



થન્ડરસ્ટોર્મ દમ (THUNDERSTORM ASTHMA) થી તમારું પોતાનું રક્ષણ કરો



1

આ પરાગરજની મોસમમાં તમે પોતાનું રક્ષણ કરવા માટે શું કરી શકો તે વિશે તમારા ડૉક્ટર અથવા ફાર્માસિસ્ટ સાથે વાત કરો.

2

દમની પ્રાથમિક સારવારનાં 4 પગલાંને જાણો.

3

પરાગરજની મોસમ દરમિયાન થતી થન્ડરસ્ટોર્મ દમ (Thunderstorm Asthma) ની આગાહીઓથી વાકેફ રહો.



આ પરાગરજની મોસમમાં તમારું પોતાનું રક્ષણ કરો
દમ અને એલર્જીની બાબતોનું પ્રબંધન કરવું.

વધુ જાણકારી માટે betterhealth.vic.gov.au ની મુલાકાત લો.

વિક્ટોરિયન સરકાર, 1 Treasury Place, Melbourne (2009792) દ્વારા અધિકૃત અને પ્રકાશિત. Printed by Doculink Australia, Port Melbourne.

© સ્ટેટ ઓફ વિક્ટોરિયા (Department of Health and Human Services), 2020.
CC BY International 4.0 લાઇસન્સની હેઠળ લાઇસન્સ કરેલ.