

## May is Asthma Awareness Month

Every May, people all over the world learn about asthma. Asthma is a special disease because it takes teamwork to control it. For this reason, education is key to helping people with asthma stay healthy.

To control your child's asthma it takes the support and cooperation of others. Caretakers and teachers must be informed and able to act in an emergency. School and home environments must be kept as trigger-free as possible. Families and doctors must work together to find the right medical plan.

All these individuals must think like a team.

Asthma control is a three-legged stool that needs all three legs to stand. Here are the three things needed:



- 1) A good medical plan. Follow the plan even when you feel well. If your health starts to change, tell your doctor. Change the plan together.
- 2) A safe, healthy environment. Remove, reduce and avoid triggers indoors and outdoors. No smoking!
- 3) A support team. Information and cooperation are necessary for building safe, healthy environments that support people with asthma. Start building today!

<b>Trigger of the Month: <i>Fragrances</i></b>	<b>? <i>Question from a Parent</i> ?</b>
<p>Most people think that perfumed products smell nice to everyone. But sweet fragrances can cause allergy and asthma attacks in some people.</p> <p>This month is a good time to educate others if your child is sensitive to scented personal hygiene products.</p> <p>Tell the school about your child's sensitivity. Ask if there is a policy about: perfume, deodorant, air freshener, cologne, hair spray or scented markers.</p> <div data-bbox="630 1010 782 1192" data-label="Image"> </div> <p data-bbox="634 1213 773 1243" style="text-align: center;">Fragrances</p>	<p>My child wants to go to a classmate's birthday party. What can we do to prevent any asthma symptoms?</p> <p>Right away speak with the parents about your child's asthma. You may need to teach them about possible triggers such as smoke, pet dander, physical activity and high emotion. Try not to scare them.</p> <p>If possible, offer to help at the party. There will need to be an adult who knows how to use an inhaler. Be sure to say how happy your child is to be invited. You want your child lead a normal, active life!</p>

## SCHOOL ANNOUNCEMENTS

**NEXT PARENT ASSOCIATION MEETING:**

## BRAINTEASER

Why do some people say asthma control takes a village?

Hillary Clinton said that raising a child took a village. She meant that the world is complicated. Learning about it does not happen in isolation from it. We learn from everything and everyone around us. We need to work together. In the same way, asthma is complicated. And asthma control requires that all members of a community work together.

Next month: Warm Weather Exercise (June 2011)

## El mayo es el mes de conciencia sobre el asma


Durante el mes de mayo, todo el mundo aprende sobre el asma. El asma es una condición especial porque requiere trabajo de equipo. La educación es clave a ayudar a las personas con asma.

Para controlar el asma de su niño, requiere el apoyo y cooperación de otras personas. Cuidadores y maestros necesitan la información necesaria y necesitan saber cómo responder durante una emergencia. El medio-ambiente en hogar y en la escuela debe ser libre de provocadores de asma. Familias y doctores tienen que trabajar juntos para crear un buen plan médico. Todas estas personas tienen que pensar como miembros de un equipo.

El control de asma es como un taburete con 3piernas. Para controlar el asma bien, se necesita tener tres cosas:



- 1) Un buen plan médico. Sigue el plan aun si se siente bien. Si no se siente bien, hable con su doctor, y cambien el plan juntos.
- 2) Un medioambiente seguro y sano. Reduzca y evite los provocadores adentro y afuera. ¡Y no fume!
- 3) Un equipo de apoyo. La información y cooperación son necesarias para construir los medioambientes seguros y sanos para las personas con asma. Empiécelo hoy.

