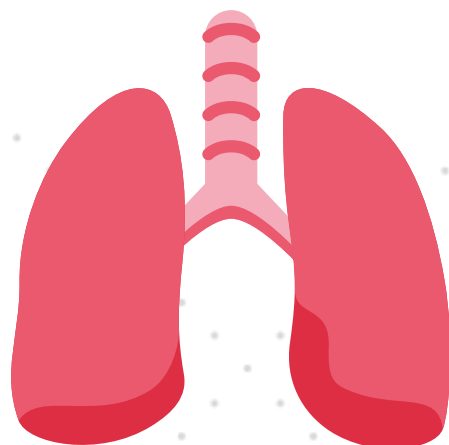


HIKA

Pang matagalang sakit sa бага



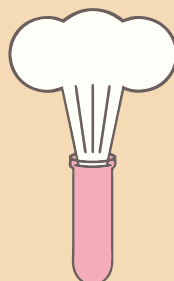
SANHI



Paglanghap ng usok ng sigarilyo habang nasa sinapupunan o unang taon ng pagkabuhay



Pulyosyon sa hangin o alerhiya



Kemikal na usok



Nasa lahi

Senyales at Simtomas



SHORTNESS OF BREATH



DIFFICULTY BREATHING



DRY COUGH



NIGHT COUGH



WHEEZING



CHEST PAIN

Ang mga pasyente na may hika ay nakakaranas ng mga simtomas na ito:

- *Pwedeng meron o wala*
- *Pinapalala pag may inpeksyon gaya ng sipon*
- *Pinapalala pag nag eehersisyo, malamig ng hangin, alerhiya, o paghinga ng mabilis*
- *Lumalala sa gabi o sa umaga*

PAANO MABUHAY SA HIKA?



Inumin ang gamot na reseta ng Doktor



Magpabakuna

- *Tdap*
- *Pneumococcal*
- *Influenza*
- *Shingles*



Abot kamay ang inhaler



Alamin at iwasan ang mga nakahapag palala sa hika

ANG HIKA AY MAARING MAGING SANHI NG MALALANG SAKIT NA DULOT NG COVID-19

Protektahan ang sarili sa COVID-19:

- Kausapin ang miyembro ng Pamilya na disimpektahin ng bahay palagi at maghugas ng kamay
- Huwag maghawak ng mga disinfectant na magpapalala sa hika
- Magpabakuna ng COVID-19 sa lugar kung meron.



SCAN ME

COVID-19 VACCINE & DISEASE
STATE INFOGRAPHICS:

[HTTPS://TINYURL.COM/AMCPHEALTHHELPER](https://tinyurl.com/amcphealthhelper)

TEXT (402) 732-2627 TO
LEARN MORE ABOUT THE
COVID-19 VACCINE