

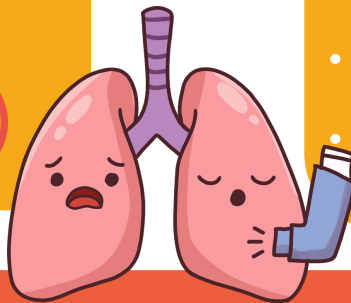


No aguantes la respiración: Aprende sobre el asma

911

Desencadenantes comunes del asma:

- Humo
- Polvo
- Polen
- Mascotas
- Clima frío
- Moho
- Resfriados y gripe
- Ejercicio intenso



Llame al 911 o busque atención de emergencia si su hijo/a:

- Tiene graves dificultades para respirar
- No puede hablar con oraciones completas
- Tiene los labios o la cara de color azul
- No mejora después de usar medicamentos

Consejos para controlar el asma en casa:

- Cree y siga el plan de acción para el asma indicado por su médico
- Administre los medicamentos exactamente según las indicaciones
- Mantenga cerca el inhalador de rescate
- Reduzca el polvo y el humo
- Lave la ropa de cama con frecuencia
- Siga con los chequeos médicos regulares
- Fomente el lavado de manos para prevenir enfermedades

Ayude a su hijo/a en la escuela

Asegúrese de que la escuela tenga:

- El plan de acción contra el asma de su hijo
- Información de contacto para emergencias
- Medicamentos para el asma, si es necesario
- Información sobre los desencadenantes del asma de su hijo/a
- Hable con la enfermera escolar, el maestro o el personal de salud si tiene alguna inquietud

Descargue el CHF App de
Asma Familiar



CLICK
PARA
APRENDER

Asthma Fact Sheet

- findtreatment.gov/locator
- www.hrl.nyc