

# ਅਸਥਮਾ ਫਸਟ-ਏਡ (ਦਮੇ ਦੀ ਮੁੱਢਲੀ ਡਾਕਟਰੀ ਸਹਾਇਤਾ) ਦੇ 4 ਪੜਾਅ



1

ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਸਿੱਧਾ ਬਿਠਾਓ

ਨੀਲੇ/ਸਲੇਟੀ ਰੰਗ ਦੇ ਨਿਵਾਰਕ (ਰਿਲੀਵਰ) ਪਫਰ ਦੇ 4 ਵੱਖ-ਵੱਖ ਪਫ ਦਿਓ

- ਪਫਰ ਨੂੰ ਹਿਲਾਓ
- ਸਪੇਸਰ ਵਿੱਚ 1 ਪਫ ਪਾਓ
- ਸਪੇਸਰ ਤੋਂ 4 ਵਾਰੀ ਸਾਹ ਲਵੋ

4 ਪਫ ਲਿੱਤੇ ਜਾਣ ਤੱਕ ਇਹ ਪ੍ਰਕ੍ਰਿਆ ਦੋਹਰਾਓ  
ਯਾਦ ਰੱਖੋ: ਹਿਲਾਓ, 1 ਪਫ, 4 ਵਾਰੀ ਸਾਹ ਲਵੋ

ਜਾਂ Bricanyl ਇਨਹੇਲਰ (6 ਸਾਲ ਜਾਂ ਇਸਤੋਂ ਵੱਧ ਦੀ ਉਮਰ) ਜਾਂ Symbicort ਇਨਹੇਲਰ (12 ਸਾਲ ਤੋਂ ਵੱਧ ਦੀ ਉਮਰ) ਦੀਆਂ 2 ਵੱਖ-ਵੱਖ ਖੁਰਾਕਾਂ ਦਿਓ



2

4 ਮਿੰਟ ਤੱਕ ਉਡੀਕ ਕਰੋ

ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਸੁਧਾਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਉੱਤੇ ਦੱਸੇ ਤਰੀਕੇ ਮੁਤਾਬਕ ਨੀਲੇ/ਸਲੇਟੀ ਰੰਗ ਦੇ ਨਿਵਾਰਕ ਦੇ 4 ਹੋਰ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਪਫ ਦਿਓ

ਜਾਂ Bricanyl ਜਾਂ Symbicort ਇਨਹੇਲਰ ਦੀ 1 ਹੋਰ ਖੁਰਾਕ ਦਿਓ



3

ਜੇਕਰ ਫਿਰ ਵੀ ਕੋਈ ਸੁਧਾਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਐਂਬੂਲੈਂਸ ਲਈ ਟ੍ਰਿਪਲ ਜ਼ੀਰੋ (000) ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ

ਸੰਕਟਕਾਲ(ਐਮਰਜੈਂਸੀ) ਸਹਾਇਤਾ ਦੇ ਪੁੱਜਣ ਤੱਕ ਹਰ 4 ਮਿੰਟਾਂ ਵਿੱਚ 4 ਵੱਖ-ਵੱਖ ਪਫ ਦਿੰਦੇ ਰਹੋ

ਜਾਂ ਹਰ 4 ਮਿੰਟਾਂ ਵਿੱਚ Bricanyl ਜਾਂ Symbicort ਦੀ 1 ਖੁਰਾਕ – Symbicort ਦੀਆਂ 3 ਹੋਰ ਖੁਰਾਕਾਂ ਤੱਕ



4

ਤੁਰੰਤ ਹੀ ਸੰਕਟਕਾਲ ਸਹਾਇਤਾ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ। ਟ੍ਰਿਪਲ ਜ਼ੀਰੋ (000) ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ:

- ਜੇਕਰ ਵਿਅਕਤੀ ਸਾਹ ਨਹੀਂ ਲੈ ਰਿਹਾ ਹੈ।
- ਜੇਕਰ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਦਮੇ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਤੁਰੰਤ ਹੀ ਬਿਗੜ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਜਾਂ ਇਸ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਸੁਧਾਰ ਨਹੀਂ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ।
- ਜੇਕਰ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਦਮੇ ਦਾ ਦੌਰਾ ਪੈ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਨਿਵਾਰਕ ਉਪਲਬਧ ਨਹੀਂ ਹੈ।
- ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੱਕਾ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਦਮਾ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ।
- ਜੇਕਰ ਵਿਅਕਤੀ ਐਨਾਫਲੈਕਸਿਸ ਨਾਲ ਪੀੜਤ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ – ਤਾਂ ਇਸਦੀ ਐਨਾਫਲੈਕਸਿਸ ਕਾਰਵਾਈ ਯੋਜਨਾ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ, ਇਸਦੇ ਬਾਅਦ ਅਸਥਮਾ ਫਸਟ-ਏਡ ਦਿਓ। ਨੀਲੇ/ਸਲੇਟੀ ਰੰਗ ਦੀ ਨਿਵਾਰਕ ਦਵਾਈ ਨਾਲ ਕੋਈ ਨੁਕਸਾਨ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਵਿਅਕਤੀ ਦਮੇ ਨਾਲ ਪੀੜਤ ਨਾ ਹੋਵੇ।

ਪਰਾਗ (ਪੇਲਨ) ਦੇ ਇਸ ਮੌਸਮ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖੋ।  
ਦਮੇ ਅਤੇ ਐਲਰਜੀ ਸੰਬੰਧੀ ਮਾਮਲਿਆਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨਾ।

ਵਧੇਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ [betterhealth.vic.gov.au](http://betterhealth.vic.gov.au)  
ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਵੇਖੋ ਜਾਂ 1800 ASTHMA (1800 278 462) ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ

ਵਿਕਟੋਰੀਆ ਦੀ ਸਰਕਾਰ, 1 Treasury Place, Melbourne (1708026) ਦੁਆਰਾ ਅਧਿਕਾਰ-ਪ੍ਰਾਪਤ ਅਤੇ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ।  
© ਵਿਕਟੋਰੀਆ ਰਾਜ (Department of Health and Human Services)।  
ਲੋਗੋ ਦੇ ਇਲਾਵਾ, CC BY International 4.0 ਲਾਇਸੈਂਸ ਤਹਿਤ ਲਾਇਸੈਂਸ-ਪ੍ਰਾਪਤ।

