

# 천식



기관지에 염증을 일으키고 기도를 좁히는 만성폐질환

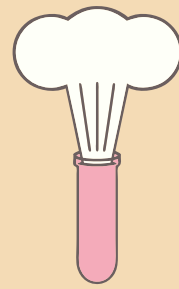
## 일반적인 원인과 위험요인에는 무엇이 있나요?



임신 중 또는 생후 첫 몇년 안에 담배연기에 노출



대기오염 또는 알레르기 유발물질에 노출



화학물질 또는 산업현장에서 발생하는 먼지에 노출



가족력 또는 유전요인에 의해

## 징후 및 증상



짧아진 호흡



호흡곤란



마른 기침



밤중 심한 기침



쌩쌩거림



가슴통증

천식 환자에게 다음과 같은 증상들이 나타날 수 있습니다

- 증상들은 있다가 금세 없어질 수도 있고 하루에도 수차례 같은 증상들이 반복될 수 있습니다.
- 독감과 같은 바이러스 감염에 의해 증상이 심해 질 수 있습니다.
- 운동이나, 알러지, 차가운 공기, 또는 과호흡에 의해서 증상이 나타날 수 있습니다.
- 밤 중 또는 아침에 심해질 수 있습니다.

## 생활 속에서 어떻게 천식을 관리 할 수 있나요?

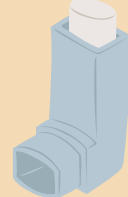


처방전에 따라 약을 복용합니다.



예방접종을 받습니다.

- 파상풍, 디프테리아, 백일해
- 폐렴구균
- 독감
- 대상포진



증상완화제를 항상 소지합니다.



증상을 악화시키는 요인을 파악하고 노출을 피합니다.

## 천식은 코로나감염증으로부터 생길 수 있는 중증질환에 대한 위험을 증가시킬 수 있습니다.



코로나감염증으로부터 내 자신을 지킬 수 있는 방법들:

- 정기적으로 집안을 소독하고 손씻기를 생활화합니다.
- 천식을 일으킬 수 있는 소독제를 피합니다.
- 해당 카운티에 COVID-19 예방접종이 가능할시 반드시 접종하시기 바랍니다.



COVID-19 VACCINE & DISEASE STATE INFOGRAPHICS:

[HTTPS://TINYURL.COM/MEDICATION-ADHERENCE](https://tinyurl.com/Medication-Adherence)

COVID-19 백신에 대해 더 알고 싶으시다면 (402) 732-2627 로 문자 보내 주시기 바랍니다.

SCAN ME