El Plan de Acción para Pacientes con Asma

Nombre	Fecha de Nacimiento	Fecha
Medico		Padres/Guardián
Teléfono del Medico		Teléfono de Padres
Teléfono de Amigo o de Taxi		Teléfono de casa

Estudiante pude administrar su propio medicamento
☐ Si ☐ No

Usted puede usar los colores de los semáforos para ayudarle a aprender sobre la medicina del asma

El Verde significa "¡Vaya!"
Utilize medicina de control

El Amarillo es un Aviso
Utilize medicina de Alivio

El Rojo significa "¡Pare!"
Llame a un doctor

VERDE = "SIGA"

Utilize medicinas de Control

Tiene estos síntomas

- Puede respira bien, sin dificultad
- No hay tos o resuello a smático
- Puede dormir por la noche
- Puede trabajar y jugar

Número de máximo flujo

a

Medicina	Cantidad	Cuando tomar

20 minutos antes de jugar, tome esta medicina:

AMARILLO = "PRECAUCIÓN "

Utilize medicinas de Alivio para impedir que empeore un ataque de asma.

Tiene estos síntomas

- Primer síntomas de un resfriado
- Exposición a un provocante de asma
- Tos
- Silbidos/resuello asmático
- Congestión y opresión en el pecho
- Tos por la noche

Número de máximo flujo

a

Medicina		Cantidad	Cuando tomar
Primero		2 dosis de inhalador o 1 dosis de Nebulizador	Cada 4 horas, cuanto es necesario
Segundo	Llame al medico si no mejora		

Si u medicinia de Alivio/medicina de zona amarilla se necesita mas de 2 a 3 veces por semana,
LLAME A SU MEDICO.

ROJO = "PARA"

Utilize estas medicinas hasta hablar con el doctor:

Tiene estos síntomas

- Medicina no ayuda después de 15 a 20 minutos
- Respiración es rápida y difícil
- Las narices se abren mas de lo normal
- Se ven las costillas
- Labios y/o unías se ven azul o pálidas
- Dificultad en hablar y cam

Número de máximo flujo

a

Medicina	Cantidad	Cuando tomar
	2 dosis de inhalador o 1 dosis de Nebulizador	Llame al Medico – Inmediatamente

* ¡Llame a su medico rápido! No tenga miedo de causar problemas, su medico quiera atenderlos de inmediato. Es importante que si no puede comunicarse con su medico que vaya directamente a la sala de emergencia. ¡NO SE ESPERE! Haga cita con su medico o proveedor de salud después de dos días de ir a la sala de emergencia.

Provocantes de Asma

Marque todos los provocantes de su asma y cosas que empeoran su asma:

- ☐ Polvo de tiza
- ☐ Humo de cigarrillo o humo de segunda mano
- ☐ Resfriados y gripes
- ☐ Ácaros de polvo, monos de peluche, alfombra
- ☐ Ejercicio
- ☐ Cambio de temperatura
- ☐ Mojo
- ☐ Días de ozono alto
- ☐ Ratones y cucarachas
- ☐ Animales caseros
- ☐ Flores, plantas, pasto, y polen
- ☐ Olores fuerte y perfume
- ☐ Productos de limpieza
- ☐ Humo de madera

Comida

Otro

Firma de Medico

RESPIRATORY HEALTH ASSOCIATION®
resphealth.org

Adapted from the original design by the Pediatric Asthma Coalition of New Jersey