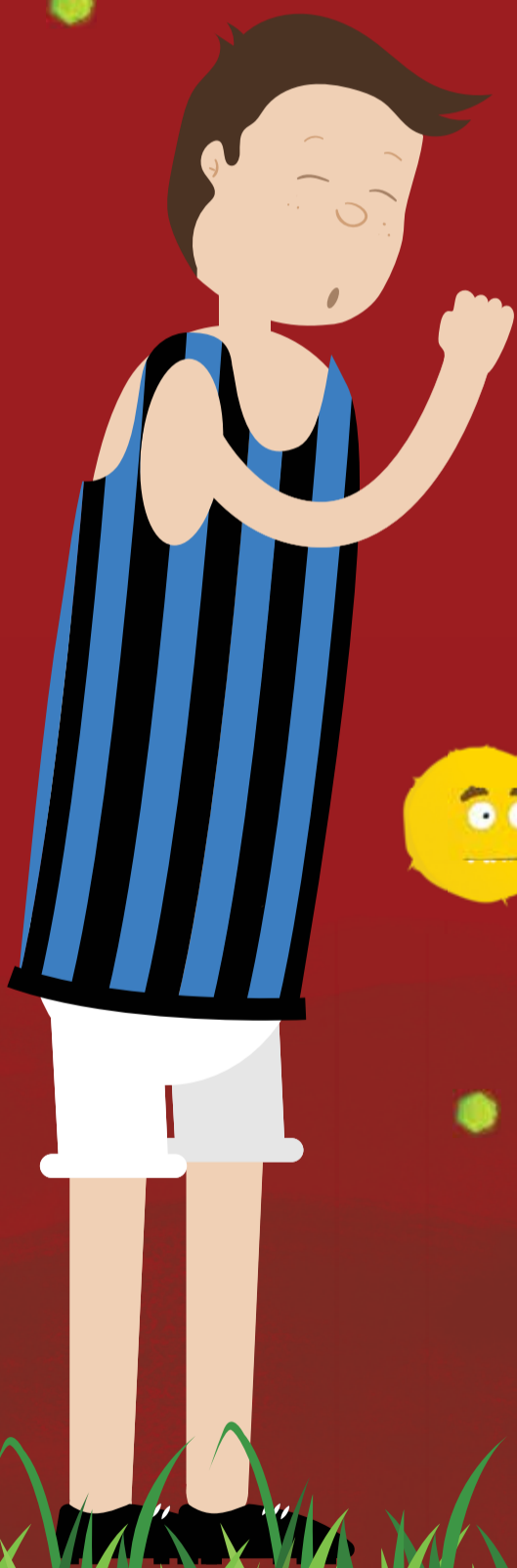


## বজ্রঝড়জাত হাঁপানি রোগ (THUNDERSTORM ASTHMA) থেকে নিজেকে রক্ষা করুন



1

আপনি এই পরাগ ঋতুতে নিজেকে রক্ষা করতে কী করতে পারেন, আপনার ডাক্তার বা ফার্মাসিষ্টের সঙ্গে সে বিষয়ে কথা বলুন।

2

হাঁপানি রোগের প্রাথমিক চিকিৎসার ৪টি পদক্ষেপ শিখুন।

3

পরাগ ঋতু কালে বজ্রঝড়জাত হাঁপানি রোগের পূর্বাভাসের বিষয়ে সতর্ক হন।



এই পরাগ ঋতুতে নিজেকে রক্ষা করুন।  
হাঁপানি রোগ ও এ্যালার্জির ব্যবস্থাপনা করা গুরুত্বপূর্ণ।  
আরো তথ্যের জন্য [betterhealth.vic.gov.au](http://betterhealth.vic.gov.au) দেখুন।