

Egenvårdsplan

Astma vid förkylning hos små barn

Namn:

Datum:

Personnummer:

Om astma

Astma är en sjukdom i luftvägarna som gör att det ibland blir svårt att andas. Det är vanligt att yngre barn får besvär av astma i samband med att de är förkylda. Det vanliga är att besvären börjar under barnets första levnadsår, men cirka två tredjedelar blir besvärsfria innan skolåldern. En del barn fortsätter att ha astma, men får då ofta besvär också när de inte är förkylda.

Behandlingsplanen astma vid förkylning riktar sig till yngre barn som har symtom i samband med luftvägsinfektion och är helt friska mellan infektionerna.

Läs mer om astma: Astma hos barn - 1177 Vårdguiden

Symtom

- › Barnet har episoder av pipande/väsande/tung andning
- › Barnet har svårt att andas ut och pressar ut luften
- › Barnet har hosta i samband med luftvägsinfektioner som blir värre vid lek/ansträngning, eller vid kallt väder
- › Barnet har nattliga besvär såsom hosta eller svårt att andas
- › Barnet kan vara helt utan symtom/besvär mellan astmaattackerna

Behandla

Astma behandlas främst med två grupper av läkemedel: antiinflammatoriska läkemedel och luftrörsvidgande läkemedel.

Spray och andningsbehållare (även kallad spacer) används hos de minsta barnen tillsammans med en ansiktsmask. Det är mycket viktigt att ansiktsmasken sluter tätt mot ansiktet så att barnet verkligen får i sig läkemedlet när det andas in.

Sprayen ska skakas väl innan den avfyras in i andningsbehållaren. Äldre barn (från tre till fyra års ålder) kan prova att stoppa andningsbehållarens munstycke direkt i munnen. Instruktionsfilm om hur ni använder en andningsbehållare finns på medicininstruktioner.se.



Datum:

Personnr:

Namn:

Grön zon	Barnet mår bra trots förkylning Inga eller lättare andningsbesvär	
	<p>Starta anti-inflammatorisk behandling vid första tecken till förkylning</p> <p><input type="checkbox"/> Flutide 125 µg/puff (orange) - 1 puff 4 ggr/dag eller 2 puffar morgon och kväll i 4 dagar, därefter 1 puff morgon och kväll i ytterligare 7 dagar</p> <p>Alternativt, ge</p> <p><input type="checkbox"/> Montelukast tablett/mixtur 4 mg 1 gång dagligen i 10 dagar</p> <p>Om barnet får lättare andningsbesvär</p> <p><input type="checkbox"/> Ge luftrörsvidgande Airomir/Ventoline: 1-2 puffar vid behov</p> <p><i>Tänk på att barnet ska andas 5 andetag i spacern efter varje puff</i></p>	<p>Egenvård</p> <ul style="list-style-type: none"> ‣ Se till att barnet dricker som vanligt ‣ Ge febernedsättande (Paracetamol eller Ibuprofen) vid behov ‣ Undvik tobaksrök
Gul zon	Barnet mår inte bra och har astmasymtom <i>Påbörja akut astmabehandling</i>	
	<p>1: Ge 1 akutdos Airomir/Ventoline som innebär: 4 puffar till barn under 2 år 6 puffar till barn över 2 år Vänta 20-30 minuter, om barnet inte är i Grön zon gå till steg 2</p> <p><i>Tänk på att barnet ska andas 5 andetag i spacern efter varje puff</i></p> <p>2: Ge ytterligare 1 akutdos Airomir/Ventoline och vänta 30 minuter</p>	<p>Symtom</p> <ul style="list-style-type: none"> ‣ Väsande andning ‣ Ansträngd andning ‣ Andas snabbt ‣ Leker mindre än vanligt ‣ Vaknar på grund av att det har svårt att andas ‣ Bukandas ‣ Indragningar under revbenen eller i halsgropen
	↓	↓
	Bättre	Inte bättre
	<p>Ge 1-2 puffar Airomir/Ventoline var 3-4 timme närmaste dygnet, minska när barnet blir bättre</p> <p>Gå sedan tillbaka till Grön zon</p>	<p>Sök akut sjukvård</p> <p>Ge 1 akutdos/timme tills ni träffat läkare om barnet inte blir bättre</p>
Röd zon	Barnet mår mycket dåligt Det räcker med någon av dessa:	
	<ul style="list-style-type: none"> ‣ Barnet har kraftigt påverkad andning, är slött och är svårt att få kontakt med ‣ Astmasymtomen förvärras trots behandling enligt Gul zon 	<ul style="list-style-type: none"> ‣ Vill inte dricka, prata eller leka alls ‣ Läppar eller fingrar börjar bli blå/grå
Ring 112 och/eller sök akuten direkt		
Fortsätt att ge 1 akutdos var 30:e min tills ni har blivit omhändertagna		
Ta alltid med spacer och astmamedicin när du söker akut med ditt barn		

Kontaktuppgifter:

Övrigt/planering: