

## Riktvärden PEF

Här har jag samlat PEF normalvärden för män, kvinnor och barn från två olika källor. Riktvärdena är mycket ungefärliga och det finns betydande variationer mellan individer och olika mätare.

Tabellerna kan användas för att göra en grov uppskattning av hur patienten förhåller sig till medelvärde för ålder/längd.

**Ett enstaka PEF-värde säger väldigt lite. PEF-mätning bör framförallt vara ett sätt att följa förloppet hos en och samma individ.**

©2010 Fredrik Settergren [www.allmanmedicin.se](http://www.allmanmedicin.se)

## PEF Normalvärden Barn 5-18

Längd (cm)	Flickor	Pojkar
	+/- 40	+/- 50
100	65	66
110	119	121
120	173	176
130	226	231
140	280	286
150	333	341
160	387	395
170	441	450
180	494	505
190	548	560

Källa: Godfrey S, Kamburoff PL, Naim JL.

Spirometry, lung volumes and airway resistance in normal children aged 5 to 18. Br J Dis Chest 1970; 64: 15-24.

## PEF Normalvärden (+/- 140 l/min) Män 20-70 år

Ålder	70	65	60	55	50	45	40	35	30	25	20
Längd											
150	381	394	407	420	433	446	458	471	484	497	501
155	399	412	425	438	451	464	477	490	503	516	528
160	418	431	444	457	469	482	495	508	521	534	547
165	436	449	462	475	488	501	514	527	539	552	565
170	455	468	480	493	506	519	532	545	558	571	584
175	473	486	499	512	525	538	550	563	576	589	602
180	492	504	517	530	543	556	569	582	595	608	621
185	510	523	536	549	562	574	587	600	613	626	639
190	528	541	554	567	580	593	606	619	632	644	657
195	547	560	573	585	598	611	624	637	650	663	676
200	565	578	591	604	617	630	643	655	668	681	694

## PEF Normalvärden (+/- 106 l/min) Kvinnor 20-70 år

Ålder	70	65	60	55	50	45	40	35	30	25	20
Längd											
150	302	311	320	329	338	347	356	365	374	383	392
155	319	328	337	346	355	364	373	382	391	400	409
160	335	344	353	362	371	380	389	398	407	416	425
165	352	361	370	379	388	397	406	415	424	433	442
170	368	377	386	395	404	413	422	431	440	449	458
175	385	394	403	412	421	430	439	448	457	466	475
180	401	410	419	428	437	446	455	464	473	482	491
185	418	427	436	445	454	463	472	481	490	499	508
190	434	443	452	461	470	479	488	497	506	515	524
195	451	460	469	478	487	496	505	514	523	532	541
200	467	476	485	494	503	512	521	530	539	548	557