

Lungfunktionstest genom PEF-mätning

Du ska göra en PEF-mätning för att undersöka hur dina lungor fungerar.

Med det här brevet får du en så kallad PEF-kurva. Mät och fyll i kurvan under två veckors tid.

Vad är PEF?

PEF står för Peak Expiratory Flow. Det är ett mått på hur fort du kan andas ut. För att mäta PEF-värde använder du en PEF-mätare.

Förberedelser

Hör av dig till lungmottagningen för att få utskrivet en PEF-mätare om du inte har någon.

Så här mäter du PEF

Följ instruktionerna på PEF-kurvan.

Du kan se en instruktionsfilm för PEF-mätning på medicininstruktioner.se/mi/pef

Hur ofta ska jag mäta?

- Mät under en period på minst två veckor.
- Mät PEF varje morgon och kväll, men gärna vid fler tillfällen.
- Mät PEF om du får hosta eller besvär med andningen.
- Mät PEF om du får besvär vid ansträngning. Utsätt dig gärna för sådana situationer som brukar ge besvär och mät då.

Har du fått snabbverkande luftrörsvidgande läkemedel?

Då ska du mäta PEF både före och efter du har inhaledat läkemedlet:

- Mät PEF när du får besvär. Inhalera sedan det luftrörsvidgande läkemedlet, gärna två doser.
- Vänta 15 minuter och mät sedan PEF på nytt och ringa in det bästa värdet på kurvan.

Notera längst ned på PEF-kurvan om något av det här stämmer för dig

- Du har tagit snabbverkande luftrörsvidgande läkemedel.
- Du har haft besvär med till exempel hosta, pip eller andnöd. Notera även orsaken till besväret, till exempel allergi, att du har ansträngt dig eller har varit förkyld.

Namn:

Personnummer:

[illegible]