



Early Warning Signs and Symptoms of Asthma Flares

Asthma flare-ups or exacerbations (attacks) rarely occur without warning. Most asthmatics experience some physical changes hours before symptoms appear. Warning signs are not the same for everyone and may be different at different times for the same person. By knowing a child's warning signs and acting on them, you may be able to help avoid a serious flare-up or asthma symptom exacerbation.

- Think back to your child's last asthma flare. Did they have any of the signs or symptoms below?
- Check off the warning sign(s) and symptom(s) listed below that your child has experienced. Show them to your doctor and the school asthma action team.
- Instruct your child and school staff on how to follow the asthma control plan as soon as signs or symptoms appear.

Early Warning Signs

Check here

- Drop in peak flow meter reading
- Itchy, watery or glassy eyes
- Itchy, scratchy or sore throat
- Sneezing
- Congestion
- Restlessness
- Runny nose
- Dark circles under eyes

Symptoms

Check here

- Drop in peak flow meter reading
- Chronic cough, especially at night
- Difficulty breathing
- Chest starts to feel tight or hurts
- Breathing faster than normal
- Become breathless easily
- Tiredness
- Other: _____

My child's most common early warning signs of an approaching asthma flare-up are:

Es muy raro que el episodios de asma ocurra sin señal. Casi todos los asmáticos sienten algún cambio físico horas antes que los síntomas aparezcan. Señales de advertencia no son igual para todos y pueden ser diferentes en ciertas ocasiones aun para la misma persona. Al conocer las señales de advertencia y tomar acción, tu tal vez puedas prevenir el episodio fuerte o el ataque de asma.

- Recuerda el ultimo episodio de asma de tu hijo/hija. Tuvieron alguno de los síntomas que se mencionan abajo?
- Marca las señales de advertencia o los síntomas mencionados abajo que se notaron en tu hijo/hija. Demuestra esto a tu doctor y al equipo de acción de asma.
- Enseña a tu hijo/hija y a el personal de escuela sobre como seguir el plan de control de asma encunto las señales de advertencia o los síntomas aparezcan.

Temprana Señales de Advertencia

Marca aquí

- Caída de el flujo con el medidor
- Ojos con comezón o lagrimeo apareciendo transparentes
- Comezón, rasposa o dolor de garganta
- Estornudo
- Congestión
- Inquietud
- Escurremiento de nariz
- Círculos oscuros debajo de los ojos

Síntomas

Marca aquí

- Caída de el flujo con el medidor
- Tos crónica especialmente por la noche
- Dificultad con la respiración
- Sensación de pecho apretado o con dolor
- Respiración mas rápida de lo común
- Sentir falta de respiración fácilmente
- Cansancio
- Otro: _____

Las señales de anticipo de mi hijo/hijo causadas por un episodio de asma son:
