

# IDENTIFYING ASTHMA

Do you or someone you know experience wheezing, breathlessness, chest tightness, or nighttime coughing? These could be signs of asthma, a common lung disease affecting both children and adults. Asthma is a chronic condition, but with proper understanding and management, you can lead a healthier life.



PROVIDED BY:

*Elite*  
MEDICAL

## What is Asthma?

**Asthma** affects the lungs, causing various symptoms. While its exact causes aren't fully known, factors such as genetics, environment, and occupation have been linked to its development.

Exposure to allergens like dust mites, secondhand smoke, and environmental factors like air pollution can contribute to asthma.

## Identifying Asthma

Diagnosing asthma, especially in children under 5, can be challenging. Doctors may inquire about coughing patterns, breathing difficulties, and family history during a checkup. Breathing tests, like spirometry, may also be conducted to assess lung function.



## Common Symptoms of Asthma

### Wheezing



### Breathless



### Coughing



## Asthma Attacks

Asthma attacks involve coughing, chest tightness, wheezing, and difficulty breathing as the airways constrict. Understanding your triggers—such as tobacco smoke, dust mites, or outdoor pollution—can help you manage and prevent attacks.

## Taking Control

Managing asthma involves recognizing warning signs, avoiding triggers, and following your doctor's advice. By controlling your asthma, you can minimize symptoms, sleep better, participate in physical activities, and reduce the risk of hospitalization.

## Treatment and Medication

Asthma treatment varies, with medicines falling into two categories: quick-relief and long-term control. Quick-relief medications address immediate symptoms, while long-term control helps prevent frequent and severe attacks. It's crucial to take prescribed medications as directed and be aware of potential side effects.

## Creating Your Asthma Action Plan

Work with your doctor to develop a personalized asthma action plan. Share this plan with relevant individuals, and keep it accessible. Even when symptom-free, continue taking long-term control medication as prescribed.

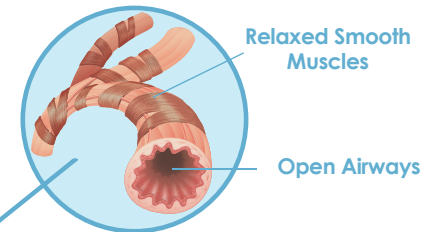
## Asthmatic Airway

Remember, understanding and managing asthma empower you to lead a fulfilling life. If you suspect asthma or have concerns, consult your doctor for guidance tailored to your specific needs.

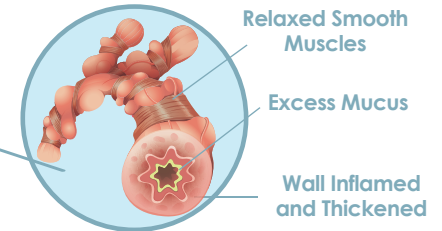
# ASTHMATIC AIRWAY



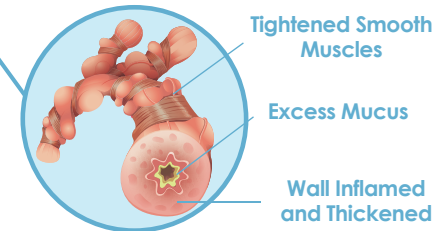
### NORMAL AIRWAY



### ASTHMATIC AIRWAY



### ASTHMATIC AIRWAY DURING ATTACK



**COLUSA**  
412 4th St.  
Colusa, CA 95932  
707.732.8679

**CHICO**  
1074 East Ave, Suite Q  
Chico, CA 95926  
707.732.8679

**SANTA MARIA**  
2605 S. Miller St. #100  
Santa Maria, CA 93455  
805.888.7019

[www.ua.clinic](http://www.ua.clinic)

**SALINAS**  
333 Abbott St. Suite A  
Salinas, CA 93901  
831.206.1201

**VISALIA**  
315 S. Johnson St.  
Visalia, CA 93291  
559.713.0422

# IDENTIFICACIÓN DEL ASMA



¿Tú o alguien que conoces experimenta silbidos al respirar, dificultad para respirar, opresión en el pecho o tos nocturna? Estos podrían ser signos de asma, una enfermedad pulmonar común que afecta tanto a niños como a adultos. El asma es una condición crónica, pero con el entendimiento y manejo adecuados, puedes llevar una vida más saludable.



