

Proteggi la tua salute in questa stagione di incendi boschivi

Il fumo degli incendi boschivi può nuocere alla tua salute e a quella della tua famiglia.

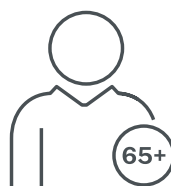
Persone a maggior rischio di problemi di salute a causa del fumo degli incendi boschivi:



Persone affette da patologie cardiache o polmonari preesistenti o diabete



Donne in gravidanza



Persone dai 65 anni in su



Neonati e bambini piccoli

Misure da adottare:

- Parla subito con il tuo medico se sei ad alto rischio.
- Verifica che le tue ricette mediche e i piani d'azione per la salute siano aggiornati, ad esempio se hai un piano d'azione per l'asma.
- Conserva i farmaci in un luogo facile da raggiungere in caso di necessità. Se usi un inalatore per l'asma, conservalo insieme al distanziatore.
- Considera la possibilità di tenere in casa una scorta di mascherine P2/N95 e di imparare a indossarle correttamente. Se hai problemi cardiaci o polmonari, parlane con il tuo medico prima di usare una mascherina.

Per un parere medico, rivolgiti al tuo dottore o alla linea telefonica Healthdirect, attiva 24 ore su 24, **1800 022 222**.

Se hai bisogno di un interprete, contatta il Servizio di traduzione e interpretariato (TIS) al numero **131 450** e chiedi di *Healthdirect*. Il servizio è gratuito e riservato.

Per sapere cosa fare se la qualità dell'aria è compromessa dal fumo:

www.health.nsw.gov.au/bushfires

