

Peak Flow skema

Måned _____

Dag	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
	morgen aften	morgen aften	morgen aften	morgen aften	morgen aften	morgen aften	morgen aften	morgen aften	morgen aften	morgen aften	morgen aften	morgen aften	morgen aften	morgen aften
PEAKFLOW L/min.	– 800 –	– 800 –	– 800 –	– 800 –	– 800 –	– 800 –	– 800 –	– 800 –	– 800 –	– 800 –	– 800 –	– 800 –	– 800 –	– 800 –
	– 750 –	– 750 –	– 750 –	– 750 –	– 750 –	– 750 –	– 750 –	– 750 –	– 750 –	– 750 –	– 750 –	– 750 –	– 750 –	– 750 –
	– 700 –	– 700 –	– 700 –	– 700 –	– 700 –	– 700 –	– 700 –	– 700 –	– 700 –	– 700 –	– 700 –	– 700 –	– 700 –	– 700 –
	– 650 –	– 650 –	– 650 –	– 650 –	– 650 –	– 650 –	– 650 –	– 650 –	– 650 –	– 650 –	– 650 –	– 650 –	– 650 –	– 650 –
	– 600 –	– 600 –	– 600 –	– 600 –	– 600 –	– 600 –	– 600 –	– 600 –	– 600 –	– 600 –	– 600 –	– 600 –	– 600 –	– 600 –
	– 550 –	– 550 –	– 550 –	– 550 –	– 550 –	– 550 –	– 550 –	– 550 –	– 550 –	– 550 –	– 550 –	– 550 –	– 550 –	– 550 –
	– 500 –	– 500 –	– 500 –	– 500 –	– 500 –	– 500 –	– 500 –	– 500 –	– 500 –	– 500 –	– 500 –	– 500 –	– 500 –	– 500 –
	– 450 –	– 450 –	– 450 –	– 450 –	– 450 –	– 450 –	– 450 –	– 450 –	– 450 –	– 450 –	– 450 –	– 450 –	– 450 –	– 450 –
	– 400 –	– 400 –	– 400 –	– 400 –	– 400 –	– 400 –	– 400 –	– 400 –	– 400 –	– 400 –	– 400 –	– 400 –	– 400 –	– 400 –
	– 350 –	– 350 –	– 350 –	– 350 –	– 350 –	– 350 –	– 350 –	– 350 –	– 350 –	– 350 –	– 350 –	– 350 –	– 350 –	– 350 –
	– 300 –	– 300 –	– 300 –	– 300 –	– 300 –	– 300 –	– 300 –	– 300 –	– 300 –	– 300 –	– 300 –	– 300 –	– 300 –	– 300 –
	– 250 –	– 250 –	– 250 –	– 250 –	– 250 –	– 250 –	– 250 –	– 250 –	– 250 –	– 250 –	– 250 –	– 250 –	– 250 –	– 250 –
	– 200 –	– 200 –	– 200 –	– 200 –	– 200 –	– 200 –	– 200 –	– 200 –	– 200 –	– 200 –	– 200 –	– 200 –	– 200 –	– 200 –
	– 150 –	– 150 –	– 150 –	– 150 –	– 150 –	– 150 –	– 150 –	– 150 –	– 150 –	– 150 –	– 150 –	– 150 –	– 150 –	– 150 –
	– 50 –	– 50 –	– 50 –	– 50 –	– 50 –	– 50 –	– 50 –	– 50 –	– 50 –	– 50 –	– 50 –	– 50 –	– 50 –	– 50 –
	Hvor mange doser anfaldsmedicin har du taget det seneste døgn?													
Har du haft astma-symptomer i nat?														
Har du i dag mærket din astma i hvile?														
Har du i dag mærket din astma ved fysisk aktivitet?														

Mit bedste peakflow (L/min): _____

80 % af mit bedste peakflow: _____

60 % af mit bedste peakflow: _____

