

# Tuaany pöt de piöu

Athöör ë Baai lëk yith

## Yeenjö ye tuaany pöt de piöu?

Thëe ke akëël de wäl aaye tuaany de piöu ku tuöc de piöu bëïi ënönj kóc. kóc aaye dóc wuöc në tuaany pöt de piöu.

Ló biyic de tuaany pöt de piöu aye lueel mën yen röt juak të cī akëël de wäl röt liäap ke awuöü de yom ku piü tō në yomic, ku cök kóc juëc yök tuaany de piöu ne yomic në thaa thiin kor.

Nyin de akëël de wal aye yom gop të cī rut dhiääm ku leer të mec; kök aaye yiic ræt ku weer nyin röth piny në yomic ku liëpkë röth në aliir ye bën nhial ke piü. Nyin ke wal aaye kuur arët ku yekënë yenëëka ye keek röth rat në kóc piöüth ku yiënkë kóc tuaany de piöu, ku pëlkë kóc wëëi apieth.

Ekënë alëu bë bën ke rac arëtic. Nëlántönjtëi, ke kóc juëc aaye lo paan de akim koor në thaa tök. Ekëne ee alojeth bëïi ënönj kóc ke kuny de piir.

Ajuëer de jiëëm de tuaany pöt de piöu acie yetö në nyindhie, ku kacii röt ye looi në ruön thok ëbën. Në biäk ciëem de Yötherelia, ëkee röt looi të cī akëël de wal tøj në kön ku kol

**Tuaany pöt de piöu** ee kóc döm tönönj yin piöu tëtök ka **atuöc de piöu** — kóc ye tuaany de piöu ke tiaam arët aaye kóc ye piöüth yuit të yool keek ku kóc nönj atuöc de piöu banj thin. Yenëka yen pieth bë kóc nönj piöüth tëtök ke tuaany de piöu nyic ku të bīkee röth ya gël thin të cii rut bën (kön ku kol).

Akcor ba pinj apieth mën nönj en kajuec kök lëu bīkë döm cī tuaany de piöu në yī guöp. Aaye yiic wuöc tönönj kóc ye tuaany, keekäkë, aaye kã cīt yik:

- liëer de guöp ku tuöc de guöp
- liëer de guöp ku wiir në kóc piöüth
- yool tönönj en tcor, atuör, pol de akëël de wal ku läi.
- Të cīn guöp tuöc në pol ku cãth
- Tool de mac ku tau
- wäl ye nuac cī röth liääu

Ciit ke döm de tuaany de piöu ku döcden ee thönj ëbën.

Kã koor ba ya tak tönönj en jiëëm de tuaany pöt de piöu cī löny keekkë:

- aacie tō në nyindhie ku kaacie keek ye tuaany de piöu ca tō në ruön thok
- aaye kóc juëc döm në thaa tök
- aaye kóc döm kóc nönj:
  - gup tëtönj de piöu
  - kóc nönj gup tuaany de tëtök de piöu kënë nyic (tëtönj kënë them paan de akim)
  - kóc cī tëtönj de piöu ke kön döm
  - kóc ye piöüth nanj atuöc, kóc tuaany ka kóc kënnë tuaany në piöu ke döm
- Kóc nönj atuöc de piöu, paan ciëem de yötherelia aacie dik kenë akëël de wal rut, ku kaa ye tuaany de piöu ke dóc yök

## Yee jam de tuaany de piöu rot jock na?

Ajuer de jießem de tuaany pöt de piöu acie yetö në nyindhie, ku kacii rot ye looi në ruön thok ebën. Në ban ciem de Ÿotherelia, ekee rot looi të cı akëel de wal ten në kön ku kol.

