

Sådan måles lungefunktionen med PiKo[®]-1

Det vigtigt at foretage målingen både morgen og aften, da der ofte forekommer en væsentlig variation imellem disse. Mål evt. også gerne midt på dagen. Følg den samme rutine hver dag for at kunne sammenligne resultaterne. Aftal nærmere med din læge.

Apparatet tændes og det seneste testresultat vises ved at trykke 1 gang på aktiveringsknappen. Stå op, hold PiKo-1 vandret med skærmen opad uden at dække lufthullerne. Tryk på aktiveringsknappen igen, du hører 2 bip og displayet viser "o---". Træk vejret så dybt som muligt, stik PiKo-1 ind i munden, sæt tænder og læber helt tæt om mundstykket. Herefter pustes der så kraftigt og hurtigt som muligt i mindst 1 sek. Dit måleresultat vises skiftevis som FEV₁ og PEF. Det anbefales at udføre mindst 3 målinger i træk. PiKo-1 udvælger og gemmer automatisk den bedste af målingerne opnået indenfor et 3 minutters interval. Se i øvrigt den medfølgende brugervejledning.

Referenceværdi

Det vigtige ved målinger af FEV₁ og PEF er at registrere afvigelser fra det normale. Din referenceværdi, som er den bedste måleværdi du normalt kan opnå, bør fastlægges i samarbejde med lægen og herefter indstilles på PiKo-1. Det er nødvendigt at indstille denne værdi, for at apparatet kan registrere hvor meget målingerne afviger herfra. Er afvigelsen mindre end de acceptable 20% vises en indikation i den grønne zone, mens større afvigelser vises i enten gul eller rød zone. FEV₁ kan kun indstilles som referenceværdi ved hjælp af PiKoNET programmet. Læs mere på www.jepsenimport.dk

| | |
|---|---|
| Referenceværdi FEV ₁ : _____ l/sek. (Egen bedste måling) | Referenceværdi PEF: _____ l/min. (Egen bedste måling) |
| 80% heraf: _____ l/sek. | 80% heraf: _____ l/min. |
| 60% heraf: _____ l/sek. | 60% heraf: _____ l/min. |

Hvordan skal jeg forholde mig til måleværdier og symptomer?

Normalt bør målingerne aldrig være lavere end 20% i forhold til den fastsatte referenceværdi og bør ikke variere mere end 20% indenfor et døgn. Hvis du ikke har de typiske symptomer som hoste, piben, hvæsen, trykken for brystet - hverken ved anstrengelse eller i hvile, og samtidig sover uforstyrret om natten uden astma og hoste, så er din astma under kontrol. Desuden bør du ikke generelt have et stigende behov for at bruge din anfaldsmedicin. Du er i den grønne zone.

Oplever du derimod generelt et eller flere symptomer, en forværring i forbindelse med fysisk aktivitet og et stigende behov for anfaldsmedicin, må det mistænkes at din astma ikke er helt under kontrol. Hvis dine FEV₁ målinger ligger mellem 60-80% af dit bedste eller tilsvarende for PEF tyder det ligeledes på en forværring af din astma. Du er i den gule zone og bør herefter følge udviklingen i din lungfunktion og øvrige symptomer nøje. Tag gerne din anfaldsmedicin så ofte det er nødvendig og forøg samtidig din dosis af forebyggende medicin til det dobbelte i en 14 dages periode. Kontakt din læge hvis din astma ikke bedres.

I de tilfælde hvor du er meget påvirket af astmasymptomer, vågner om natten og kun opnår en kort virkning af din anfaldsmedicin tyder det på en klar forværring af din tilstand. Dette underbygges hvis dine FEV₁ målinger ligger under 60% af dit bedste eller tilsvarende for PEF. Du er i den røde zone og bør kontakte din læge.

Ovenstående er generelle råd og vejledninger. Følg altid din læges nærmere anvisninger og tag kontakt til denne i tvivlstilfælde.

Det er vigtigt at måle FEV₁ og/eller peak flow (PEF).



Astmapatientens gentagne måling af lungefunktionen i hverdagen er en integreret del af effektiv behandling og diagnose. Målingerne er et godt værktøj til at påvise og følge sygdommen samt vurdere effekten af behandlingen.

Målingerne foretages typisk ved mistanke om astma, op til en kontrol hos lægen samt efter behov i hverdagen. Man opnår herved en vis kontrol og kan tidligt registrere ændringer i lungefunktionen og få tilpasset sin behandling herefter. Det tilrådes at være endnu mere opmærksom på dette når det gælder børn.

Normalt vil man ved lungefunktionsmålinger kunne registrere en forværring inden symptomerne viser sig. Utilstrækkelig eller ubehandlet astma giver nedsat livskvalitet og funktionsevne i dagligdagen, ligesom risikoen for en forværring af tilstanden og udvikling af kronisk nedsat lungfunktion, KOL, forøges betydeligt.



PiKo[®]-1

Tag selv et aktivt medansvar for din astma - start i dag, det betaler sig

For yderligere information om astma og PiKo[®]-1 produkterne: www.jepsenimport.dk.

Jepsen Import
Bakkevej 10 · 2690 Karlslunde
Telefon 4499 1432

ASTMA DAGBOG

jepsenImport



PiKo[®]-1

| Navn | Personnr. | |
|---------------------------------|-----------|---------------|
| Forebyggende astmamedicin | | |
| Dosis | mikrogram | gange dagligt |
| Anden forebyggende astmamedicin | | |
| Anfaldsmedicin | | |
| Dosis | mikrogram | gange dagligt |
| Anden anfaldsmedicin | | |

jepsenImport