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	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**