MESEC:

TABELA ZA ZAPISOVANJE VREDNOSTI PEF (l/min)

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
	zjutraj zvečer	zjutraj zvečer	zjutraj zvečer	zjutraj zvečer	zjutraj zvečer	zjutraj zvečer	zjutraj zvečer	zjutraj zvečer	zjutraj zvečer	zjutraj zvečer	zjutraj zvečer	zjutraj zvečer	zjutraj zvečer	zjutraj zvečer	zjutraj zvečer	zjutraj zvečer	zjutraj zvečer	zjutraj zvečer	zjutraj zvečer	zjutraj zvečer	zjutraj zvečer	zjutraj zvečer	zjutraj zvečer	zjutraj zvečer	zjutraj zvečer	zjutraj zvečer	zjutraj zvečer	zjutraj zvečer	zjutraj zvečer	zjutraj zvečer	zjutraj zvečer
700																															
680																															
660																															
640																															
620																															
600																															
580																															
560																															
540																															
520																															
500																															
480																															
460																															
440																															
420																															
400																															
380																															
360																															
340																															
320																															
300																															
280																															
260																															
240																															
220																															
200																															
180																															
160																															
140																															
120																															
100																															

SIMPTOMI ASTME

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
kašelj																															
oteženo dihanje (kratka sapa)																															
tesnoben občutek v prsih																															
piskajoč šum pri izdihu																															
zbujanje ponoči																															

ŠTEVILO VDIHOV ZDRAVIL

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
redno vzdrževalno zdravljenje																															
dodatni vdih po potrebi (za vsak vdih pobarvajte eno okence) 6																															
5																															
4																															
3																															
2																															
1																															
Σ št. vdihov																															