

DIAGNOSTISK PEF-UPPFÖLJNING

PEF-uppföljning görs i två veckor för att bedöma responsen på astmamedicineringen och för att bedöma vårdbalansen. Med PEF-mätare mäts det maximala utandningsflödet (PEF = peak expiratory flow).

Blåsningarna görs varje dag **på morgonen genast efter att du vaknat och på kvällen ett par timmar innan du går och lägger dig**, klockslagen ska gärna alltid vara desamma. Ha **en god hållning** när du gör blåsningarna och gör blåsningarna i första hand stående eller vid behov sittande, **alltid i samma ställning**. Ta de långverkande inhalerbara lungmedicinerna, som du eventuellt använder under uppföljningen, först efter blåsningsserierna.

PRESTATION

1. Ställ mätaren på noll. Håll mätaren vågrätt. Se till att dina fingrar inte förhindrar visaren från att glida eller täcker luftöppningarna.
2. **Full lungorna** med så mycket luft som möjligt.
3. Placera mätarens **munstycke tätt i munnen** mellan tänderna och läpparna (ta dina tandproteser ut ur munnen om de är lösa).
4. Efter att du hållit andan i under 2 sekunder blås i PEF-mätaren **kort och så kraftigt som möjligt** och anteckna resultatet i uppföljningsformuläret.
5. **Upprepa mätningen tre gånger**. Som resultat används det största PEF-värdet av tre på varandra följande mätningar. **Om skillnaden mellan de två bästa blåsningarna är över 20 l/min., gör fler mätningar**. Det rekommenderas inte att man gör fler än fem mätningar efter varandra. **Anteckna alla resultaten** i uppföljningsformuläret.

Efter den första blåsningsserien bör du ta den av undersökningsenheten ordinerade dosen av medicinen som snabbt vidgar luftvägarna.

Medicinens namn och mängd:

-
6. Om din luftvägsvidgande medicin är Ventoline, Buventol, Airomir eller Bricanyl, vänta i 15-20 minuter. Upprepa serien av blåsningar och anteckna resultaten i formuläret.
 7. Om du använder Atrovent eller Atrovent comp, vänta i 30 minuter. Upprepa mätningarna (punkterna 1-5)

Gör dessutom i mån av möjlighet **extra blåsningsserier** i enlighet med anvisningar ovan alltid **när du har luftvägssymtom**, och anteckna resultaten i formuläret.

PAUSERING AV MEDICINER FÖRE DIAGNOSTIK PEF-UPPFÖLJNING

4 veckor före undersökningen:

Aerobec	Budair	Innovair	Salmex
Alvesco	sumute	Novopulmon	Salmeterol
Asmanex	Bufomix	Pulmicort	Seretide
Ateectura	Energair	Relvar	Symbicort
Beclomet	Flixotide	Salfumix	Trelegy
Budesonid	Fluticason	Salmeson	Trimbow
	Flutiform		

Kortikosteroider i tablettform (t.ex. Hydrocortison, Medrol, Prednisolon, Solomet)

paus endast om de används vid vården av astma eller kronisk obstruktiv lungsjukdom (KOL)

Kontakta vid behov den remitterande läkaren/enheten

7 dygn före undersökningen: **Bevespi, Onbrez, Seebri, Striverdi, Ultibro**

5 dygn före undersökningen: **Daxas**

4 dygn före undersökningen: **Astecon, Montelukast, Singulair, Zafirlucast**

3 dygn före undersökningen: **Alla hostmediciner +**

Aminocont	Incruse	Striverdi	Theospirex
Anoro	Inspiolto	Spiriva	inj
Duaclic	Onbrez	Theofol (com	
Eklira	Retafyllin	p)	

2 dygn före undersökningen:

Cykloterol	Foradil	Formoterol	Serevent
Fomeda	Formaxa	Oxis	

1 dygn före undersökningen:

Atrodual	Atrovent	Intal	Salbutamol
Atrovent	comp	lpratropium/	Tilade

12 timmar före undersökningen:

Adrenalin/Epipen	Buventol	Ventoline
Airomir	Efedrin	
Bricanyl	Racinephrine	

Vid behov ta kontakt med lungpolikliniken må-to kl. 8-16 fre 8-14 tel 06-8264349
Du kan be skötaren ringa dej.