

Babala at Sintomas ng Hika

Maagang babala ng palatandaan at sintomas:

- Pag-ubo. (Araw at gabi)
- Paghingang may kaakibat na tunog o huni.
- Mabilis na paghingang di pangkaraniwan.
- Nakakaramdam ng pagkapagod.
- Paninikip ng hininga.
- Sipon o pangangati ng lalaunan.



Kapag nakakaramdam ka ng ganitong mga palatandaan:

- 1) Uminom agad ng pangmadaliang lunas na gamot.
- 2) Sumangguni sa iyong planong isinagawa laban sa hika.
- 3) Umiwas sa mga sanhi ng hika.

Kung makakaramdam ka ng senyales ng inyong sakit, agad na tumawag sa iyong manggagamot o humingi the tulong para sa atenson na pang-medikal:

- Sobrang bilis ng paghinga at pangunguba ng katawan.
- Malalang hiningang may tunog o huni.
- Lumalaking butas ng ilong sa bawat paghinga.
- Nahihirapang lumakad, magsalita o kumain.
- Ang balat sa pagitan ng mga tadyang umiinat.
- Mga labi, balat o mga kuko ay nagkukulay asul. Agarang tumawag sa 911.
- Kapag ang madaliang gamot panglunas ay hindi tumatalab maka-20 or 30 minuto – Tumawag sa 911



Kung makakaramdam ka ng alinmang mga ganitong mga sintomas:

- 1) Tumawag ka agad sa iyong manggagamot o kumuha ng tulong na pang-medikal.
- 2) Tingnan ang iyong planong gagawin laban sa hika.
- 3) Uminom ng gamot para sa pangmadaliang ginhawa.

