

التعامل مع الأعراض بعد التعرّض إلى نوبة ربو

الخطوة الأولى

أعطِ طفلك جهاز الاستنشاق الوقائي المعتاد كما هو موصوف. فور تدريبه، شجّع طفلك على أخذ قراءات ذروة التدفق (صباحًا ومساءً)

الخطوة الثانية

انتبه إلى الأعراض التي تُظهر أن طفلك يحتاج إلى جهاز الاستنشاق الأزرق. قد تكون حكة، أو عطسًا، أو ضيقًا في التنفس، أو ضيقًا في الصدر، أو عندما تنخفض ذروة التدفق

الخطوة الثالثة

إذا كان لدى طفلك أعراض ربو، فأعطه بخّتين من جهاز الاستنشاق الأزرق عبر المبادعة الخاصة بك، بخّة واحدة في كل مرة. بعد 5-10 دقائق، إذا كان طفلك لا يزال يعاني من الأعراض، فقم بالتردد حتى تكون قد أعطيته 6 بخّات

الخطوة الرابعة

يُفترض أن يشعر طفلك بتحسّن كبير، ويُفترض أن يستمر هذا لمدة 4 ساعات على الأقل. تقل حاجة طفلك إلى جهاز الاستنشاق الأزرق تدريجيًا. إذا لم يكن كذلك، فانتقل إلى المربع الأحمر

الخطوة الخامسة

يُفترض أن يعود طفلك الآن إلى المنطقة الخضراء لخطة التعامل مع الربو لديه.

يجب أن يحصل طفلك على:

- مراجعة لاحقة للنوبة مع طبيبك أو أحد أفراد التمريض المتخصص في الربو خلال 48 ساعة.
- مراجعة كاملة للربو يتم ترتيبها إما مع طبيبه المتابع أو فريق الربو خلال الأسابيع الأربعة التالية

ماذا لو لم تتحسن حالة طفلي؟

إذا كان طفلك:

- لا يزال يعاني من الأعراض بعد 6 بخّات من جهاز الاستنشاق الأزرق أو
- يحتاج إلى استخدام جهاز الاستنشاق الأزرق أكثر من كل أربع ساعات

فحالته لا تتحسن ويجب عليك إجراء ما يلي:

1. أعطه ما يصل إلى 10 بخّات من جهاز الاستنشاق الأزرق عبر أداة المبادعة، بخّة واحدة في كل مرة كل 4 ساعات إذا لزم الأمر
2. عليك ترتيب مراجعة عاجلة مع طبيبه خلال 24 ساعة القادمة

إذا كان طفلك يعاني من صعوبة في التنفس لا يخفّف منه تناول 10 بخّات من السالبوتامول أو يحتاج إلى 10 بخّات أكثر من كل 4 ساعات،

يجب عليك الاتصال بالرقم 999

أثناء انتظار سيارة الإسعاف واستخدام الأداة المبادعة، تناول بخّة واحدة في كل مرة من جهاز الاستنشاق الأزرق، وتنفس بمعدل طبيعي لمدة 5 ثوان لكل 30 ثانية

كيفية استخدام مقياس ذروة تدفق الهواء

تكون عادة قراءات ذروة تدفق الهواء موثوقة من سن 8 سنوات

- الوقوف أو الجلوس بشكل مستقيم
- التأكد من أن السهم الأحمر الموجود على مقياس ذروة التدفق مضبوط على الصفر
- أخذ نفس عميق لملء الرئتين بالهواء
- توضع الفوهة بين الأسنان والشفيتين ويتم النفخ بقوة وبسرعة في الجهاز (نفخة واحدة) - مثل نفخ الشموع في كعكة عيد ميلاد
- لاحظ الرقم الموجود بجانب السهم - هذا هو ذروة التدفق
- أرجع السهم إلى الصفر وتلتقط عدة أنفاس طبيعية
- يُكرر ذلك مرتين آخرين
- سجّل أعلى تدفق
- يجب أن تكون النفخات الثلاث متشابهة



امسح الرمز ضوئيًا لمشاهدة فيديو حول كيفية أخذ قراءات ذروة التدفق:

متوسط القراءات المتوقعة لذروة التدفق

معدل ذروة التدفق الزفيري (لتر/دقيقة)	طول المريض (بالسنتيمتر)
150	110
200	120
250	130
300	140
350	150
400	160
450	170