

رزمة معلومات عن الربو عند الأطفال

Children's Asthma Information Pack

مقدمة

Introduction

لقد قمنا بتصميم رزمة المعلومات هذه لمساعدتك على التعامل بنجاح مع الربو لدى طفلك. وقد قمنا باستخدام أفضل المعلومات الحديثة من خبراء موثوق بخبرتهم في هذا المجال.

ننصحك بقراءة رزمة المعلومات ولكن يجب عليك أيضاً التحدث إلى مسئول التوعية عن الربو التابع له طفلك أو طبيبه للحصول على معلومات إضافية أو أى إستفسارات. لا تتردد فى طرح الأسئلة إذا كان هناك شيء يستعصى عليك فهمه.

تقدم هذه المعلومات بهدف التوعية فقط وهى لا تحل محل الإستشارة الطبية الفردية.

شكر

Acknowledgements

نشكر الأشخاص المذكورة أسمائهم للمساعدة التى قدموها لمراجعة رزمة المعلومات عن الربو لدى الأطفال

Asthma Advisory Committee

John Fleming

Amanda Thomsen

Sandra Wales

South Eastern Sydney Area Health Service

Consumer Representative, Asthma New South Wales

Asthma Educator, Sydney Children's Hospital, Randwick

Asthma Educator, Sydney Children's Hospital, Randwick

تم الإستعانة بالمصادر التالية:

The National Asthma Council Australia, Asthma Management Handbook 2002.

Prince of Wales Hospital, Department of Respiratory Medicine- Airway Illustration.

Asthma Australia – Asthma Basic Facts, 2002.

Asthma Australia – Asthma Medications and Delivery Devices, June 2003.

Illawarra Asthma Project, Inpatient Asthma Education Package, 1993, Revised 1998 – Triggers.

Asthma Australia – Asthma and Exercise, October 2000.

Asthma Foundation of New South Wales – Asthma Checklist, August 2003.

Asthma Australia – Asthma Friendly Schools Guidelines – Student Asthma Record Card.

Asthma Australia – Guidelines for Childcare Services, Kindergartens and Preschools, Asthma and the Under 5's – Asthma Record Card.

قامت كرستين برنز وماليندا جري بإعداد رزمة المعلومات عن الربو عند الأطفال وهما يعملان كمسؤولى توعية عن الربو فى منطقة صحة جنوب شرق سيدنى : برنامج تحسين الربو عند الأطفال. يناير (كانون الثاني) 2004. أعيد مراجعته 2006.

تنصل: يغطى حزمة المعلومات قانون حماية الملكية الفكرية. وتبعاً لقانون الملكية الفكرية لعام 1968 فإنه لا يسمح بإعادة إنتاج أى جزء من حزمة المعلومات أو بيعها أو الحصول على نسخة إلكترونية بدون الحصول على الموافقة الصريحة من صاحب الحق فى الملكية الفكرية إلا لغرض الدراسة الفردية أو البحث أو النقد أو الإطلاع. وقد ينجم عن إعادة الإنتاج أو الإستخدام الغير مسموح به إنذارت مالية قضائية أو غرامات أخرى. تقدم الطلبات والإستفسارات فيما يتعلق بإعادة الإنتاج والحقوق إلى المؤلفتين. العنوان البريدي: Christine.burns@sesiahs.health.nsw.gov.au و melinda.gray@sesiahs.health.nsw.gov.au

العنوان: Melinda Gray, Asthma Educator
Sydney Children's Hospital (مستشفى سيدنى للأطفال)
High Street, Randwick, NSW 2031

رزمة معلومات عن الربو عند الأطفال، منطقة صحة جنوب شرق سيدنى : برنامج تحسين الربو عند الأطفال. يناير (كانون الثاني) 2004. أعيد مراجعته 2006. صرح بالطبع SCH رقم التصريح SCH 04-124.

رزمة معلومات عن الربو (الأزمة) عند الأطفال

Children's Asthma Information Pack

المحتويات

Contents:

- فهم الربو عند الأطفال
- العوامل التي تثير الربو
- أدوية الربو
- إستعمال جهاز إستنشاق الدواء
- إستعمال جهاز إستنشاق صغير مع إستعمال الكمامة
- تعليمات عن كيفية تنظيف البخاخة وأجهزة إستنشاق الدواء
- قائمة بالأشياء التي يجب عملها- مؤسسة الربو بنيو ساوث ويلز
- بطاقة التلميذ لسجل الربو (لتلاميذ المدارس)
- بطاقة سجل الربو (لأطفال الحضانة)

قائمة للإتصال بها للحصول على معلومات إضافية :

Contact list for further information:

منظمة الربو بنيو ساوث ويلز www.asthmasw.org.au تليفون: 9906 3233 (02) أو
1800 645 130

المجلس القومي للربو www.nationalasthma.org.au تليفون: 1800 032 495

مستشفى سيدنى للأطفال براندويك – الممرض الإستشارى الخاص بعيادة الصدر
رقم التليفون: 9382 1521 (02)

أرقام تليفونات هامة:

Important Telephone Numbers:

طبيب العائلة:
Family Doctor
قسم الطوارئ:
Emergency Department
الصيدلية المحلية:
Local Pharmacy

رزمة معلومات عن الربو عند الأطفال، منطقة صحة جنوب شرق سيدنى : برنامج تحسين الربو عند الأطفال. يناير (كانون الثاني) 2004. أعيد
مراجعته 2006. صرح بالطبع SCH رقم التصريح SCH 04-124.

