

Pico flujo

		LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO	Hay tres secciones para completar:							
Síntomas de advertencia	Uso de inhalador de control								Si experimenta alguno de estos síntomas de advertencia marque la casilla para ese día. Si tiene al menos una sibilancia al día, tres veces a la semana o más, o si se ha despertado por la noche con síntomas de asma incluso una sola vez en la semana, consulte a su médico tratante.							
	Tuvo síntomas de asma como: dificultad para respirar, opresión en el pecho, tos o sibilancias															
	Despierta en la noche con síntomas de asma															
	Siente que no puede mantenerse al día con las actividades cotidianas normales															
		AM	PM	AM	PM	AM	PM	AM	PM	AM	PM	AM	PM	AM	PM	Dos veces al día registre su puntuación de flujo máximo con una X en el gráfico.
800																
780																
760																
740																
720																
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																
Registrar aquí: lo inusual que se haya presentado en la semana, estrés, ejercicio excesivo, materiales extraños en casa.	Ej: esta semana estuve en el parque y estuve expuesto a todo el pasto recién podado.														Utilice esta sección para registrar cualquier cosa inusual o diferente que puede ser la razón de un descenso de flujo máximo de lo habitual.	
<div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; height: 40px; width: 100%;"></div>																

Referencia: 1. <https://shop.asthmaandlung.org.uk/collections/health-advice-resources/products/peak-flow-diary-1>

Este es un material de concientización de enfermedad desarrollado por Glaxosmithkline Colombia S.A. Ante cualquier duda, siempre consulte a su médico. GlaxoSmithKline Colombia S.A., Calle 26 # 69B-45 Edificio Bogotá Corporate Center Piso 9.