

تەنگەنەفەسى (رەبۆ) پاش بۆرانی بروسكاوى

بەرگەي ئاگادار كرنەوھى كۆمەلگە

درمى تەنگەنەفەسى (رەبۆ) پاش بۆرانی بروسكاوى چىيە؟

وهرزى ھەلەھى چىمەن، دەبىتە ھۆى زىادىبونى ھەسەسىمەتى وهرزى و دوچار بون بە تەنگەنەفەسى (رەبۆ) و پوشتەتا. ھەر ھەلەھى وهرزىدە، ئەگەرى بەدبەھاتنى تەنگەنەفەسى (رەبۆ) پاش بارانىش ھەيە.

وا بىردەمكىتەمەھە كە درمى تەنگەنەفەسى (رەبۆ) پاش بۆرانی بروسكاوى بەھۆى ئاوتەبەونى بېھاتتاي ئاستى سەروو لە گەردىلە لەگەل جۆرىكى تايبەت لە رەشەبەي بروسكاوى بەدى دېت كە دەبىتە ھۆى دەر كەوتنى نېشانەكانى تەنگە نەفەسى لە ژمارەيەكى زۆر خەلگدا لە ماوھەيەكى زۆر كورتدا.

گەردىلەكانى ھەلەھى چىمەن لە ناو بادا بىلە دەبىنەمە و دەگوازىنەمە بۆ مەودايەكى درېژ؛ ھەندىك لەمان لەوانەيە لە پىر بەرېن و گەردىلەي بچووك بەرەلە بىكەن كە لە رەشەبەي بەر لە ھەمورە بروسكەدا چىرتەر دەبىن. ئەم گەردىلەنە بەرېژەي پىويست بچووك ھەن بۆ گەيشتن بە كۆتايى رىرەموى ھەناسەدان و دەتوانن بىن بە ھۆى نېشانەكانى تەنگەنەفەسى (رەبۆ) و ھەناسەكېشان دژوار بىكەن.

ئەمە دەكرى زۆر تونود بېت و زۆر خىراش روو بدات و رەنگە لەم كاتەدا زۆر خەلگ پىويستىن بە يارمەتى پزىشكى ھەبىت. ئەم گەردىلە دەتوانى زەختىكى زۆر بىخاتە سەر خزمەتگوزارى تەندروستى.

روداومەكانى درمى تەنگەنەفەسى (رەبۆ) پاش باران، ھەمىشەيى و باونىن و ھەموى سالى روو نادەن. ئەم روداوانە لەوانەيە لە وهرزى بىلەبەونەھى ھەلەھى چىمەن و گياكان لە مانگى ئۆكتوبەر تا كۆمەبەر لە باشوورى رۆژ ھەلەھى ئۆستىراليا روو بەن.

كەسانىك كە نەخۆشى **تەنگەنەفەسى (رەبۆ) پاش بۆرانی بروسكاوى** ھەيە – بەتايبەت ئەم كەسانەي كە ھاورى لەگەل پوشتەتا دوچارى خىزە خىزى سىنگ يان كۆخەن، رەنگە دوچارى تەنگەنەفەسى (رەبۆ) پاش بۆرانی بروسكاوى بىنەمە. ھەر بۆيە گەرنگە كە كەسانى دوچار بوو بە تەنگە نەفەسى يان پوشتەتا زانىبارى پىويستىن ھەبىت دەربارەي تەنگەنەفەسى (رەبۆ) پاش بۆرانی بروسكاوى و ئەم ھەنگاوانەي كە دەتوانن ئەنجامى بەن بۆ پاراستنى خۆيان لە ماوھى وهرزى بىلەبەونەھى ھەلەھى چىمەن و گياكان.

گەرنگە كە ئاگادار بىن كە زنجىرەيەكى فراوان لە ھۆكارە بەدبەھتەنەكانى نېشانەي تەنگە نەفەسى (رەبۆ) لە كەسەكەدا ھەيە. ئەم ھۆكارانە لە كەسەكاندا جىواوزە و دەتوانى ئەمانەي خوارمەھە لە خۆ بگەرت:

- گۆرانكارى لە ناو و ھەوا و پلەي گەرمە
- ھەلەھى و ھەمەكرەنى ھەناسەيى دىكە
- ھەستىارى (ھەسەسىمەتى) بەدبەھتەو بەھۆى تەپ و تۆزى ناومال، وردە خۆل، گىانەمەر و ھەلەھى وهرزى
- دوو كەلئى جگەرە و دوو كەلئى ئاگر كەوتنەھى دارستان
- مادەي كىمىيەي ھەمژىنەر

نېشانە و چارەسەرى تەنگەنەفەسى (رەبۆ) بەدبەھتەو لەم ھۆكارانە، لە بەنەرتدا بەكسانە.

