



## **TAQOMAKI IKO KEI NA NOMU MATAVUVALE ENA VULA NI BATABATA OQO –TAURA NA I CULA NI FLU VACCINE E SEGA NI LAVAKI VAKA I LAVO**

UPDATED 6TH JUNE 2022

Na mata tamata vaka Pasifika vakaitikotiko e Aotearoa e rawa ni tauvi “flu” vakarawarawa, vakabibi o ira na noda matua, gone kei na gone dramidrami kei na marama bukete.

E dua na gaunisala bibi e rawa ni ko taqomaki iko kei na nomu matavuvale o ya ena nomu taura na i cula ni flu vakadua ena veiyabaki. Na I cula ni flu e vakabibitaki sara vei keda na mata tamata vaka Pasifika me vaka ni a sogo tu na i lati ni noda vanua ena loma ni rua na yabaki.

E laurai ni lailai sara na i wiliwili ni tamata e tauvi influenza ena loma ni gauna e tekivu veitauvi kina na Kovidi-19. E kena I balebale qo ni lailai sobu na tagede ni noda rawa ni valuta na mate, ka bibi sara me da na taura na I cula ni flu.

E vuqa na i walewale ni noda tataqomaki mai na Kovidi-19 e rawa ni da vakayagataka ena flu – daramaka na i ubi ni ucu/gusu, taura na i cula, tiko ga e vale ni ko tauvimate, savata vakawasoma na ligamu, ka ubia na gusumu ni ko vu se suru.

## **TARO DAU TAROGI VAKAWASOMA**

### **Cava na I vakatakilakila ni Flu?**

Oqo na i veivakatakilakila e so ni Flu:

- Katakata
- Momosi ni yago kei na masela
- Mosi ni ulu
- Malumalumu ni yago – rawa ni bibi ka tauvi iko me rua se va na macawa
- Vu mamaca
- Mosi ni tilotilo
- Vakawai ni ucu
- Lualua kei na coka ni kete – veitauvi vakalevu cake vei ira na gone mai vei ira na qase.

Na flu e sega ni dua ga vei ira na mate veitakavi ni “batabata”. E dina ga ni tautauvata e so na kena i vakatakilakila, e dau bibi cake na i vakatakilakila ni flu, ka dau tekivu vakasauri ka rawa ni ca vakalevu sara ka vakavuna me curu na tauvimate ki na valenibula.



## Na cava me'u taura kina na I cula ni Flu vaccine?

E na rawarawa sara na tauvi flu me vaka ni sa mai cava na sogosogo ka lewe levu sara na tamata era sa veisotari ka tiko veimaliwai. E na kena sa mai dola talega na i yala ni noda vanua, e da na raica vaka kina na ni na veitauvi vakalevu na flu ki na lewe ni vanua raraba.

Na nomu taura na i cula ni flu ena taqomaki iko kei ira o ni tiko veimaliwai e rawarawa ni ra tauvimate vakalevu ni tauvi ira na flu, me vaka e da raica na Kovid-19.

Na flu e rawa ni vakavuna na pneumonia. E so e ra na tauvimate bibi, e rawa ni curu i valenibula – vakabibi vei ira na matua, gone lalai, se tauvi iko e dua na mate bibi me vaka na mate ni yate vuso se mate ni suka.

E rauta e 500 na tamata e ra mate ni ra tauvi flu e na veiyabaki, ka lewe vuqa e ra curu i valenibula.

E lewe levu e rawa ni taura na i cula ni flu, ia kevaka ko tauvimate e dodonu mo na wawa mw yacova na gauna ko sa bula vinaka kina mo qai taura na I cula ni flu.

## E na rawa ni ko taura e vuqa na I cula ena dua vata ga na gauna?

Io e rawa. E rawa ni ko taura na i cula ni Kovid-19 se booster ena gauna vata ko taura kina na i cula ni flu. Oqo e sega ni dua na kena leqa ka na sega ni gadrevi me dua na cegu ena kedrau maliwa na i cula e rua.

