

Useful Contact Numbers

GP	
Mastercall (Out of Hours)	0161 476 2299
Stockport COPD Service	0161 426 9613
Oxygen Service (OASIS)	0161 426 9613
Stepping Hill Hospital	0161 483 1010

If you would like this leaflet in a different format, for example, in large print, or on audiotape, or for people with learning disabilities, please contact:

Patient and Customer Services, Poplar Suite, Stepping Hill Hospital
Tel: 0161 419 5678 Information Leaflet. Email: PCS@stockport.nhs.uk

A free interpreting Service is available if you need help with this information. Please telephone the Lips Service on 0161 922 5149 or E-mail: tam-pct.lips@nhs.net	English
هناك خدمة مجانية للمتحدثين متوفرة إذا أردت مساعدة بخصوص هذه المعلومات. الرجاء الاتصال بخدمة ليس أو LIPS على الرقم 0161 922 5149 أو عن طريق الإيميل tam-pct.LIPS@nhs.net	Arabic
এই তথ্য বুঝতে সাহায্যের প্রয়োজন হলে বিনামূল্যে বোলাধী বা ইন্টারপ্ৰিটার সার্ভিস রয়েছে। আপনাকে সাহায্য করার জন্য। নয়া করে লিপস সার্ভিসকে টেলিফোন করুন 0161 922 5149 এই নম্বরে অথবা ই-মেইল করুন: tam-pct.LIPS@nhs.net এই ঠিকানায়া।	Bengali
如果你需要幫助來瞭解這份資料的內容，我們可以提供免費的翻譯服務。請致電 0161 922 5149 聯絡語言翻譯及病人支持服務(LIPS)，電子郵件： tam-pct.LIPS@nhs.net	Chinese
اگر برای فهمیدن این اطلاعات به کمک احتیاج دارید می توانید از خدمات ترجمه بصورت مجانی استفاده کنید. لطفاً با LIPS از طریق شماره تلفن 0161 922 5149 یا ایمیل tam-pct.LIPS@nhs.net تماس بگیرید.	Farsi
Bezpłatna Serwis tłumaczenia jest dostępny, jeśli potrzebujesz pomocy z tą informacją. Proszę zadzwonić do Obsługi usta na 0161 922 5149 lub E-mail: tam-pct.LIPS@nhs.net	Polish
اگر آپ کو یہ معلومات سمجھنے میں مدد کی ضرورت ہو تو مترجم کی مفت سروس موجود ہے۔ براؤ کریم ایل آئی پی ایس LIPS کو 0161 922 5149 پر فون کریں۔ ای میل: tam-pct.LIPS@nhs.net	Urdu

MY COPD SELF-MANAGEMENT PLAN

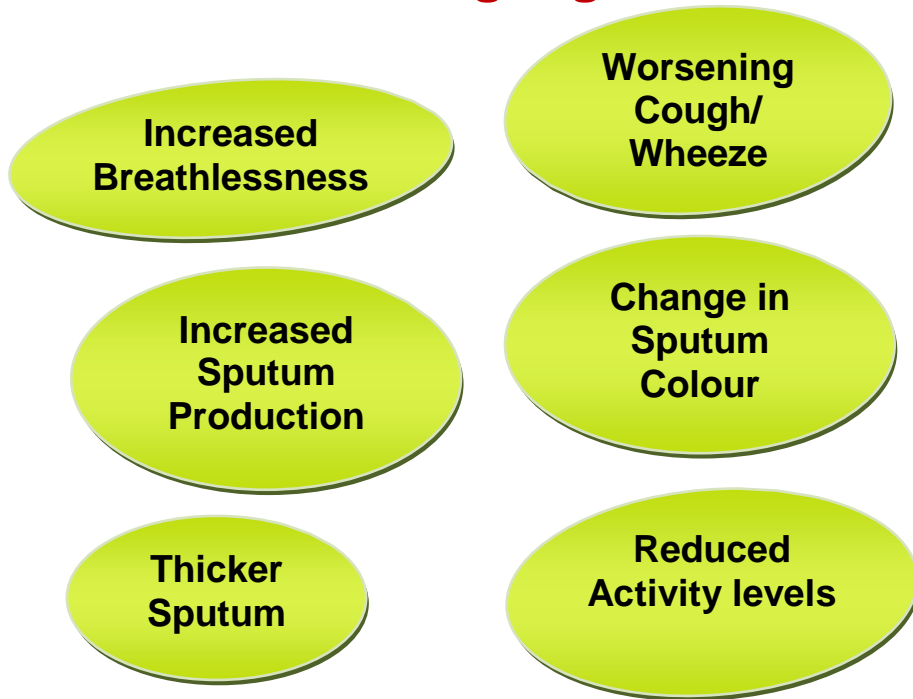
Name	
NHS No:	

My Usual Treatment for Breathing

Inhalers/ Nebuliser:

Other/ Oxygen:

Warning Signs



Actions to take if your Symptoms get worse Check Warning Signs

GOOD DAY
Usual Treatment

BAD DAY
Increase usual 'Reliever' treatment.
If you improve, go back to normal treatment.
If no better after 1-2 days, take action below

UNWELL
Are you more breathless? – Take steroids
Has your Sputum changed? – Take antibiotics
Both of the above? - Take both steroids and antibiotics

Contact your GP or COPD Nurse

Treatment if Unwell

A Steroids:

B Antibiotics:

Are you allergic to Penicillin? Yes No

EMERGENCY

If your symptoms are getting worse and you:

- Develop fever/chills
- Become extremely breathless without relief from inhalers
- Are unable to perform your normal activities e.g. dress, bathe
- Get increased ankle swelling
- Develop chest pain
- Develop increased feelings of agitation, drowsiness or confusion

Call for medical advice immediately
e.g.: GP, Out of hour's service or 999 for an ambulance