

Uloshengityksen huippuvirtaus, sarja, vuorokausiseuranta Pt-PEF-Pa

Tutkimuksella selvitetään uloshengityksen huippuvirtauksen (PEF) vaihtelut vuorokauden eri aikoina peräkkäisinä päivinä kahden (2) viikon ajan. Vuorokausivaihtelu on poikkeavan suurta astmassa.

Jos lääkäri tai hoitaja ei ole antanut eriäviä ohjeita puhalletaan kaksi viikkoa lääkityksen kanssa.

PEF-mittarin käyttöohje:

- Tehkää puhallukset aina samassa asennossa (istuen tai seisten), mieluiten seisten.
- Nollatkaa mittari ja pitäkää vaakasuorassa.
- Vetäkää keuhkot mahdollisimman täyteen ilmaa.
- Ottakaa suukappale suuhun hampaiden väliin ja asettakaa huulet tiiviisti suukappaleen ympärille. Jos käytätte hammasproteesia, puhallukset tehdään aina ilman niitä.
- Puhaltakaa välittömästi mittariin maksimaalisella voimalla kova, terävä, lyhyehkö puhallus.
- Suorittakaa jokaisella mittauskerralla kolme hyvin onnistunutta puhallusta. Kahden suurimman PEF - arvon ero saisi olla korkeintaan 20 l/min. Tehkää tarvittaessa useita ylimääräisiä puhalluksia tavoitteen saavuttamiseksi.

Toteutus:

- Puhaltakaa joka aamu heti heräämisen jälkeen mittariin ja kirjatkaa kolmen parhaan puhalluksen PEF- lukemat seurantalomakkeelle.
- Ottakaa tämän jälkeen avaava lääke (lyhytvaikutteinen sympatomimeetti) hoitavan lääkärin ohjeen mukaan.
- Kun on kulunut 15 min lääkkeen ottamisesta, puhaltakaa taas vähintään kolme (3) kertaa ja kirjatkaa tulokset.
- Toistakaa puhallukset samalla tavalla illalla, aina samaan aikaan.

Mikäli Teillä on oireita (hengenahdistusta tai yskäkohtauksia) säännöllisten mittausten väliaikana, tehkää ylimääräiset puhallukset ennen avaavan lääkkeen ottoa ja lääkkeen ottamisen jälkeen ja merkitkää ne seurantalomakkeelle.

PEF-VUOROKAUSISEURANTALOMAKE 2 VIIKKOA

Nimi: _____

Syntymäaika: _____

Pituus: _____

Aloituspäivä: _____

Lopetuspäivä: _____

Lääkitys: _____

Annostus: _____

Pvm	Klo	Aamulla		Klo	Illalla		Huomiot
		ennen lääkettä	lääkkeen jälkeen		ennen lääkettä	lääkkeen jälkeen	
		1.			1.		
		2.			2.		
		3.			3.		
		1.			1.		
		2.			2.		
		3.			3.		
		1.			1.		
		2.			2.		
		3.			3.		
		1.			1.		
		2.			2.		
		3.			3.		
		1.			1.		
		2.			2.		
		3.			3.		
		1.			1.		
		2.			2.		
		3.			3.		
		1.			1.		
		2.			2.		
		3.			3.		

PEF-VUOROKAUSISEURANTALOMAKE 2 VIIKKOA

Nimi: _____

Syntymäaika: _____

Pituus: _____

Aloituspäivä: _____

Lopetuspäivä: _____

Lääkitys: _____

Annostus: _____

Pvm	Klo	Aamulla		Klo	Illalla		Huomiot
		ennen lääkettä	lääkkeen jälkeen		ennen lääkettä	lääkkeen jälkeen	
		1.			1.		
		2.			2.		
		3.			3.		
		1.			1.		
		2.			2.		
		3.			3.		
		1.			1.		
		2.			2.		
		3.			3.		
		1.			1.		
		2.			2.		
		3.			3.		
		1.			1.		
		2.			2.		
		3.			3.		
		1.			1.		
		2.			2.		
		3.			3.		
		1.			1.		
		2.			2.		
		3.			3.		