

План самостоятельного контроля Хронической обструктивной болезни легких (COPD)

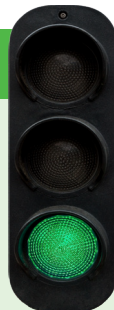
Имя _____

Дата _____

Не курите и избегайте пассивного курения.

Зеленая зона: под контролем

- ✓ Я легко дышу без кашля и одышки.
- ✓ У меня нет хрипов.
- ✓ Я не испытываю стеснения в грудной клетке.
- ✓ Мне не нужно снижать уровень активности, потому что я могу поддерживать свой нормальный уровень активности.



Зеленый цвет значит, что мне следует:

- ✓ Продолжать принимать мое лекарство согласно предписанию.
- ✓ Продолжать выполнять обычные действия по мере переносимости.
- ✓ Придерживаться диеты с низким содержанием соли.
- ✓ Использовать кислород, если прописано.
- ✓ Приходить на все приемы к врачу.

Желтая зона: предостережение

- ✓ У меня усилился кашель и/или отделение мокроты и симптомы.
- ✓ У меня усилилась одышка при обычном уровне активности.
- ✓ Я повысил(а) количество используемого лекарства для быстрого облегчения.
- ✓ У меня изменился обычный уровень энергии—усилилась усталость или беспокойство.
- ✓ Мне нужно больше подушек для сна.
- ✓ У меня отекают лодыжки больше, чем обычно.
- ✓ Я испытываю стеснение в грудной клетке.



Желтый цвет значит, что мне следует:

- ✓ Продолжать принимать мои ежедневные лекарства.
- ✓ Использовать кислород, если прописано.
- ✓ Связаться с моим врачом, медсестрой или патронажной медсестрой, чтобы обсудить изменения в моих симптомах и возможную корректировку лекарства.

Контактная информация врача:

Врач: _____

Телефон: _____

Красная зона—медицинская тревога!

- ✓ У меня неослабевающая одышка, боль в области грудной клетки или стеснение в грудной клетке.
- ✓ У меня одышка, хрипы или стеснение в грудной клетке в состоянии покоя.
- ✓ У меня учащенное или нерегулярное сердцебиение.
- ✓ У меня жар или потрясающий озноб.
- ✓ Мне нужно спать в положении сидя или в кресле.
- ✓ У меня изменился цвет кожи, ногтевого ложа или губ на серый или синий.
- ✓ Я испытываю спутанность сознания или откашливаюсь кровью.



Красный цвет значит, что мне необходимо:

- ✓ **Предпринять действия!**
- ✓ **Немедленно отправиться в пункт неотложной помощи или позвонить 9-1-1!**

Американская ассоциация легких. План действия для ХОБЛ. <https://www.lung.org/getmedia/c7657648-a30f-4465-af92-fc762411922e/fy20-ala-copd-action-plan.pdf>

Национальный институт сердца, легких и крови. <https://www.nhlbi.nih.gov/health-topics/copd>

Этот материал был подготовлен Службой по вопросам старения и инвалидности и адаптирован для использования с разрешения Клиента по повышению качества больниц (HQIC) Консультативной группы по медицинскому обслуживанию (HSAG) по контракту с Центрами услуг по программе Medicare и Medicaid (CMS) - агентством Департамента здравоохранения и социальных служб США. Представленное содержание не обязательно отражает политику CMS. Публикация No. XS-HQIC-XT-04072021-04

Эта информация предназначена только для образовательных целей. HSAG не заявляет и не гарантирует, что эта информация применима к какому-либо конкретному уходу или лечению пациента. Это содержание не является медицинским советом врача и не должно использоваться в качестве замены лечения или совета практикующего врача или другого поставщика медицинских услуг.