## Yeeja lëu bë tuaany pöt de piöu dom?

Koc lëu bikë tuaany pöt de piöu doc yök aaye:

- koc noj tëtönj de piöu
- koc noj gup tuaany de tëtök kënë nyic(tëtönj kënë them paan de akim)
- koc cı tëtönj de piöu ke kön dom wäär theer
- koc ye piöth nan atuöc ku cikë tuaany ka kënë tuaany në piöu

Koc noj atuöc de piöu paan ciem de Australia aacie dik kenë akëel de wal rut, ku kaa ye tuaany de piöu ke doc yök

Tënoj yin tuaany de piöu, atuöc de piöu ku cii yiguöp ye tiit në tuaany de piöu ëka dom yin

Tuaany de piöu ee koc baai ku koc rook dom të cok en liu në kuatic theer

## Yeejö ye tuaany de piöu nyuöth ku atuöc de piöu?

Koc noj gup tuaany de piöu alëu bë tök ka käjuéc ke yeekäkë röth nyuöth në ke gup:

- yuit de piöu—ee awiiu de piöu te yool ë raan
- kööc de wëei
- adhär de piöu
- yool bääric

Ke ciitkë aaye ye nyuöth men cii rëel ke piöu tuaany

Acie rot ye lëu bë kecikë röth nyuöth kedhie të cın tuaany në piöu, acie raan ebën yen ye cikë röth nyuöth. Thee kök, koc noj tuaany de piöu aacikë ye nyic men cikë tuaany, ku thee kök aayekë tönic. Tuaany de piöu ee bën ku jël në thee kök.

Koc ye nyin tiit në tuaany de piöu aaci tuaany ke ye dom arët

Koc noj atuöc de piöu aaye gup nan keekäkë:

- wumlöör
- kuuk de wum
- thuöny
- Kuuk ku waar de nyin në piöu.

Ke ciitkë aaye ye nyuöth men cı yik piöu ban nhial ku nyin tuaany. Atuöc de piöu acii rot ye nyuöth në kööc de wëei ku yuit de piöu.

## Lëu banaj tuaany de piöu?

Në koc keedhojaniic ke raan tök anoj guöp tuaany de piöu ku ka ye jock në ger de run në piir de raanic. Acii koc ye doc nyic men nojkeek gup tuaany de piöu agut kocdit. Yen apieth ba takic tönöj en ciit ye röth nyuöth në yı guöp, caar yı guöp apieth men noj dët cı rot caal kenë yen ke them paan de akim.

Tuaany de piöu alëu bë tō tönöj yin piöu wiir ku atuöc de piöu ka tönöj ë raan rëer keyin baai guöp tuaany de piöu, ka tönöj yin guöp ciit ke tuaany de piöu :

- yekë bën ka yekë röth looi në thaa tök në ruön thok
- yekë röth looi waköu ka miäkuur në duakduak
- yekë röth looi tönöj en lon thiek ca looi ka të cın cath, të cın wuök ku
- Dockë jäl të cın lo paan de akim bë lodöc.

Në kóc yiic keenuan ye ʒool ku noŋkë piõõth atuõc ke raan tõk anoŋ guõp tuaany de piõu, apieth ba nyic men ye tæŋ de akëël de wal tuaany de piõu ca dît nyin në kóc gup.

Nanoŋ guõp atuõc de piõu ku ye piõu yuit, cie ye wëëi apieth ku ye piõu nãk keyi loor paan de akim bë yin locaar guõp. Anõŋ tuæny kók ye rëël ke piõu thiõõkiic, ku loikë rõth ëke ye tuaany de piõu ëya.

## Yeenõ ba looi ba rot gël në tuaany de piõu eman ruõte?

Ajuæer de jiëëm de tuaany põt de piõu acie yetõ në nyindhie, ku kacii rot ye looi në ruõn thok ëbën. Në biäk ciæm de ʒõtherelia, ëke pieth bi raan ëbën piŋ men ye tuaany tuol të ci akëël de wal tæŋ në kõn ku kol, ku jol ya të bë kóc rõth gël thin të ci tuaany loony.

