

Нижние границы нормальных значений ПСВ (л/мин)

Мужчины:

Возраст (лет) Рост (см)	5	8	11	15	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85
	100	24	24	24														
105	51	51	51															
110	77	77	77															
115	104	104	104															
120	130	130	130															
125	156	156	156															
130	183	183	183															
135	209	209	209															
140	236	236	236	414	456	481	494	499	497	491	480	467	452	436	418	400	381	362
145	262	262	262	423	466	491	504	509	508	501	491	477	462	445	427	408	389	370
150	289	289	289	432	475	501	514	519	518	511	500	487	471	454	436	417	397	378
155	315	315	315	440	484	510	524	529	527	520	510	496	480	463	444	425	405	385
160	342	342	342	448	492	519	533	538	536	530	519	505	489	471	452	432	412	392
165	368	368	368	456	500	527	542	547	545	538	527	513	497	479	460	440	419	399
170	394	394	394	463	508	535	550	555	554	546	535	521	504	486	467	447	426	405
175	421	421	421	469	515	543	558	563	561	554	543	528	512	493	474	453	432	411
180	Значения ПСВ у детей до 11 лет зависят только от роста			476	522	551	566	571	569	562	550	536	519	500	480	459	438	417
185				482	529	558	573	578	576	569	557	543	525	506	486	465	444	422
190				488	536	564	580	585	583	576	564	549	532	513	492	471	450	428

Женщины:

Возраст (лет) Рост (см)	5	8	11	15	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85
	100	39	39	39														
105	65	65	65															
110	92	92	92															
115	118	118	118															
120	145	145	145															
125	171	171	171															
130	197	197	197															
135	224	224	224															
140	250	250	250	348	369	380	384	383	379	371	362	352	340	328	316	302	289	276
145	276	276	276	355	376	387	391	390	385	378	369	358	347	334	321	308	294	281
150	303	303	303	360	382	393	397	396	391	384	375	364	352	340	327	313	300	286
155	329	329	329	366	388	399	403	402	397	390	381	370	358	345	332	318	304	290
160	356	356	356	371	393	405	409	408	403	396	386	375	363	350	337	323	309	295
165	382	382	382	376	398	410	414	413	408	401	391	380	368	355	341	327	313	299
170	408	408	408	381	403	415	419	418	413	406	396	385	372	359	346	331	317	303
175	435	435	435	385	408	420	424	423	418	411	401	389	377	364	350	335	321	307
180	Значения ПСВ у детей до 11 лет зависят только от роста			390	413	425	429	428	423	415	405	394	381	368	354	339	325	310
185				394	417	429	433	432	427	419	409	398	385	372	358	343	328	314
190				398	421	433	438	436	432	424	414	402	389	375	361	347	332	317

План ведения бронхиальной астмы: система зон

Составлен для (ФИО): _____

Возраст _____ (лет)

Дата составления _____ План рассчитан до _____	
Симптомы	Лечение
Зона 1 (зеленая) Астма под контролем: <ul style="list-style-type: none"> • ПСВ \geq _____ • Нет нарушений сна • Нет ограничения активности 	Продолжайте принимать Ваши плановые препараты _____ _____
Зона 2 (желтая) <ul style="list-style-type: none"> • ПСВ от _____ до _____ • Нет легкости дыхания, одышка при физической нагрузке • Есть ночные симптомы • Чаще нужен ингалятор для облегчения симптомов 	Необходимо удвоить дозу _____ или перейти на _____ и, не откладывая, обратиться к врачу
Зона 3 (красная) <ul style="list-style-type: none"> • ПСВ $<$ _____ • Дыхание затруднено, небольшая физическая нагрузка приводит к одышке • Частые ночные симптомы • Плохо помогает ингалятор для облегчения симптомов 	Необходимо принять _____ в дозе _____ или _____ _____ и срочно обратиться к врачу
Зона 4 (может быть обозначена как бордовая) <ul style="list-style-type: none"> • Удушье, трудно говорить, • ПСВ $<$ _____ 	Немедленно вызовите «Скорую помощь» В ожидании приезда скорой помощи принять _____ в дозе _____ и _____ _____

Врач _____ Телефон _____