

SEÑALES DE ADVERTENCIA DEL ASMA (ASTHMA EARLY WARNING SIGNS)

- | | |
|--|--|
| * Disminución de aire en el medidor | * Pálido/Palidez |
| * Tos, Tos seca | * Cambio de postura/Agachado |
| * Respiración Ruidosa | * Piel pegajosa |
| * Pecho apretado/Pesado | * Color oscuro debajo los ojos |
| * Dificultad en respirar/Falta de aire | * Comezón |
| * Sentirse nervioso/Irritable | * Roncar |
| * Sentirse mentalmente aislado | * Cambios en modelo del lenguaje |
| * Inquietud | * Boca seca/Aumento de sed |
| * No puede dormir | * Dolor de cabeza |
| * Cansado | * Nariz congestionada/Tapada/Escurriendo |
| * Sentirse débil/Bajo nivel de energía | * Estornudar |
| * Disminución en la tolerancia de ejercicio | * Ojos llorosos/Comezón de ojos |
| * Mareos | * Dolor o comezón de garganta, rasguñosa o seca |
| * Dolor de estómago/Náusea/Pérdida de apetito | * Ronco/Voz casajosa/Voz afonica |

NOTA:

**** *Diferentes personas tienen diferentes síntomas.* La lista son síntomas de advertencia y quejas comunes. Es importante que conozca su cuerpo y determine cuales síntomas son señas de advertencias para usted. Unos síntomas pueden ocurrir con la dificultad en respirar. Otros síntomas pueden empezar antes de que note cambios en su respiración. Por ejemplo, si usted a menudo tiene asma después de una infección respiratoria o reacción alérgica, sus síntomas pueden estar relacionados con el catarro, ojos llorosos, etc. Después de identificar cualquier de estas señas de advertencias, siga su plan de acción.**