Monatsprotokoll für den Lungendetektiv und die PEAK-FLOW-Werte

Name:		Monat / Jahr:	/

Prüfe morgens (m) und abends (a) zuerst mit dem **Lungendetektiv** welche **Bronchienscheibe** zu Dir paßt? Trage ein, welche Scheibe Du hast:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
m a	m a	m a	m a	m a	m a	m a	m a	m a	m a	m a	m a	m a	m a	m a	m a	m a	m a	m a	m a	m a	m a	m a	m a	m a	m a	m a	m a	m a	m a	m a

1

2

3

Trage hier Deine PEAK-FLOW-Werte (X) ein und verbinde die Punkte zu einer Linie

Wenn Du möchtest, kannst Du auch Deine PEAK-FLOW-Werte **nach der Inhalation mit einer anderen Farbe eintragen (O)**. So siehst Du genau, wie Du Dich verbesserst.

Bestwert:

grün =

Gelb =

rot =>

Bedarf an Bedarfsspray, z. B. Salbutamol in Hüben

###	###
980	980
960	960
940	940
920	920
900	900
880	880
860	860
840	840
820	820
800	800
780	780
760	760
740	740
720	720
700	700
680	680
660	660
640	640
620	620
600	600
580	580
560	560
540	540
520	520
500	500
480	480
460	460
440	440
420	420
400	400
380	380
360	360
340	340
320	320
300	300
280	280
260	260
240	240
220	220
200	200
180	180
160	160