

誰會有風險？

如果您是屬於以下情況，您就會有患上雷暴哮喘的風險：

- 患有哮喘（或以前曾經有哮喘）
- 春季時患有花粉症（鼻子過敏）。

如果您在花粉季節期間感到氣促、胸悶、喘鳴或咳嗽 - 您可能患有未被確診的哮喘。



**哮喘急救可拯救別人生命。
不要等哮喘變得嚴重時才開始進行急救。**

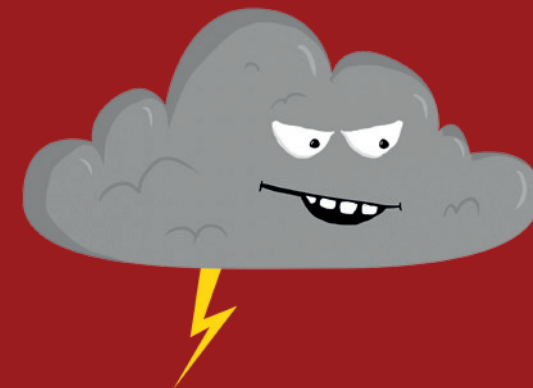
如果您認為有人正在哮喘發作...

	步驟一 - 幫助患者坐直。
	步驟二 - 搖勻藍/灰色的噴霧器，按一下將噴劑噴入間隔器中，然後從間隔器呼吸4次。重複此步驟4次。
	步驟三 - 等4分鐘，如果沒有任何好轉，重複步驟二。
	步驟四 - 若病情仍未有改善，請撥打三個零（000）。等候期間繼續每4分鐘重複步驟二。

欲索取本刊物的無障礙格式，請致電 1300 761 874，或使用國家中繼服務 13 36 77，或發電郵至 environmental.healthunit@dhhs.vic.gov.au。

維多利亞州政府 1 Treasury Place, Melbourne 授權和出版。
© 維多利亞州, Department of Health and Human Services, 2020年8月。

Docolink Australia, Port Melbourne (2009792) 印刷



什麼是雷暴哮喘 (THUNDERSTORM ASTHMA) ?





什麼是雷暴哮喘 (Thunderstorm Asthma) ?

雷暴哮喘是指一種特定類型的雷暴所引發的哮喘，當這種雷暴發生時，空氣會含有大量草花粉（通常在10月至12月底期間）。

人們可因此而出現喘鳴、氣促和咳嗽時胸悶等。

這可以是突發、嚴重，甚至有生命危險的。

欲查閱更多資訊，請瀏覽
[www.betterhealth.vic.gov.au/
thunderstormasthma](http://www.betterhealth.vic.gov.au/thunderstormasthma)。

為草花粉季節作好準備

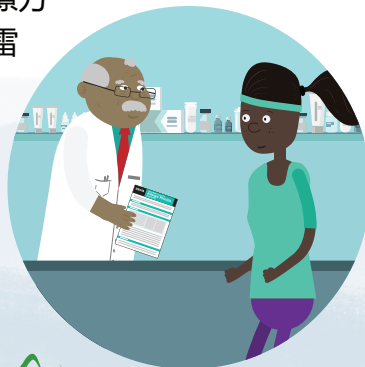
您可以減少受雷暴哮喘影響的機會。

如果您覺得您可能患有哮喘或花粉症，請諮詢您的醫生。



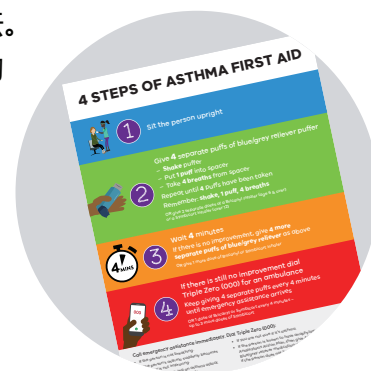
如果您患有哮喘，請定期去看醫生。同時更新您的哮喘行動計劃，攜帶您的緩解劑藥物，以及治療所有花粉症。

如果您患有花粉症，請諮詢您的醫生或藥劑師，了解最佳的治療方法，以及您會患上雷暴哮喘的風險，並隨時預備緩解劑藥物。



要了解如何以及何時正確地使用藥物。

學習哮喘急救方法。如果您有哮喘行動計劃，請確保您知道在哮喘剛發生或發作時應該怎麼做。



登入[http://
emergency.vic.
gov.au/prepare/
#thunderstorm-
asthma-
forecast](http://emergency.vic.gov.au/prepare/#thunderstorm-asthma-forecast)來查閱最新的流行性雷暴哮喘預測

草花粉季節發生雷暴時請盡量避免外出，尤其風暴前夕吹著強烈陣風的時候。留在室內並關閉好門窗。

