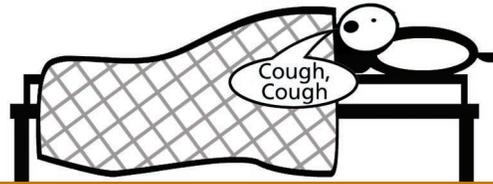
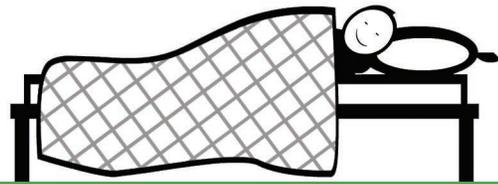


خطة عمل الربو الصغير من أجل:

أريخ:

هدف



راجع طبيب قريباً إذا:

- كانت أعراض الربو لديك لا تتحسن حتى في حالة تناول مزيد من الأدوية
- كنت تحتاج إلى تناول مسكنات بشكل أكثر



دواء السيطرة على المرض يوميًا

دواء التحكم في المرض # of Days



الدواء / الجرعة / اللون

المسكن (عندما تحتاج إليه)

المسكن (يمكن استخدامه كل 4 ساعات)



الدواء / الجرعة / اللون

الدواء / الجرعة / اللون

راجع الطبيب إذا لم تشعر بتحسن في غضون 2-3

أذهب إلى الطوارئ عندما:

- لا يسري مفعول المسكن لمدة 3 ساعات على الأقل
- ينجذب الجلد أسفل الرقبة بين الأضلاع وعظم الصدر مع التنفس للداخل
- لا يملك الأطفال طاقة للعب أو التنقل
- يرفض الأطفال الصغار تناول الطعام والشراب



اتصل بسيارة إسعاف في حالة:

- ظهور أعراض خطيرة - والتنفس بسرعة كبيرة والتقاط الأنفاس بصعوبة وصعوبة في التحدث وتحول لون الشفاه وأظافر الأصابع إلى اللون الأزرق-الرمادي
- تناول مسكن كل بضع دقائق حتى تصل المساعدة
- اجعل طفلك يستريح من خلال محاولة إبقائه هادئاً حتى تصل المساعدة



Arabic



811

Health Link Health Advice 24/7

My Asthma Calendar

Month: _____ Name: _____

Goal: _____

Use this calendar to record:



Your asthma symptoms



When you take your medicine(s)

	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday	Sunday
Week 1							
Week 2							
Week 3							
Week 4							

Remember to bring all your asthma medicine and devices to every asthma appointment, even if you are not taking them right now.

For more information visit www.ucalgary.ca/icancontrolasthma

