



PUIPUI A KOE MO TOU KAAIGA I TE TAUMOKO TENEI – FAI TOU SUKI PUIPUI SE TOGI O TE FULUU

UPDATED 4TH JULY 2022

Tino Pasifika i Niu Sila katoa ka lasi kii te mafai o masaki i te Influenza, te fuluu, maise tou tino maatua, tamaliki foliki, pepe mo fafine faitama.

Tasi o auala taaua loa ki te puipuiga o koe mo tou kaiga ko te faiga o suki puipui o te fuluu i tausaga taki tasi. Te suki puipui o te fuluu e taaua kii mo tino o te Pasefika ona ko tuakoi ne pono mo se lua tausaga.

Ne seki lasi te pisi o te fuluu i tou komiuniti i te kamataga o 'pisi te Covid-19. Ko tena uiga tou puiga ko malalo, tela e taaua ke fai 'tou suki puipui.

Te ukega o auala kola ne fakaaoga ne tatou o puipui tatou mai i te Covid-19 e mafai foki o galue ki te fuluu – pei mea ufi-gutu, fai suki puipui, nofo i te fale mafai koe e logologo sala, fulu faeloa ou lima, pono tou gutu mo tou isu mafai koe e mafatua io me tale.

FESILI MASANI

Ne aa fakailoga o te fuluu?

Fakailoga katoa konei io me ne naai fakailoga, e mafai o sae mafai koe e fuluu:

- Fiiva
- Kano io me ko te foitino 'mae
- Ulu 'mae
- Gafuia – e mafai o malosia atu kae leva atu i se 2 vaiaso
- Tale maloo
- Kato 'mae
- Isu sali
- Lua kae 'sana – e pokotia malosia iei tamaliki iloo tino matua.

Te fuluu e seai se 'famai masei'. Tiiga loa e tai pau a niisi fakailoga, te fuluu e mafai o poko masei, e poko gofie kae mafai foki o malosia atu ana pokotiaga tela e aofia iei te faulu ki te fakaimasaki.



Kaia e 'tau iei o fakamaua toku suki puipui o te fuluu?

Ka lasi atu te avanoaga o pokotia ne te fuluu ona ko tatou ne fatoa tala mai i saiga konei mo tino ko olo saale kae numi valevale. Mo tuakoi ki niisi atufenua ko matala, ka lavea ne tatou te pisi o te fuluu i te komiuniti.

Te fakamauaga o te suki puipui o te fuluu se auala e puipui ei a koe mo tino kola e pili atu ki a koe kola e mafai o masaki malosi atu ma 'poko ne te fuluu, penei mo te ata ne lavea atu i te pisiga o te Covid-19.

E mafai koe o maua ne te niuonia mai i te fuluu. Kae mo masaki malosi atu, e mafai koe o faulu ki te fakaimasaki – maise mafai koe se tino matua, se tamaliki, faitama io me isi sou masaki aka pela mo masaki o te fatu mo te mama, io me ko te suka.

E nofo ki se 500 o tino e mate mai i te fuluu i tausaga takitasi, kae e fia foki te selau o tino faopopo e faulu ki te fakaimasaki ona ko te fuluu.

Te tokoukega o tino e mafai o fai olotou suki puipui o te fuluu, kae kafai koe e se malosi, koe tau o faitali ke malosi fakalei koe ko fai iei tou suki puipui o te fuluu

E mafai o fai ou suki puipui e uke i te taimi e tasi?

Ao e mafai. E mafai o fai tou suki puipui o te Covid-19 io me ko te booster i te taimi foki loa tela e fai ei tou suki puipui se togi o te fuluu. E seai loa se fakalavelave iei, io me ke isi se fakavaaga i taimi o suki puipui konei e lua.

Tamaliki e mafai foki loa o fai olotou suki puipui o te misela, fakafua mo te lupela (MMR), i te taimi e fai ei olotou suki puipui o te fuluu.

