PEF-Työpaikkaseuranta

Irmeli Lindström, Keuhkosairauksien erikoislääkäri

© Työterveyslaitos – www.ttl.fi

PEF-TYÖPAIKKASEURANTA

- Keskeinen tutkimus ammattiastman osoittamisessa.
- Toteutettava yhtenä ensimmäisistä tutkimuksista epäiltäessä ammattiastmaa.
- Tehtävä laadullisesti hyvin.
- Potilaan motivaatio ja huolellinen ohjaaminen ovat tärkeitä.
- Seurantalomake pidettävä tallessa.

Työterveyslaitos

© Työterveyslaitos – www.ttl.fi

MILLOIN?

1) Epäiltäessä ammattiastmaa

- vapaapäivinä helpottavia astmaoireita
- työhön liittyviä nuhaoireita
- työssä altistumista mahdolliselle astmaa aiheuttavalle tekijälle
- astma alkanut/selvästi vaikeutunut kyseisessä työssä

2) Arvioitaessa astmaatikon pärjäämistä työssä

- työssä altistumista hengitysteitä ärsyttäville tekijöille
- astma hoidetaan ensin hyvään tasapainoon ja tutkimus toteutetaan potilaan käyttäessä tätä lääkitystä

© Työterveyslaitos – www.ttl.fi

MITEN?

1. Puhalletaan **kolme peräkkäistä kertaa,** koko seurannan ajan käytetään samaa mittaria

2. **Seurantalomakkeeseen merkitään**:
   - mittausajankohta
   - onko potilas puhallushetkellä töissä (T) vai vapaalla (V)
   - kaikki kolme mittaustulosta
   - oireet
   - käytetyt astmalääkkeet
   - *missä tiloissa työskentelee*
   - työtehtävät
   - altisteet



Euromittari

© Työterveyslaitos – www.ttl.fi

3. Puhalluksia tehdään työ- ja vapaapäivinä **kahden tunnin välein** hereillä ollessa ja myös öisin oireiden aikana.

4. **Seurantaa jatketaan 4 viikkoa**. Sen tulee sisältää vähintään kolme työjaksoa, joiden kesto on vähintään kolme päivää. Seurantaan pyritään liittämään myös n. yhden viikon vapaajakso



Työterveyslaitos

5. Pyrittävä tekemään **ennen säännöllisen hoitavan astmalääkityksen aloittamista**.

   Jos astma on todettu ja lääkitys käytössä:

   - Lääkitys samanlainen koko seurannan aikana.
   - Hoitavat lääkkeet: yleensä entisellä annoksella.
   - Pitkävaikutteinen avaava lääke: keskeytetään seurannan ajaksi.
   - Lyhytvaikutteinen avaavaa lääke: ainoastaan tarvittaessa.

6. Suositellaan käytettäväksi **tallentavaa PEF-mittaria**

7. **Lomakkeet ja potilasohjeet** saatavilla osoitteesta www.ttl.fi, haku:PEF. **Tallennusohjelman käyttöä suositellaan.** (esim. PEF2-ilmaisohjelma/©Vesa Vilkka/ GSK)

Työterveyslaitos

Vuosi: 2011 **Nimi:** Koe Kanrini **Syntymäaika:** 250567 sivut 2-17

Päivä-määrä	Kellon-aika	T/V (töissä/ vapaalla)	PEF-puhallukset 3kpl (+tarvittaessa ylimääräisiä puhalluksia)			Työtilat, työtehtävät, työssä käytetyt aineet, muut oireisiin vaikuttaneet tekijät	Oireet, tarvittaessa otettu astmalääke
9.8.	12.30	V	530	530	530	kotona	
9.8.	14.30	V	540	530	530	kotona	
9.8.	16.40	V	520	500	500	kotona	
9.8.	18.30	V	500	490	490	kotona	
9.8.	20.20	V	490	450	430	kotona	
10.8.	6.45	V	420	430	490	kotona	
10.8.	8.40	T	440	440	430	huoneessa 23	ääni käheä, yskittää
10.8.	10.50	T	360	350	360	kahvihuoneessa	ahdistaa, yskittää ventoline 1 hv
10.8.	11.10	T	430	410	420	huoneessa 23	vähän parempi olo
10.8.	13.20	T	440	450	450	kokoushuoneessa	
10.8.	17.30	V	400	410	390	kotona	Väsynyt
10.8.	20.30	V	490	490	480	saunan jälkeen	parempi olo
11.8.	6.40	V	460	480	480	kotona	

