

Asma

Lo sapevi?



Mito

Realtà

Le allergie non sono correlate all'asma.



Molte persone con asma presentano anche allergie. Le allergie possono favorire l'insorgenza di tosse, affanno e dispnea. Il trattamento delle allergie comporta spesso il miglioramento dei sintomi dell'asma.

I bambini con asma non possono praticare sport.



I bambini con asma possono praticare sport se l'asma viene tenuta sotto controllo. La regolare attività fisica aiuta i nostri piccoli a rimanere in forma e migliorare la capacità polmonare.

Se non hai l'affanno, non hai l'asma.



I sintomi dell'asma variano da persona a persona. I sintomi comuni comprendono tosse, affanno, dispnea, affaticamento e oppressione toracica.

La qualità scadente dell'aria all'esterno è il fattore principale nello sviluppo dell'asma.



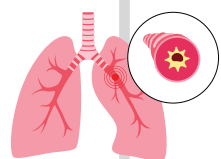
La qualità dell'aria all'esterno è uno dei numerosi possibili fattori di sviluppo dell'asma. Poiché anche la qualità dell'aria negli ambienti interni è importante, in casa elimina eventuali parassiti, muffa e fumo di tabacco.

Le vaccinazioni (come quelle contro l'influenza o il COVID-19) favoriscono gli attacchi di asma.



Le vaccinazioni possono contribuire a proteggere la salute di tutti. I vaccini sono raccomandati per gran parte dei soggetti con asma. Per eventuali domande, contatta il tuo operatore sanitario.

L'asma può essere curata, oppure può passare da sola nel tempo.



Non esiste una cura contro l'asma, ma è possibile controllarla mediante l'assunzione di farmaci.

I farmaci contro l'asma vengono utilizzati solo in caso di attacco d'asma.



I farmaci rappresentano uno dei principali strumenti per gestire i sintomi dell'asma ed evitare che peggiorino. Assumi i farmaci contro l'asma nelle modalità prescritte, anche in assenza di sintomi.

I distanziatori sono riservati solo ai bambini.



I distanziatori sono importanti per tutte le età perché consentono al farmaco di raggiungere i punti necessari nei polmoni, anziché rimanere nella bocca o nella gola.

Per maggiori informazioni o per usufruire dei servizi riservati alle persone con asma, visita il sito nyc.gov/health/asthma o chiama il **311**.

Asthma



Did you know...?



Myth

Allergies are not related to asthma.



Children cannot participate in sports if they have asthma.



If you are not wheezing, then you do not have asthma.



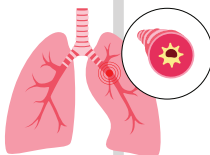
Poor outdoor air quality is the most important factor for developing asthma.



Immunizations (such as the flu or COVID-19 vaccine) will trigger an asthma attack.



Asthma can be cured, or you can outgrow asthma.



Asthma medicine is only used when a person is having an asthma attack.



Spacers are only for children.



Fact

Many people with asthma also have allergies. Allergies can trigger coughing, wheezing and shortness of breath. When allergies are treated, asthma symptoms often improve.

Children with asthma can play sports as long as their asthma is under control. Regular exercise helps kids stay fit and improves lung function.

Asthma symptoms differ for everyone. Common symptoms include coughing, wheezing, shortness of breath, fatigue and chest tightness.

Outdoor air quality is one of many possible factors for developing asthma. Indoor air quality is also important, so keep your home free of pests, mold and tobacco smoke.

Immunizations can help everyone stay healthy. Vaccines are recommended for most people with asthma. Talk to a health care provider if you have questions.

There is no cure for asthma, but it can be controlled by avoiding triggers and taking medicines.

Medicines are one of the most important tools for managing asthma symptoms and preventing them from getting worse. Take asthma medicines as prescribed, even if you do not have symptoms.

Spacers are important for all ages because they help make sure the medicine gets into your lungs where it is needed, rather than your mouth or throat.

To learn more or find asthma services, visit nyc.gov/health/asthma or call **311**.