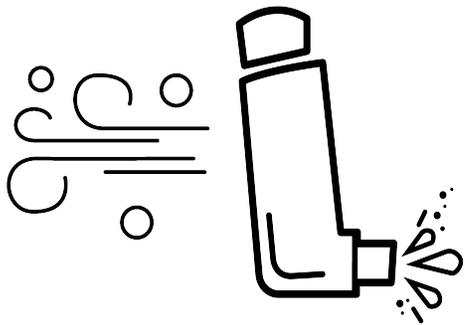


QU'EST-CE QUE L'ASTHME ?

L'asthme est une maladie pulmonaire chronique qui affecte les passages respiratoires à l'intérieur des poumons. Qu'il soit léger ou grave, l'asthme peut mettre la vie en danger s'il n'est pas bien contrôlé.



SYMPTÔMES ET EFFETS

- Toux
- Respiration sifflante
- Essoufflement
- Une sensation d'oppression thoracique.
- La pneumonie et la grippe peuvent être mortelles pour les personnes souffrant d'asthme.

GARDER L'ASTHME SOUS CONTRÔLE

- Utilisez-vous vos médicaments de secours plus que 3 fois par semaine ?
- Vous réveillez-vous pendant la nuit plus d'une fois par semaine à cause de vos symptômes ?
- L'asthme vous empêche-t-il de faire de l'exercice ou d'effectuer des activités habituelles comme le ménage ?
- Manquez-vous le travail ou l'école à cause de votre asthme ?

Si vous souffrez d'asthme et que vous avez répondu "oui" à l'une de ces questions, **votre asthme n'est pas bien maîtrisé.**

La bonne nouvelle, c'est qu'il existe des moyens pour le contrôler.



- Les symptômes peuvent être contrôlés, évités ou calmés par des médicaments
- Vous pouvez également éviter les facteurs déclenchants, notamment le tabagisme, les vapeurs, la poussière, les moisissures, les animaux domestiques, le pollen et l'exposition aux infections respiratoires.
- Restez à jour des vaccins contre les maladies respiratoires telles que la pneumonie et la grippe.



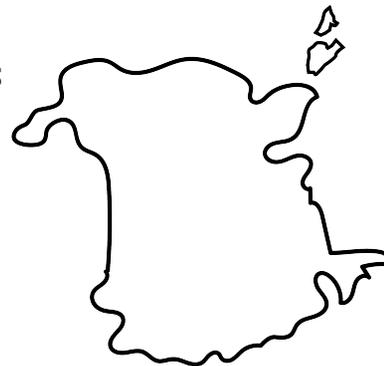
LE SAVIEZ-VOUS ?

ENVIRON

1 NÉO-BRUNSWICKOIS
1 SUR 10

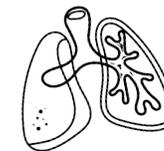
EST ATTEINT DE
L'ASTHME *

*Source: Statistics Canada



COMMENT POUMON NB VOUS AIDE

On offre des conseils et de l'éducation aux patients, et on milite pour un meilleur accès aux médicaments.



Pour plus d'informations, veuillez nous contacter à l'adresse info@nblung.ca, ou appeler le 506-455-8961.