E fakamalosi atu loa ke fai ou suki puipui o te Covid-19 io me ko tou suki fakamalosi mafai e seki fai, ke fakamolemole ke fai tasi i taimi e fai iei tou suki puipui mai i te fuluu.

E fia te togi o te suki puipui o te fuluu?

Te suki puipui o te fuluu e **se togi** mo tino o te Pasefika kola:

- Ko 55 olotou tausaga io me matua atu
- E faitama
- E isi ne olotou niisi masaki aka pela mo te suka, kenisa, masaki o te fatu, masaki o te mama, se katoa te malosi o te mafaufau, mae tutumau, masaki o te nonu, masaki o te mafaufau.
- A suki puipui o te fuluu e se 'togi mo tamaliki mai i te 3 ki te 12 tausaga te matua, mo latou kola e lasi te se katoatoa te malosi o te mafaufau io me ko latou kola e pokotia ne niisi pokotiaga o te lasi te manako ki vailakau malosi i taimi katoa.

Koe e 'tau o nofo tumau i Niu Sila ke maua ne koe te suki puipui e se togi.



Kafai la e se talia ke fai soku suki puipui o te fuluu se togi?

- Sautala ki tou tokita masani io me ko te neesi me ne aa niisi aofaga mo koe. Niisi taimi tou kaaiga katoa e mafai o maua olotou suki puipui e se togi.
- E mafai loa o fai tou suki puipui, kae e togi mai i te \$25 –\$45, fakatau ki luga i te suki mo te tino e fakatoka ne ia.

Kafai ko oti ne fai sou suki puipui o te fuluu muamua, e mafai foki loa koe o fai tou sua suki puipui.

Kafai seki fai aka loa sou suki puipui muamua, kae isi sou masaki tutumau, fakamolemole fesokotaki ki tou tokita masani io me ko te Laina o te Ola Lei i te 0800 611 116 o salasala atu ki se auala e mafai ei ne koe o maua te suki puipui se togi.

Ne aa pokotiaga masani o te suki puipui o te fuluu?

E isi ne pokotiaga kola e mafai o maua ne koe mafai tou suki puipui o te fuluu, kola foki e tai 'pau mo pokotiaga ma fai tou suki puipui o te Covid-19.

Pokotiaga masani ko:

- Te lima mae io me mae, 'pasa io me fula te koga tela ne suki iei (1 mai 3 o tino matua)
- Foitino mae io me gauia (1 mai 10 o tino matua)

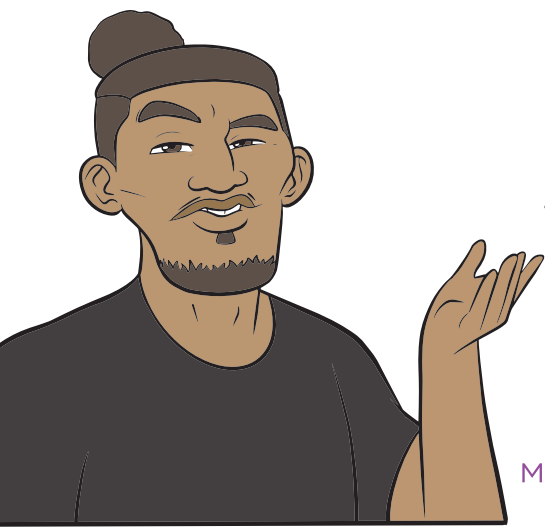
Niisi tino e seai loa ne pokotiaga o te suki puipui o te fuluu e sae ia latou.

E mafai o akai atu ke faitali koe i se 15 ki se 20 minute ma oti ne fai tou suki puipui ke faigofie te fakatogafitiga o koe, seiloa sala e isi ne pokotiaga io me poisini koe mai tua.

Mai tafa iei, mo latou kola ko oti ne pokotia malosi mai pokotiaga o suki puipui e tau o sautala muamua ki olotou tokita masani koi tuai o fai olotou suki puipui o te fuluu.

Ne aa mea iloto i te suki puipui o te fuluu?