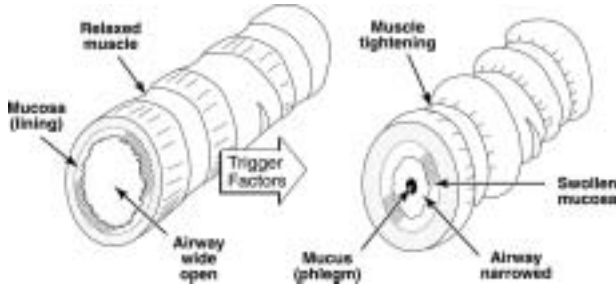
فهم الربو عند الأطفال

Understanding Childhood Asthma

ما هو الربو؟

What is asthma?

- الربو هو مشكلة تتعلق بالتنفس. يصاب طفل بين كل أربعة أطفال بالربو.
- مجرى الهواء في رئة الأطفال المصابين بالربو حساسة أو "سهلة الإثارة"
- عندما تتعرض المجرى الهوائية لبعض المثيرات فإن 3 أشياء تحدث كرد فعل لها :



❖ عضلات مجرى الهواء تضيق

❖ يلتهب الغشاء المبطن لمجرى الهواء ويتورم

❖ يتراكم المخاط مع زيادة إفرازه

(رسم توضيحي لمجرى الهواء، مستشفى البرنس أوف ويلز قسم طب التنفس)
(Airway Illustration, Prince of Wales Hospital Dept Respiratory Medicine)

Normal Airway مجرى هواء طبيعي

Asthma Airway مجرى هواء مصاب بالربو

عضلة مرتخية Relaxed Muscle

الغشاء المخاطي (المبطن لمجرى الهواء) Mucosa (lining)

مجرى هواء مفتوح تماماً Airway wide open

عوامل مثيرة Trigger Factors

إنقباض العضلة Muscle tightening

مخاط (البلغم) Mucus (phlegm)

مجرى الهواء مصاب بالضيق Airway narrowed

غشاء مخاطي متورم Swollen Mucosa

أعراض الربو

Asthma Symptoms

صغير عند التنفس أو إصدار صوت صغير حاد ومرتفع
ضيق في الصدر

ضيق تنفس / صعوبة في التنفس
سعال

إتبع خطة الربو الخاصة بطفلك إذا كان يشعر بهذه الأعراض.

علامات نوبة ربو شديدة الحدة

Signs of a Severe Attack

- ❖ ضيق شديد - يجاهد كي يتنفس
- ❖ عدم القدرة على الكلام
- ❖ شاحب ومتعرق
- ❖ لون أزرق حول الشفاه

إذا ظهرت على طفلك أعراض نوبة الربو الحادة السابق ذكرها يجب الحصول على العناية الطبية فوراً

نصائح للتحكم فى الربو Asthma Management Tips

- ❖ إصطحب طفلك بصورة دورية إلى الطبيب كى يراجع أسلوب التحكم فى الربو. تذكر أن تأخذ معك خطة العلاج الخاصة بطفلك حتى يقوم الطبيب بمراجعتها وعمل التغييرات اللازمة إذا كان هناك ضرورة لذلك. إن لم يكن لدى طفلك خطة علاج إطلب من الطبيب أن يُعد واحدة له. خذ معك أيضاً الجهاز الذى تستخدمه لإعطاء دواء الربو لطفلك وإطلب من الطبيب أن يتأكد من صحة استخدام طفلك له.
- ❖ إعط لمدرسة طفلك أو الحضانة التى يذهب إليها سجل كامل مكتوب فيه خطة التحكم فى الربو والعلاج فى حالة الطوارئ. ويتم العمل بهذا السجل عادة مع إستشارة طبيب الطفل ويجب أن يتم مراجعته بانتظام حتى يكون لدى المدرسة أو الحضانة أو أحدث معلومات.
- ❖ إعط للعاملين بمدرسة أو حضانة الطفل البخاخة الزرقاء التى تخفف الأعراض كذلك جهاز إستنشاق الدواء (spacer) حتى يمكنهم إعطاء العلاج مباشرة للطفل عندما يصاب بنوبة ربو.

