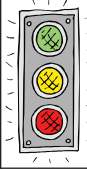


ALL APPOINTMENT DETAILS MUST BE COMPLETED

***Bring this Action Plan with you to ALL doctor and Emergency Room visits along with peak flow, spacer and medications.**

Date of Action Plan: _____ / _____ / _____
Signature Provider: _____ **Time:** _____

Best Peak Flow is: _____



- 1. GREEN** means **GO**. Use controller medicine.
- 2. YELLOW** means **CAUTION**. Add reliever medicine.
- 3. RED** means **STOP**. Get help from a doctor.

Your follow up appointment with:

Date: _____ **Time:** _____
Phone: _____

Avoid these Triggers: Cigarette Smoke, Colds and Flu, strong odors, air pollution/smog and smoke.
and Avoid your Triggers: dustmites mold cockroach dogs cats birds grasses pollens

Classification of Severity: Intermittent Mild Persistent Moderate Persistent Severe Persistent

GREEN ZONE

Peak Flow is: _____
(Above 80% of Best Peak Flow)

- Breathing is good
- No cough or wheeze
- Can run and play
- Sleeps through the night

Take these controller medicines every day

Medicine	How much	How often

Take this medication 15-30 minutes before sports

YELLOW ZONE

Peak Flow is between _____
to _____
(50 to 80% Best Peak Flow)
If you have any of these:

- Cough
- Wheeze
- Tight chest
- First signs of a cold
- Waking up at night due to coughing
- Baby not feeding well

Keep taking the green zone medicine.
Take these reliever medicines to prevent a bad asthma attack.
Call your doctor if reliever medicine does not last 4 hours.

Medicine	How much	How often

RED ZONE

Peak flow is below: _____
(below 50% of Best Peak Flow)

- Medicine is not helping
- Breathing is fast and hard
- Ribs show
- Can't walk
- Can't talk well
- Nose opens wide

Get help from your doctor now!
Take these medicines until you talk with the doctor.

Medicine	How much	How often

CALL 911 or go to the EMERGENCY Department immediately if:

✓ Lips or fingernails blue	✓ Struggling to breathe	✓ Cannot stop coughing
✓ Trouble walking or talking	✓ Not getting better with medicines	



ASTHMA ACTION PLAN

PATIENT I.D. _____

ALL APPOINTMENT

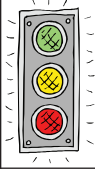
DETAILS MUST

BE COMPLETED

Traiga esta hoja a **TODAS** las consultas del médico o departamento de urgencias junto con el medidor de flujo espiratorio, espaciador y todos los medicamentos

Próxima cita: _____ / _____ / _____
 Firma del Proveedor: _____ Hora: _____

Cifra más alta de flujo espiratorio es: _____



1. **GREEN** means **GO**. Use controller medicine.
2. **YELLOW** means **CAUTION**. Add reliever medicine.
3. **RED** means **STOP**. Get help from a doctor.

a las _____ con: _____

Fecha: _____ Hora: _____

Teléfono: _____

Evite estos agentes desencadenantes: Humo de cigarro, resfriados e influenza, olores intensos, contaminación ambiental/smog y humo.

Y evita tus agentes desencadenantes: ácaro del polvo moho cucarachas perros gatos aves pasto polen

Clasificación de la gravedad: Intermitente Persistente leve Persistente moderada Persistente grave

GREEN ZONE

El flujo máximo es: _____
 (Arriba del 80% del mejor valor del flujo máximo)

- La respiración es buena
- No hay tos ni le silba el pecho al respirar
- Puede correr y jugar
- Duerme durante la noche

Tome estos medicamentos de control todos los días

Medicamento	Cuánto dar	Qué tan frecuente

Tome este medicamento 15 a 30 minutos antes de hacer deporte

YELLOW ZONE

El flujo máximo se encuentra entre: _____ a _____
 (50 al 80% del mejor flujo máximo)

Si tiene uno de los siguientes:

- Tos o le silba el pecho al respirar
- Opresión del pecho
- Primeros signos de catarro
- Se mantiene despierto en las noches por la tos
- El bebé no come bien

Continúe tomando los medicamentos de la zona verde

Tome estos medicamentos de alivio para evitar un ataque grave de asma

Llame a su doctor si con los medicamentos el alivio no le dura 4 horas

Medicamento	Cuánto dar	Qué tan frecuente

RED ZONE

El flujo máximo está debajo de: _____
 (por debajo del 50% del mejor flujo máximo)

- Los medicamentos no ayudan
- La respiración es rápida y difícil
- No puede caminar o hablar bien
- Las fosas nasales están muy abiertas

¡Pida la ayuda de su médico ahora!

Tome estos medicamentos hasta que hable con su médico

Medicamento	Cuánto dar	Qué tan frecuente

LLAME AL 911 o vaya al departamento de URGENCIAS inmediatamente si:

✓ Los labios o las uñas se le ponen morados ✓ Se esfuerza para respirar ✓ No deja de toser

✓ Problemas para caminar o hablar ✓ No mejora con los medicamentos



PLAN DE ACCIÓN PARA EL ASMA

PATIENT I.D. _____