

哮喘发作会使人呼吸困难，并会引起咳嗽、气喘、气促或胸闷等症状。

下面介绍控制哮喘的几个简单步骤：

1. 尽可能避开哮喘诱因
2. 了解我们的药物的作用和给药时间
3. 以恰当方法使用恰当给药装置
4. 遵循您的行动方案

我现在能控制哮喘了！



如果您的状况符合以下条件，您的哮喘已得到有效控制：

- 白天没有症状
- 夜间没有症状
- 正常身体活动不受限制
- 不再需要缺课或缺勤
- 除因运动偶尔需要外，平常不再需要服用缓解药物

我现在能控制哮喘了！

哮喘不必控制您的生活。

您现在可以自己控制您的哮喘了！

但请记住如下简单步骤



1. 避免哮喘诱因	+	2. 服药	+	3. 正确使用吸入器	=	哮喘得到控制
-----------	---	-------	---	------------	---	--------