



از خود در برابر آسم ناشی از طوفان و رعد و برق محافظة کنید (THUNDERSTORM ASTHMA)

با پزشک یا داروساز خود در مورد کارهایی که می توانید برای محافظت از خود در این فصل گرده افشانی انجام دهید صحبت کنید.

1

4 مرحله کمک های اولیه آسم را یاد بگیرید.

2

در فصل گرده افشانی نسبت به پیش بینی های وقوع آسم ناشی از طوفان و رعد و برق هشیار باشید.

3



در این فصل گرده افشانی از خود محافظت کنید.
مدیریت آسم و سایر آلرژی ها حائز اهمیت است.
برای کسب اطلاعات بیشتر به betterhealth.vic.gov.au مراجعه کنید.

