Peak Flow Protokoll

Name:		Monat / Jahr:	/

Prüfe morgens (m) und abends (a) zuerst mit dem **Lungendetektiv** welche **Bronchienscheibe** zu Dir paßt!
Trage ein, welche Scheibe Du hast:

1

2

3

4

Trage hier Deine **PEAK-FLOW-Werte (X)** ein und verbinde die Punkte zu einer Linie.

Wenn Du möchtest, kannst Du auch Deine PEAK-FLOW-Werte **nach der Inhalation mit ROT eintragen (O)**.
So siehst Du genau, wie Du Dich verbesserst.

	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		
	m	a	m	a	m	a	m	a	m	a	m	a	m	a	m	a	m	a	m	a	m	a	m	a	m	a	m	a	m	a	m	a	m	a	m	a	m	a	m	a	m	a	m	a	m	a	m	a	m	a	m	a	m	a	m	a	m	a	
700																																																													700
690																																																												690
680																																																											680
670																																																											670
660																																																											660
650																																																											**650**
640																																																											640
630																																																											630
620																																																											620
610																																																											610
600																																																											**600**
590																																																											590
580																																																											580
570																																																											570
560																																																											560
550																																																											**550**
540																																																											540
530																																																											530
520																																																											520
510																																																											510
500																																																											**500**
490																																																											490
480																																																											480
470																																																											470
460																																																											460
450																																																											**450**
440																																																											440
430																																																											430
420																																																											420
410																																																											410
400																																																											**400**
390																																																											390
380																																																											380
370																																																											370
360																																																											360
350																																																											**350**
340																																																											340
330																																																											330
320																																																											320
310																																																											310
300																																																											**300**
290																																																											290
280																																																											280
270																																																											270
260																																																											260
250																																																											**250**
240																																																											240
230																																																											230
220																																																											220
210																																																											210
200																																																											**200**
190																																																											190
180																																																											180
170																																																											170
160																																																											160
150																																																											**150**
140																																																											140
130																																																											130
120																																																											120
110																																																											110
100																																																											**100**