



PUIPUI KOE MA TO KĀIGA ITE TAU MALŪLŪ TENEI – FAI TO TUI PUIPUIA O TE FULŪ – E HĒAI HE TOTOGI

UPDATED 6TH JUNE 2022

E lahi te tulaga e āfaina ai na tino Pahefika i luga o Niu Hila mai te fulū, kae maihe na tino mātutua, tamaiti, na pepe ma na fafine e faitatama.

Ko na auala e pito hili oi maua ai he puipuiga mo koe ma to kāiga ko te fai o na tui puipuia i na tauhaga takitahi. Ko te tui puipuia o te fulū e hili atu te tāua mo na tino Pahefika i te tauhaga nei ona ko te tuākoi ma te alāvaka nae tapunia mo he lua tauhaga.

E tau hēai he fulū e eva i loto o ō tatou komiuniti talu te kamata o te famai ko te KOVITI-19. Ko tona uiga ko te tulaga e puipuia ai ki tatou kua maulalo, ko te mafuāga ia e tāua ai te fai o na tui puipuia o te fulū.

Ko te lahiga o na auala nae fakahagatau ai ki tatou ki te KOVITI-19 e apalai foki ki te fulū – fai ni talipupuni mata, fai na tui puipuia, nonofo i te fale kafai ko koe e tauale, fakamakeke fafano o lima, tatao to gutu ma to ihu kafai ko koe e tale pe mafatua.

FEHILI FAI HO

Ni āuga vehea to te fulū?

E lahi na āuga o te fulū e i loto ai na āuga e tākua i lalo:

- Fiva
- Gagahe ma tigāgā na maho
- Tigā ulu
- Vaivai – e ono tigāina ma e tumau mo he lua vaiaho pe hili atu foki
- Mamago te tale
- Tigā te fāi
- Fegufegua pe tafe te ihu
- Puai pe tātā – e takalahi atu i tamaiti na ilō na tino mātutua.

Ko te fulū e hē na ko he 'tale kino'. E ui ona iei ni āuga e tutuha, ko te fulū e hili atu te fakapokepoke, e teki atu lava kua tutupu ma e lahi foki te āfainaga e maua, fakatahi ai ma te hiki atu ki te falemai.



Ko heā te tatau ai ke fai hoku tui puipua o te fulū?

E hili atu te maualuga o te tulaga e mafai ai koe ke maua i te fulū ona ko kitatou fatoā matala mai te tulaga o te tatou nonofo i lalo o na hā ma kua tokalahi foki te aofaki o na tino kua kamata mafuta. Ka ki tatou kitea foki te pepehi o te fulū i loto o ō tatou komiuniti i te kua tatala o te alāvaka ki na fenua i fafo.

Ko te fai o to tui puipua o te fulū ka puipui ai koe ma na tino e hikomia koe e ono tauāle lahi kafai e maua i te fulū, e veia oi tatou kitea ki te KOVITI-19.

Ko koe e mafai ke maua i te niu monia ona ko te fulū. E ono mafai foki koe ke pa ki he tulaga e ono fakavili ai koe ki te falemai – kae maihe lava kafai ko koe he tino matua, he tamā tamaiti, e faitama, pe iei ni o tauale fakaauau, e veia ko te tauale fatu, tauale māmā pe ko te huka.

E tai 500 ia tino e feoti ona ko te fulū i na tauhaga takitahi, ma e faitau helau ki latou e taōfi i te falemai ona ko te fulū

Ko te tokalahiga o na tino e mafai ke fai o latou tui puipua o te fulū, kae kafai ko koe nae he malohi, ko koe e tatau ke fakatali ke toe malohi koe oi fai ai loa to tui puipua o te fulū.

E mafai ke fai ni o tahi tui puipua i te taimi lava e fokotahi?

Io e mafai. E mafai ke fai ho tui puipua mo te KOVITI-19 pe ko he booster i te taimi lava e fai ai to tui puipua mo te fulū. E hē manakomia ke fakavā te taimi e fai ai na tui puipua ienei auā e hēai he āfainaga ma e haogalēmu foki.

