

Naam:

GROENE ZONE: het gaat goed, astma is onder controle

Onderhoudsmedicatie

-
-
-

ORANJE ZONE: klachten nemen toe

Extra medicatie

- Bij verkoudheid, hoesten of veel allergieklachten: starten met neusspoelen minimaal 3x per dag met zoutoplossing.
- Bij benauwdheid start je daarnaast ook met 2 pufs salbutamol 4-5 x per dag op vaste tijden. Wanneer de klachten verbeteren, gebruik je het onderstaande afbouwschema.

Situatie	8:00	12:00	16:00	20:00	23:00
Je hebt klachten.	X	X	X	X	(X)
Je hebt geen klachten meer.	X		X	X	
Je hebt al meer dan 24 uur geen klachten meer.	X			X	
Je hebt al meer dan 72 uur (3 dagen) geen klachten meer.	Stoppen, maar altijd doorgaan met de onderhoudsmedicatie!				

RODE ZONE: ernstige klachten OF ontslag na opname of SEH-bezoek

Noodmedicatie

- Bij erge benauwdheid start je met 4 pufs salbutamol. Dit mag je elke 3 uur herhalen (ook 's nachts). Je mag maximaal 8 keer per dag 4 pufs geven! Wanneer de klachten verbeteren, gebruik je het onderstaande afbouwschema.
- Na opname of SEH-bezoek krijg je op 8 keer per dag 4 pufs. Dit laat je zo staan op de dag van ontslag en de dag erna. Indien het daarna goed gaat, gebruik je onderstaand afbouwschema.

Situatie	8:00	12:00	16:00	20:00	's nachts
Je wordt 's nachts wakker van de benauwdheid.	X	X	X	X	Max. 2 keer
Je slaapt door, maar je hebt nog wel klachten.	X	X	X	X	
Je hebt geen klachten meer.	X		X	X	
Je hebt al meer dan 24 uur geen klachten meer.	X			X	
Je hebt al meer dan 72 uur (3 dagen) geen klachten meer.	Stoppen, maar altijd doorgaan met de onderhoudsmedicatie!				

Wanneer moet je een arts bellen?

Je zit in de rode zone EN

- je gebruikt méér dan 8 x per dag 4 pufs salbutamol OF
- je gebruikt al 24 uur lang 8 x per dag 4 pufs salbutamol.en je kunt nog steeds niet afbouwen OF
- je hebt koorts boven de 39C en je hebt pijn bij het hoesten/ademhalen.

In principe bel je altijd eerst met je huisarts (niet met het ziekenhuis), tenzij anders met jou is afgesproken.