哮喘情况。本计划说明了如何长期控制哮喘,并有助于确定您在健康、不适或紧急情况下需要帮助时该怎么做。

若对如何使用本计划有任何疑问,请与您的医生或护士讨论。

请记住:

- 及时更新行动计划
- 确保吸入器不是空的或过期的
- 按照处方服用药物
- 确保始终随身携带缓解药物
- 与医生或护士定期检查您的吸入器使用方法

请在每年三月找医生接种流感疫苗

请下载我的哮喘(My Asthma)应用程序,以查看哮喘信息、急救信息以及电子版哮喘行动计划!您可在Google Play或Apple App Store上下载该应用程序。

免费应用程序



由新西兰哮喘和呼吸疾病基金会编制

📍 Level 2, The Woolstore, 262 Thorndon Quay, Pipitea, Wellington 6011 📮 PO Box 1459, Wellington 6140

☎ 04 499 4592 📠 04 499 4594

@ info@asthmaandrespiratory.org.nz

🌐 asthmaandrespiratory.org.nz

Asthma + Respiratory

FOUNDATION NZ

AIR

哮喘行动计划



本哮喘行动计划属于:

呼吸更舒畅,生活更美好

姓名: _____

医生: _____

计划日期: _____

医生电话: _____

***抗炎缓解药物治疗**

了解您的哮喘症状

了解服药时间与方法

感觉良好

若满足以下条件,则表示您的哮喘已得到控制:

- 大多数时间没有出现哮喘症状(哮喘、胸闷、咳嗽或感觉喘不过气)
- 夜间没有咳嗽或哮喘
- 可进行所有日常活动并自由运动
- 大多数时间不需要额外的信必可给药

峰值流量读数高于

计划定期使用的信必可	吸	每天上午
	吸	每天晚上
按需使用的信必可	需要缓解哮喘症状时使用1吸	

信必可是一种二合一的治疗药物,用于预防和缓解相关症状。请始终随身携带该药物。不需要使用额外的吸入器作为缓解药物。

其他药物

症状严重

若满足以下条件,则表示您的哮喘加重

- 哮喘症状加重(哮喘、胸闷、咳嗽或感觉喘不过气)
- **或者**缓解药物有效时间仅2-3小时
- **或者**每天使用总剂量超过8吸(正常给药+缓解药物使用)
- **或者**自己感觉需要去看医生

峰值流量读数低于

让我们采取行动...

- **马上去看医生**
- 需要缓解症状时,继续定期使用信必可外加1吸
- 若有泼尼松,请开始使用泼尼松:

泼尼松	mg	天
以及	mg	天

其他说明:

紧急情况

若出现以下情况,则属于紧急事件

- 症状快速加重
- **或者**发现说话或呼吸困难
- **或者**缓解药物没有太大帮助
- **或者**每1-2小时使用一次缓解药物

峰值流量读数低于

请保持冷静...

- **拨打111联系救护车**
- 根据需要,经常使用信必可
- 即使症状似乎好转,也应立即就医
- 若尚未开始使用泼尼松,请马上开始使用

最佳峰值流量: _____

计划编制人: _____

下次审核日期: _____

签名: _____