

USO CORRETTO DEL MISURATORE PEF

1. assicurarsi che il paziente sia in piedi e tenga il misuratore del pef senza impedire il movimento dell'indicatore. Assicurarsi che l'Indicatore sia in fondo alla scala.
2. chiedere al paziente di inspirare profondamente più volte. Sigillare le labbra attorno al boccaglio. Espirare il più velocemente e rapidamente possibile("come se dovessero spengere le candeline sulla torta di compleanno")
3. registrare il risultato.
I passaggi 1) e 2) devono essere ripetuti almeno tre volte al mattino al risveglio (quando i valori del pef sono al loro minimo) e alla sera prima di dormire(quando i valori del pef sono vicini al loro massimo).se il bambino assume farmaci antiasmatici in modo continuativo (es. Fluspiral,salmetedur, flixotide mite,serevent) la misurazione del pef va eseguita prima dell'esecuzione degli spray consigliati.
4. dopo la misurazione del pef,ripetuta almeno 3 volte,sull'apposito grafico va riportato il valore più alto riscontrato che va paragonato con il valore teorico indicato
5. il monitoraggio del pef va protratto per lunghi periodi di tempo(almeno 2-3 mesi).E' necessario che il grafico su cui vengono riportati i valori di pef registrati giornalmente. Mi venga fatto analizzare con frequenza almeno mensile.solo in tale maniera mi sarà possibile valutare l'adeguatezza della terapia antiasmatica prescritta.
6. nel caso in cui il vs bambino soffra di crisi asmatiche che voi ritenete essere scatenate da condizioni particolari tipo esposizione a irritanti ambientali come pollini,fumo,polvere oppure durante episodi febbrili con tosse o ancora per l'esecuzione di sforzi fisici anche non pesanti,e' bene che la misurazione del pef venga eseguita prima e dopo l'esposizione del bambino al fattore sospettato.In tale maniera sarà possibile adottare adeguata prevenzione riducendo il rischio crisi anche pericolose!