

蟑螂及其粪便不仅仅是害虫。



会引发严重的气喘发作。



**定期吸尘
或清扫可减少气喘
发作的机会。**

了解更多：

ControlAsthma.hawaii.gov



用过的床垫中可栖息多达 1000 万只尘螨。



会引发严重的气喘发作。



定期清洗床单、枕头套和毛绒玩具，以减少气喘发作的机会。

了解更多：

ControlAsthma.hawaii.gov



霉菌可以在任何地方生长,尤其是潮湿的地方。

霉菌



会引发严重的气喘发作。



在霉菌生长之前擦干你的泳衣、毛巾和衣服,以减少气喘发作的机会。

了解更多:

ControlAsthma.hawaii.gov



电子烟或充满香烟的空气对肺部的伤害较大。

二手烟 香烟和电子烟

会引发严重的气喘
发作。



保持 keiki 周
围的空气无烟，
以减少气喘发作
的机会。

了解更多：

ControlAsthma.hawaii.gov



HAWAII TOBACCO QUITLINE

1-800 QUIT-NOW

HAWAIIQUITLINE.ORG | 1-800-784-8669