

Managing Asthma in Spring

Allergies and Asthma

Spring brings beautiful weather, but it also brings an increase in asthma triggers. Pollen, grass, and mold are common in the springtime. Your doctor may be able to change your child's medication to prepare for the spring. Talk to your doctor if your child has more asthma symptoms in the spring. Help your child to stay healthy. Here are some ways to help.

Have your child change clothes when coming in from outside. Use the air conditioner on "re-circulate" mode. Keep the bathroom doors open to prevent mold.

Taking these steps can help you and your child to reduce symptoms and enjoy the spring.



Trigger of the Month: Furry Pets

Pets like dogs, cats, and hamsters can cause asthma symptoms. To reduce fur and dander, keep the pet out of the bedrooms, and clean furniture regularly. If your pet gives your child bad asthma symptoms, giving the pet to a relative or neighbor might be a good solution.



? Question from a Parent ?

My child has allergies. Does this mean that he also has asthma?

Some people with allergies have asthma, and some people do not. If your child coughs a lot or has trouble breathing, you should see a doctor. Only a doctor can tell you whether or not your child has asthma.

SCHOOL ANNOUNCEMENT



BRAINTEASER

What are the differences between allergens and irritants?

Both allergens and irritants are kinds of asthma triggers that should be avoided. Allergens affect the immune system and the airways. Some examples are pets, pollen, and mold. Irritants affect the airways. Some examples are smoke, perfumes, and chemicals.



Next month: SZN June 2009

Asthma-friendly family activities

Controlando el asma en la primavera

Las alergias y el asma

Con la primavera viene el tiempo lindo, pero viene también los provocadores del asma. El polen, las hierbas, y el moho son comunes durante la primavera. Su doctor puede cambiar la medicación de su niño para preparar para la primavera.

Hable con su doctor si su niño tiene más síntomas del asma durante la primavera.

Puede ayudar a su niño para controlar su salud. Aquí hay algunos consejos. Su niño debe cambiar la ropa cuando entre la casa de afuera. Use la maquina del aire acondicionado en la modalidad de "re-circulación." Mantenga las puertas del baño abierta para prevenir el mojo. Consiga estos consejos para reducir los síntomas del asma y disfrutar la primavera.



Provocador del mes: El pelo de animales

Los animales domésticos como los perros, los gatos, y los hámsteres puede provocar los síntomas del asma. Para reducir el pelo, no permita el animal en el dormitorio y limpie los muebles con frecuencia. Si el animal doméstico causa síntomas de asma muy serios, dar el animal a un pariente o un vecino sea buena solución.



? Pregunta de un padre ?

Mi niño tiene las alergias. ¿Tiene el asma también?

Algunas personas con la alergias tiene el asma, y otras no lo tienen. Si su niño tiene la tos con frecuencia o sufre de una dificultad de respiración, tráigalo al doctor. Solamente un doctor puede determinar si su niño tiene el asma.

ANUNCIOS DE LA ESCUELA



ROMPECABEZAS

¿Qué es la diferencia entre un alérgeno o un irritante?

Los alérgenos y los irritantes son tipos de provocadores del asma, y se debe evitarlos. Los alérgenos afectan el sistema inmunológico y el tubo bronquial. Algunos ejemplos son el pelo de los animales, el polen, y el moho. Los irritantes afectan el tubo bronquial. Algunos ejemplos son el humos, los perfumes, y las químicas.



El próximo mes: SZN junio de 09

Actividades para la familia

春季如何有效地控制哮喘病

敏感症与哮喘病

春天到来, 天气转暖. 伴随着春季的到来, 环境中能引发哮喘病发的诱因变得越来越多. 春天最常见的哮喘病发诱因有花粉, 草与霉菌等. 春季是哮喘高发季节, 因此要注意孩童的哮喘症状有没有加重或恶化, 以及复发的次数有没有比以前多了. 和你的家庭医生讨论你的观察结果, 他可以决定需不需换小孩子的药量.

为了让你的孩童能度过一个不会被哮喘病烦恼的春天, 你能做的有很多. 当孩童从外面回来时, 让他换另一套衣服. 开空调时, 把冷气机调到空气循环系统. 洗手间的门要时常开着, 以防止霉菌迅速繁殖. 减少小孩子哮喘复发的次数, 他就能像普通孩童一样度过一个愉快的春天.



哮喘病发的诱因：毛绒绒的宠物

宠物如猫, 狗与小白鼠等可引发哮喘病发作. 不要让宠物进入你的睡房. 记得要时常打扫家具. 如果你的小孩子曾因接触过宠物而哮喘病发作, 你可能需要考虑把宠物寄放到亲戚或邻居那里.



? 家长的问题 ?

我的小孩有过敏症, 这是否代表着他同时也患有哮喘病?

有些人有过敏症, 同时也患有哮喘病. 有些人有过敏症, 但却没患有哮喘病. 如果你的小孩时常咳嗽或觉得呼吸困难, 要立即带小孩去看医生. 只有医生才可以诊断出你的小孩是否有哮喘病.

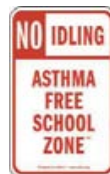
校方通告



难题

过敏原 (接触人体后会引引起过敏反应发生的生物性或非生物性物质) 与刺激物 (接触人体后会引引起刺激反应的生物性或非生物性物质) 有什么不一样?

过敏原与刺激物都是哮喘病诱因的一种. 人体要避免与这两种哮喘病诱因接触. 过敏原对身体的免疫系统与呼吸通道有不好的影响. 常见的过敏原有花粉, 宠物身上的毛, 与霉菌. 刺激物对身体的呼吸通道也有不好的影响. 常见的刺激物有烟, 香味, 与其他的化学物体.



六月 2009 年的校园新闻:
与哮喘病有关的家庭活动

