

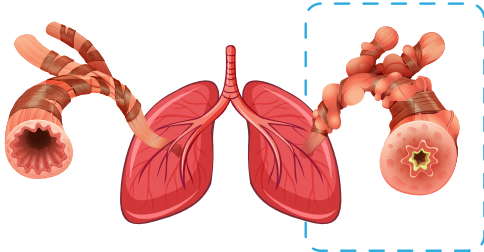
FULL INFORMATIU

TRACTAMENT DE L'ASMA

Coneix-la, controla-la i respira millor



Què és l'asma?



L'asma és una malaltia dels pulmons que provoca:

- **Inflamació de les vies respiratòries**
- **Estrenyiment dels conductes per on passa l'aire**
- **Dificultat per respirar**

L'asma pot aparèixer a qualsevol edat.

Amb el tractament adequat, es pot controlar molt bé.

Quins són els símptomes?



- **Tos**, sobretot a la nit o quan fas exercici.
- **Xiulets** en respirar
- **Falta d'aire**
- Sensació d'**opressió o pit tancat**

Què pot provocar una crisi d'asma?



- **Les infeccions** com:
 - Refredats
 - Grip
- **Al·lèrgens** com:
 - Pol·len
 - Àcars de la pols
 - Fongs o humitats
 - Pèl d' animals
- **Factors irritants** com:
 - Fum del tabac
 - Contaminació de l'aire
- **Altres factors** com:
 - Exercici físic intens
 - Estrès o emocions fortes
- **Canvis de temperatura** bruscos

Com es tracta?

El tractament principal són els inhaladors que fan arribar el medicament directament als pulmons.



Inhalador de control:

- Utilitza'l cada dia, encara que et trobis bé i sense símptomes, seguint la pauta habitual.
- Redueix la inflamació
- Ajuda a prevenir les crisis d'asma

Inhalador de rescat:

- Utilitza'l quan tinguis símptomes com falta d'aire, sibilàncies, opressió al pit o tos causada per una crisi d'asma.
- Actua ràpidament
- Ajuda a obrir els pulmons de forma ràpida

FULL INFORMATIU

TRACTAMENT DE L'ASMA

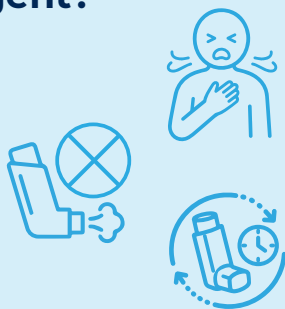
Coneix-la, controla-la i respira millor

Consells per al dia a dia



- Utilitzar els inhaladors correctament
- Portar sempre l'inhalador de rescat
- No fumis ni respiris fum d'altres persones
- Mantén la casa neta i ventilada
- Identifica i evita el què et provoca la crisi d'asma
- Ves a les visites i revisions programades

Quan has de demanar ajuda urgent?



- Et costa molt parlar o respirar
- L'inhalador de rescat no et fa efecte
- Necessites utilitzar-lo molt sovint

Si et passa això, **s'ha de revisar el tractament** amb el teu professional sanitari.

Si després d'utilitzar l'inhalador de rescat els símptomes no milloren, empitjoren, o tens molta dificultat per respirar, parlar o caminar, és important **buscar atenció mèdica urgent**.

Recorda



L'ASMA ES POT CONTROLAR.

Amb un bon seguiment mèdic i bons hàbits, la majoria de les persones amb asma poden:

- Estudiar
- Treballar
- Fer esport
- Portar una vida activa i saludable

