

Persönlicher COPD-Selbstmanagementplan

Name: _____, geb. _____

Dosis						
	Medikament	Morgens	Mittags	Abends	Bei Bedarf	Im Notfall
1						
2						
3						
4						
5						

Akute Verschlechterung Ihrer COPD

- ❖ Zunahme der Atemnot/ spürbar behinderte Atmung
- ❖ Zunahme des Hustens
- ❖ Zunahme des Auswurfs und/oder der Zähigkeit des Auswurfs / Veränderung der Farbe des Auswurfs
- ❖ Allgemeine Krankheitsanzeichen (Fieber/ Abgeschlagenheit)

Langzeitsauerstofftherapie

nein ja in Ruhe _____ l/min unter Belastung _____ l/min nachts _____ l/min

Peak-Flow-Werte

Ihr persönlicher
 Peak-Flow-Bestwert: _____ l/min

Messen Sie unter optimaler med. Therapie in einer stabilen Phase Ihrer Erkrankung 14 Tage lang Ihren Peak-Flow. Der höchste Wert, den Sie hierbei erreichen, entspricht Ihrem persönlichen Peak-Flow-Bestwert.

Liegt Ihr Peak-Flow-Wert im Vergleich zum Bestwert
 unter 50%: _____ l/min

oder:



Infekt-Zeichen

Fieber/ grünlich eitriger Schleim
 Häufiger Gebrauch vom Notfallspray

Notfälle richtig meistern

fällt Ihr Peak-Flow-Wert unter 50% Ihres persönlichen Bestwertes, dann müssen Sie Handeln:

