Thunderstorm asthma overview

Grass pollen season brings the chance of thunderstorm asthma.

نُسَمَا دِدِسَمَا دِجْدُوْدُكَا دِيْكُ جِهِ ضِيهِمْ صِمَوْمَنِيهُمْ دِخِدُكَا دِنْهَمْ دِجُودٌ ، كِح فِدَفِهِمنهِا.

It can affect those with **asthma or hay fever** – especially those who experience wheezing or coughing with their hay fever.

ڏهه هيئه ڊگيڊ ڏهذ ڪِڪ نَتيّه ڊهبڪهه، جَدُكه **ڊهُهنه بي نَتُهه ڊهِته —** فخبتهبھ ٽيب ڊڍه هٺهب جُهجهه بي \mathbf{z}

These thunderstorm asthma events don't occur every year but when they do, they can happen from October through December in south-east Australia.

ئِينَ فِفِحِيَّةِ دِئِعِصْ دِحَوِدٌ ، كِحَ فِدَفِحِيْمِ لِنَ وَمَا حَجَدُ عِنَكُمْ ، لَبِتَعَ لَبِصَ دِوَمَ، لَنب جِهُ فِوحِب هِم بِدُسُرَ دِهِجَدِب فِدِهُدَا وَكَ بِدُسُرَ دِدَنهُ ، فِدِهُدَا كُم هُمِعِيْمُ فِدِيسَ دِهُمُهُدُكِيْرُ.

These events can be **sudden**, **serious**, **and even life threatening**, and many people may need help at the same time

نْيِرْ فِفُمِنَكُرْ مُعِيدٌ دِمُومِ مِنتِكُمُيرٌ، مِتنِ وَنُك مِوْدِدِيرٌ كَبَيْرٌ، وَذَكْرٌ نَتْتِرْ خِكْدُ دِمْنَتِهِ كَوْبَدُكُرْ وَدُ حَجَدُ كَذِيْرٌ.

So how does this happen?

خِم يُقُمْ مِعجب دُاجِب جِمْ فِو⊏؟

Pollen grains from grasses get swept up in the wind and carried for long distances. جعنتِ جَدُوْدَكُمْ مِي يُكَتِّرُ جِهِ فَسَعِيمُ حَدِيدَ لَكُوهُ فَهُمْ مَكُومَ لِيُ كَدِيدُ خَدُوْدَكُمْ مِي يَكُمُ عَدِيدًا لَكُمْ عَدْمُ عَدْدُوْدَكُمْ مِنْ مِنْ اللّهِ عَلَيْهُ عَلَيْهِ عَلَيْهُ عَلَيْهُ عَلَيْهِ عَلَيْهِ عَلَيْهُ عَلَيْهُ عَلَيْهِ عَلَيْهُ عَلَيْهِ عَلَيْهُ عَلَيْهُ عَلَيْهِ عَلَيْهُ عَلَيْهُ عَلَيْهُ عَلَيْهُ عَلَيْهُ عَلَيْهُ عَلَيْهِ عَلَيْهُ عَلَيْهُ عَلِيهُ عَلَيْهُ عَلِيهُ عَلِيهُ عَلَيْهُ عَلَيْهُ عَلَيْهُ عَلَيْهُ عَلَيْهُ عَلَيْكُمْ عَلِيْكُمْ عَلِي عَلَيْهُ عَلِيهُ عَلَيْهُ عَلَيْهُ عَلَيْهُ عَلَيْهُ عَلَيْهُ عَلَيْهُ عَلَيْهُ عَلَيْهُ عَلِيهُ عَلَيْهُ عَلَيْهِ عَلِي عَلَيْهُ عَلَيْهِ عَلَيْهِ عَلَيْهِ عَلَيْهِ عَلَيْهُ عَلِيهُ عَلَيْهُ عَلِيهُ عَلَيْهُ عَلِيهُ عَلَيْهُ عَلِي عَلَيْهُ عَلَيْهِ عَلَيْهُ عَلَيْهُ عَلَيْهُ عَلِيهُ عَلَيْهُ عَلَيْهُ عَلِيهُ عَلَيْهُ عَلِيهُ عَلِيهُ عَلِي عَلِيهُ عَلِيهُ عَلِيهُ عَلَيْهُ عَلِيهُ عَلِيهُ عَلَيْهُ عَلِي عَلَيْهُ عَلِي عَلَيْهُ عَلِي عَلَيْهُ عَلِي عَلِي عَلَيْهُ عَلِي عَلَيْكُمْ عَلِي عَلَيْكُ عَلِي عَلِي عَلَيْهِ عَلَيْهِ عَلِي عَلَيْكُ عَلِي عَلِي عَلَيْكُمْ عَلِي عَلَيْكُ عَلِي عَلِي عَ

Some burst open and release tiny particles that are concentrated in the wind, just before the storm. ﴿
﴿ وَهُذِ وَلِهُ فِي اللّٰهِ وَهُو اللّٰهِ وَعَلَيْهِ وَمِي اللّٰهِ وَمَا مِن فِهُ اللّٰهِ وَاللّٰهِ وَعَلَيْهِ وَمِي اللّٰهِ وَمِنْ مِن فِهُ اللّٰهِ وَاللّٰهِ وَاللّٰهُ وَاللّٰهِ وَل

They're small enough to go deep into the lungs and can make it difficult to breathe. يُنب جَدِ وَعَبِيْلُ مِنْ يَعْمُمُ يَعْمُ عَنْهُ عَدِيْ كَتِدِب كِعَبِقَاءِهِ كُيْهِ وَكُنْمُ كِيْفَ عَلَيْهِ اللهِ وَقَدِيْمُ عَلَيْهِ اللهِ عَلَيْهِ عَلَيْهِ عَلَيْهِ اللهِ عَلَيْهِ عَلِيهِ عَلَيْهِ عَلِي عَلَيْهِ عَلِي عَلَيْهِ عَلَيْهِ عَلَيْهِ عَلَيْهِ عَلَيْهِ عَلَيْهِ عَلَيْهِ عَلَيْهِ عَلَيْ

This can become very severe, very quickly.

لْمَدْ لْمَجْتُمْ مُعْهِمْ مُعْهِمْ دِمُومَةُ كُلْمُ مِعْبَمُ الْكُلْمُ حَكِّلُمُومُهُ.

So how do you protect yourself during grass pollen season?

خِم دِدْجِهِ مُعِهِمْ ، دِيْهُدْهِمْ ، کُهٔ کِيْهُجِهُ ، حَمِمَهُ ، دِبْسَمْ ، دِدِسَمْ ، دِخْدُرْدُکْ ، دِکْلُ؟

If you've ever had asthma or hay fever, or if you sneeze and wheeze during pollen season, speak to your doctor or pharmacist about an action plan and the things you can do to protect yourself.

ؽؠۦ٤ؠ؉ڴڡجۀ؍ ڡۄؿؠٛ؋ڂػؠٛ ڋؠٝڡڠؠؗ؞ۼۦێۧۼٞ؉ؠٛڋۿڿؿؠۥۼ۩؞ۼ؞ۿڡڡؠۿۀ؍ڡۺڡۑڡؠۿۀ؍ڂڝۿ؉ؠڋؠٛڡڠؠ؋ڎڡڰؠ ڎڂڎۥؙ۪ڎػؠڎڔڲڴؠۥ؋ڝؠڝۄ؍ڿڂۦێڡؿڡڿۀ؍ۼڔۼؠڎڴؿڡڿۀ؍ڂۄۿۺڿڝۄڎ۫ڲؠڎڡۅڴۺؽۄڝؾڿؿؾؠڎۼۼؠؠۿۀ؍ڎػڿڿؠۿۀڕ ڴڡۀ؍ڲؠڲڎ؋؋ It's best to avoid being outside during thunderstorms from October through December – especially in the wind gusts that come before the storm. Stay inside and close your doors and windows.

And, know the 4 steps of asthma first aid.

مكفهم حمن 4 قعفكتكم فرختكم فجعتكم جنعكم

Protect yourself this pollen season.

ىكەدە، كە كتەجە، تەھى بىقى جدىكى جندردكى جيكار.

Managing asthma and allergies matters.

حذِبْدَهُمْ دِهِدِمِنَهُمْ دِنْهُصُمْ مَدِدُ كُمِعُمُمْ.

Visit betterhealth.vic.gov.au for more information.

هِ عَدْهِ بِهِ betterhealth.vic.gov.au كِتُمَا جُودُ مُحَدِّدُ مُحَدِّدُ مُحَدِّدُ مُحَدِّدُ مُحَدِّ