گەرنگەرنى ئەم خالانەي كە دەبى دەربارەي روداومەكانى تەنگەنەفەسى (رەبۆ) پاش بۆرانی بروسكاوى لەبىرى بېت لە خوارمەھە پىشكەش كراون:

- ھەمىشەيى و باونىن و ھۆكارى زىادكرەنى وهرزى نېشانەي تەنگەنەفەسى (رەبۆ) نايەتە ئەژمار كە ھەر سأل دەبىنرېت.
- لە يەك كاتدا دەتوانىت كەسانىكى زۆر دوچار بىكات.
- كەسانى خوارمەھە رەنگە دووچارى ئەم نەخۆشەيە بىنەمە:
- كەسانى دووچار بوو بە تەنگەنەفەسى (رەبۆ)
- كەسانىك كە نەخۆشى تەنگەنەفەسى (رەبۆ) يان بۆ دەستىنېشان نەكراو (يانى ئەوانەي كە نېشانەي تەنگەنەفەسى (رەبۆ) يان ھەيە بەلام ھېشتا نەخۆشى تەنگەنەفەسى (رەبۆ) بۆيان دەستىنېشان نەكراو)

– كسانىك كه له رابردوودا نهخوشى تەنگەنەفەسيان ھەبوو.

– كەسانىك كه پوشەتايان ھەيە بە لَام رەنگە تەنگەنەفەسى(رەبۆ)يان نەبىت يان ھەيانىت.

- كەسانى دوچاربوو بە پوشەتا لە باشوورى رۆژ ھەلاتى ئۆسترالیا بە ئەگەرى زۆر ھەسەسيەتيان ھەيە بە بَلووبونەوى ھەلألەى چىمەن و گيا، و ھەر بۆيە دەكەونە بەر مەترسى تەنگەنەفەسى(رەبۆ) پاش بۆرانى بروسكاوى.

روداوھەكەنى درمى تەنگەنەفەسى(رەبۆ) پاش بۆرانى بروسكاوى چ كاتىك روو دەدات؟

روداوھەكەنى درمى تەنگەنەفەسى(رەبۆ) پاش بۆرانى بروسكاوى ھەميشەى و باو نىبە. ئەم روداوھە رەنگە لە ھەرزى ھەلألەى گيا لە مانگى ئۆكتوبەرموھ بە درىزايى تا مانگى ديسەمبەر لە باشوورى رۆژ ھەلاتى ئۆسترالیا روو بەدەن.

چ كەسانىك زياتر دەكەونە بەر مەترسى توشبوون بە تەنگەنەفەسى(رەبۆ) پاش بۆرانى بروسكاوى؟

ئەوانەى كه دەكەونە بەر مەترسى تەنگەنەفەسى(رەبۆ) پاش بۆرانى بروسكاوى برىتەن لە:

- كەسانى دوچاربوو بە تەنگەنەفەسى(رەبۆ)
 - كەسانىك كه نهخوشى تەنگەنەفەسى(رەبۆ)يان بۆ دەستنيشان نەكراوھ (يانى ئەوانەى كه نيشانەى تەنگەنەفەسى(رەبۆ)يان ھەيە بە لَام ھيشتا نهخوشى تەنگەنەفەسى(رەبۆ) بۆيان دەستنيشان نەكراوھ)
 - كسانىك كه له رابردوودا نهخوشى تەنگەنەفەسيان ھەبوو.
 - كەسانىك كه پوشەتايان ھەيە بە لَام رەنگە تەنگەنەفەسى(رەبۆ)يان نەبىت يان ھەيانىت.
- كەسانى دوچاربوو بە پوشەتا لە باشوورى رۆژ ھەلاتى ئۆسترالیا بە ئەگەرى زۆر ھەسەسيەتيان ھەيە بە بَلووبونەوى ھەلألەى چىمەن و گيا، و ھەر بۆيە دەكەونە بەر مەترسى تەنگەنەفەسى(رەبۆ) پاش بۆرانى بروسكاوى.
- توشبوون بە تەنگەنەفەسى(رەبۆ) و پوشەتا ھەروان بەيەكەوھە يان كۆنترۆلى لاوازى نهخوشى تەنگەنەفەسى(رەبۆ)، زياتر ئەگەرى مەترسىبەكە زياد دەكات.
- ئەم كەسانەى كه لە شار، ھەريم يان گونديك دەژين، تەنەت ئەگەر پيشينەى تەنگەنەفەسى(رەبۆ)شيان نەبووبىت رەنگە دوچارى تەنگەنەفەسى(رەبۆ) پاش بۆرانى بروسكاوى ببنەوھ.

نیشانەكەنى تەنگەنەفەسى(رەبۆ) و پوشەتا چين؟

كەسانى دوچاربوو بە تەنگەنەفەسى(رەبۆ) رەنگە يەك يان چەند نيشانەى باويان ھەبىت:

- خيز مەخيزى سنگ – دنگىكى توندى بەرز كه له كاتى ھەناسەكيشان لە قەفەزەى سنگ دىتە دەر موھ.
- ھەناسەسواری
- ھەست بە تەنگى لە قەفەزەى سنگدا
- كۆخەى بەر دەوام

ئەم نيشانانە واتاى ئەمەى ھەيە كه سەيەكانى كەسەكە (بەشى خوارووى ريزە موى ھەناسەدان) گرفتار بوون.

پنوبست ناكات بۆ ئەمەيكە نهخوشى تەنگەنەفەسى(رەبۆ) لە تودا دەستنيشان كرىت ھەمووى ئەم نيشانانەت ھەبىت، و ھەمو كەسەكان نيشانەى ھاوشنۆھە تاقي ناكەنەوھ. ھەندىجار كەسانى دوچاربوو بە تەنگەنەفەسى(رەبۆ) ناگادارى نيشانەكانى خويان نابن و ھەندىجار ئەم نيشانانە بە گرنگ نازانن. ھەروھە نيشانەى تەنگەنەفەسى(رەبۆ) رەنگە لە ماوھەكدا دەر كەوتىت و ديسان نەمىننىت.

كەسانىك كه بەباشى نهخوشى تەنگەنەفەسى(رەبۆ) خويان كۆنترۆل دەكەن كەمتر دوچارى ئەم نيشانانە دەبن و نيشانەى لاواز تر يان ھەيە.

كەسانى دوچاربوو بە پوشەتا رەنگە يەك يان چەند نيشانەى باوى خوارەم يان ھەبىت:

- ئاوبەر بوونى لووت
- خورىنى لووت
- پژمە
- خورىن و ئاوبەر بوونى چاو.

ئەم نيشانانە واتاى ئەمەيكە كه چاو و بەشەكانى سەرووى ريزە موى ھەناسەى كەسەكە كەوتنەتە ژىركارىگەرى. پوشەتا نيشانەكانى وەك خيز مەخيزى سنگ يان كورتى ھەناسە ناگرىتەوھ.

لهوانه په تنگنه فېسې (رېډ) م هېټ؟

له هر نو کس کسېک دوچاری تنگنه فېسې (رېډ) دېټ و له هر تمه نیکدا لهوانه په کسه که دوچاری هم نه خو شیبه بېت زور خه لک نازانن که لهوانه په له هر تمه نیک دوچاری تنگنه فېسې (رېډ) بېن تمنانته له تمه منی گمور مېشدا. گرنگه که نیشانه ی تنگنه فېسې (رېډ) ده ستنیشان بکه یت و نه گم دوچاری هر کام له نیشانه هاتوه بو پشکنین سمر دانی پزیشکی گشتی خوت بکه یت.

نه گم دوچاری نه گزېما (برو) یان پوشته ی یان خزمو کسېکی نزیکت نه لمر زی (حساسیت) و/یان تنگنه فېسې (رېډ) ان هپه، و نه گم نیشانه کان له تودا:

- بهر دوام ده گم رینه و یان له کاتیکې دیار یکر او له هر سالدا روود ددهن
 - له کاتی شو یمن سمر ته ی سمر له به یانی خراپتر دېن
 - به ناشکرایې به هوی وهرزش، حساسیت یان همو کردن به دی دین و
 - به خیرایې به خوار دنی دهر مانی هیور کس موه باش دېنه ووه
- نه گم دهن نیشانه کنردنی نه خو شی تنگنه فېسې (رېډ) زیاتر دېټ.

بغزیکې له هر چوار کس که دوچاری پوشته ان کسېکیش تنگنه فېسې (رېډ) هپه و گرنگه که بزانی هه لاله دمتوانت بېته هوی دهر کمتی تنگنه فېسې (رېډ) و هر موه نیشانه کانی پوشته.

نه گم پوشته ات هپه و نیشانه ی مک خیز مخیز ی سنگ، همناسه برکتی سنگیش له تودا دهر کمتوه، سمر دانی پزیشکی گشتی خوت به. نه مانه نیشانه ی به شی خواروی ربر موی همناسه بېن (یانی ناموه ی سیه کان) و رننگه بهم و اتایه بېت که تو دوچارینه خو شی تنگنه فېسې (رېډ) ش هپت.

دهتوانم چی بکم بو پاریزگاری له خو م لهم وهرزه ی هه لاله دا؟

درمی تنگنه فېسې (رېډ) پاش بؤرانی بروسکای هه مېشې و باو نیبه و هر سال روودنه. له گم له موشدا گرنگه که هه موو دانیشتون له نؤستر لیا زانیاری پیو بیستیان هپت سبارت به درمی تنگنه فېسې (رېډ) پاش بؤرانی بروسکای و نه کارانه ی که دهتوانن بیکم بو پاریزگاری له خو یان و له نه گم ی روودانی روودا ویکدا.

هه موو کسانو ناو کوم مگا دېن هر موه دهر باره ی نیشانه کان و نیشانه ی نه خو شی تنگنه فېسې (رېډ) سبارت به [چوار قوناغې سمر دتایې له کاتې](#) [روویس وویوونه له گم له تنگنه فېسې \(رېډ\)](#) زانیاری پیو بیستیان هپت تاکو بزانی که نه گم کسېک دوچاری هیزشی تنگنه فېسې (رېډ) هات چی بکم.

پاریزگاری له خوت له نه گم ی کهوتنه بهر مه ترسی سهروی توو شپوون به تنگنه فېسې (رېډ) پاش بؤرانی بروسکای

هه مووی نه کسانه ی ده کونه بهر مه ترسی تنگنه فېسې (رېډ) پاش بؤرانی بروسکای دېن:

- زانیاری به دست بېن دهر باره ی تنگنه فېسې (رېډ) پاش بؤرانی بروسکای و نه کارانه ی که دهتوانن بیکم بو پاریزگاری له خو یان له موه ی وهرزه هه لاله ی چیمن و گیا
- نه گم بکریت، له کاتی روودانی بؤرانی بروسکای له مانگی نوکتو بهر تا دیسه مېر – بهتایه ت له کاتی هه لکر دنی بای توند که بهر له بؤرانی دین، نه چنه دهر موه. برونه ژور موه و دهرگا و پنجه مکن داخن و نه گم هه او گوربان داگیر ساندوه بیخه سمر دؤخی گم رانه ی دو باره.
- پلانیکیان هپت له پموندی له گم له تنگنه فېسې (رېډ) (نه گم پزیشکی گشتی رایسپار دېټ) و دېن زانستی کرداریان هپت دهر باره ی [چوار قوناغې](#) [سمر دتایې له کاتې](#) [روویس وویوونه له گم له تنگنه فېسې \(رېډ\)](#).
- دېن له موه ی هه لاله ی چیمندا دهر مانی هیور کس موه به شیو به یکی گونجاو له بر دست بن و زانیاری پیو بیستیان هپت له پموندی له گم له چونیته به کار هینانی دهر مانه که (به باشر بن شیوه مه دایه کی له نیواندایت)
- هوشیار بن و نه گم پلانی همنگوانه یان هپه سبارت به تنگنه فېسې (رېډ)، له پموندی له گم له نیشانه کانی تنگنه فېسې (رېډ) هر به مجوره ی که له م بهر نامه یدا روونکر اومه همنگاو بېن و یان نه گم پلانیکیان نیبه یار مته ی سمر دتایې تنگنه فېسې (رېډ) به کار بېن.

چکه له لیسته ی سهر موه، همنگای وریاکر موه ی پموندیدار نه چام بدن که له خوار موه هاتوه.

پاریزگاری له خوت نه گم ی تنگنه فېسې (رېډ) ت هپه

نه گم له نیستادا نه خو شی تنگنه فېسې (رېډ) ت هپه یی گومان بو پشکنینی ریکو پیکې تایه ت به تنگنه فېسې (رېډ) سمر دانی پزیشکی گشتی بکه بو نه یکه دلنیا بېته و که [دهر مانی گونجاوی ناسم](#) له بر دسته و [تنگنه فېسې \(رېډ\) تو کوکترو ل](#) دهر کیت.

