

Peak Flow måling

Til patienter og pårørende

Vejledning til Peak Flow måling

Peak Flow målingen anvendes til at stille diagnose, samt kontrollere behandlingen i forbindelse med astma. Måling af Peak Flow foretages med et Peak-Flow-meter.

Du vil få udleveret et Peak-Flow-meter ved dit første besøg i ambulatoriet, hvis det mistænkes, at du har astma. Peak-Flow-meteret er dit, og skal ikke afleveres igen.

Du skal måle dit Peak Flow morgen og aften.

Morgen er lige når du er stået ud af sengen, og aften er lige før spisetid.

Sådan anvendes et Peak-Flow-meter

- Det udleveres samlet i en æske.
- Sæt pilen ned på nul på den gule skala.
- Hold Peak-Flow-meteret således, at fingrene ikke blokerer skalaen og pilen.
- Dæk ikke for hullerne for enden af Peak-Flow-meteret.
- Stå op.
- Tag en maksimal dyb indånding.
- Placer Peak-Flow-meterets mundstykke i munden forbi tænderne og ovenpå tungen i vandret stilling.
- Luk læberne om mundstykket og pust ud så hårdt og hurtigt som muligt - dette kræver lidt træning.
- Vær opmærksom på, at enhver form for hoste eller spyt i Peak-Flow-meteret vil have stor indflydelse på målingen, og bør derfor undgås.
- Aflæs tallet på den gule skala.
- Stil pilen tilbage på nul.
- Gentag hele proceduren to gange mere, således at der er tre målinger i alt.
- Marker den højeste værdi med et kryds ud for tallet i Peak Flow skemaet.
- Morgen-værdien noteres på morgen-siden, og aften-værdien noteres på aften-siden.

For at personalet i ambulatoriet kan stille en diagnose, er der behov for, at du måler Peak Flow morgen og aften i 2-4 uger i træk, måske af flere omgange. Herefter vurderes målingerne.

Efterfølgende skal du selv anvende målingerne til at følge din astma og regulere din behandling.

Spørgsmål

Hvis du har spørgsmål i forbindelse med måling af Peak-Flow, kan du på hverdage kontakte

- Lunge Ambulatorium Esbjerg på telefon 7918 2671
- Lunge Ambulatorium Grindsted på telefon 7918 9301