

使用说明

如何使用 budesonide/formoterol 都保吸入(turbuhaler)装置

1. 拧开并取下保护盖。
2. 将都保吸入器竖直。
3. 将彩色手柄尽量朝一个方向拧,然后再转回来,直到听到咔嚓声。
 - 您的都保吸入器现在装好了一剂药物。
4. 轻轻呼气。
5. 将吸嘴放在嘴唇之间:
 - 通过都保吸入器深吸一口。您可能尝不到或感觉不到药物。
 - 从口中取出吸入器并呼气。不要向吸嘴呼气,因为这会使其内部潮湿。
 - 如果需要更多剂量,请重复上述步骤。
 - 完成后,将盖子盖回吸入器上并拧紧。
6. 您的都保吸入器在咬嘴正下方有一个剂量指示窗口,当您在窗口中看到红色时,是时候购买新的了。



保养都保吸入器

1. 请勿清洗都保吸入器,因为如果弄湿了,它将无法正常工作。
2. 用干纸巾或布擦拭吸嘴。

此哮喘行动计划是与您的保健医生或护士一起完成,用以帮助控制您的哮喘。您的计划解释了如何长期控制哮喘,它有助于确定当您身体健康、身体不适或在紧急情况下需要帮助时该怎么做。

如果您对如何使用此计划有任何疑问,请与您的医疗保健医生或护士讨论。

记得:

- 及时更新您的行动计划
- 确保您的吸入器不是空的或过期的
- 按处方服药
- 确保您总是随身携带缓解剂
- 定期与您的医疗保健医生、护士或药剂师一起检查您使用吸入器的手法

每年3月去您的医疗保健诊所接种流感疫苗。



cardiacandrespiratory.org.nz

July 2026



AIR*

哮喘行动计划

*抗炎缓解 (Anti-Inflammatory Reliever) 疗法

* 'Anti-Inflammatory Reliever' therapy

此哮喘行动计划是与您的保健医生或护士一起完成,用以帮助控制您的哮喘。您的计划解释了如何长期控制哮喘,它有助于确定当您身体健康、身体不适或在紧急情况下需要帮助时该怎么做。

本哮喘行动计划持有人:

姓名

医疗保健
从业者

计划日期

医疗保健
从业者电话

了解您的哮喘症状...

处于以下情况时，您的哮喘得到控制

- 大多数时候没有哮喘症状（喘息、胸闷、咳嗽或感觉呼吸困难）
- 晚上没有咳嗽或喘息
- 可以进行所有日常活动并自由锻炼
- 大多数时候不需要吸入额外的 budesonide/formoterol

您的呼气峰流读数高于：

知道何时以及如何服药...

定期计划的

budesonide/formoterol:

每天早上吸入

每天晚上吸入

根据需要

budesonide/formoterol:

需要时吸入 1 次以缓解哮喘症状

Budesonide/formoterol 是一种 2 合 1 治疗方法，用于预防和缓解症状。请随身携带。您不需要额外的吸入器作为缓解剂。

其他药物

感觉良好

处于以下情况时，您的哮喘变得严重

- 哮喘症状变得严重（喘息、胸闷、咳嗽或感觉呼吸困难）
- **或者** budesonide/formoterol 仅在使用后 2-3 小时内有帮助
- **或者** 每天总共吸入超过 8 次（常规 + 使用缓解剂）
- **或者** 觉得有必要去看医生

您的呼气峰流读数低于：

让我们采取行动...

- **今天就要去看医生**
- 继续常规使用 budesonide/formoterol，必要时加吸 1 次 budesonide/formoterol 以缓解症状
- 如果您有泼尼松 (prednisone)，请开始服用

泼尼松 (Prednisone)

毫克 连续

日

然后

毫克 连续

日

其他指令

严重

出现以下情形，状况紧急

- 症状迅速恶化
- **或者** 发现说话或呼吸困难
- **或者** budesonide/formoterol 没有作用
- **或者** 每隔 1-2 小时就要使用一次 budesonide/formoterol

您的呼气峰流读数低于：

保持冷静...

- **拨打 111 呼叫救护车**
- 一旦需要就使用 budesonide/formoterol
- 即使看起来有所好转，也应立即寻求医疗帮助
- 如果还没有开始服用泼尼松 (prednisone)，则马上服用

最佳呼气峰流

计划制定人

下一次审核日期

签名

紧急