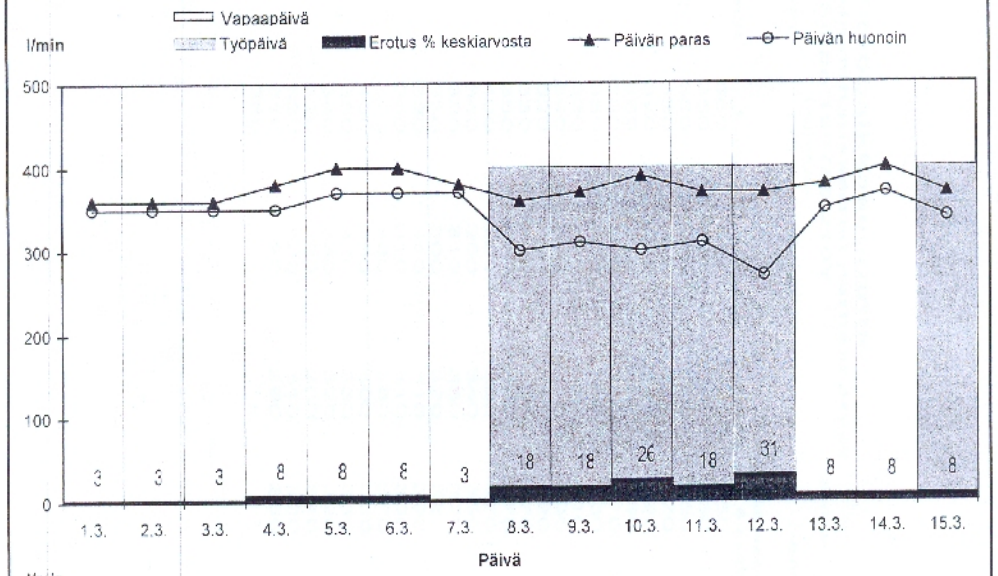
© Työterveyslaitos – www.ttl.fi

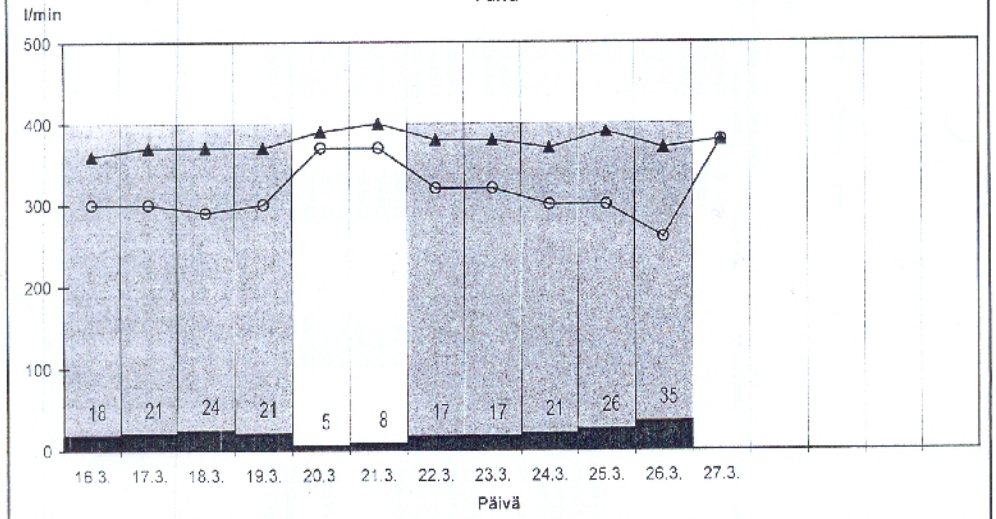
11.311/MMA

	Työpäivinä	Vapaapäivinä
Keskiarvo l/min	340	372
Pienin	260	350
Suurin	390	400
Vrk-vaihtelun %-lukujen ka	71 21	20 5
Vrk:n luku, joina vaihtelu väh. 20 %	8	-

