Что такое грозовая астма?

При некоторых грозах пыльцевые зерна трав могут лопаться и высвобождать аллергены, вызывающие приступ астмы. Это и есть грозовая астма. Хоть это и редкое явление, оно может возникнуть в сезон пыления трав (обычно с октября по декабрь).

Кто находится в группе риска:

- Любой человек с астмой (текущей, перенесенной или недиагностированной).
- Любой, у кого весной развивается сезонный поллиноз (сенная лихорадка).

Чтобы получить эту публикацию в доступном формате, позвоните по телефону **1300 761 874**, при необходимости через National Relay Service **13 36 77**, или напишите по адресу **climate.publichealth@health.vic.gov.au**.

Разрешено к печати и опубликовано Правительством штата Виктория, 1 Treasury Place, Мельбурн.
© Штат Виктория, Министерство здравоохранения, сентябрь 2024 г. Доступно по адресу **https://www.health.vic.gov.au/about/our-campaigns**

ISBN 978-1-76131-430-8 **(pdf/онлайн/Word) 2408830**

Russian | Русский

Грозовая астма бывает опасна для жизни

Знайте о рисках. Будьте готовы.
Берегите себя.

Дополнительная информация: betterhealth.vic.gov.au/thunderstorm-asthma

VICTORIA
State
Government

Берегите себя в сезон пыления трав

Вы можете снизить риск развития грозовой астмы.

Избегайте гроз в это время года, а особенно порывов ветра перед грозой.

Зайдите в помещение, закройте двери и окна и выключите кондиционер, если он может забирать воздух с улицы (например, испарительный кондиционер).

Изучите методы оказания первой помощи при приступе астмы и продумайте свои действия в случае, если у вас, вашего друга или члена семьи случится обострение или приступ астмы.

Регулярно проверяйте прогноз эпидемической грозовой астмы на сайте или в приложении VicEmergency; выделите для себя «контрольную зону», чтобы получать советы и предупреждения для своего региона.

Если у вас астма:

- Регулярно посещайте врача, чтобы держать астму под контролем; составьте или освежите в памяти план действий при приступе астмы.
- Принимайте профилактические препараты в соответствии с назначением врача и всегда носите с собой ингалятор.

Если у вас поллиноз:

- Обратитесь к врачу или фармацевту и обсудите оптимальное лечение и риск развития грозовой астмы.
- Изучите методы оказания первой помощи при приступе астмы и узнайте, где при необходимости можно получить ингалятор. Они продаются в аптеках без рецепта.

При подозрении на приступ астмы...

Шаг 1 – Усадите человека вертикально.

Шаг 2 – Встряхните синий/серый ингалятор, выдавите 1 дозу в спейсер и 4 раза вдохните из спейсера. Повторите 4 раза.

Шаг 3 – Если дыхание не нормализуется, подождите 4 минуты и повторите шаг 2.

Шаг 4 – Если дыхание всё равно не нормализуется, позвоните по номеру «три ноля» (000). Ожидая помощи, повторяйте шаг 2 каждые 4 минуты.