



# ЗАЩИТИТЕ СЕБЯ ОТ ГРОЗОВОЙ АСТМЫ



1

Поговорите со своим врачом или фармацевтом о том, как защитить себя в этот сезон пыления растений.

2

Научитесь 4 этапам оказания первой помощи при астме.

3

В сезон пыления растений следите за прогнозами гроз, способными вызвать приступы астмы.



Защитите себя в этот сезон пыления растений.  
Важность оказания помощи при астме и аллергии.  
Для получения более подробной информации посетите веб-сайт [betterhealth.vic.gov.au](http://betterhealth.vic.gov.au).