

دائماً احتفظ بالبخاخ الأزرق بالقرب منك  
Always have your blue reliever puffer with you

# Asthma Action Plan - Sudanese

# العناية بداء الربو

Doctor's Name اسم الطبيب

Name الاسم

## خطر Danger



البخاخ الزرقاء لا يعمل

عدم القدرة على التحدث

Blue puffer not working

Can't speak

استعمل البخاخ الزرقاء مع  
الوعاء المُفرِّع الإضافي

Use blue puffer and spacer



1 اجلس مستقيماً  
Sit up.



2 نفخة واحدة من المخفف الأزرق،  
استنشيق الرزاز اربعة مرات.  
فم باعادة العملية اربعة مرات.

1 puff of blue reliever,  
take 4 breaths. Do this 4 times.



3 انتظر اربعة دقائق  
wait 4 minutes.



4 في حالة عدم الاحساس بتحسُّن اتصل بالاسعاف (000)  
كرر الخطوات 2 و3 الى حين وصول الاسعاف  
If not getting better, call Ambulance 000.  
Repeat step 2 and 3 until  
Ambulance arrives.



## الاحساسُ بحالةٍ أسوأ Feeling Worse



سعال شديد مصاحبة  
مع صوت صغير في الصدر  
Worse coughing and  
whistling in chest

أستيقظ من النوم مع  
صعوبة في التنفس  
Waking from sleep with  
difficult breathing



النفخات  
puffs

النفخات  
puffs

آخر  
Other



النفخات  
puffs

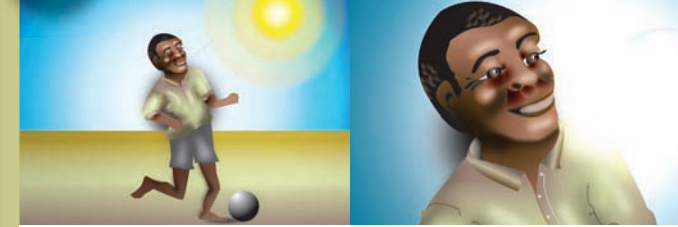
النفخات  
puffs

آخر  
Other

اتصل لتحديد موعد لمقابلة الطبيب  
Ring doctor and make appointment to see doctor



## الاحساسُ بحالةٍ جيدة Feeling Well



القدرة على أداء الأنشطة العادية  
Able to do normal activity

التنفس بشكل جيد  
Breathing well



النفخات  
puffs

النفخات  
puffs

آخر  
Other



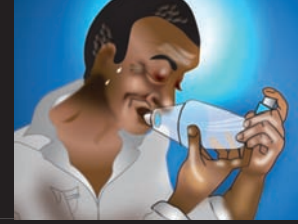
النفخات  
puffs

النفخات  
puffs





# خطر Danger



أستعمل البخاخ الأزرق مع  
الوعاء المُفرِّغ الإضافي  
Use blue puffer and spacer



في حالة عدم الاحساس  
بتحسُّن اتصل بالاسعاف (000)  
كرر الخطوات 2 و3 الى  
حين وصول الاسعاف

If not getting better,  
call Ambulance 000.  
Repeat step 2 and 3  
until Ambulance arrives.



انتظر اربعة دقائق

Wait 4 minutes.



نفخة واحدة من المخفف الأزرق،  
استنشيق الرزاز اربعة مرات.  
فم باعادة العملية اربعة مرات.

1 puff of blue reliever,  
take 4 breaths.  
Do this 4 times.



اجلس مُستقيماً

Sit up.



Queensland Government