همروه ها گرنگه كه پلانېكت همبېت سهارمېت به تەنگەنەفەسى (رەبۆ) و سەردانى پزېشكى گشتى خۆت بكمېت بۆ ئەمەيكە دۇنيا بېتەمە كه ئەم پلانە راوئزكارى له پەيوەندى لەگەل تەنگەنەفەسى (رەبۆ) پاش بۆرانی بروسكاوئش لەخۆ دەگرئیت. هەمبېشە دەرمانى هېوركەس مومت پى بېت. ئەمە دەرمانى فریاگوزارى پارمەتى سەرمنايى تەنگەنەفەسى (رەبۆ) به.

پاريزگارى له خۆت ئەگەر نيشانەيهەكت هەيه كه لەوانەيه نيشانەيه توشبوون به نهخۆشى تەنگەنەفەسى (رەبۆ) بېت

ئەگەر وا بېر دەكمەمە كه نيشانەيه تەنگەنەفەسى (رەبۆ) ت هەيه گرنگه كه لەگەل پزېشكى گشتى خۆت راوئز بكمېت بۆ ئەمەيكە بزائرتت كه ناخۆ ئەم نيشانەيه به هۆى دوچار بوون به تەنگەنەفەسى (رەبۆ) به يان نا.

ئەگەر نيشانەيه تەنگەنەفەسى (رەبۆ) لەپر له تودا دەردەكمەيت و ئەگەر وا بېر دەكمەمە كه دوچارى هيرشنىكى تەنگەنەفەسى (رەبۆ) دەبېت، رەجواى [جوار قوناغى پارمەتى سەرمنايى بۆ بەرنگار بوونەيه تەنگەنەفەسى \(رەبۆ\)](#). بكه و دۇنيا بەمە كه بەدواداچوونى ئەم بابەتە دەكمەيت له لای پزېشكى گشتى خۆت.

پاريزگارى له خۆت ئەگەر لەرابردوودا تەنگەنەفەسى (رەبۆ) ت هەبووه

لەگەل پزېشكى گشتى خۆت راوئز بكه دەرمەيه مەترسى تەنگەنەفەسى (رەبۆ) پاش بۆرانی بروسكاوى ئەمەيكە چ هەنگاويكى تەواكەر بۆ تو گونجاو دەبېت – بەتايبەت دەرمەيه پيوەستبوون به دەرمانى پئيشگير يەكرى تەنگەنەفەسى (رەبۆ) له وەرزى هەلالەيه چيمەن و گيادا.

پاريزگارى له خۆت ئەگەر پوشەتات هەبووه

ئەگەر دوچارى پوشەتايەت، ئاگادار به كه له مەترسى گەمەيه توشبوون به تەنگە نەفەسىت بۆ نمونە له ماوهى رووداوى درمى تەنگەنەفەسى (رەبۆ) پاش بۆرانی بروسكاوى دايت. ئەگەر وا بېر دەكمەمە كه نيشانەيه تەنگەنەفەسى (رەبۆ) ت هەيه، بۆ نمونە ئەگەر هاورى لەگەل پوشەتا خيزمخيزى سنگ يان كۆخت هەيه، ئينجا لەگەل پزېشكى گشتى خۆت راوئز بكه دەرمەيه ئەمەيكە ناخۆ ئەم نيشانە پەيوەندى به تەنگەنەفەسى (رەبۆ) هەيه يان نا.

ئەگەر تەنيا دوچارى پوشەتايەت، بۆ وەرگرتنى بەرنامەى چارەسەرى پوشەتا و زانينى ئەمەيكە چ هەنگاويكى دەتوانيت پاريزگاريت لئيكات له ئاست مەترسى توشبوون به تەنگەنەفەسى (رەبۆ) پاش بۆرانی بروسكاوى سەردانى پزېشكى گشتى يان دەرمانسازى خۆت بكه. ئەم دەرمەيه لەوانەيه سەرايەكى دەميشى لەگەل بېت – ئەم دەرمەيه بى رەجەتە له دەرمانخانەكاندا هەن.

ئەگەر نيشانەيه تەنگەنەفەسى (رەبۆ) له تودا دەردەكمەيت، رەجواى [جوار قوناغى پارمەتى سەرمنايى بۆ بەرنگار بوونەيه تەنگەنەفەسى \(رەبۆ\)](#). بكه و دۇنيا بەمە كه بەدواداچوونى ئەم بابەتە دەكمەيت له لای پزېشكى گشتى خۆت.

