

蟑螂及其糞便不僅僅是害蟲。



蟑螂

會引發嚴重的氣喘發作。



定期吸塵或清掃可減少氣喘
發作的機會。

了解更多：

ControlAsthma.hawaii.gov



用過的床墊中可棲息多達 1000 萬隻塵蟎。



會引發嚴重的氣喘發作。



定期清洗床單、枕頭套和毛絨玩具，以減少氣喘發作的機會。

了解更多：

ControlAsthma.hawaii.gov



黴菌可以在任何地方生長，尤其是潮濕的地方。

黴菌



會引發嚴重的氣喘發作。



在黴菌生長之前擦乾你的泳衣、毛巾和衣服，以減少氣喘發作的機會。

了解更多：

ControlAsthma.hawaii.gov



電子煙或充滿香菸的空氣對肺部的傷害較大。

二手菸 吸菸和電子煙

可能引發嚴重的
氣喘發作。



保持 **keiki** 周圍
的空氣無菸，以
減少氣喘發作的
機會。

了解更多：

ControlAsthma.hawaii.gov



HAWAII TOBACCO QUITLINE

1-800 QUIT-NOW

HAWAIIQUITLINE.ORG | 1-800-784-8669