

# 給家庭的參考資料

## 托兒所的氣喘管理

您如何能確保您患有氣喘的孩子，在就讀托兒所或學前班時，會得到他或她所需要的照顧？知道您的孩子在進入托兒所時會被安全和適當的照顧，對孩子、父母和托兒工作者來說，都是一個安慰。請採取以下這些措施，來確保孩子的安全和健康。

### 了解您孩子的氣喘病處理

- 學會觀察您孩子的氣喘症狀，給予藥物，當氣喘惡化時應該如何應變，以及如何處理緊急情形。
- 幫助您的孩子學會形容他或她的氣喘症狀和誘因。
- 有需要時與您的醫師約診，以更新藥物。並與醫師討論您的孩子要就讀托兒所的情形，完成一份氣喘行動計劃(Asthma Action Plan)。
- 堅持給孩子控制氣喘的藥物，即使他或她沒有症狀發生。氣喘是一種慢性疾病，同時藥物控制可以防止氣喘發作！

### 氣喘行動計劃

這份個別書面計劃將包括：

- 您孩子所需要的氣喘藥物。
- 您的孩子在氣喘發作時的跡象和症狀如咳嗽、胸悶、呼吸急促、氣喘、異常疲倦、說話或進食或玩耍困難，或尖端呼氣測試值( peak flow meter)變差。包括嚴重發作時的跡象和症狀以及如何應對。例如，如果兒童呼吸困難以至不能說話時，打緊急電話9-1-1。

- 一些誘發您孩子氣喘的原因。常見的誘因如對花粉、黴菌、蟑螂、動物皮屑或塵蟎等過敏；食品；感冒或其他病毒感染；吸煙、清潔用品、空氣污染物、或空氣中的其他微物質；突然的溫度和天氣變化；激烈運動或非常強烈的情緒和壓力。

### 支持照顧您孩子的托兒工作者

- 提供一套完整的設備和藥物。即時補足藥物並檢查有效日期。
- 提供書面說明和給藥同意書--處方藥必須放在其原來的容器內，必須根據容器上的指示給予藥物，並要求藥房標籤孩子的名字。
- 確保您孩子的托兒照顧者有完整的訓練能處理氣喘發作，並且知道如何使用噴霧器(nebulizer)，吸入劑(inhaler)，間隔器(spacer)和尖端呼氣測試器(peak flow meter)。

### 與您孩子的醫師和托兒照顧者聯繫

- 保留您孩子的氣喘症狀和治療紀錄。把這個資料分享給您孩子的醫師和托兒照顧者。
- 在每天放學時向學校或托兒照顧者詢問有關孩子的氣喘情形。
- 定期更新您孩子的氣喘行動計劃(Asthma Action Plan)和緊急聯絡電話號碼。

### Bobbie Rose, RN

#### 參考及相關資訊：

《給照顧及教育幼兒的托兒工作者的氣喘資料袋》  
*Asthma Information Packet for Early Care and Education Providers*, 加州托兒健康計畫, CCHP

更多有關托兒所照顧氣喘兒的環境設置，氣喘行動計畫(Asthma Action Plans)的範例和給藥授權表格(Medication Authorization forms)，瀏覽網頁

[cchp.ucsf.edu](http://cchp.ucsf.edu)



由加州托兒健康計畫 (California Childcare Health Program CCHP) 提供更多資訊：[cchp.ucsf.edu](http://cchp.ucsf.edu)

分發：