

# Asthme : chassons les idées reçues !



Avec un asthme bien contrôlé, vous pourrez :

- ✓ Éviter les gênes respiratoires et les crises
- ✓ Pratiquer des activités physiques ou le sport que vous aimez
- ✓ Ne plus avoir de réveils la nuit à cause de la maladie
- ✓ Retrouver du souffle

**Ne laissez pas l'asthme vous contrôler !**

- ✓ Des solutions existent !
- ✓ Informez-vous auprès de votre médecin ou de votre pharmacien
- ✓ Contactez l'Association Asthme & Allergies : **N° Vert 0 800 19 20 21**  
ou sur [www.asthme-allergies.org](http://www.asthme-allergies.org)

**Asthme & Allergies**  
ASSOCIATION

Membre de la Fédération Française de Pneumologie

**FFP**  
Fédération Française de Pneumologie

Avec le parrainage de l'EFA

**EFA**  
European Federation of  
Allergy and Airways Diseases  
Patients Associations

Document réalisé avec le soutien du laboratoire **gsk**