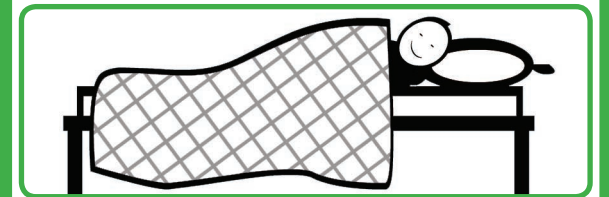
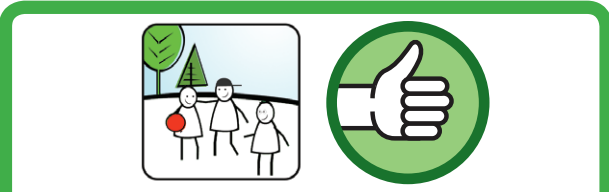





Kế hoạch hành động cho bệnh hen suyễn nhỏ dành cho: _____ Ngày: _____

Mục tiêu: _____




Thuốc kiểm soát bệnh suyễn (dùng hàng ngày)


 # of Puffs _____
 # of Puffs _____



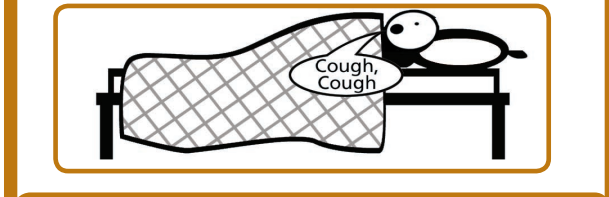
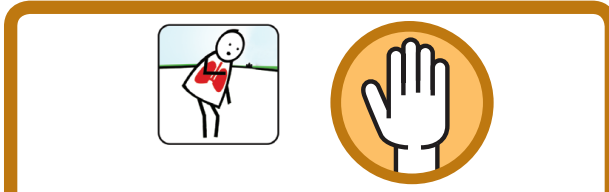
Thuốc / Liều / Màu sắc
 _____ / _____ / _____
 Thuốc / Liều / Màu sắc
 _____ / _____ / _____

Thuốc giảm nhẹ triệu chứng (khi cần)



 # of Puffs _____

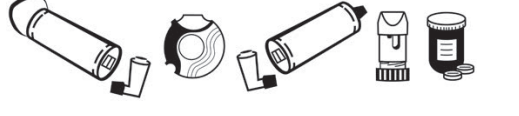


Thuốc / Liều / Màu sắc
 _____ / _____ / _____




Thuốc Kiểm Soát Triệu Chứng (# days _____)


 # of Puffs _____
 # of Puffs _____



Thuốc / Liều / Màu sắc
 _____ / _____ / _____
 Thuốc / Liều / Màu sắc
 _____ / _____ / _____

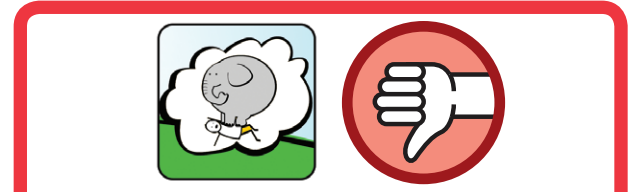
Thuốc Giảm Nhẹ Triệu Chứng (Có thể dùng 4 giờ một lần)

 # of Puffs _____




Thuốc / Liều / Màu sắc
 _____ / _____ / _____


Đi khám bác sĩ nếu quý vị cảm thấy không đỡ bệnh sau 2-3 ngày




Đi khám Bác Sĩ sớm nếu:

- các triệu chứng bệnh suyễn của quý vị không đỡ, ngay cả khi dùng thuốc thường xuyên hơn
 - quý cần dùng thuốc giảm nhẹ triệu chứng thường xuyên hơn
- 

Tới Phòng Cấp Cứu nếu:

- thuốc giảm nhẹ triệu chứng không có tác dụng trong ít nhất 3 giờ đồng hồ
 - da ở đáy cổ, giữa các khoang sườn hoặc dưới xương ngực hóp vào khi thở
 - trẻ em không có sinh lực để vui chơi hoặc đi lại
 - các em bé bỏ ăn hoặc uống
- 

Gọi xe cứu thương:

- các triệu chứng rất nghiêm trọng – thở gấp, thờ dốt, khó nói năng, môi hoặc móng tay tím tái
 - dùng thuốc giảm nhẹ triệu chứng vài phút một lần cho đến khi có người đến trợ giúp
 - an ủi con quý vị bằng cách cố gắng giữ bình tĩnh cho đến khi có người đến trợ giúp
- 

Vietnamese



Questions or concerns? In Alberta, call  **811 Health Link** for the 24/7 health information and advice line



www.ucalgary.ca/icancontrolasthma

JULY 2016

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