عندما يتم التحكم بصورة فعليه فى الربو عندئذ يكون بإستطاعة الطفل الحياة بصورة طبيعية متمتعاً بالصحة

عوامل مثيرة للربو

Asthma Trigger Factors

إن مجرى الهواء لدى الأطفال الذين يعانون من الربو حساس أو "سهل الإثارة". عندما يتعرض الأطفال إلى بعض العوامل الخاصة تظهر عليهم أعراض الربو كرد فعل لتلك العوامل. وتسمى هذه عوامل مثيرة للربو. وقد لا تتشابه العوامل المثيرة للربو لدى جميع الأطفال وبعض الأطفال لديهم أكثر من واحد. إن الإحتفاظ بسجل لأنشطة الطفل اليومية ومتى تظهر الأعراض عليه قد يساعد على معرفة العوامل المثيرة للربو لديهم. إذا تعرفت على العوامل التى تثير الربو لدى طفلك إتخذ اللازم كى تقلل على قدر الإمكان من تعرضه لها. والجدول التالى يوضح العوامل الأكثر شيوعاً.

نزلات البرد والأنفلونزا غالباً ما تثير نزلات البرد نوبات الربو.

هذه عوامل إثارة يصعب التحكم فيها.

إستخدم خطة العمل المتعلقة بالربو إذا إصيب الطفل بالبرد أو الأنفلونزا.



إجعل بيتك وسيارتك أماكن خالية من الدخان.

تذكر أن فتح النوافذ والأبواب لن يحمى طفلك من دخان التبغ.

إطلب من الأشخاص الذين يودون التدخين أن يفعلوا ذلك خارج البيت.

تجنب إصطحاب طفلك إلى الأماكن التى بها دخان.

التدخين



هذه عوامل إثارة شائعة ولكن يمكن التحكم فيها.

إن الرياضة واللعب أنشطة صحية ولا يجب تجنبها.

إذا كان القيام بالرياضة يثير نوبة الربو لدى طفلك قم بإعطائه الدواء المخفف للأعراض الأزرق أو Tilade أو Intal Forte 5-10 دقائق قبل الرياضة أو اللعب.

قم بعمل تمرينات التسخين أولاً قبل البدء وإنتهى بعمل تمرينات التبريد (التى يجرى عملها بعد الإنتهاء من الرياضة).

الرياضة واللعب



تكلم مع طبيب طفلك إذا استمرت أعراض الربو.

إستخدم غطاء للفرشامضاد لسوس التراب (يمكن شرائها من الصيدلية).
إغسل أغطية الفراش وملاءات السرير أسبوعياً في الماء الساخن (درجة حرارته 55 درجة) وعرضه لضوء الشمس المباشر.

إكنس بالمكنسة الكهربائية الأرض والمفروشات الرخوة وإمسح الأسطح الصلبة بقطعة مبللة بانتظام.

تخلص من الركام في غرفة النوم واللعب المحشية الزائفة.

مد الغرف بالتهوية المناسبة.

تخلص من فطر العفن المنظور. نظف صواني تلق الماء في البراد بانتظام.

إحتفظ بنظافة أجهزة تبريد الهواء.

لا تتنصح بإستخدام أجهزة بخ بخار الماء في الجو.

إذا أمكن إحتفظ بالحيوانات خارج البيت. إن لم يكن هذا ممكناً لا تسمح لهم بالدخول إلى غرفة النوم.

مسببات الحساسية – تشمل الأتربة و فطر العفن وسوس التراب وحبوب اللقاح وشعر الحيوانات



إجعل طفلك يرتدى الملابس التي تمدد بالدفء عندما يخرج من البيت في يوم بارد أو في ليلة باردة.

القلق والضغوط النفسية والضييق . أحياناً يثير الضحك نوبة الربو.
شجع الطفل على تناول طعام صحى متوازن . فقط تجنب الأطعمة التي تعلم أن طفلك لديه حساسية منها.

من بين المواد الكيميائية المضافة للطعام التي تثير نوبات الربو تشمل الآتى:
Metabisulfite/sulphur dioxide (220-280), tartrazine(102), monosodium glutamate ((621)

على سبيل المثال: الأسبرين والأدوية الأخرى المضادة للإلتهابات التي لا تحتوى على السترويد (ibuprofen, nurofen) . إستشر طبيب طفلك.

تغير الجو أو الحرارة

الإنفعال
بعض الأطعمة والمواد الكيميائية التي تضاف للأطعمة



بعض الأدوية

تحتوى هذه الوثيقة على معلومات معدلة مأخوذة من رزمة أوراق التوعية عن الربو المعدة لنزلاء المستشفى. مشروع إلوارا للربو 1993. تمت مراجعته 1998. Triggers Handout

أدوية الربو Asthma Medications

إن الأدوية المستخدمة في علاج والتحكم في الربو هي أدوية تسبب الإرتخاء للعضلات المنقبضة المحيطة بمجرى الهواء وتقلل من حدوث الإلتهاب في أغشية مجرى الهواء.

