

This Month: Have a Safe and Healthy Halloween

Have a Happy Halloween

Tips to stay safe and healthy on Halloween: Halloween can be a very exciting night. Too much excitement can trigger an asthma attack. Encourage calm behavior from your child to prevent an attack. Bring all rescue medicine with you for trick-or-treating. If your child has an attack, he or she will still be able to have a fun Halloween. If your child has food allergies check for allergy warnings on all candy before they begin eating it.

Sometimes October weather is cold; sometimes it is warm. If it is cold, make sure your child is wearing warm clothes. Remember to keep his or her mouth and nose warm—cold is an asthma trigger! It is very important to open new Halloween costumes several days before Halloween. If the costume smells, air it out for a few days before your child wears it. Enjoy the celebration in a safe and healthy way!



Trigger of the Month: Strong Smells

Chemicals are used to make furniture, clothing (like Halloween costumes!) and other household items. These chemicals can trigger asthma symptoms and attacks. Any kind of scent-releasing product can trigger asthma symptoms or attacks. Examples of scent-releasing products are candles, air fresheners, cleaning chemicals or perfumes.



? **Question From A Parent** ?

Can my child with asthma wear a mask for Halloween?

Yes! Just check to make sure that he can easily breathe while wearing the mask. If he or she cannot breathe, try making a bigger hole in the mask.

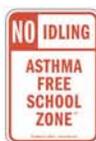
SCHOOL ANNOUNCEMENTS



BRAIN TEASER

How do scented products trigger asthma symptoms or an asthma attack?

They contain allergens that irritate airways and cause them to constrict. The airways get tighter and breathing starts to be more difficult.



Next Month: SZN Nov. '08

How mold affects health

Este mes: Pásenlo bien y saludable el Halloween

Pásenlo bien el Halloween

Consejo para quedar saludable y seguro en las festividades del Halloween: Puede ser Halloween una noche con mucha excitación. Demasiada excitación puede provocar un ataque del asma. Promueva acciones y conducta tranquilas para prevenir un ataque del asma. Llévenlas todas las medicinas de rescate rápido cuando salgan para trick-or-treat. Si tiene un ataque del asma su hijo, puede divertirse su hijo a pesar del ataque. Si tiene su hijo alergias de comidas, mire a sus dulces antes de los come su hijo para prevenir una reacción.

En octubre, algunos días hace frío, otros hace tibio. Si hace frío, asegure que su hijo lleva ropa abrigada. No lo olvide su nariz y boca—el frío puede ser un provocador de un ataque del asma! Es muy importante abrir los disfraces unos días antes del Halloween. Si tiene olor el disfraz, airee por unos días antes de lo lleva su hijo. Disfrútense la celebración por maneras saludables y seguras!



Provocador del mes: Olores fuertes

Se usan químicos para hacer los muebles, la ropa (como los disfraces del Halloween!), y otras cosas del hogar. Todas las cosas que despidan un perfume pueden provocar un ataque del asma. Ejemplos de las cosas que despidan un perfume son las velas con olor, los ambientadores, los químicos para limpiar o los perfumes.



? Pregunta De Un Padre ?

Puede llevar mi hijo una máscara para su disfraz aunque tiene el asma?

Si! Solamente hay que asegure que puede respirar cuando lleve la máscara.

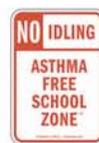
ANUNCIOS DE LA ESCUELA



ROMPECABEZA

Cómo provocan las cosas con perfume unas síntomas del asma o un ataque del asma?

Contienen unas cosas que molestar las vías respiratorias y las causan encoger. Las vías respiratorias se hacen más apretadas y empuja



El próximo mes: SZN Nov. '08

Como la moha afecta la salud

如何度过一个即平安又愉快的万圣节

祝你度过一个愉快的万圣节

对小孩子来说，万圣夜是一个非常刺激的夜晚，但过多的刺激反而会使他的哮喘病发作。为了防止哮喘病突然病发，不要让小孩子过度兴奋。当你带你的小孩子挨家逐户地讨糖果等礼物时，随身携带着哮喘病病发时所需要的急救药物。就算他的哮喘病真的有发作，他照样可以度过一个愉快的万圣节。如果他对某一些食物过敏，一定要在他吃糖果之前读清楚糖果包装纸上的成分表，检查清楚糖果是否含有那些食物。

十月的天气变化多端，时冷时热。天冷时，要记得让小孩子多穿几件衣服保暖。因为寒冷的天气也会引起哮喘病病发。在万圣节前几天就得拆开新买的万圣节服装。如果万圣节服装有不好闻的气味，在小孩子穿之前就要把服装拿出来晾几天。祝你跟你的孩子度过一个平安与愉快地万圣节。



能引起哮喘病发作的刺激物：气味

家具，家庭用品和衣服，例如万圣节服装，都含有化学物质。化学物质可以引起哮喘病病发。



任何一种带有气味的产品，例如蜡烛，空气清新剂和香水等，都可以导致哮喘病发作。

? 家长的问题 ?

我的小孩子可不可以在万圣节的时候戴面具?

当然可以，但记得确定小孩子戴上面具之后还可以轻易地呼吸。如果不行的话，试着把面具的嘴巴部分变大一点。

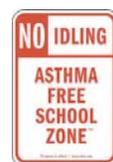
校方通告



难题

带有气味的产品如何引起哮喘病病发?

它们含有能刺激呼吸气道并使其收缩的变应原（能引起的过敏症的东西）。当呼吸气道收缩得越来越小，呼吸会变得越来困难。



十一月份的校园新闻

如何应付变化多端的天气.