

تنفس اطفال چک کنید

این سوالات را از طفل تان پرسان کنید:

- آیا گاهی هنگام نفس کشیدن آواز جیر جیر یا تق تق دارید؟

نه، هیچ وقت 😊
بله، بعضی اوقات 😞
- شما چقدر سرفه می کنید یا سینه تان تنگی میکند؟

هیچ وقت یا بعضی اوقات 😊
بسیاری اوقات 😞
- آیا تنفس تان سپورت کردن یا دویدن را کدام وقت دشوار می کند؟

نه، هیچ وقت 😊
بله، بعضی اوقات 😞
- اگر یک اسپری (پافر) آبی دارید چقدر از آن استفاده می کنید؟

نه خیلی زیاد 😊
همیشه 😞
- آیا نفس کشیدن تان گاهی شما را بیدار کرده است؟

نه، هیچ وقت 😊
بله، بعضی اوقات 😞
- تنفس تان امروز چطور هست؟

خوب 😊
بد 😞

آیا طفل شما کدام جوابی با چهره غمگین 😞 داد...

به صورت مجانی با ما تماس بگیرید
دوشنبه تا جمعه، 9 صبح تا 5 بعد از ظهر



**ASTHMA
AUSTRALIA**

1800 ASTHMA
(1800 278 462)



حمایت برای تمام خانواده ها

هر سال، ما به هزاران نفر کمک می کنیم تا بهتر
نفس بکشند

ما می توانیم در جواب به سوالاتی مثل زیر کمک
کنیم:

- من چطور بفهمم که کسی نفس تنگی دارد؟
- چرا نفس تنگی من در زمستان بدتر می شود؟
- آیا کپک می تواند بر تنفس ام تأثیر بگذارد؟
- آیا همه به یک پلان اقدام برای نفس تنگی ضرورت دارند؟
- وقتی که من برای چک کردن نامه ها پایین می روم نمی
توانم نفس بکشم. آیا این برای سن من عادی است؟



**ASTHMA
AUSTRALIA**



1800 ASTHMA
(1800 278 462)

asthma.org.au



از دوشنبه تا جمعه، 9 صبح تا 5 بعدازظهر تماس
بگیرید یا به ما در asthmasupport@asthma.org.au
ایمیل روان کنید