




El Plan de Acción para Pacientes con Asma

Usted puede usar los colores de los semáforos para ayudarlo a aprender sobre la medicina del 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 puede administrar su propio medicamento		
<input type="checkbox"/> Si <input type="checkbox"/> No		

	El Verde significa "¡Vaya!" Utilice medicina de control	-
	El Amarillo es un Aviso Utilice 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 asmático
- 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 medicina 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 uñas 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.

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

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

Comida

Otro

Provocantes de Asma



Firma de Medico