

Kho ch hành đ ng cho b nh suy n nh dành cho: \_\_\_\_\_ Ngày: \_\_\_\_\_

M c tiêu: \_\_\_\_\_



**Thu c ki m soát bnh suy n (dùng hàng ngày)**

# of Puffs    # of Puffs  
  
 Thu c / Li u / Màu s c  
 Thu c / Li u / Màu s c

**Thu c gi m nh tri u ch ng (kh) c**

# of Puffs  
  
 Thu c / Li u / Màu s c

**Thuốc Kiểm Soát Triệu Chứng**

# of Puffs    # of Puffs  
  
 Thu c / Li u / Màu s c  
 Thu c / Li u / Màu s c

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

# of Puffs  
  
 Thu c / Li u / Màu s c

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

**Đi khám Bác Sĩ sớm nếu:**

- các tri u ch ng b nh suy n c a quý v không đ , ngay c khi dùng nhi ề u thu c h n
- quý c n dùng thu c gi m nh tri u ch ng th ng xuyên h n



**T i Phòng C p C u m:**

- thu c gi m nh tri u ch ng không có tác đ ng trong ít nh t 3 gi đ ng h
- da đ ầy c , gi a các khoang s n ho c đ i x ng ng c hóp vào khi th
- tr em không có sinh l c đ vui ch i ho c đi i
- các em bé b ần ho c u ng



**G i xe c u th ng:**

- các tri u ch ng r t nghiêm tr ng – th g p, th đ c, khó nói năng, môi ho c móng tay tím tái
- dùng thu c gi m nh tri u ch ng vài phút m t l n cho đ n khi có ng i đ n tr giúp
- an i con quý v b ng cách c g ng gi bình t nh cho đ n khi có ng i đ n tr giúp



Vietnamese

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](http://www.ucalgary.ca/icancontrolasthma)

