

# Plan pou Konbat Atak Opresyon nan Granmoun Massachusetts

Non ou: \_\_\_\_\_

Dat ou fèt: \_\_\_\_\_

Alèji ak remèd sa yo: \_\_\_\_\_

Nan ka lijans kontakte: \_\_\_\_\_ Nimewo Telefòn: \_\_\_\_\_

Doktè/Enfimyè-ou: \_\_\_\_\_ Nimewo Telefòn: \_\_\_\_\_

Èske ou bezwen vaksen pou grip \_\_\_\_\_

Maksimòm respirasyon: \_\_\_\_\_

Evite bagay ki agrave opresyon ou: \_\_\_\_\_

Dat: \_\_\_\_\_

Pwochenn vizit: \_\_\_\_\_

Moun ki prepare fòm sa-a: \_\_\_\_\_

Mache avèk plan sa-a nan tout vizit ou

## zòn vèt-oke Pran remèd sa yo pou regle opresyon ou

- Respirasyon ou bon
- Ou pa genyen tous ni kè chante
- Dòmi lannuit san leve
- Ou kapab fè aktivite nòmal ou chak jou
- Se konsa ou dwe santi-ou chak jou



Remèd	Ki kantite	Kilè

Respirasyon maksimòm ou (100%-80%) apati \_\_\_\_\_ jiska \_\_\_\_\_

## zòn jon-atansyon Pran remèd sa yo pou kontwole opresyon ou

- Tous
- Kè chante lejè
- Lestomak/kè sere
- Pwoblèm respire
- Leve lannuit
- Premye siy rim



Remèd	Ki kantite	Kilè	Pou konbyen tan

- Kontinye pran remèd opresyon "zòn vèt" yo
- Itilize yon aparèy ki kenbe remèd opresyon (espesè) an avèk \_\_\_\_\_

Si sentòm yo pa ba ou rezilta nan \_\_\_\_\_ èd tan, rele doktè/enfimyè ou. Di doktè oswa enfimyè ou si ou kontinye monte nan zòn jon nan. Yo ka bezwen change remèd zòn vèt ou yo pou anpeche ou vin genyen lòt atak .

Respirasyon maksimòm (80%-50%) apati \_\_\_\_\_ jiska \_\_\_\_\_

## zòn wouj-danje Pran aksyon lamenm

- Ou respire fò e rapid
- Ou genyen pwoblèm mache ak pale
- Ou ap fòse pou respire



Pran remèd sa yo EPI Rele doktè oswa enfimyè ou lamenm!

Remèd	Ki kantite	Pou konbyen tan

MEN SIY DANJE- Rele 911 oswa ale nan Sal lijans lopital ki pi pwe ou si:

- Po bouch ou oswa zong ou tounen koulè ble
- Ou ap batay pou respire
- Ou pa santi ou pi byen nan 15 minit apwè ou pran remèd zòn wouj yo epi ou pa kapab pran kontak ak doktè oswa enfimyè ou

Respirasyon maksimòm ou (mwens ke 50%) \_\_\_\_\_

Kontakte doktè oswa enfimyè ou sou de jou apwè ou-al nan sal lijans lan oswa apwè yo ba ou ekzeyat si yo te entène ou.