

## Din behandlingsplan, astma

### Hjälp att sluta röka

.....

### Kost och motion

.....

### Regelbunden medicinering

.....

### För att lindra akuta symtom

.....

### När du har akuta tillfälliga besvär

.....

### När du har akuta svåra besvär

.....

### När du är förkyld

.....

### När du har längre perioder av försämring

.....

### Vaccination

.....

### Min astma/KOL-sköterska och läkare

.....

### Telefonnummer till vårdcentralen

.....