

# Peak-flow-Metrie: Ampelsystem zur Selbstkontrolle

-  Peak-flow weniger als 60% des persönlichen Bestwertes, Husten, Atemnot beim Gehen und Sprechen:  
→ **Notfall, ärztliche Hilfe erforderlich!**
-  Peak-flow 60-80% des persönlichen Bestwertes, Husten, Giemen, verminderte Belastbarkeit, gestörter Schlaf:  
→ **Überprüfung von richtiger Anwendung und Dosierung der verordneten Arzneimittel; evtl. Therapie erweitern!**
-  Peak-flow >/- 80% des persönlichen Bestwertes (PBW\*), keine Symptome:  
→ **Es ist anzustreben, in diesem Bereich zu bleiben.**

\*PBW: Peak-flow-Wert in stabiler Phase bei weitgehender Beschwerdefreiheit **morgens**

Praxis für  
Neugeborene, Kinder und Jugendliche  
PD Dr. med. Michael Kandler  
Ottilienstraße 1  
90461 Nürnberg  
0911 4719806