

Gián và phân của chúng không chỉ là những loài gây hại.



CÓ THỂ GÂY RA CÁC CƠN HEN SUYỄN NẶNG.



**Thường xuyên hút bụi hoặc quét
dọn để giảm thiểu các nguy cơ
bị lên cơn hen suyễn.**

TÌM HIỂU THÊM TẠI:

ControlAsthma.hawaii.gov



Có tới 10 triệu mạt bụi có thể sinh sống trong một tấm nệm đã qua sử dụng.



CÓ THỂ GÂY RA CÁC CƠN HEN SUYỄN NẶNG.



**Thường xuyên giặt ga trải giường,
vỏ gối và thú nhồi bông để giảm
thiểu các nguy cơ lên cơn hen suyễn.**

TÌM HIỂU THÊM TẠI:

ControlAsthma.hawaii.gov



Nấm mốc có thể phát triển ở mọi nơi, đặc biệt là các khu vực ẩm ướt.

NẤM MỐC



CÓ THỂ GÂY RA CÁC CƠN HEN SUYỄN NẶNG.



Làm khô đồ bơi, khăn tắm và quần áo trước khi nấm mốc phát triển để giảm thiểu các nguy cơ lên cơn hen suyễn.

TÌM HIỂU THÊM TẠI:

ControlAsthma.hawaii.gov



Vape hoặc khói thuốc gây hại nhiều hơn cho phổi của quý vị.

KHÓI THUỐC & VAPE CŨ

CÓ THỂ GÂY RA CÁC
CƠN HEN SUYỄN NẶNG.



**Giữ không khí
xung quanh Trẻ
em không có
khói thuốc để
giảm thiểu các
nguy cơ lên cơn
hen suyễn.**

TÌM HIỂU THÊM TẠI:

ControlAsthma.hawaii.gov



HAWAII TOBACCO QUITLINE

1-800 QUIT-NOW

HAWAIIQUITLINE.ORG | 1-800-784-8669