Provocadores del mes: Los perfumes	¿ Pregunta de un padre ?
<p>Muchas personas piensan que los perfumes huelen bien. Pero los perfumes pueden provocar síntomas de alergias y asma en algunas personas.</p>  <p>Este mes es buen tiempo para educar a otras personas si su niño está afectado por perfumes. Hable con las personas en la escuela sobre su niño. Pregunte si hay regulaciones sobre los desodorantes, perfumes, ambientador, laca, o indicadores perfumados.</p>	<p>Mi niño quiere ir a una fiesta de su amigo. ¿Qué puedo hacer para reducir síntomas de asma?</p> <p>Hable con los padres sobre su niño y su asma. Es posible que no sepan de provocadores como humo, caspa de animales, actividad física, y emociones elevadas. Trate de no asustarles. Si es posible, ofrezca a ayudar durante la fiesta. Un adulto que sabe cómo usar una pompa debe estar en la fiesta. Cuente a los padres que su niño está muy emocionado venir a la fiesta. Usted quiere que su niño tenga una vida normal y activa.</p>

## AVISOS DE LA ESCUELA

PRÓXIMO REUNIÓN DE LA ASOCIACIÓN DE PADRES:

## ROMPECABEZAS

Algunas personas dicen que el control de asma requiere un pueblo. ¿Por qué?

Hillary Clinton dijo que crear un niño requiere un pueblo. Es decir que el mundo es muy complicado, y podemos aprender de todo que nos rodea. Necesitamos trabajar juntos. En el mismo modo, el asma es muy complicada y requiere que todos miembros de la comunidad trabajen juntos.

Próximo mes: La actividad física durante el calor (El junio de 2011)

## 五月是哮喘宣传月


每年五月，世界各地都在进行群众性的哮喘知识教育。哮喘是一种很特别的疾病，因为控制哮喘需要的是大家的协力合作。因此，通过宣传教育来提高民众对哮喘的认识是帮助哮喘患者维持健康状况的关键。

控制孩童的哮喘需要的是大家的支持和合作。一定要让看护人员和教师了解孩童的状况。他们也必须知道紧急事件发生时该如何应对。学校和家里都一定要保持环境整洁，以降低孩童接触到哮喘诱因的机率。孩童的家人和医生必须协力合作为孩子定一个最适合他的医疗计划。大家必须一起合作，计划。

哮喘就像张三脚凳，它需要三只脚的支持才能站立着。控制哮喘的要点有三：



- 1) 一个好的医疗计划。按照计划进行治疗，即使您觉得身体健康良好。如果您的身体健康状况开始转变，告诉您的医生。您可以和医生讨论更变您的医疗计划。
- 2) 一个安全，健康的环境。清除，减低和避免接触存在室内与室外环境里的诱因。
- 3) 一个支持您的团队。大家对哮喘认识的提高和协力合作是制造一个即支持哮喘患者，又对其安全，健康的环境的要点。您可以从今天始。

哮喘诱因：香精	? 家长的问题 ?
<p>很多人以为含有香味的产品对每个人都好闻。但对有些人来说，香精的气味反而会引引起过敏和触发哮喘症。</p> <p>如果您的孩童对某些含有香味的个人卫生产品敏感，现在正是对他人进行相关的知识教育的好时机。</p> <p>让校方知道孩童的过敏状况。询问校方有没有任何与香水,除臭剂,空气清新剂,古龙水,喷发胶和含有香味的画笔等有关的规定。</p> 	<p>我的小孩想去同班同学的生日聚会。我该做些什么才能防止小孩的哮喘症在聚会时发作？</p> <p>马上告知那位同班同学的家长你小孩有哮喘。跟那位家长谈轮一下关于你小孩的哮喘症状。你可能需要教他识别各种各样触发哮喘的诱因例如烟雾，宠物皮屑，剧烈运动，与情绪激动等等。但千万不要将他吓跑。如果可以的话跟举办生日聚会的家长表示愿意那天来帮忙。生日聚会那天总需要一位会用缓解药物吸入器的成人在场。务必要告诉对方你有多高兴你的小孩有被邀请来参加生日聚会。你也想要你的小孩过着个正常，活跃的生活。</p>

### 校方通告

- 老师家长会：
- 
- 

### 难题：为什么有些人说：控制哮喘要倾一村之力？

美國國務卿希拉蕊·克林顿 (Hillary Clinton) 曾经说过养一个孩子要倾一村之力。她的意思是说世界很复杂。要深入了解这个时代就不能与他人他事完全隔离。每个人的生活都是息息相关的。我们都是互相学习。我们需要携手合作。哮喘也是一种很复杂的疾病。要有效地控制哮喘也需要整个社区的成员的努力。

### 六月份的校园新闻： 暖天运动