

**Asthma:**



# Monster-mäßig erklärt

Je besser Du Dein Asthma verstehst, desto sicherer wirst Du mit der Zeit im Umgang damit.



## Was ist Asthma?

Asthma führt dazu, dass Deine Atemwege anschwellen und Du nicht mehr richtig Luft bekommst.

## Wusstest Du schon?

Bei Asthma spielt Dein Immunsystem verrückt. Es reagiert empfindlicher auf eigentlich harmlose Reize.

## Meine Auslöser

Wenn Du weißt, was Dein Asthma auslöst, schreib es hier auf. Es ist auch ok, wenn Du das nicht weißt.

---

---

---

---



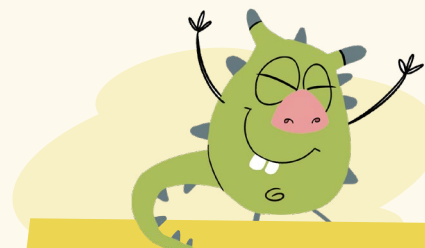
## Warum muss ich meine Medikamente einnehmen?

Solltest Du von Deiner Ärztin oder Deinem Arzt eine Medizin zur täglichen Einnahme bekommen haben, ist es wichtig, dass Du diese auch jeden Tag benutzt. Sie kann einen Asthma-Anfall verhindern.



## Hast Du schon einen Notfallplan?

Neben der Einnahme Deiner Notfallmedizin gibt es noch ein paar andere Dinge, die im Notfall zu beachten sind. Deine Ärztin oder Dein Arzt kann Dir einen Notfallplan erstellen.



## Was ist ein Auslöser?

Auslöser sind Dinge, die einen Anfall verursachen, wie Allergien gegen Haustiere, kalte Luft oder Staub. Auch Sport kann manchmal einen Anfall auslösen.

## Meine Medizin

Meine Asthma-Medizin heißt

---

---



## Wie wirkt meine Notfallmedizin?

Sie sorgt dafür, dass es Dir schnell besser geht, aber sie ist nicht das Gleiche wie die Medizin, die Du vielleicht täglich einnehmen musst.

## Meine Ärztin/mein Arzt

Meine Ärztin/mein Arzt heißt

---

---

Die Adresse lautet:

---

---

## Noch Fragen?

Solltest Du noch Fragen haben, schreibe sie Dir hier auf und nimm sie mit zum nächsten Besuch bei Deiner Ärztin oder Deinem Arzt.

---

---

---