Kóc tõ në baai yic kedhie apieth bikë ciit ke tuaany de piõu nyic ku [kãŋ keenuan yee ke loi bë raan ci tuaany kony](#) acãn bikë të yennë raan doc kuony thin nyic të cen tuaany në piõu

## Gël de rot të ci tuaany de piõu nyin dît në kóc gup

kóc kedhie ci tuaany de piõu ke löny paanden aakoor bikë:

- piõc në tãn de tuaany de piõu ku kë bikë keek yaa looi të ci tæe ke rut ku lööm de akëël de wal bën
- të lëu en rot, ëka bi rõth ya ʒooc të tueenyë dëŋ ke pen de thiër ku thiër ku rou — ee të ye yom põtë ke dëŋ kën guo tuæny, Loor ʒõndu ku thiëk ʒõthok ku awëer ku na tõ makãna ee piny kõi bë liir/tuc ke lieep emããth bë riŋ.
- noŋ acii de tuaany de piõu ku ba [kãŋ keenuan yee ke loi bë raan ci tuaany kony](#) doc ya looi të cìn e yök në yiguõp, të cïne keek lëk yin në akimdu
- naŋ welkuun ke dõc de tuaany de piõu ye tõ keyin në tæe ye akëël de wal ke tæŋ ku ba të yenë yen luoi thin nyic (kë ca ciet apieth)
- Nyin ya tiit apieth në juer bi tuaany de piõu rot juak ku te yen kóc dam thin të kenë kóc nyin doc tiit në yen tẽnoŋ en raan tõ keyen ka të kën yin rot ca doc në tuaany de piõu në aciirnhom

Kë ba mat keekã cike nyuõõth tueeŋë, ee gël bin rot gël në tuaany.

## Ba rot muk wudë tẽnoŋ yin guõp tuaany de piõu

Tëtõ tuaany de piõu keyin, ke muk në yinhom bë yin ya caar guõp në nyindhie acãn bë tuaany ya tiit nyin apieth në yiguõp ba piir.

Apieth bë acir de gël de tuaany de piõu ya tõ ne yinhom ne nyindhie bë yin ya caar guõp ku ba kã cike lëk yin ya looi, yeetõ we welku në nyindhie të ceth yin, keekãkë, aaye yin kõn kony tueeŋ të ci tuaany de piõu yin guo dõm

## Gël de rot tẽnoŋ en ciit ke tuaany de piõu tõ kenë yin

Të yin ye yök ke noŋ ciit ke tuaany de piõu tõ në yin, keyi loor bë yin locaar guõp acãn bë nyic men tõ ka liu

Na ci tuaany de piõu yin guo yök wenë noŋ ciit ye ye nyuõõth në yi guõp men cë tuaany yin dõm keyi kuany [kãŋ keenuan yee ke loi bë raan ci tuaany kony](#) cök bin ke rõt kony ku loor të de caar de guõp

## Gël de rot të cìn guõp kõn naŋ tuaany de piõu tæe

Jam wenë akimdu në baŋ de tuaanyduõn de piõu ku thiëcë kë ba looi bin piir apieth— në baŋ bin tuaany de piõu gël thin të ci rut dhiããm ku löny akëël de wal.

## Gël de rot tẽnaŋ yin atuõc de piõu

Nanoŋ guõp atuõc de piõu ke nyic men bin tuaany de piõu doc yök, agut ci tëtõ tuaany põt de piõu në yomic. Na ye yiguõp yök ke noŋ ciit ke tuaany de piõu koor bikë yin dõm, kã ciit yik yuit de piõu ku ʒool ci rõth mat kenë atuõc de piõu, keyi jam wenë akimdu ba nyic men ca tuaany ka kënnë tuaany në piõu.

