



1-5岁儿童哮喘行动方案

姓名: _____

日期: _____

医师: _____

联系号码: _____

绿色区域——良好 / 哮喘病情得到有效控制

- 在玩耍、哭泣或夜间时没有咳嗽或喘息
- 按时参加日托/托儿所
- 家长没有误工

我该怎么办?

使用控制药物——减轻气管肿胀
药物 (颜色)

喷雾次数/一次剂量 次/天

药物 (颜色)	喷雾次数/一次剂量	次/天

每天使用
预防哮喘症状



- 感冒
- 咳嗽、喘息或呼吸短促，尤其在夜间
- 玩耍或正常活动时出现症状

黄色区域——注意 / 采取措施——复发、症状加剧

我该怎么办?

继续使用控制药物——减轻气管肿胀
药物 (颜色)

喷雾次数/一次剂量 次/天

药物 (颜色)	喷雾次数/一次剂量	次/天

依照需要使用缓解药物——快速扩张收缩的气管
药物 (颜色)

喷雾次数/一次剂量 次/天

药物 (颜色)	喷雾次数/一次剂量	次/天



如果缓解药物需要每4小时使用一次，或者哮喘症状在 之后仍没有改善，请向医师求助。

- 肋骨周围的皮肤凹陷
- 持续咳嗽或喘息
- 嘴唇发紫，面色发灰
- 缓解药物的效用持续不到4小时
- 喉咙周围的皮肤凹陷
- 疲乏无力

红色区域——危险 / 采取措施——求助

我该怎么办?

拨打911，或者立即前往最近的急救中心

在前往医院或等待帮助的过程中，每20分钟吸入缓解药物5次。



请在更换药物的3个月内或前往急救室或医院就诊后的2周内，联同您的医师对此行动方案进行检查，至少每年两次。
如需联系卑诗省健康医疗服务机构HealthLink BC，请您拨打8-1-1。

哮喘治疗的目标

诱发因素

对您孩子的气管造成刺激（或不适）的问题被称为《哮喘诱发因素》，它能使哮喘症状加重。请圈出使您孩子的哮喘病情加重的诱发因素：



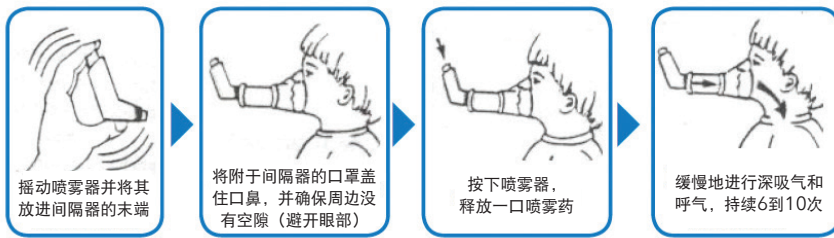
运动 _____ 其他诱因 _____

规律的玩耍和运动有利于您孩子的健康。如果您的孩子在运动时出现哮喘症状，这可能意味着他/她的哮喘没有得到良好的控制；请参阅本行动方案的背面或咨询医师、哮喘诊所寻求帮助。

了解和使用您孩子的哮喘治疗器械

您的孩子应使用附有口罩的间隔器和定量雾化吸入器（喷雾器）

建议年龄： 婴儿和5岁以下的儿童（或任何不能使用附有咬嘴的间隔器之人士）



- 如需遵医嘱进行再次喷雾给药，请间隔30秒
- 使用预防药物/控制药物后，请漱口、洗脸

您的孩子应使用附有咬嘴的间隔器和定量雾化吸入器（喷雾器）

建议年龄： 5岁以上，如果能遵照指示进行深呼吸



- 如需遵医嘱进行再次喷雾给药，请间隔30秒
- 使用预防药物/控制药物后，请漱口、洗脸
- 如不能屏住呼吸，也可进行正常呼吸6-10次

请访问www.bcguidelines.ca 获取更多信息，其中包括完整的“儿童哮喘—诊断与防治（2015）”指南、该行动方案的中文和旁遮普语译本，以及带有药物名单下拉列表的可填写PDF格式行动方案。

请在此观看家庭版的哮喘视频：



http://bit.ly/asthma_schi



請在此收看為家庭成員而設的哮喘影片：



http://bit.ly/asthma_tchi