

Plan de medicinas para el asma

Nombre: _____

Médico: _____

Fecha: _____

Teléfono del medico o clínica: _____

Teléfono de taxi o amigo: _____



Usted puede usar los colores de una luz de tráfico para aprender más cosas sobre las medicinas para el asma.



1. **VERDE** significa **Ir**.
Usar medicina preventiva.
2. **AMARILLO** significa **Reducir el ritmo**.
Agregar una medicina de alivio para hacerle sentir mejor rápido.
3. **ROJO** significa **Parar**.
Obtener ayuda de un medico.

IR

- La respiración es buena
- No hay tos ni respiración asmática
- Puede trabajar y jugar



Número de flujo pico
_____ a _____

Utiliza medicina preventiva.

Medicina: _____ Cuánto: _____ Cuándo: _____
_____ soplido/máquina de respirar/pastilla/líquido _____ veces al día
_____ soplido/máquina de respirar/pastilla/líquido _____ veces al día
_____ soplido/máquina de respirar/pastilla/líquido _____ veces al día

20 minutos antes de hacer ejercicio o deporte, use esta medicina:

_____ soplido

REDUCIR EL RITMO

- Tos
- Respiración asmática
- Dificultad para respirar
- Despertar por la noche



Número de flujo pico
_____ a _____

***AGREGAR** una medicina de alivio para evitar que el asma empeore:

Medicina: _____ Cuánto: _____ Cuándo: _____
_____ soplido/máquina de respirar/pastilla/líquido cada _____ horas

***TAMBIÉN CONTINUAR/INCREMENTAR** su medicina preventiva:

_____ soplido/máquina de respirar/pastilla/líquido _____ veces al día
_____ soplido/máquina de respirar/pastilla/líquido _____ veces al día

**¡Llame a su medico si tiene estos síntomas frecuentemente
o la medicina de alivio no surte efecto!**

PARAR - PELIGRO

- La medicina no ayuda
- Respiración difícil y rápida
- Observe las costillas al respirar
- No puede hablar bien
- No puede andar



Número de flujo pico
_____ a _____

¡Obtenga ayuda inmediatamente! Tome estas medicinas hasta hablar con su médico.

Medicina: _____ Cuánto: _____ Cuándo: _____
_____ soplido/máquina de respirar/pastilla/líquido cada _____ horas
_____ soplido/máquina de respirar/pastilla/líquido cada _____ horas

Llame al 911 si su asma es grave.