



BẢN KẾ HOẠCH HÀNH ĐỘNG HEN

Chỉ dành cho bệnh nhân được chỉ định điều trị với ICS/formoterol (bình hít bột khô)

Họ tên:

Bác sĩ điều trị: Ngày:

Bệnh viện: Số điện thoại liên lạc:

Kết quả lưu lượng đỉnh tốt nhất (nếu có): l/phút

HEN KIỂM SOÁT TỐT

Đạt được tất cả:

- Không thức giấc đêm do hen
- Không giới hạn hoạt động do hen (bao gồm luyện tập thể dục, học tập, làm việc, sinh hoạt bình thường)

▪ Tiếp tục thuốc điều trị duy trì

..... hít buổi sáng

..... hít buổi tối

▪ Thuốc giảm triệu chứng

Hít 1 hít khi cần để giảm triệu chứng hen

▪ Hướng dẫn khác:

- Tiếp tục thăm khám định kỳ
- Thông báo cho bác sĩ điều trị khi có bất thường
- Lưu ý (nếu có):



HEN CHƯA KIỂM SOÁT

Có một trong các dấu hiệu trong 2-3 ngày:

- Thức giấc đêm do hen, triệu chứng hen nặng lên, bệnh hen ảnh hưởng sinh hoạt thông thường
- Sử dụng ≥ 6 hít để giảm triệu chứng
- Lưu lượng đỉnh (nếu có): l/phút

▪ Tiếp tục thuốc duy trì và giảm triệu chứng:

☐ Liên lạc bác sĩ điều trị

☐ Thuốc khác:

Tên thuốc	Liều dùng	Thời điểm dùng
.....		
.....		

▪ Nếu sử dụng > 12 hít

(tổng cộng) trong ngày: gặp bác sĩ hoặc đến bệnh viện luôn trong ngày



HEN DIỄN TIẾN NẶNG

Dấu hiệu hen diễn tiến nặng:

- Triệu chứng hen xấu đi nhanh chóng
- Rất khó thở hoặc nói từng từ/cụm từ
- Lưu lượng đỉnh (nếu có): l/phút



HÃY GỌI NGAY CẤP CỨU VÀ NÓI TÔI BỊ CƠN HEN CẤP

▪ Trong khi đợi xe cấp cứu:

- Ngồi thẳng và giữ bình tĩnh
- Tiếp tục sử dụng thuốc hít để giảm triệu chứng
- Thậm chí ngay cả khi triệu chứng được cải thiện nhanh chóng thì vẫn cần hỗ trợ y khoa ngay lập tức

