



哮喘護理

哮喘日記：追蹤症狀和促發因素的工具

使用方法：每天填寫一行，以追蹤哮喘病情。促發因素是引發哮喘症狀或導致哮喘發作的事物，例如灰塵或跑步。使用以下數字來評價每個症狀：

0 = 無 1 = 輕微 2 = 中等 3 = 嚴重 4 = 緊急

日期	洪峰 流量 - 上午	洪峰 流量 - 下午	促發因素	評價 症狀	所用 藥物	藥物 的反應
				<input type="checkbox"/> 咳嗽 <input type="checkbox"/> 哮喘 <input type="checkbox"/> 呼吸短促 <input type="checkbox"/> 憋悶 <input type="checkbox"/> 其他：		
				<input type="checkbox"/> 咳嗽 <input type="checkbox"/> 哮喘 <input type="checkbox"/> 呼吸短促 <input type="checkbox"/> 憋悶 <input type="checkbox"/> 其他：		
				<input type="checkbox"/> 咳嗽 <input type="checkbox"/> 哮喘 <input type="checkbox"/> 呼吸短促 <input type="checkbox"/> 憋悶 <input type="checkbox"/> 其他：		
				<input type="checkbox"/> 咳嗽 <input type="checkbox"/> 哮喘 <input type="checkbox"/> 呼吸短促 <input type="checkbox"/> 憋悶 <input type="checkbox"/> 其他：		
				<input type="checkbox"/> 咳嗽 <input type="checkbox"/> 哮喘 <input type="checkbox"/> 呼吸短促 <input type="checkbox"/> 憋悶 <input type="checkbox"/> 其他：		
				<input type="checkbox"/> 咳嗽 <input type="checkbox"/> 哮喘 <input type="checkbox"/> 呼吸短促 <input type="checkbox"/> 憋悶 <input type="checkbox"/> 其他：		
				<input type="checkbox"/> 咳嗽 <input type="checkbox"/> 哮喘 <input type="checkbox"/> 呼吸短促 <input type="checkbox"/> 憋悶 <input type="checkbox"/> 其他：		

列印本頁，或製作您可以填寫的副本。或者您可以使用本表格作為指南，以參考您應在自己的哮喘筆記本中記錄哪些資訊。去醫生處看診時攜帶此日記。透過這種方法，醫生可以更好地瞭解哮喘對您或您的孩子產生了怎樣的影響。



Health care you can count on.¹⁸
Service you can trust.