

Pangalan _____

Petsa _____



Maayos na Kalagayan

- Maginhawa ang paghinga
- Hindi umuubo
- Madaling nakakapag-ehersisyo

Gumagamit ng pang-araw-araw na mga pangkontrol ng gamot (controller medicines)

Pangalan	Halaga	Gaano kadalas
----------	--------	---------------

_____	_____	_____
_____	_____	_____

Umiwas mula sa mga nagpapasimula ng hika



Mag-ingat

- Pag-ubo
- Humuhuning paghinga
- Paggising sa gabi sanhi ng hika
- Naninikip ang dibdib
- Pangangapos ng hininga
- Hindi masyadong aktibo

Agad na gumagamit ng gamot na agad na nagbibigay ng lunas

- Gumagamit ng Albuterol _____ paggamit tuwing _____ oras
- Tawagan ang tagabigay ng serbisyo kung hindi humuhusay ang pakiramdam sa loob ng _____ araw _____

Kung gumagamit ng albuterol at HINDI bumuti ng pakiramdam ninyo sa loob ng 20 minuto:

- Damihan ang paggamit ng Albuterol _____ paggamit tuwing _____ oras
- Magdagdag: _____
- Tumawag sa: _____

Gumagamit ng pang-araw-araw na mga pangkontrol ng gamot (controller medicines)

Pangalan	Halaga	Gaano kadalas
----------	--------	---------------

_____	_____	_____
_____	_____	_____



Emergency

- Nahahirapan at mabilis na paghinga
- Hindi makalakad o makapagsalita
- Hindi nakakatulong ang Albuterol
- Nangangapos ng hininga
- Walang tigil na pag-ubo

MEDIKAL NA BABALA! Humingi ng tulong!

Agad na gumagamit ng gamot na agad na nagbibigay ng lunas

- Gumagamit ng Albuterol _____ paggamit tuwing _____ minuto

Tawagan ang **911** o magpunta sa emergency room

Tandaan na papunan ang iyong gamot bago ka maubusan nito.

Tumawag sa healthline ng HPSM para sa karagdagang impormasyon sa 650-616-2165.

Pangalan ng Tagabigay ng Serbisyo: _____ Numero ng telepono ng tagabigay ng serbisyo: _____

Ang susunod na konsultasyon sa inyong tagabigay ng serbisyo: _____