Che cos'è l'asma da temporale?

Alcuni temporali possono far scoppiare i granuli dei pollini delle graminacee, rilasciando allergeni in grado di scatenare attacchi di asma, noti come asma da temporale. Sebbene sia un evento raro, può verificarsi durante la stagione dei pollini delle graminacee, in genere tra ottobre e dicembre.

Chi è a rischio:

- chiunque abbia l'asma (attuale, passata o non diagnosticata);
- chiunque abbia la febbre da fieno stagionale in primavera.

Per ricevere questa pubblicazione in un formato accessibile chiama il **1300 761 874**, utilizzando se necessario il National Relay Service al numero **13 36 77**, oppure invia un'e-mail a **climate.publichealth@health.vic.gov.au**

Autorizzato e pubblicato dal Governo del Victoria, 1 Treasury Place, Melbourne. © Stato del Victoria, Ministero della Salute, settembre 2025. Disponibile su **https://www.health.vic.gov.au/about/our-campaigns**

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

Italian | Italiano

L'asma da temporale può mettere a rischio la tua vita

Conosci i rischi. Preparati. Proteggiti.

Per maggiori informazioni visita betterhealth.vic.gov.au/thunderstorm-asthma

VICTORIA
State Government

Proteggiti durante la stagione dei pollini delle graminacee

Puoi ridurre le probabilità di sviluppare l'asma da temporale.

Evita i temporali durante questa stagione, in particolare le raffiche di vento che li precedono.

Rimani in casa, chiudi porte e finestre e spegni i condizionatori che potrebbero far entrare aria dall'esterno (ad es. i condizionatori evaporativi).

Impara le tecniche di primo soccorso per l'asma e assicurati di sapere cosa fare se tu, un amico o un familiare, avete una riacutizzazione o un attacco d'asma.

Controlla regolarmente le previsioni sull'asma epidemico da temporale sul sito web o sull'app VicEmergency e imposta una "zona di osservazione" per ricevere consigli e avvisi per la tua area.

Se hai l'asma:

- consulta regolarmente il tuo medico per garantire un buon controllo dell'asma e crea o rivedi il tuo piano d'azione per l'asma;
- assumi i farmaci di prevenzione come prescritto e porta sempre con te l'inalatore per il rapido sollievo dei sintomi.

Se hai la febbre da fieno:

- consulta il medico o il farmacista per discutere il miglior trattamento e il tuo livello rischio di per l'asma da temporale;
- impara le tecniche di primo soccorso per l'asma e informati dove puoi acquistare un inalatore per l'asma a sollievo rapido, se necessario. Questi sono disponibili in farmacia senza prescrizione medica.

Se pensi che qualcuno stia avendo un attacco d'asma...

Passo 1: fai sedere la persona in posizione eretta.

Passo 2: agita l'inalatore blu/grigio, eroga una dose nel distanziatore e chiedi alla persona di prendere 4 boccate nel distanziatore. Ripeti per 4 volte.

Passo 3: attendi 4 minuti e ripeti il passo 2 se la respirazione non si normalizza.

Passo 4: se la respirazione della persona non torna regolare, chiama il triplo zero (000). Ripeti il passo 2 ogni 4 minuti mentre aspetti l'arrivo dei soccorsi.