



اسم المريض: _____ تاريخ الولادة: _____

إسم المزود: _____

رقم هاتف المزود: _____ أكمل بواسطة: _____

أدوية التحكم	كم تأخذ	متى تأخذ	تعليمات أخرى
		_____ مرة في اليوم كل يوم!	☐ الغرغرة أو المضضة بعد الاستخدام
		_____ مرة في اليوم كل يوم!	
		_____ مرة في اليوم كل يوم!	
		_____ مرة في اليوم كل يوم!	
أدوية الإغاثة السريعة	كم تأخذ	متى تأخذ	تعليمات أخرى
☐ Albuterol (ProAir, Ventolin, Proventil) ☐ Levalbuterol (Xopenex)	☐ 1 نفخة ☐ 2 نفخة ☐ 3 نفخة ☐ 4 نفخة ☐ 1 علاج البخاخ	تناوله فقط حسب الحاجة (انظر أدناه — بدءًا من المنطقة الصفراء أو قبل التمرين)	ملاحظة: إذا كنت بحاجة إلى هذا الدواء أكثر من 2 يوم في الأسبوع، فاتصل بمزود الخدمة للنظر في زيادة أدوية التحكم وتحديث عن خطة العلاج الخاصة بك.

تستخدم بإذن. RAMP (Regional Asthma Management & Prevention, إدارة الربو الإقليمي والوقاية منه).

تعليمات خاصة عندما تكون 😊 حالتها جيدة أو 😞 تزداد سوءاً أو 😡 عندما يكون لدي تنبيه طبي.

😊	المنطقة الخضراء	بحالة جيدة. - لا يوجد سعال أو صفير أو ضيق في الصدر أو ضيق في التنفس أثناء النهار أو الليل. - أستطيع القيام بالأنشطة المعتادة. - ذروة التدفق (للأعمار من 5 سنوات فما فوق): يساوي _____ أو أكثر. (80% أو أكثر من أفضل النتائج الشخصية) - أفضل تدفق شخصي لذروة التدفق (للأعمار من 5 سنوات فما فوق): _____ امنع أعراض الربو كل يوم: ☐ أتناول أدوية التحكم الخاصة بي (أعلاه) كل يوم. ☐ قبل التمرين، أخذ بخة (بخات) من _____ ☐ أتجنب الأشياء التي تجعل الربو لدي أسوأ.
😞	المنطقة الصفراء	يزداد سوءاً. - السعال أو الصفير أو ضيق الصدر أو ضيق التنفس أو - الاستيقاظ ليلاً بسبب أعراض الربو أو - أستطيع القيام ببعض الأنشطة المعتادة، وليس كلها. - ذروة التدفق (للأعمار من 5 سنوات فما فوق): _____ إلى _____ (50% إلى 79% من أفضل النتائج الشخصية) تحذير استمر في تناول أدوية التحكم اليومية، و: ☐ أخذ _____ بخات أو 1 بخاخة علاجية من أدوية الإغاثة السريعة. إذا لم أعود إلى المنطقة الخضراء خلال 20-30 دقيقة، أخذ المزيد من البخات أو علاجات البخاخات. إذا لم أتمكن من العودة إلى المنطقة الخضراء خلال 1 ساعة، فيجب علي: ☐ أزيد _____ ☐ أضيف _____ ☐ أتصل _____ ☐ استمر في استخدام دواء الإغاثة السريعة كل 4 ساعات حسب الحاجة. أتصل بالمزود إذا لم يتحسن في _____ أيام.
😡	المنطقة الحمراء	تنبيه طبي. - ضيق شديد في التنفس أو - أدوية الإغاثة السريعة لم تساعد أو - لا أستطيع القيام بالأنشطة المعتادة أو - الأعراض هي نفسها أو تزداد سوءاً بعد 24 ساعة في المنطقة الصفراء. - ذروة التدفق (للأعمار من 5 سنوات فما فوق): أقل من _____ (50% من أفضل مستوى شخصي) تنبيه طبي! احصل على المساعدة! ☐ تناول أدوية الإغاثة السريعة: _____ نفخة كل _____ دقيقة واحصل على المساعدة على الفور. ☐ خذ _____ ☐ إتصل _____

خطراً! احصل على المساعدة على الفور! اتصل بالرقم 911 إذا كنت تواجه صعوبة في المشي أو التحدث بسبب ضيق التنفس أو إذا كانت الشفاه أو الأظافر رمادية أو زرقاء. بالنسبة للأطفال، اتصل بالرقم 911 إذا تم امتصاص الجلد حول الرقبة والأضلاع أثناء التنفس أو إذا لم يستجيب الطفل بشكل طبيعي.