

Asma terjadi akibat peradangan pada saluran napas akibat terlalu responsif terhadap suatu rangsangan. Akibatnya, saluran napas menjadi sempit dan diperparah dengan pengeluaran lendir. Penderita akan merasa kesulitan bernapas, terutama saat menghembuskan napas.

Asma dapat disebabkan oleh alergi dan tekanan psikis. Tanda-tandanya adalah terlihat sulit bernapas dengan periode menghembuskan napas yang panjang. Terkadang disertai bunyi mengi saat mengeluarkan napas, cemas, kulit wajah pucat dan membiru, serta jika dibiarkan bisa menyebabkan pingsan.

Menurut Stanley M. Zildo seperti dikutip dari bukunya yang berjudul "First Aid", "Cara Benar Pertolongan Pertama dan Penanganan Darurat", asma membutuhkan penanganan segera sebab dapat berbahaya.

### **Langkah-langkah yang dapat dilakukan antara lain :**

1. Tenangkan penderita.
2. Bantu penderita untuk duduk dan istirahat.
3. Bantu penderita mengambil atau mencarikan obat.
4. Biarkan penderita menggunakan obat inhalernya sendiri.

5. Sebisa mungkin hindari penderita dari sumber alergi.
6. Jika merupakan serangan pertama atau terlihat berkepanjangan, segera bawa layanan medis.
7. Jika tidak sadar, segera bawa ke layanan medis.
8. Jangan memaksa penderita untuk tidur terlentang karena penderita lebih nyaman dalam keadaan duduk.
9. Jangan banyak bertanya pada penderita, karena biasanya ia sulit berbicara.