

የአዝማ ሕክምና እቅድ

ስም: _____



ሐኪም: _____



ቀን: _____

የሐኪም ወይም የክሊኒክ ስልክ ቁጥር: _____

የታክሲ ወይም የጓደኛ ስልክ ቁጥር: _____

ስለ ሌሎች መድሐኒቶች አጠቃቀም ለማወቅ፣ የትራፊክ መብራቶች ቀለሞች መጠቀም ይቻላል።



1. **አረንጓዴ** ማለት “ሂድ” ማለት ነው መከላከያ መድኃኒት ተጠቀም።
2. **ብጫ** ማለት “ዝግ በል” ማለት ነው በተለምዶ እንዲሻልም፣ ማስታገሻ መድኃኒት ይጠቀሙ።
3. **ቀይ** ማለት “ቁም” ማለት ነው የሐኪም እርዳታ ያግኙ።

ሂድ

- አተነፋፊ ሊደህና ነው
- ሳል ወይም የመተንፈስ እጥረት ምልክት ድምጽ የለም
- መስራትና መጫወት እችላለሁ

የሚከተልውን የመከላከያ መድኃኒት ተጠቀም፡-

የመድኃኒት ዓይነት:	መጠን:	መቼ:
_____	_____ የሚነፋ/ማስተንፈሻ ማሽን/ኪኒን/ፊሳሽ _____ ጊዜ በቀን	_____ ጊዜ በቀን
_____	_____ የሚነፋ/ማስተንፈሻ ማሽን/ኪኒን/ፊሳሽ _____ ጊዜ በቀን	_____ ጊዜ በቀን
_____	_____ የሚነፋ/ማስተንፈሻ ማሽን/ኪኒን/ፊሳሽ _____ ጊዜ በቀን	_____ ጊዜ በቀን

ይህን መድኃኒት፣ የሰውነት እንቅስቃሴ ወይም ስፖርት ከመስራት፣ ከ20 ደቂቃ በፊት ተጠቀም፡- _____ ጊዜ ይሳቡ

ከፍተኛ የሂደት ቁጥር _____ እስከ _____

ዝግ በል

- ያስለኛል
- የእስትንፋስ እጥረት ምልክት ድምጽ አለብኝ
- የእስትንፋስ እጥረት ችግር
- ሌሊት ከንቅልፍ እንሳለሁኝ

***አዝማው ወደ መጥፎ ደረጃ ከመድረሱ በፊት፣ የመዳኛ መድኃኒት ጨምር፡-**

የመድኃኒት ዓይነት:	መጠን:	መቼ:
_____	_____ ጊዜ መሳብ/ማስተንፈሻ ማሽን/ኪኒን/ፊሳሽ	_____ በየ _____ ሰዓት

***እንዲሁም የመከላከያ መድኃኒትህን መቀጥል ወይም መጠኑን መጨመር፡-**

_____	_____ የሚነፋ/ማስተንፈሻ ማሽን/ኪኒን/ፊሳሽ _____ ጊዜ በቀን	_____ ጊዜ በቀን
_____	_____ የሚነፋ/ማስተንፈሻ ማሽን/ኪኒን/ፊሳሽ _____ ጊዜ በቀን	_____ ጊዜ በቀን

ይሕመሙ ምልክቶች ደጋግመው ከመጡ፣ ወይም የመዳኛ መድኃኒቱ ካልሰራ ሐኪም ይጥሩ!

ከፍተኛ የሂደት ቁጥር _____ እስከ _____

ቁም-አደጋ

- መድኃኒት አልጠቀመኝም
- እስትንፋሴ ከባድና አጭር ሆኖልኩ
- ሳተነፍሰ የጎድን አጥንቶች ይታያሉ
- በደንብ መናገር አልችልም
- መሄድ አልችልም

ባስቸኳይ እርዳታ ያግኙ ! ሐኪም እስኪያነጋግሩ ድረስ፣ የሚከተሉትን መድኃኒቶች ተጠቅም፡-

የመድኃኒት ዓይነት:	መጠን:	መቼ:
_____	_____ የሚነፋ/ማስተንፈሻ ማሽን/ኪኒን/ፊሳሽ	_____ በየ _____ ሰዓት
_____	_____ የሚነፋ/ማስተንፈሻ ማሽን/ኪኒን/ፊሳሽ	_____ በየ _____ ሰዓት

ከፍተኛ የሂደት ቁጥር _____ እስከ _____

አዝማው በጣም መጥፎ ደረጃ ከደረሰ፣ 911 መደወል ይደውሉ።

ASTHMA MEDICINE PLAN - AMHARIC