هناك أربع مجموعات من الأدوية:

- أدوية التخفيف من الأعراض
- أدوية الوقاية من حدوث الأعراض
- أدوية التحكم في الأعراض
- خليط من الأدوية

أدوية الربو التي يتم تناولها عن طريق الاستنشاق

<p>أدوية الوقاية من حدوث الأعراض (بيضاء/ صفراء/ بنى/ خميرية/ برتقالية اللون) مثل: Intal Forte, Tilade, Pulmicort, Qvar, Flixotide, Flixotide Junior</p> <p>لا تفيد في حالة حدوث نوبة ربو</p> <ul style="list-style-type: none"> ● تمنع أعراض الربو كذلك تمنع إحتمال حدوث نوبة ربو عن طريق تقليل الإلتهاب وجعل مجرى الهواء أقل حساسية للعوامل المثيرة للربو. ● حتى تكون فعالة يجب تناولها يومياً حتى عند غياب الأعراض. ● قد تستغرق مدة قد تصل إلى أسبوعين قبل أن يكون لها تأثير. ● لا توصف لجميع مرضى الربو. 	<p>أدوية التخفيف من الأعراض (زرقاء أو رمادية اللون) مثل : Ventolin, Bricanyl, Airomir, Asmol, Epaq</p> <p>للإستعمال عند حدوث نوبة الربو</p> <ul style="list-style-type: none"> ● تخفف من أعراض الربو عن طريق إرخاء العضلات المنقبضة وفتح مجرى الهواء. ● تؤخذ أثناء وجود الأعراض – ولكنها قد تكون مفيدة إذا تم أخذها قبل القيام بعمل الرياضة إذا كانت من العوامل المثيرة للربو. ● تُحدث مفعول خلال دقائق ويستمر مفعولها لمدة قد تصل إلى 4 ساعات. ● إذا احتاج الطفل إلى إستعمالها أكثر من 3 أو 4 مرات في الأسبوع فيجب عليك إصطحاب الطفل إلى الطبيب كي يعيد النظر في أسلوب التحكم الربو الخاص بالطفل. ● يجب حملها دائماً.
<p>خليط من الأدوية (بنفسجية / حمراء اللون) مثل: Seretide, Symbicort</p> <p>لا تفيد في حالة حدوث نوبة ربو</p> <ul style="list-style-type: none"> ● تحتوى على دواء للوقاية من حدوث نوبة الربو ودواء التحكم في أعراض الربو في جهاز واحد. ● من السهل أخذها. ● يمكن وصفها عندما يصعب التحكم في الربو على الرغم من إستنشاق الطفل لدواء الوقاية من حدوث الربو. ● قد لا تناسب جميع الأشخاص. 	<p>أدوية التحكم في الأعراض (خضراء/ زرقاء اللون) مثل : Serevent, Oxis, Foradile</p> <p>لا تفيد في حالة حدوث نوبة ربو</p> <ul style="list-style-type: none"> ● تعمل بنفس الطريقة التي تعمل بها أدوية تخفيف الأعراض وذلك عن طريق إرخاء العضلات المنقبضة ولكن يستمر مفعولها لمدة قد تصل إلى 12 ساعة. ● عادة تستغرق 30 دقيقة حتى يظهر مفعولها. ● يمكن وصفها عندما يكون حدوث الأزمة في المساء أو نتيجة للقيام بالرياضة أو

	<p>إذا كان من المستعصى التحكم فى الربو على الرغم من إستنشاق الطفل لأدوية الوقاية من حدوث الربو .</p>
--	--

الأدوية التى تؤخذ عن طريق الفم

Singulair - تأثيرها مثل التأثير الذى يحدثه أدوية منع حدوث الربو عن طريق الإستنشاق – وهى حبوب تمضغ و تؤخذ منها حبة واحدة يومياً.

Redipred و Prednisolone, Prednisone, Predmix - أدوية إنقاذ تُستخدم فى نوبات الربو الحادة عندما يكون تأثير إستنشاق أدوية تخفيف الأعراض طفيفاً أو عندما لا يستجيب المريض لها. للإستخدام المؤقت فقط. من الممكن إضافتها إلى خطة علاج الربو الخاصة بطفلك.
إذا كان لديك أية إستفسارات أو تود فى معرفة المزيد فيما يتعلق بالأعراض الجانبية للدواء الرجاء طلب ذلك من مسئول التوعية عن الربو التابع له أو من طبيب طفلك.