Vapaa- ja työpäivien:
keskiarvojen erotus: 32 l/min
minimien keskiarvojen erotus: 61 l/min
maksimien keskiarvojen erotus: 10 l/min

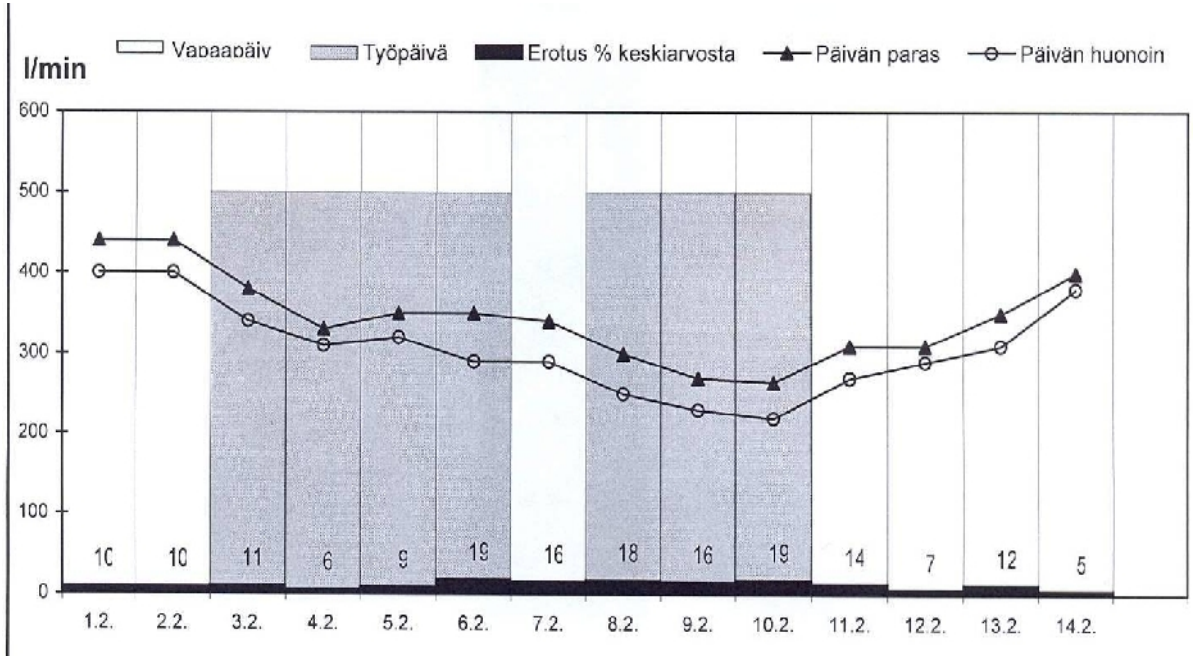
Huom! Prosentit laskettu minimin ja maksimimin keskiarvosta.





Työterve

© Työterveyslaitos – www.ttl.fi



PEF-taso laskee progressiivisesti useiden työpäivien kuluessa, vuorokausivaihtelu ei lisäänny merkittävästi. Yhden vapaapäivän aikana PEF-tasossa ei tapahdu korjaantumista. Työjakson jälkeen PEF-taso palautuu lähtötilanteeseen useiden vapaapäivien kuluttua.

© Työterveyslaitos – www.ttl.fi

Kiitos!

© Työterveyslaitos – www.ttl.fi