

나의 심비코트 천식 실천 계획 (Symbicort® Asthma Action Plan)

심비코트 관리 및 완화요법
(Symbicort® Maintenance And Reliever Therapy)



이름: _____

날짜: _____

평소 최상의 PEF(최고호기유량): _____ L/min

GP: _____

GP 전화: _____

정상 모드

■ 나의 심비코트 천식 치료제:

- Symbicort 100/6 µg 혹은
- Symbicort 200/6 µg

■ 내가 매일 규칙적으로 실시하는 치료:

아침에 _____ 번의 흡입을 하고
저녁에 _____ 번의 흡입을 한다

■ 완화제:

나의 천식 증상 완화를 위해 필요할 때마다 1번의 심비코트 흡입을 사용한다

나는 심비코트 터부헬러(Symbicort Turbuhaler)를 항상 소지해야 한다

■ 아래 상황에 해당될 경우 나의 천식은 안정된 상태이다.

- 천식 증상이 없이 정상적인 신체 활동에 참여할 수 있다
- 그리고
- 천식 때문에 밤이나 아침에 깨는 일이 없다

기타 지침:

천식 재발

■ 2-3일을 넘는 기간에 걸쳐:

- 나의 천식 증상이 악화되고 있거나 호전되지 않거나, 혹은
- 하루에 심비코트 완화제 흡입을 여섯 번을 초과하여 사용하고 있을 경우,

나의 실천사항은 다음과 같다:

- 나의 치료제를 규칙적으로 매일 사용하고 이와 함께 증상 완화가 필요할 때마다 심비코트 흡입을 한 번 실시한다

- 프레드니솔론 복용을 시작한다
- 의사를 만나 본다

프레드니솔론 정제 복용:

_____ 일 동안 하루에 2 x 25 mg 혹은
_____ mg 프레드니솔론 정제를 복용한다. 또는

■ 하루에 (총) 12번을 초과하는 심비코트 흡입을 해야 하는 날이 있을 경우,

그 당일 날에 의사를 보거나 병원에 가야 한다

천식 응급상황

■ 천식 응급상황 징후:

- 증상이 빨리 악화된다
- 숨을 쉬거나 말하기가 매우 어렵다
- 심비코트 완화제 흡입으로는 거의 혹은 전혀 호전 되지 않는다

위와 같은 위험 징후 중 어느 것이라도 보일 경우 앰블런스 호출을 위해 000에 전화를 걸고 심한 천식 발작이 일어나고 있다고 말한다.

■ 앰블런스를 기다리고 있는 동안에 아래와 같은 천식 응급 처치 플랜을 시작한다:

- 똑 바로 앉아서 안정을 취한다
- 심비코트를 1번 흡입한다. 1-3분을 기다린다. 호전되지 않을 경우 심비코트 흡입을 다시 한다 (최대 6번의 흡입).
- Ventolin® 만이 가능할 경우, 도움을 받을 때까지 필요할 때마다 4번의 흡입 (puff)을 한다
- 앰블런스를 기다리는 동안 프레드니솔론 정제 복용을 (지시한 대로) 시작한다
- 나의 증상이 빨리 가라 앉는 것처럼 보여도 심각한 천식 발작 후에는 즉시 의사를 보아야 한다