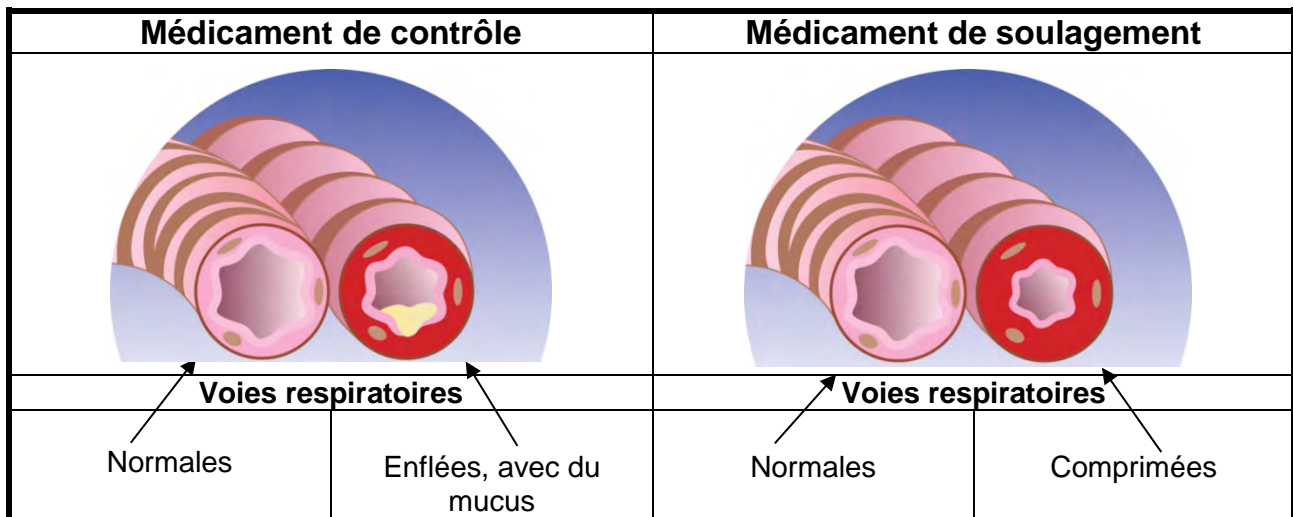


2. Prenez vos médicaments – sachez comment ils fonctionnent et à quel moment les utiliser

On utilise les médicaments contre l'asthme depuis de nombreuses années. Il est prouvé qu'ils sont sûrs et efficaces.

Il existe deux types de médicaments inhalés : les médicaments de « contrôle » et les médicaments de « soulagement ».

Médicaments de contrôle	<ul style="list-style-type: none"> Les médicaments de contrôle sont des corticostéroïdes, qui favorisent la guérison. Ils aident aussi à réduire l'enflure et la quantité de mucus dans les voies respiratoires, qui deviennent ainsi moins sensibles aux facteurs de déclenchement. Prenez-les chaque jour, même si vous n'avez aucun symptôme, pour qu'ils vous aident à bien maîtriser votre asthme.
Médicaments de soulagement	<ul style="list-style-type: none"> Les médicaments de soulagement relaxent temporairement les muscles autour des voies respiratoires pour atténuer les symptômes tels que la toux, la respiration sifflante, l'essoufflement ou l'oppression thoracique. Utilisez-les au besoin.
Rappels importants	<ul style="list-style-type: none"> Sachez détecter si vos médicaments sont expirés ou si leur contenant est vide. Remplacez le tube d'espacement si des valves sont manquantes ou cassées. Apportez TOUS vos médicaments contre l'asthme à chaque rendez-vous de contrôle de l'asthme.



3. Vérifiez votre technique d'utilisation d'un inhalateur

- ✓ Il est crucial d'utiliser la bonne technique pour maximiser la quantité de médicament qui atteint vos poumons.
- ✓ Vérifiez votre technique à chaque rendez-vous de contrôle de l'asthme.
- ✓ Vous trouverez des démonstrations sur notre site Web à l'adresse <https://ucalgary.ca/icancontrolasthma/devices>.