

¿Qué es el asma?

En las personas con asma, los tubos de respiración en los pulmones están hinchados y apretados. Esto hace que sea difícil respirar.



¿Qué provoca un ataque del asma?



Contraer el resfriado o la gripe

Estos son las causas más comunes para el asma



Contaminación del aire



Ejercicios intensos



Cosas a las que podrías ser alérgico

incluye el polvo, moho, polen, las mascotas, los insectos, y excremento de roedores



Humo de tabaco



Cuando se pone entusiasmado, enojado, triste, o asustado



Olores fuertes (agradables o desagradables)



Cambios de tiempo y temperatura

¿Cómo se trata el asma?

Hay varias medicinas que puede usar para tratar al asma. Algunas inhalan, otros se toman por boca. Hay dos tipos de medicamentos para asma:

1 Medicamentos de rescate

Medicamentos de rescate Trabajan inmediatamente cuando los necesita, pero no duran mucho tiempo. La medicina de rescate más común es el albuterol. Debe tomar albuterol cuando sea difícil respirar, pero si necesita tomarlo con frecuencia es probable que necesite tomar un medicamento de control. Medicamentos de rescate ayuda con la sensación de presión en el pecho, pero no reducen a la inflamación en los pulmones.

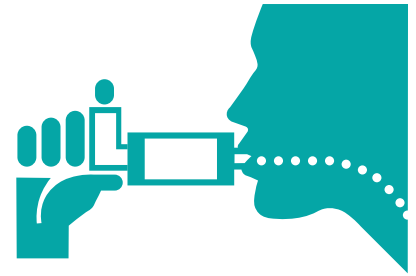
2 Medicamentos de control

Medicamentos de control reducen la inflamación y congestión en los pasajes de los pulmones y previenen ataques del asma, pero no mejora la respiración durante un ataque de asma. Debe tomar medicamentos de control cada día, aunque se sienta bien, para que funcionen.

Se puede controlar al asma

Maneras diferentes para inhalar la medicina:

- Puede inhalar medicamentos de rescate (albuterol) con un nebulizador o un inhalador de dosis medida.
- Puede inhalar medicamentos de control con un nebulizador, un inhalador de dosis medida, o un inhalador de polvo seco.



Separadores y cámara de retención con válvula:

- Cuando usa un separador o cámara de retención con válvula con su inhalador, la medicina puede entrar en los pulmones, donde puede hacer el mayor beneficio.
- Cuando se inhala la medicina por un inhalador de dosis fija, la mayoría se queda en la boca y la garganta.
- **¡Si usa un inhalador para controlar el asma, siempre debe tomarlo con un separador. Los medicamentos de rescate también funcionan mejor con separador!**
- No use un separador con el nebulizador ni con inhalador de polvo seco.

¡No fumar!

El humo de cigarrillos (y otras maneras de fumar), irrita a los pulmones y empeora el asma. Personas con asma deben evitar el humo y merecen un ambiente sin humo.

- No debe fumar en el hogar
- No debe fumar en el coche
- La ropa de personas que fuman puede oler a humo e irritar los pulmones, dificultando la respiración

Consultar a su doctor

Los jóvenes con asma se pueden mejorar si tomen medicación de control. Pregúntele a su doctor acerca de medicamentos de control, especialmente si el niño tiene alguno de los síntomas siguientes:

- 1** Una tos o sibilancia que ocurre más de dos veces cada semana
- 2** Se despierta por la noche con problemas respiratorios más de una vez a la semana
- 3** Ha visitado la sala de emergencias con problemas respiratorios más de una vez en el último año



Donde su niño puede recibir cuidado médico y otros servicios para asma:

- **Bon Secours Richmond Health System:** bonsecours.com/Richmond; 804-359-WELL(9355)
- **Children's Hospital of Richmond at VCU UCAN Community Asthma Program:** chrichmond.org/UCAN; 804-628-UCAN(8226)
- **HCA Virginia Health System:** hcavirginia.com; 804-483-2730
- **RVA Breathes:** rvabreathes@vdh.virginia.gov; 804-584-0266