PROPORCIONADO POR:

*Elite*  
MEDICAL

## ¿Qué es el asma?

El **asma** afecta los pulmones, causando diversos síntomas. Aunque sus causas exactas no se conocen completamente, factores como la genética, el entorno y la ocupación se han relacionado con su desarrollo.

La exposición a alérgenos como los ácaros del polvo, el humo de segunda mano y factores ambientales como la contaminación del aire pueden contribuir al asma.

## Identificación del asma

Diagnosticar el asma, especialmente en niños menores de 5 años, puede ser complicado. Los médicos pueden preguntar sobre los patrones de tos, las dificultades para respirar y los antecedentes familiares durante una revisión. También se pueden realizar pruebas de respiración, como la espirometría, para evaluar la función pulmonar.



## Síntomas Comunes del Asma

### Silbidos al Respirar



### Dificultad Para Respirar



### Tos



## Ataques de Asma

Los ataques de asma implican tos, opresión en el pecho, silbidos al respirar y dificultad para respirar a medida que las vías respiratorias se contraen. Comprender tus desencadenantes, como el humo del tabaco, los ácaros del polvo o la contaminación exterior, puede ayudarte a manejar y prevenir los ataques.

## Tomando el Control

Manejar el asma implica reconocer las señales de advertencia, evitar los desencadenantes y seguir el consejo de tu médico. Al controlar el asma, puedes minimizar los síntomas, dormir mejor, participar en actividades físicas y reducir el riesgo de hospitalización.

## Tratamiento y Medicación

El tratamiento del asma varía, con medicamentos que se dividen en dos categorías: alivio rápido y control a largo plazo. Los medicamentos de alivio rápido abordan los síntomas inmediatos, mientras que el control a largo plazo ayuda a prevenir ataques frecuentes y graves. Es crucial tomar los medicamentos recetados según las indicaciones y estar al tanto de los posibles efectos secundarios.

## Creando tu Plan de Acción para el Asma

Trabaja conu médico para desarrollar un plan de acción personalizado para el asma. Comparte este plan con las personas relevantes y mantenlo accesible. Incluso cuando no tengas síntomas, continúa tomando los medicamentos de control a largo plazo según lo recetado.

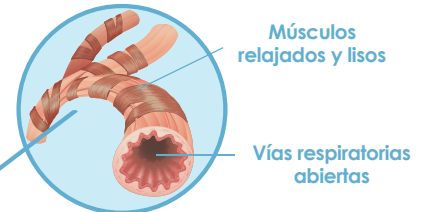
## Vía Respiratoria Asmática

Recuerda, comprender y manejar el asma te permite llevar una vida plena. Si sospechas que tienes asma o tienes inquietudes, consulta a tu médico para recibir orientación adaptada a tus necesidades específicas.

## VÍA RESPIRATORIA ASMÁTICA



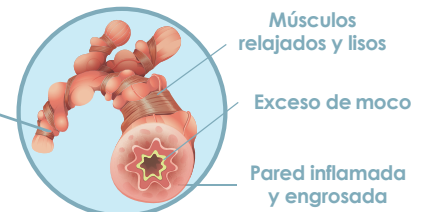
### VÍA RESPIRATORIA NORMAL



Músculos relajados y lisos

Vías respiratorias abiertas

### VÍA RESPIRATORIA ASMÁTICA

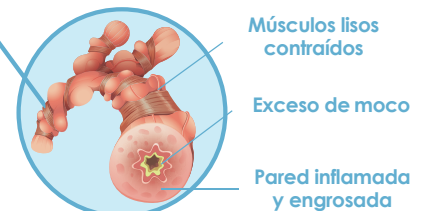


Músculos relajados y lisos

Exceso de moco

Pared inflamada y engrosada

### VÍA RESPIRATORIA ASMÁTICA DURANTE UN ATAQUE



Músculos lisos contraídos

Exceso de moco

Pared inflamada y engrosada



**unitedag**  
CLINICA DE SALUD Y BIENESTAR

**COLUSA**  
412 4th St.  
Colusa, CA 95932  
707.732.8679

**CHICO**  
1074 East Ave. Suite Q  
Chico, CA 95926  
707.732.8679

**SANTA MARIA**  
2605 S. Miller St. # 100  
Santa Maria, CA 93455  
805.888.7019

[www.ua.clinic](http://www.ua.clinic)

**SALINAS**  
333 Abbott St. Suite A  
Salinas, CA 93901  
831.206.1201

**VISALIA**  
315 S. Johnson St.  
Visalia, CA 93291  
559.713.0422