

什麼是雷暴氣喘？

某些雷雨會導致草花粉粒破裂，釋放出可能引發氣喘的過敏原，從而引發成為雷暴氣喘的氣喘發作。雖然不常見，但它可能在草花粉季節發生（通常介於十月至十二月之間）。

誰屬於高風險人士：

- 任何患有氣喘的人（現在、曾經或尚未確診）。
- 春季患有季節性花粉症的人。



如需以無障礙格式獲取本出版物，請致電 **1300 761 874**，
如有需要，可使用國家中繼服務 **13 36 77**，或發送電子郵件至
climate.publichealth@health.vic.gov.au

本文件由維多利亞州政府授權並發布，地址：1 Treasury Place,
Melbourne。© 澳洲維多利亞州衛生部，2025 年 9 月。可於此下載：
<https://www.health.vic.gov.au/about/our-campaigns>

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



雷暴氣喘可能會危及生命

了解風險。做好準備。保持安全。

如需更多資訊請訪問 betterhealth.vic.gov.au/thunderstorm-asthma



草花粉季節保持安全

您可以降低受到雷暴氣喘影響的風險。

這個季節要避開雷暴天氣，尤其是暴風雨前的強陣風。

進入室內，關閉門窗，並關閉可能將外部空氣帶入室內的空調（例如蒸發式空調）。

學習氣喘急救，並確保您了解當自己、朋友或家人出現氣喘惡化或發作時該怎麼做。

請定期在 VicEmergency 網站或應用程式上查看流行性雷暴氣喘預報，並設定「監視區」以接收您所在地區的建議和警報。



如果您患有氣喘：

- 請定期就醫，以確保良好的氣喘控制，並制定或審查您的氣喘行動計畫。
- 按醫囑使用預防藥物，並隨時攜帶緩解藥物。

如果您患有花粉症：

- 請諮詢您的醫師或藥師，討論最佳治療方法以及發生雷暴氣喘的風險。
- 學習氣喘急救知識，並知道在需要時可以在哪裡獲得氣喘緩解噴霧器。這些藥物無需處方即可從藥局購買。

如果你認為有人正在發生哮喘發作...



步驟 1 – 讓患者坐直。



步驟 2 – 搖晃藍色 / 灰色吸入器，將 1 劑噴入儲霧罐，然後讓患者從儲霧罐中吸 4 次。重複此動作 4 次。



步驟 3 – 等待 4 分鐘，如果呼吸仍未恢復正常，請重複步驟 2。



步驟 4 – 如果患者的呼吸仍未恢復正常，請立即撥打三個零（000）。等候救援期間，每 4 分鐘重複步驟 2。