إستعمال جهاز إستنشاق ذو فراغ صغير متصل به كمامة

Using A Small Volume Spacer Device With Mask Attachment

إن جهاز إستنشاق الدواء هو عبارة عن غرفة من البلاستيك وهي تساعد المصابين بالربو على إستعمال بخاخات الدواء الخاصة بهم (تبخ جرعة محسوبة للإستنشاق) بكفاءة. عن طريق توصيل البخاخة ذات الفراغ الصغير بكمامة نستطيع التأكد من أن الرضع والأطفال يأخذون جرعة محسوبة من الدواء. يجب أن يستخدم الأطفال من جميع الأعمار جهاز إستنشاق الدواء إذا كانوا بحاجة إلى إستخدام البخاخة.

يُنصح بالإستخدام مع الأطفال في الأعمار التالية :

من يوم واحد حتى 3 سنوات

	<p>1. إنزع الغطاء ورج البخاخة.</p>
	<p>2. ثبت البخاخة في مؤخرة جهاز إستنشاق الدواء.</p>
	<p>3. ضع كمامة الوجه المتصلة بالجهاز برفق على فم وأنف الطفل. تأكد من عدم وجود فراغات حول أطراف الكمامة.</p>
	<p>4. إطلاق بخة واحدة من الدواء داخل جهاز الإستنشاق وذلك عن طريق الضغط على أعلى البخاخة. تابع الطفل وهو يأخذ شهيق وزفير من 4 إلى 6 مرات قبل أن تزيل الكمامة من على وجهه.</p>

تحتوى هذه الوثيقة على معلومات معدلة مأخوذة من مجلس تحسين التحكم في الربو لجنوب غرب نيو ساوث ويلز.

إستعمال جهاز إستنشاق الدواء

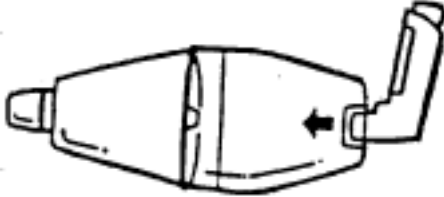
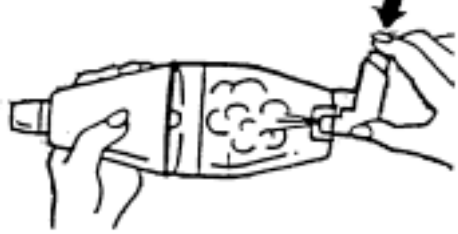

Using a Spacer Device

إن جهاز إستنشاق الدواء هو عبارة عن غرفة من البلاستيك وهي تساعد المصابين بالربو على إستعمال بخاخات الدواء الخاصة بهم (تيج جرعة محسوبة للإستنشاق) بكفاءة. وهناك حجمين للجهاز - حجم صغير وحجم كبير. يجب أن يستخدم جميع الأطفال الذين يحتاجون إلى إستخدام البخاخة أجهزة إستنشاق الدواء.

يُنصح بالإستخدام مع الأطفال في الأعمار التالية :

الحجم الصغير : جميع الأعمار
الحجم الكبير: من 6 سنوات وأكبر

(للأطفال أقل من 4 سنوات راجع ورقة المعلومات عن جهاز الإستنشاق ذو الفراغ الصغير المتصل به كامامة)

	<p>1. إنزع الغطاء ورج البخاخة. ثبت البخاخة في جهاز الإستنشاق كما هو مبين.</p>
	<p>2. ضع شفتاك حول الفتحة المخصصة لذلك . إضغط مرة واحدة على أعلى البخاخة لكي تُخرج نفخة واحدة من الدواء.</p>
	<p>3. تنفس كالمعتاد (شهيق وزفير) من خلال فمك أربع مرات. إذا كنت بحاجة إلى إستعمال أكثر من بخة واحدة كرر الخطوة رقم 2 و3.</p>

يصور الرسم التوضيحي إستعمال جهاز إستنشاق دواء كبير الحجم

تحتوي هذه الوثيقة على معلومات معدلة مأخوذة من برنامج مانلي وارنجا ومدرسة بت ووتر المدرسي الخاص بالربو 1999.

تعليمات عن كيفية تنظيف أجهزة الاستنشاق والبخاخات
Cleaning Instructions For Spacer Devices and Puffers

أجهزة الاستنشاق
Spacers

- فك جهاز الاستنشاق
- إغسل جميع الأجزاء في ماء دافئ نظيف مضاف إليه الصابون.
- لا تشطف الجهاز.
- إسمح لأجزاء الجهاز أن تجف وذلك بتركها في الهواء. (لا يجب مسح الجهاز بقطعة حيث أن ذلك يؤدي إلى تراكم الكهرباء الإستاتيكية مما يجعل الدواء يلتصق على الحوائط الداخلية للجهاز)
- ركب أجزاء الجهاز عندما تجف.