Nanonj atuɔc de piɔu yetok ɛrɪr, keyi jam wenɛ raan ye wal ke paan de akim gam ku bɛ tɛ yennɛ atuɔc de piɔu daac thɪn lɛk yɪn ku jol yaa tɛ yɪn rɔt muɔk thɪn bɛ tuaany de piɔu yɪn cuk dɔm. Keekakɛ aanonjiic kɛ cɪt yik wɛl ke atuɔc de piɔu yeke yaac yɔn de wal ke akim.

Na ci ciit ke tuaany de piɔu rɔth nyuɔoth nɛ yi guɔp keyi kuany [kɛn keenuan yee ke loi bɛ raan ci tuaany kony](#) bin ke rɔt kony ku loɔr bɛ yɪn locaar guɔp nɛ akim

Akɔɔr ba nyic nɛ yɪnhom apieth nɛ theɛ ruɔt ke lɔny de akɛɛl, neem, [Melbourne Pollen Count and Forecast](#) miɛɛtɛ guɔ de wɛl nɛ telepuunic ka kompiɔtɔ du yic, neem [Deakin AirWatch](#) ɛya

## Ba nyic adɛ e thaa bɛ jiɛɛm de tuaany pɔt de piɔu rɔt looi?

Tuaany pɔt de piɔu aye lɛk kɔc nɛ Biktoria jɔk nɛ 1 kɔn 2017 agut ci 31 kol 2017 ( theɛ ye akɛɛl de wɛl ke tɛɛɔ)

Miɛɛtɛ guɔ de wɛl ke tuaany de piɔu nɛ kompiɔtɔ yic, aba yɔk nɛ [Google Play](#) ka [App Store](#), ku kiɛtɛ ke thaa de paanduɔn bɛ yɪn nyuɔth tɛ bii jiɛɛm de tuaany pɔt rɔt looi thɪn.

## Yee kuɔɔny yɔk nɔ

### kuɔɔny de wal

Nɛ ban de kɛ ci rɔt tɛɛm keyi cɔl guɛu keediak (000)

kɔc ke tiit de nyɪn de akim thiɔk keyɪn

Akimduɔn Baai

Tɛ thiɔk yenɛ wal yaac thɪn.

[AKIM KE TIIT DE NYIN AAYE KE COOL NE](#) puun: 1300 606 024— nɛ wɛt de nyɪny de piir (theɛ ke 24 nɛ wikic)

[Akim Ke Baai](#), telepun: 13 tuaany(137425) caar de guɔp paandu (wɛu juɛc)

### Information about asthma wɛl ke nyɪny de tuaany de piɔu

Asthma Athruelia Telepun de kuɔɔny . 1800 ASTHMA (1800 278 462)

[National Asthma Council de Athruelia](#) Telepun. 1800 032 495

[Asthma Athruelia](#) [Asthma App](#) – ee kueer piɔlic yenɛ kɔc yiɛn nyɪny de wɛl ke tuaany de piɔu, dɔc ku kɛke akim de piɔu, kɛke daai, acir de gɛl, kɛke kuny de rɔt keenuan

### Wɛl ke nyɪny de atuɔc de piɔu

[ASCI](#) (Australasian Society of Clinical Immunology and Allergy)

Na kɔɔr yekɛnɛ ba loom ke ye kitap ci wɛlbei keyi cɔl telepun 1300 761 874 kɛdɛt ye wɛl luath 13 36 77 wenɛ gɛarɛ wuɔk nɛ [environmental.healthunit@dhhs.vic.gov.au](mailto:environmental.healthunit@dhhs.vic.gov.au)

Aci gam nɛ loɔn ku tɛɛu biyic Akuma de Biktoria, 1 Treasury Place, Melbourne

© State of Victoria, Department of Health and Human Services November 2017.

Atɔ nɛ [www.betterhealth.vic.gov.au/health/conditionsandtreatments/thunderstorm-asthma](http://www.betterhealth.vic.gov.au/health/conditionsandtreatments/thunderstorm-asthma)