همروه ها له ريگەى سەردانى مالىپەرى [Melbourne Pollen Count and Forecast](#) يا داگرتنى ئەپليكەيشن يان سەردانى مالىپەرى [Deakin AirWatch](#)، دەتوانى هەمبېشە ئاگادارى كۆتا زانيارى تايبەت به ژماردى گەرديلهكانيش بېت.

له كوئى بزائم كه لەوانەيه رووداويكى درمى تەنگەنەفەسى (رەبۆ) پاش بۆرانی بروسكاوى روو بدات؟

پئيشبينيەكان له پەيوەندى لەگەل درمى تەنگەنەفەسى (رەبۆ) پاش بۆرانی بروسكاوى له فيكتوريا له 1 ئۆكتۆبەرى 2017 وە دەسپېندەكات و تا 31 ديسەمبەرى 2017 بەردەوام دەبېت (له ناوهى وەرزى هەلالەيه چيمەن و گيادا)

بەرنامەى Vic Emergency له [Google Play](#) يا [App Store](#) داگره. بۆ شوينى خۆت «ناوچەى چاودئيرى» ريك بخره بۆ ئەمەيكە دۇنيا بېتەمە كه بەر ئەمەيكە رووداويكى درمى تەنگەنەفەسى (رەبۆ) پاش بۆرانی بروسكاوى روو بدات تو ئاگادارى دەبېت.

شوینى وەرگرتنى پارمەتى

پارمەتى پزېشكى

له دۆخى فریاكەوتندا، هەردەم تەلەفۆن بكه بۆ سى سفر (000)

بەشى فریاگوزارى نزىكترين نەخۆشخانە به تو

پزېشكى گشتىت

نزىكترين دەرمانخانە به تو (بۆ دەرمان)

پیرستاری سسر هیل تلهفون. 1300 60 60 24 – بۆ بهدهستهئینانی زانیاری پسیورانهی پهیوهندیدار به تعندروستی و راویژکاری (24 کاتژمیر، 7 رۆژی ههفته)

خزمهتگوزاری نیشتمانی بزشک له مالهوه تلهفون 13 SICK (13 7425) بۆ سهردانهکانی پاش کاتی پزشکی گشتی له مالهوه (بهشینک له تیچووی چارهمهری له نهستو گیراوه (bulked billed))

زانیاری دهربارهی تهنگهنهفهسی (رهیۆ)

هیلی فریاکووتی تهنگهنهفهسی (رهیۆ) ئۆسترالیا تلهفون. 1800 ASTHMA (1800 278 462)

ئنجومهنی نیشتمانی تهنگهنهفهسی (رهیۆ) ئۆسترالیا تلهفون. 1800 032 495

ئهلپهکیشنی تهنگهنهفهسی (رهیۆ) ئۆسترالیا- توانای دهسپنگهیشتنی ناسان به نویتترین زانیاری دهربارهی تهنگهنهفهسی (رهیۆ)، دهرمان و ئامیزمکانی تهنگهنهفهسی، فیلم و فیدیۆ تایبهتهکان سهبارمهت به تهکنیکی ئامیز، پلانی کارکردن دهربارهی تهنگهنهفهسی (رهیۆ)، قوناغهکانی یارمهتی سهرمهتایی له بهرمنگار بونومه له گهئ تهنگهنهفهسی (رهیۆ) دهسته بهر دهکات.

زانیاری دهربارهی پوشهتا

ASCIA (ئنجومهنی سهلامتی ناسی سرجییی و ههستیاری (حهساسیتهی) ئۆسترالیا)

بۆ وهرگرتنی ئەم بلاوۆکه به فورماتیکی شیاو بۆ بهر دهست، پهیوهندی بکه به ژماره تلهفونی 1300 761 874، نهگهر پتیویست بکات پهیوهندی بکه به خزمهتگوزاری بلاوکردنومهی نیشتمانی له ریگهی ژماره 13 36 77 یان ئیمهیل بنیره بۆ ناو نیشانی environmental.healthunit@dhhs.vic.gov.au.

ریگهپندراو و بلاوکاروه له لایهن حکوموتی فیکتوریا، 1 و هزارمتی دارایی، مئیلنورن.

© ویلایمتی فیکتوریا، بهشی خزمهتگوزاری تعندروستی و مروؤف، ئۆقه مبهری 2017.

له مآلهیری www.betterhealth.vic.gov.au/health/conditionsandtreatments/thunderstorm-asthma دا ههیه.