ننصحك بغسل جهاز الاستنشاق الخاص بك مرة كل أسبوع أو أسبوعين

البخاخات
Puffers

- قم بإزالة العلبة المعدنية المحيطة بالبخاخة
- لا تبل العلبة المعدنية أو تغمرها في الماء.
- إشطف الحامل البلاستيك تحت الماء الدافئ الجاري.
- جفف تماماً الحامل البلاستيك من الداخل والخارج.
- أعد تركيب العلبة المعدنية في الحامل.
- ضع غطاء البخاخة في مكانه عند عدم الإستعمال.

ننصح بتنظيف البخاخة أسبوعياً* وعندما تلاحظ أنها لا تبخ جيداً.

يجب التأكد من تاريخ صلاحية الإستعمال بانتظام يوجد التاريخ على جانب العلبة المعدنية.

* يجب غسل بخاخات *Intal Forte* و *Tilade* يومياً و إتباع تعليمات المنتج.

قائمة بالأشياء التي يجب عملها
Asthma Checklist

للاستعمال عند زيارة الطبيب
For your Visit to the Doctor

إذكر لطبيبك الآتى:
Tell Your Doctor

إسأل طبيبك عن الآتى:
Ask your Doctor

1. ما هي حدة الربو لدى طفلي؟
 2. كيف أتعرّف على أعراض أزمة ربو حادة وماذا أفعل إذا حدث ذلك؟
 3. ما هي أدوية الربو التي يحتاج أن يأخذها طفلي؟ إسأل طبيبك عن الجرعة وكم مرة يجب أن تُعطى للطفل.
 4. ما هو وجه الاختلاف بين أدوية تخفيف الأعراض وأدوية الوقاية من الأعراض وأدوية التحكم في الأعراض وخليط الأدوية التي تستعمل في علاج الربو؟
 5. كيف يجب أن أعطى الدواء لطفلي؟
 6. كيف أقوم باستعمال الأجهزة المستخدمة في إعطاء الدواء؟ اطلب من الطبيب التأكد من أن طفلك يستخدمها بطريقة صحيحة.
 7. هل أستطيع الحصول على خطة عمل مكتوبة خاصة بعلاج الربو مدون بها كيف أتعرّف على الأعراض التي تُشير إلى سوء حالة الربو لدى طفلي وما الذي يجب أن أفعله عند حدوث ذلك وكيف أحصل على المساعدة بسرعة؟ كذلك إسأل الطبيب أن يشرح لك شفهيًا خطة علاج الربو المكتوبة.
 8. ما هي المثيرات التي قد تُسبب نوبة ربو لطفلي؟
 9. متى يجب أن أحضر طفلي المصاب بالربو كي يقوم الطبيب بمراجعة حالته؟
 1. ما هي عدد المرات التي ظهرت فيها أعراض الربو على طفلك مثل إصدار صفير أثناء التنفس، ضيق نفس، صعوبة في التنفس و / أو السعال.
 2. أي تغيير في أعراض الأزمة منذ الزيارة الأخيرة. إذكر للطبيب إذا كنت ترى أن دواء الوقاية من الأعراض يؤدي مفعوله.
 3. كم مرة يحتاج فيها الطفل إلى أخذ أدوية التخفيف من أعراض الربو مثل دواء *Airomir, Asmol, Bricanyl, EPAQ* أو *Ventolin*.
 4. إذا كان لديك صعوبة في تذكر أو في إعطاء طفلك الأدوية الوقائية من الأعراض بانتظام. (*Intal Forte, Tilade, Flixotide, Pulmicort, Qvar, Singulair*).
 5. إذا كنت تجد صعوبة في إعطاء الدواء للطفل باستخدام جهاز الإستنشاق الموصوف.
 6. إذا كان الطفل يغيب من المدرسة بسبب الربو.
 7. إذا كان الطفل يستعمل أي أدوية أو علاجات أخرى بما في ذلك العلاج التكميلي (العلاجات الغير طبية).
 8. ما هي الأشياء التي تسبب أعراض الربو لدى طفلك، وإذا كانت أعراض الربو تظهر عليه عند قيامه بالتمارين الرياضية أو الأنشطة البدنية الأخرى.
 9. إذا كان يُساوك القلق بشأن الربو لدى طفلك.
 10. إذا كنت تسجل في سجل الرسم البياني الذي يوضح قدرة رئة الطفل على التنفس أو إذا كنت تحتفظ بيوميات عن أعراض الربو لديه قم بإطلاع الطبيب عليهما.
- إذكر للطبيب كل شيء عن الربو لدى طفلك حتى تتناقش أنت والطبيب وتصلوا إلى أفضل علاج يناسب طفلك. من المهم أن تجد طبيباً يمكنه مساعدتك في
- لا تخشى أبداً من إلقاء العديد من الأسئلة على طبيبك حيث إن ذلك هو أفضل طريقة لتعلم كيفية التعامل مع الربو لدى طفلك.

