



DARI

زوکام و ریزش حساسیتی ، اسما ، و ویروس کورونا

در بهار امسال این بسیار مهم می باشد که در مورد زوکام و ریزش حساسیتی خود و اسما اگر داشته باشید با داکتر خود صحبت کنید و اگر نشانه های تکلیفی شما جدید هست یا از شکل معمول فرق دارد - شما باید برای ویروس کورونا معاینه شوید.

زوکام و ریزش حساسیتی و اسما می تواند اعراض و نشانه های مشابه به ویروس کورونا تولید نماید ، مثل ریزش بینی ، سرفه یا کوتاهی نفس ، و زمانی که درست اداره شود می تواند به جلوگیری اینها کمک کند ، اگر این اعراض و نشانه ها از شکل معمول آن برای شما فرق داشته باشد ، این بسیار جدی هست که برای ویروس کورونا معاینه شوید.

مردم که از سبب زوکام حساسیتی و اسما عطسه می زنند و سرفه می کنند ممکن بیشتر قطرات آب دهن تولید کنند ، و اگر آنها در عین حال ویروس کورونا داشته باشد ، ان می تواند سریعتر منتشر شود.

مردم با داشتن نشانه های زوکام و ریزش حساسیتی و اسما ممکن به دفعات بیشتر صورت خود را لمس کنند ، در این حال اگر نظافت دست را مراعات نکند خطر آلوده شدن به ویروس کورونا را زیاد می سازد.

فصل گرده علف بشکل رسمی در اول اکتوبر شروع می شود ، یک افزایش را در واقعات اسما و ریزش حساسیتی بوجود می آورد و احتمال طوفان اسما . سستم پیشبینی خطر طوفان اسما و ویکتوریا هم روشن خواهد شد و تا آخر ماه دیسمبر فعال خواهد بود.

طوفان اسما در جای هست که بیشتر مردم در یک زمان کوتاه تکلیفی اسما را تجربه می کنند و فکر می شود زمان که مقدار زیاد گرده های علف در هوا وجود دارند با یک شکل طوفان اسما شدت پیدا می کند.

مردم در خطر طوفان اسما آنها هستند که شامل مردم با تکلیفی اسما و یا ریزش یا زوکام حساسیتی ، و شامل آنهاست که تشخیص اسما نشده اند . بهترین راه جلوگیری از طوفان اسما این است که اسما و زوکام و ریزش حساسیتی خود را خوب کنترل کنیم ، و تا جای که ممکن هست از مواجه شدن با طوفان های بهاری و تند باد ها که قبل از آن می آیند دوری کنیم.

مردم با تکلیفی اسما و مخصوصا آنهاست با اسما کم و خفیف ، باید داکتر خود را ببیند که تا پلان عملی اسما را برای آنها بسازد و تکرار کند و مطمئن شوند که زوکام حساسیتی در فصل گرده علف خوب اداره شده است.

برای بیشتر فهمیدن در مورد طوفان اسما و چگونه می توانید خود را محافظت نمایید و برای آنهاست که از خطرات مراقب شان هستید ، طوفان اسما یا Thunderstorm Asthma را در وب سایت Better Health Channel ببینید.

به یاد داشته باشید که پوشیدن ماسک ، رعایت حد اقل یکمتر از فاصله جسمی میان خود شما و دیگران و عملی کردن نظافت و پاکی دست و سستم تنفسی جدی باقی می ماند ، چنانچه مردم که از سبب زوکام حساسیتی و اسما عطسه می زنند و سرفه می کنند ممکن بیشتر قطرات آب دهن تولید کنند ، و اگر آنها در عین حال وایرس کورونا داشته باشد ، احتمال آن بیشتر هست که به دیگران انتقال کند.

اگر شما در مورد ویروس کورونا ، یا زوکام حساسیتی و طوفان اسما سؤال داشته باشید ، لطفا وب سایت DHHS Coronavirus (COVID-19) را ببینید در <https://www.dhhs.vic.gov.au/coronavirus>.

یادداشت: اصطلاحات : زوکام حساسیتی = Hay Fever ، اسما = Asthma

Last updated: November 10, 2020

ACN: 136 467 715

Hayfever, asthma and coronavirus

This spring it is more important than ever to speak to your doctor to manage your hay fever and asthma and if your symptoms are new or different to usual – you must get tested for coronavirus.

Hay fever or asthma can produce symptoms similar to coronavirus such as a runny nose, cough or shortness of breath, and while good management can help prevent these, it is critical to get tested for coronavirus if these are different to your usual symptoms.

People who are sneezing and coughing from hay fever or asthma may produce more droplets and if they have coronavirus, it could spread quickly.

People with asthma and hay fever symptoms may also touch their face more frequently, increasing their risk of being infected with coronavirus if they are not practicing appropriate hand hygiene.

Grass pollen season officially began on 1 October, bringing an increase in asthma and hay fever and the chance of thunderstorm asthma. Victoria's thunderstorm asthma risk forecasting system will also be switched on and will run until the end of December.

Thunderstorm asthma is where many people experience asthma over a short period of time and is thought to be triggered by a type of thunderstorm when there are high amounts of grass pollen in the air.

Those considered at risk of thunderstorm asthma include people with asthma or hay fever, including those with undiagnosed asthma. The best protection is to have good control of your asthma or hay fever, and where possible avoid exposure to springtime thunderstorms and the wind gusts that come before them.

People with asthma, and particularly those with mild asthma, should see their GP to develop or review their asthma action plan and make sure any associated hay fever is well managed during the pollen season.

To find out more about thunderstorm asthma and how you can protect yourselves and those that you care for from the risks, see [Thunderstorm Asthma](#) on the Better Health Channel website.

Remember wearing a face mask, maintaining at least 1.5 metres of physical distance between yourself and others and practicing good hand and respiratory hygiene remains critical as people who are sneezing and coughing from their hay fever or asthma may produce more droplets and, if they have coronavirus, may be more likely to spread it to others.

If you have questions about COVID-19 or hayfever and thunderstorm asthma please visit the DHHS Coronavirus (COVID-19) website at <https://www.dhhs.vic.gov.au/coronavirus>.