

什么是雷暴哮喘？

某些雷暴会导致草花粉粒破裂，释放出可能引发哮喘的过敏原，这类哮喘称为雷暴哮喘。虽然不常见，但它可能发生在草花粉季节（通常在十月至十二月之间）。

风险人群：

- 任何患有哮喘的人（包括目前患有、过去曾患有，以及尚未确诊患者）。
- 春季患有季节性花粉热的人。



如需以无障碍形式接收此出版物，请致电 **1300 761 874**，在需要时使用全国中继服务（National Relay Service）**13 36 77**，或发送电子邮件至 **climate.publichealth@health.vic.gov.au**

经维多利亚州政府授权出版，地址：1 Treasury Place, Melbourne。

© 维多利亚州卫生部，2024 年 9 月。获取文件链接

<https://www.health.vic.gov.au/about/our-campaigns>

ISBN 978-1-76131-430-8 (pdf/ 在线 /MS word) 2408830



雷暴哮喘可能危及生命

了解风险。做好准备。注意安全。

如需了解更多信息，请访问 betterhealth.vic.gov.au/thunderstorm-asthma



在草花粉季节注意安全

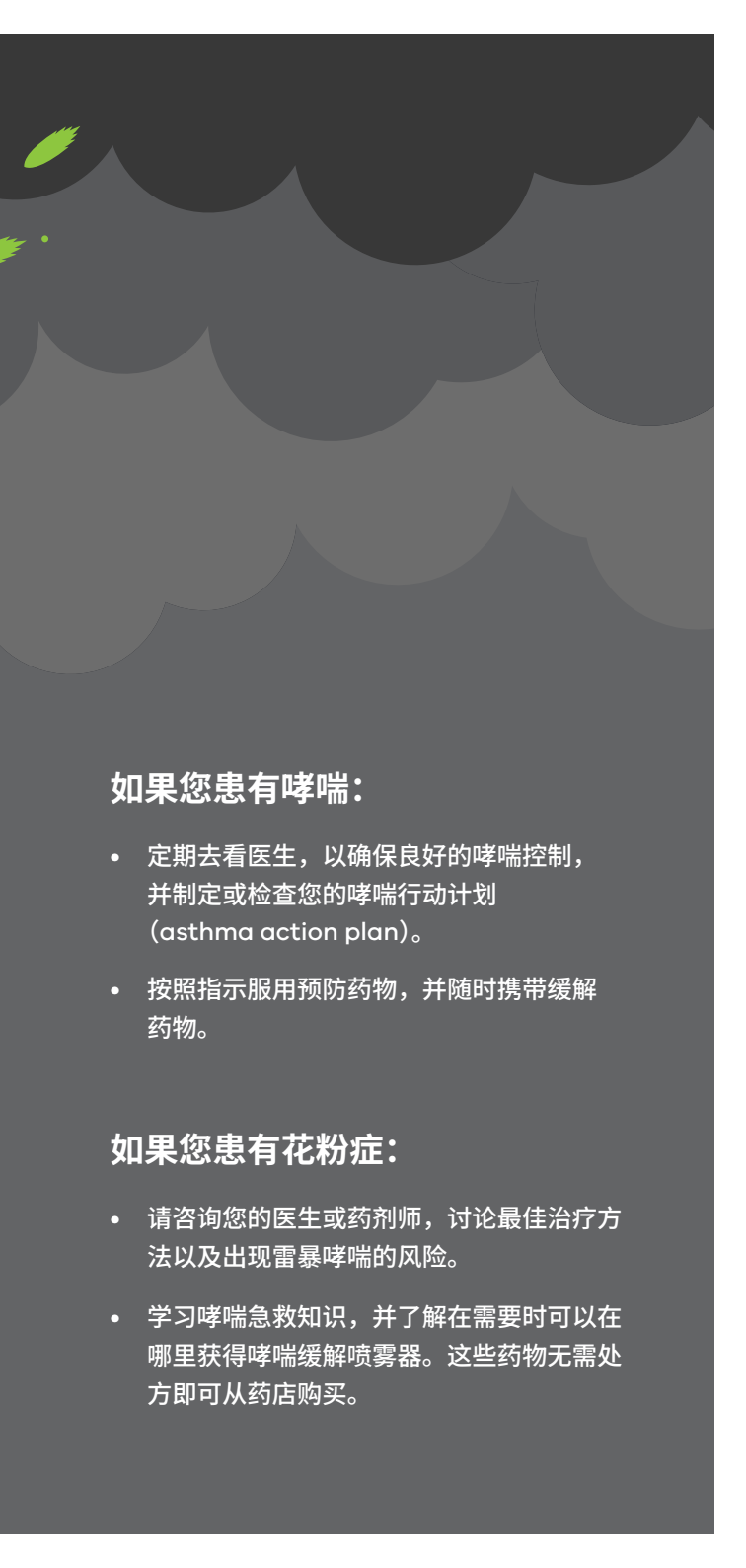
您可以减少受到雷暴哮喘影响的可能。

这个季节要避开雷暴天气，尤其是暴风雨前的阵风。

进入室内，关闭门窗，并关闭可能将外部空气带入的空调（例如蒸发式空调）。

学习哮喘急救，并确保您了解在自己、朋友或家人出现哮喘发作时该怎么做。

定期在 VicEmergency 网站或应用程序上查看流行性雷暴哮喘预报，并设置“守望区（watch zone）”以接收您所在地区的建议和警告。



如果您患有哮喘：

- 定期去看医生，以确保良好的哮喘控制，并制定或检查您的哮喘行动计划 (asthma action plan)。
- 按照指示服用预防药物，并随时携带缓解药物。

如果您患有花粉症：

- 请咨询您的医生或药剂师，讨论最佳治疗方法以及出现雷暴哮喘的风险。
- 学习哮喘急救知识，并了解在需要时可以在哪里获得哮喘缓解喷雾器。这些药物无需处方即可从药店购买。

如果您认为某人正在哮喘发作.....



步骤 1 – 让患者坐直。



步骤 2 – 摇晃蓝色 / 灰色喷雾器 (puffer)，向储雾罐 (spacer) 中按压 1 次，然后从储雾罐中吸 4 次。重复此操作 4 次。



步骤 3 – 等待 4 分钟，如果呼吸没有恢复正常，请重复步骤 2。



步骤 4 – 如果此人的呼吸没有恢复正常，请拨打三个零 (000)。等待期间每 4 分钟重复一次步骤 2。