إكتب قائمة بالأسئلة وخذها معك إلى الموعد القادم مع الطبيب .
التحكم في حالة الربو لدى طفلك ويشرح لك كيفية القيام بذلك ويكون بإستطاعته الإجابة على أسئلتك.

Asthma 3 + Visit Plan

إذا كان طفلك:

- يعاني من الأعراض معظم الأيام أو الليلي
 - يستعمل دواء تخفيف أعراض الربو أكثر من 3 مرات في الأسبوع
 - دخل إلى المستشفى بسبب إصابته بنوبة ربو
 - تغيب عن المدرسة بسبب الربو
- في هذه الحالة إطلب من طبيبك لتسجيل إسم الطفل في Asthma 3 + Visit Plan
واحصل على خطة عمل لعلاج الربو لمساعدتك على التحكم في الربو لدى طفلك.

مأخوذه ومعدلة من مؤسسة نيو ساوث ويلز لمكافحة الربو – وثيقة بقائمة الأشياء التي يجب عملها. أغسطس (أب) 2003 ، رزمة معلومات عن الربو عند الأطفال، منطقة صحة جنوب شرق سيدني: برنامج تحسين الربو عند الأطفال. يناير (كانون الثاني) 2004 .

بطاقة سجل الربو للقائمين برعاية الطفل

Childcare Asthma Record Card

يجب أن يقوم بتعبئة هذه البطاقة آباء وأمهات الأطفال بعد إستشارة طبيب الطفل (الممارس العام). يجب أن يخطر الأب أو الأم الخدمات التي تقوم برعاية الطفل مثل الحضانة أو روضة الأطفال فوراً إذا كان هناك تغيير لخطة التحكم في الربو. الرجاء وضع علامة ✓ أمام الخانة المناسبة. الرجاء تعبئة الإستمارة باللغة الإنجليزية.

Childs name: _____ Sex: _____

M F

(Surname)

(First Name)

Personal Details

Date of birth./...../.....

Carer:

Emergency Contact (eg parent /guardian)

a Name.....

Relationship

Telephone (Home)

Telephone (Work)

b Name.....

Relationship

Telephone (Home)

Telephone (Work)

Doctor

Telephone

Usual Asthma Management Plan

Child's Symptoms (eg cough)

Triggers (eg exercise, pollens)

Medication Requirements:

Name of Medication	Method (eg puffer & spacer)	When and how much?

Does your child tell you when he/she needs asthma medications?

Yes No

Does your child need assistance to take asthma medications?

Yes No

Does your child take medications before exercise/play?

Yes No

In an EMERGENCY, follow the Plan below that has been ticked

Standard Asthma First Aid Plan

Please tick the preferred box

- Step 1** Sit the child upright, remain calm and provide reassurance. Do not leave the child alone.
- Step 2** Give 4 puffs of a blue reliever puffer (*Airomir, Asmol, Epaq or Ventolin*), one puff at a time, preferably through a spacer device. Ask the child to take 4 breaths from the spacer after each puff.
- Step 3** Wait 4 minutes.
- Step 4** If there is little or no improvement, repeat steps 2 and 3. If there is still little or no improvement, call an ambulance immediately (Dial 000).Continue to repeat steps 2 and 3 while waiting for the ambulance.

OR

My Child's Asthma First Aid Plan (attached)

أسمح لهيئة العاملين بإتباع خطة الإسعاف الأولية الخاصة بالربو التي قمت بإختيارها و مساعدة طفلي في إعطائه الدواء إذا كان في حاجة للمساعدة. سأقوم بإخطاركم كتابياً إذا طرأ أى تغيير على هذه التعليمات. الرجاء الإتصال بي في حالة إحتياج طفلي إلى الإسعاف أو إذا كان طفلي يحدث له نوبات ربو بصورة متكررة أثناء وجوده في الرعاية.

I authorise staff to follow the preferred asthma First Aid Plan and assist my child with taking asthma medication should they require help. I will notify you in writing if there are any changes to these instructions. Please contact me if my child requires emergency treatment or if my child regularly has asthma symptoms whilst in care

توقيع الأب أو الأم أو ولي الأمر

التاريخ

Signature of Parent / Carer:.....Date.....

I verify that I have read the preferred Asthma First Aid Plan and agree with its implementation

Signature of Doctor:.....Date.....

Asthma Australia- Guidelines for Childcare Services, Kindergartens and Preschools, Asthma and the هذه الوثيقة معدلة ومقتبسة عن
Under 5's – Asthma Record Card. Children's Asthma Information Pack. SESAHS Aiming For Asthma Improvement in
SCH Publication . تمت المراجعة 2006 . تم إعدادها يناير (كانون الثاني) 2004 . Children Program.

