



JUNTOS POR UN RESPIRAR MEJOR 06

## Manejo de una crisis de Asma



**NO TODAS LAS CRISIS DE ASMA REQUIEREN LA VISITA AL MÉDICO**

Estos puntos le van a ayudar a decidir cuándo consultar al médico o concurrir de urgencia al hospital.

Aprenda a reconocer los síntomas del asma: dificultad para respirar, tos, silbidos y despertares nocturnos por estos síntomas, para así comenzar enseguida el tratamiento.



1 Tome los medicamentos en cantidad y forma recetada por el médico. No se administre más de lo recetado.



2 Beba un poco de agua.



3 Manténgase tranquilo y relajado.



4 Haga un ejercicio respiratorio.



5 Observe cuidadosamente las señales de su cuerpo: frecuencia respiratoria, la postura, nivel de actividad (hablar, caminar) color de labios y uñas.

### Sede Palermo

Billinghurst 1677, 3º Piso  
Ciudad Autónoma de Buenos Aires  
Tel: (5411) 4828.0949 / 4821.3355  
4824.8496 / 4821.0015  
Fax: (5411) 4829.2266

### Sede Centro

Paraguay 2035, 3º Cuerpo 2º SS  
Ciudad Autónoma de Buenos Aires  
Tel: (5411) 4966.1661 / 4961.5466  
Fax: (5411) 4961.5495



## JUNTOS POR UN RESPIRAR MEJOR 06



6 Llame a un familiar o vecino para que le ayude.



7 No estimule la tos durante la crisis.

Si los medicamentos para el asma no lo ayudan y no disminuyen sus síntomas.

Sus síntomas han empeorado por más de 24hs.

Sus actividades normales están muy limitadas.

Si en una hora, con la medicación de urgencia no mejora.

Si respira con mucha dificultad.

Si sus labios y uñas están azules.

**¡NO ESPERE; CONCURRA URGENTE AL HOSPITAL!**