E mafai foki ke fai fakatahi na tui ienei o tamaiti ma o latou tui puipua o te fulū, na tui o te mihela, mami ma te rubella (MMR).

E fautua lahi atu kafai ko heki faia uma o tui puipua o te KOVITI-19 pe ko tau booster ke fakamolemole fai fakatahi ma to tui puipua o te fulū.

E fia te tau o te tui puipua o te fulū?

E hēai he tau o te tui puipua o te fulū mo na tino Pahefika kua:

- Ova i te 55 tauhaga te mātutua.
- Faitama
- E iei ni o latou tauale e veia ko te; huka, kaneha, tauale fatu, tauale e veia ko te hela, tauale fakatemafaufau, tigāina tumau, tauale tumau o na fatugako pe ko te tapulipuli (dementia).
- Ko na tamaiti i lalo o te 5 tauhaga e iei ni o latou tauale e veia ko te hela ma kua taōfi foki i te falemai ona ko ni tulaga kua āfaina ai ta latou mānava.

Ko koe e tatau ke kavea ma he tino e nofo tumau i Niu Hila ke mafai ai ke maua fua e koe te tui puipua.



E vehea la kafai au e hē mafai ke ko maua fua te tui puipuia o te fulū?

- Talanoa ki tau fomai kāiga pe ko he teine fomai ki na auala e avanoa ke maua ai. E iei na tulaga e ono mafai ai ke fai fua na tui puipuia o te fulū o koe ma to kāiga katoa.
- E mafai ke fai ho tui, kae ko te tau e nofo mai i te \$25 – \$45. E fuafua lava ki te tui ma te vaega e fakataunukua e ki latou.

Kafai na fai fua ho tui puipuia o te fulū muamua, ko tona uiga ko koe e ono mafai ke toe maua fua ho tui.

Kafai e heki faia ho tui muamua, kae iei ni o tauale kua leva to tauale ai, fakamolemole fakafehokotaki tau fomai kāiga pe telefoni foki ki te numela a te Healthline, e hēai he togoti, i te 0800 611 116 ke hakili ki ei pe mafai ke maua fua ho tui puipuia.

Ko ni a na āfainaga mahani e maua ona ko te tui puipuia o te Fulū?

E iei na āfainaga takalahi e maua kafai koe e tui i te tui puipuia o te fulū ma e tali tutuha ma na mea e ke lagona mai te tui puipuia o te KOVITI-19.

Ko na āfainaga e takalahi:

- E tigā te lima, mageho pe kukula te koga na fai ki ei te tui (1 mai te toka 3 o na tino mātutua)
- Tigā ma gagaha (1 mai te toka 10 o na tino mātutua)

Ko ietahi tino e hēai ni mea e ki latou lagonagia kafai e uma te fai o ō latou tui puipuia o te fulū.

E ono fakatonu atu koe ke fakatalitali mo he 15 ki te 20 minute kafai e uma te fai o to tui kae ke faigofie ma vave ai foki te togafitia o koe kafai e tutupu ni āfainaga kia te koe ona ai ko te tui, kae heāheā venei.

Kafai foki e iei ni tino kua tutupu muamua ki ei ienei tulaga, e tataua lava ke talanoa ki a latou fomai kāiga ka ko heki faia na tui puipuia.

Ko ni a te i loto o te tui puipuia o te fulū?

E tāua ke iloa ko koe e hē mafai maua i te fulū ona ko te tui puipuia, ona e hē ko he hiamā e **ola**.

E hēai ni mea fakaopoopo pe nae fakahao, thiomersal pe he mekuli. E iei na tamā vaega polotini (protein) fuāmoa e i loto, kae e hēai he afaina mo ki latou e mahani oho ni tauāle kafai e kakai ki na fuāmoa. Talanoa ki tau fomai pe ko he teine fomai kafai ko koe e iei ni o popolega.





Ko heā te aogā o te tui puipuia?

Ko te tui puipuia o te fulū mo Niu Hila i te 2022 e puipui ai ki tatou mai ni itukāiga e fā o te hiamā o te fulū – te itukāiga o te A ma te itukāiga o te B. Ko na tui puipuia e fai ke talafeagai ma na itukāiga hiamā o te fulū e ono e maua i Niu Hila i tauhaga takitahi.

Ko to puipuiga e fatoā katoatoa lelei kafai kua katoa te lua vaiaho talu te fai o to tui.

E tatau foki ke ki tatou manatua, ko te tui puipuia e hē he mea fou e veia ko te KOVITI-19.

Ona ai ko na tulaga ienei, e lahi na fakamaumauga ma na fakamatalaga e avanoa ke fakamautinoa ai ko te tui puipuia e aogā. Ko na tui puipuia o te fulū kua leva te kamata oi fai, e kamata mai i na tamaiti kua katoa te ono mahina ke pa atu lava ki na tino mātutua kua kua katoa te helau tauhaga.

E puipuia au e te tui puipuia o te KOVITI-19 mai te fulū?

Hēai ko koe e hē puipuia. Ko te tui o te KOVITI-19 e ia puipuia oiti koe mai te KOVITI-19. E hēai he tahi tui puipuia e ia puipuia koe mai i te fulū, kae na ko te tui puipuia o te fulū oiti.

E tatau au ke popole kina āuga fou o te fulū?

Ka tatou kitea na āuga fou o te fulū ka pipihi i loto o tatou komiuniti, ona la ko te alāvaka ka tatala ki na nuku i fafo.

Ko te tui puipuia o te fulū 2022 o te itulagi i haute e i loto ai na āuga nae pipihi i te vaitaimi o te fulū o te itulagi i matū. Ka maualuga ai te tatou nonofo hauni auā te alāvaka ka tatala ki na tino e faimalaga mai i na nuku i fafo.



Falefaigaluega

Ko te fulū e pipihi gofie lele ki ietahi tino, kae maihe lava i na tulaga e tafatafapili ai ia tagata i loto o na falefaigaluega.

Ko te mea ia, fakamolemole fai to tui puipuia mai te fulū, kafai ko koe e faigaluega i he fale e gafa ma tamaiti pe ko na tino mātutua e veia ko na lōmatutua ma na toeaina.

Hiaki tau galuega pe ofo atu e ki latou na tui puipuia o te fulū kae totogi e ki latou.

E mafai ke filifili e na falefaigaluega ke totogi e kilatou na tui puipuia o te fulū mo a latou tino faigaluega kafai e fofou ki ei. E mafai e na tino e fai e ki latou na tui puipuia mo na falefaigaluega ke oatu ki te koutou galuega oi fai ai na tui puipuia.

Ko fea te mafai ke fai ai to tui puipuia o te fulū kafai ko koe e fakataga ke kē maua

- Tau Fomai Kāiga
- Na fale talavai
- Telefoni ki te numela a te Healthline i te 0800 611 116

E mafai foki koe ke kikila ifo k ite laupepa tenei winterwellness.nz pe ko te laupepa healthpoint.co.nz mo ni ietahi fakamatalaga.

E manakomia e au ni oku pepa fakamāonia?

Hēai. E mafai e te tino e ia faia to tui oi fakamāonia o tauhaga kafai e fehili atu ki to igoa katoa. E fakatuhatuha ai ki na fakamatalaga e pipiki ki te Numela e patino kia te koe e taofi e te Matāeke o te Ola Mālōlō pe ko tau numela o te NHI.

Faitama

E hēai ni afainaga e maua e koe mai te tui puipuia o te fulū kafai ko koe e faitama, pe ono afaina ai foki tau pepe i loto o to manava.

Talanoa ki tau fomai kaiga, kafai e iei ni o popōlega.