سجل الربو الخاص بالتلميذ
Student Asthma Record

يجب أن يقوم بتعبئة هذا السجل آباء وأمهات / أولياء أمور الأطفال بعد استشارة طبيب الطفل (الممارس العام). يجب أن يخطر الأب أو الأم / ولى أمر الطفل المدرسة فوراً إذا كان هناك تغيير لخطة التحكم فى الربو. الرجاء وضع علامة ✓ أمام الخانة المناسبة. الرجاء الإجابة على الأسئلة باللغة الإنجليزية وكتابة الإجابات وبوضوح فى الأماكن الغير مكتوب فيها التى حددناها.

Personal Details

Student's name: Gender: M F

(Surname) (First Names)

Date of birth/...../..... Form/Class Teacher

Emergency Contact (eg parent or carer):

a Name..... Relationship

Telephone (Home) Telephone (Work)

b Name..... Relationship

Telephone (Home) Telephone (Work)

Doctor Telephone

Usual Asthma Management Plan

Child's Symptoms (eg cough)

Triggers (eg exercise, pollens)

Medication Requirements:

Name of Medication	Method (eg puffer & spacer, turbuhaler)	When and how much?

In an EMERGENCY, follow the Plan below that has been ticked

Standard Asthma First Aid Plan Please tick the preferred box

Step 1 Sit the student upright, remain calm and provide reassurance. Do not leave student alone.

Step 2 Give 4 puffs of a blue reliever puffer (*Airomir, Asmol, Epaq or Ventolin*), one puff at a time, preferably through a spacer device*. Ask the student to take 4 breaths from the spacer after each puff.

Step 3 Wait 4 minutes.

Step 4 If there is little or no improvement, repeat steps 2 and 3.
If there is still little or no improvement, call an ambulance immediately (Dial 000).
Continue to repeat steps 2 and 3 while waiting for the ambulance.

* Use a blue reliever puffer (*Airomir, Asmol, Epaq or Ventolin*) on its own if no spacer is available.

OR

My Child's Asthma First Aid Plan (attached)

Additional Comments:

.....

.....

.....

أسمح لهيئة العاملين بالمدرسة بإتباع خطة الإسعاف الأولية الخاصة بالربو التي قمت بإختيارها ومساعدة طفلي في إعطائه الدواء إذا كان في حاجة للمساعدة. سأقوم بإخطاركم كتابياً إذا طرأ أى تغيير على هذه التعليمات. الرجاء الإتصال بى فى حالة إحتياج طفلى إلى الإسعاف أو إذا كان طفلى يحدث له أعراض ربو بصورة متكررة أثناء وجوده فى المدرسة.

I authorise staff to follow the preferred asthma First Aid Plan and assist my child with taking asthma medication should they require help. I will notify you in writing if there are any changes to these instructions. Please contact me if my child requires emergency treatment or if my child regularly has asthma symptoms whilst in care

التاريخ
توقيع الأب أو الأم أو ولى الأمر
Signature of Parent / Carer:.....Date.....

I verify that I have read the preferred Asthma First Aid Plan and agree with its implementation

Signature of Doctor:.....Date.....

هذه الوثيقة معدلة ومقتبسة عن Asthma Australia- Guidelines for Childcare Services, Kindergartens and Preschools, Asthma and the Under 5's – Asthma Record Card. Children's Asthma Information Pack. SESAHS Aiming For Asthma Improvement in Children Program. تم إعدادها يناير (كانون الثانى) 2004 . تمت المراجعة 2006. SCH Publication

رزمة معلومات عن الربو عند الأطفال

Children's Asthma Information Pack

جنوب شرق سيدنى

الإوارا

صحة نيو ساوث ويلز

قبل أن يذهب طفلك إلى البيت يجب التأكد من أن لديك الآتى:

Before your child goes home you need to make sure you have the following:

- خطاب صرف الطفل من المستشفى موجه إلى طبيبك
- A discharge letter for your child's doctor
- خطة عمل مكتوبة للتحكم فى الربو خاصة بطفلك
- My child's written asthma action plan
- دواء الربو الخاص بطفلك
- My child's asthma medications
- توعية عن الربو
- My child's spacer technique checked

عندما أذهب إلى البيت سأكون فى حاجة إلى القيام بالآتى:

When I get home I need to:

- تحديد موعد مع طبيب طفلى هذا الأسبوع ويجب أن يكون معى الآتى:
- Make an appointment with my child's doctor this week and take the following:
- خطاب المستشفى الخاص بصرف طفلى منها
- Discharge letter
- خطة التحكم فى الربو
- Asthma action plan
- بطاقة سجل الربو الخاصة بالتلميذ أو الطفل
- Student/child asthma record card
- جهاز إستنشاق الدواء
- Spacer device