



# إحمي نفسك من ربو العواصف الرعدية (THUNDERSTORM ASTHMA)

1 تحدث إلى طبيبك أو الصيدلي حول ما يمكنك القيام به لحماية نفسك خلال موسم إنتشار غبار اللقاح (الطلع) هذا.

2 تعلم الخطوات أربعة للإسعافات الأولية للربو.

3 إطلع على توقعات حدوث ربو العواصف الرعدية خلال موسم إنتشار غبار اللقاح.



إحمي نفسك في موسم إنتشار غبار اللقاح (الطلع) هذا.

من المهم إدارة الربو والحساسية.

قم بزيارة [betterhealth.vic.gov.au](http://betterhealth.vic.gov.au) للحصول على المزيد من المعلومات.