E rawa talega ni ra taura na nodra i cula na gone me vaka na i cula ni misila (measles), mo (mumps) kei na rubella (MMR) ena gauna vata e taura kina na i cula ni flu.

O ni sa vakauqeti ke se sega ni o ni taura na i cula ni Kovid-19 se na booster e rawa ni ko taura vata na i cula ni flu.

## Na cava e na lavaki me i sau ni i cula ni flu?

Na cava e na lavaki me i sau ni i cula ni flu:

- Yabaki 55 se sivia
- Bukete
- Tauvi iko tiko e dua na mate me vaka na mate ni suka, kenesa, mate ni uto, mate ni yate vuso, tauvi mate ni vakasama, mosi vakadede, mate ni ivi kei na guiguileca.
- O ira na gone se sega ni yabaki 5 ka ra a curu ki valenibula ni a tauvi ira na veimate e so ni yate vuso se tauvi mate dede me vaka na cegu oca.

E dodonu mo lewe ni vanua se vakaitikotiko tudei e Aotearoa e na qai rawa ni soli vei iko na i cula sega ni lavaki vakailavo.



## Vacava kevaka e sega ni rawa ni soli vei au na i cula ni flu koya e sega ni lavaki vaka i lavo?

- Veitalanoa kei nomu Vuniwai se Nasi ka raica kevaka e tiko na mataqali veiqaravi ena rauti iko. Ena so na gauna, e vakatarai me cula na lewe ni matavuvale tau koko ena na i cula ni ka sega ni lavaki kina na i lavo.
- E rawa ni ko cula, ia ena lavaki vei iko e \$25 ki na \$45 vakatau ki na wainimate ni cula kei na tabana ni veiqaravi e vakarautaka.

Kevaka e a sega ni lavaki vakailavo vei iko na i cula ni flu e liu, e na rawa me na vakayacori tale me vaka kina.

Kevaka ko se sega ni cula, ia e tauvi iko vakadede tu e dua na mate bibi, kerekere mo qiriti nomu Vuniwai se GP, Healthline sega ni lavaki kina na ilavo ena 0800 611 116 ka tarogi ratou kevaka e rawa ni soli vei iko e dua na i cula ni flu ka sega ni lavaki vaka i lavo.

## Cava e so na veisau e vakila na yagoda ni da taura oti na i cula ni Flu?

E so na ka dau yaco wasoma ki yagoda ni da taura na i cula ni flu e tautauvata kei na noda taura na i cula ni Kovid-19.

Na veika oqo dau vakilai wasoma ki yagoda:

- Mosi ni taba, mosi se damudamu se milamila na mawe ni i cula (1 ki na 3 na tamata uabula)
- Masa ni yago kei na mosi (1 ki na 10 na tamata uabula)

E so era sega ni vakila e dua na veisau bibi ki yagodra ni ra taura oti na i cula ni flu.

E na kerei vei iko mo wawa 15 ki na 20 na miniti ni ko taura oti na i cula me na rawa ni na qaravi vakatotolo kevaka kevaka e mani tauvi iko e dua na veisau bibi ni yago ka sega ni dau laurai vakawasoma.

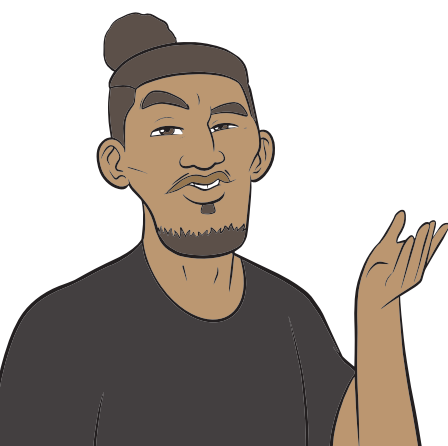
E dodonu talega me ra veitaratara kei na nodra vuniwai o ira e ra vakila ni bibi na veika e yacovi ira ni ra taura oti na e dua na i cula e liu ni bera ni ra taura na i cula ni flu.

## Na cava e tiko ena i cula ni flu?

E ka bibi mo kila ni i cula sasabai ni flu ena sega ni rawa ni vakavuna mo tauvi flu, e sega ni ka bula na wainimate ni cula ni flu.

E sega na ka me maroro vaka balavu kina na wainimate ni cula, se mercury se yaloka ni protein, ia e sega ni na vakavu-leqa vei iko kevaka e dau vakavu vei iko na yaloka. Kevaka ko loma leqataka e dua na ka oqo, mo veitalanoa kei nomu vuniwai se nasi.

Ena i kuri ni tukutuku oqo gole ki na [prepacific.nz](https://www.prepacific.nz)





## **E yaga vakacava na I cula ni flu?**

Na i cula ni flu e Aotearoa ena yabaki 2022 ena taqomaki keda mai na 4 na mataqali manumanu ni mate na flu – 2 na kena mataqali manumanu ni mate na Influenza A kei na 2 na mataqali manumanu ni mate na Influenza B.

Ena taura e 2 na macawa ni oti na nomu taura na i cula ni flu me na qai taqomaki iko mai na flu.

E bibi talega mo nanuma ni sega ni vou me vaka na i cula ni Kovid-19.

E vuqa na i tukutuku vakarautaki tu ka qarauni kina na kena cakacaka vaka vinaka na i cula. E vuqa sara na tamata era taura na i cula ni flu e vei yabaki mai vei ira na gone vula 6 me yaco sara vei ira na matua yabaki 100 ka sivia.

## **E na taqomaki au beka mai na flu na i cula ni Covid-19?**

E sega. Na i cula ni Kovid-19 ena taqomaki iko ga mai na Kovid-19 ga. E sega tale na wainimate ni i cula me na taqomaki iko mai na flu, na i cula ga ni flu e na cakava qo.

## **E dodonu beka me'u na leqataka na mataqali manumanu vou ni flu?**

Me vaka ni sa doladola mai na i yala ni veimatanitu, e da sa raica ni vuqa na mataqali flu era na veitauvi ena noda veitikotiko raraba.

Na mataqali i cula ni flu e vakayagataki e na yabaki 2022 e katona tu e so na mataqali manumanu ni mate ka veitauvi tu ena gauna ni draki ni flu ena northern hemisphere. O koya oqo e daumaka kina vei keda ni sa dola na i yala ni vanua.



## Vanua ni Cakacaka

Na flu e mate veitakavi vakarawarawa sara ka rawa ni na veidewavi vei ira na tani, ka vakatabakidua vei ira na vanua osooso eso me vaka na veivanua ni cakacaka.

Kevaka ko veiqaravi vei ira na gone se vei ira na matua, kerekere mo taura na i cula ni flu.

Tarogi ratou na veiliutaki e nomu vanua ni cakacaka ke vakarautaki na i cula ni Kovid-19 e sega ni lavaki vakailavo.

E rawa ni ra digitaka na i liuliu vakacakacaka me ra sauma na kena soli na i cula vei ira na nodra lewe ni tamata cakacaka. E rawa ni gole yani ki nomu vanua ni cakacaka e dua na dauveicula me lai solia na i cula ni flu.

## Vanua varautaki ko rawa ni la'ki taura kina na i cula ni Flu kevaka e na rawa

- Nomu Vuniwai se GP
- Vale ni wainimate se pharmacy
- Vanua vakarautaki ni veicula raraba
- Qirita na Healthline sega ni saumi ena 0800 611 116

E na i kuri ni tukutuku qo gole ki nao [winterwellness.nz](http://winterwellness.nz) se [healthpoint.co.nz](http://healthpoint.co.nz)

## Me'u na vakaraitaka e dua na noqu vakadinadina (ID)?

Sega. E na rawa ni vakadeitaka o koya e culai iko ena nona taroga na yacamu taucoko ka qai semata vata kei na nomu National Health index number se NHI.



## Bukete

Esega ni dua na veisau ni yago se side effect ni cula ni flu vei ira na bukete se vua na gone sebera ni sucu.

Ke dua na nomu vakatataro tarogi nomu vuniwai se GP.