E taaua ke iloa tonu me e se mafai koe o maua ne te fuluu mai i tena suki puipui me **seai** se manu ola o te vaelesi iloto.



Seai ne vailakau faopoopo, pela foki mo te mekalii io me ko te thiomersal iloto. E isi ne aofaki foliki o polotini o fuamoia iloto kae ka se fakamataku ki tino kola e poisini i fuamoia. Kafai e fakalotolotolu koe, sautala ki tou tokita masani io me ko te neesi.





E pefea te malosi o te suki puipui o te fuluu?

Te suki puipui o Niu Sila mo te 2022 ka puipui ne ia a koe mai vaega e fa o te vaelesi o te fuluu – te vaega ko te A tela e lua ana manu, mo te vaega o te B tela foki e lua manu. I tausaga takitasi, the suki puipui e faite ke fetau mo vaega kesekese o te vaelesi o te fuluu tela ka nofo i Niu Sila.

E nofo ki luga i te 2 vaiaso mai tua o te faiga o tau suki puipui kae fatoa kamata tena galuega ki te puipuiga o koe.

E taaua foki ke masaua me e kese mo te suki puipui o te Covid-19 tela e fou, te suki puipui o te fuluu e seai se suki fou.

Ona ko te feitu tenei, e uke kii a fakamatalaga e toka kola e mafai o fakapatonu iei me i te vailakau o te suki puipui e lasi tena aoga. Te suki puipui tenei ko siliga atu mo te sefulu tausaga ne fakaaoga iei ne tino, mai tamaliki kola ko ono masina ke oko loa ki te tino matua tela ko siliga atu mo te selau ana tausaga.

Mata te suki puipui o te Covid-19 e puipui ne ia au mai i te fuluu?

Ikai, e se mafai. Te suki puipui o te Covid-19 e puipui fua ne ia a koe mai i te Covid-19. Seai aka loa se suki puipui e mafai o puipui ne ia a koe mai i te fuluu, kae na ko te suki puipui o te fuluu.

E 'tau au o manavase ki vaega fou o te vaelesi o te fuluu?

Ona ko tuakoi ki niisi atufenua ko matala, ka mafai o lavea ne tatou ne vaega fou o te vaelesi o te fuluu e 'pisi iloto i tou komiuniti.

Te 2022 suki puipui o te fuluu o te feitu ki te saute o te lalolagi e isi iei ne vaega o te vaelesi kola ne maua i te feitu ki matuu o te lalolagi i te vaitau o te fuluu. Ko tena uiga ka aoga ki a tatou i te taimi tenei e toe matala iei a tuakoi ki tino faimalaga mai niisi atufenua.



Te Koga Galue

Te fuluu e 'pisi gofie kae makini foki tena salalau ki niisi tino, maise i tulaga kola e nofo pili iei a tino, pela mo koga galue.

Tela la kafai e galue koe mo tamaliki io me ko tino maatua, fakamolemole, fai tou suki puipui o te fuluu.

Fesili ki tou koga galue me mafai ne latou o fakatoka te suki puipui e se togi mo koe.

A pule e mafai o filifili ke togi ne latou ke fai a suki puipui o ana tino galue, mafai e talia ne latou. E mafai ne te tino fai suki puipui i te galuega o fanatu o fai a suki puipui o tino galue.

E maua ifea te suki puipui se togi o te fuluu mafai e fetau lei mo koe

- Tou tokita masani
- Fale talavai
- Telefoni ki te Laina o te Ola Lei i te 0800 611 116

E mafai foki ne koe o fanatu ki luga i te winterwellness.nz io me ko te healthpoint.co.nz mo se fakalauefaga o fakamatalaga.

Mata e manakogina se Fakamaoniga o Toku Tino?

Ikai. Te tino fakatoka suki puipui e fakapatonu ne ia tou igoa katoa mo tou Napa i te Fakaimasaki (NHI).

Fafine Faitama

E seai se fakaopoopoga ki te fakamataku o pokotiaga o te suki puipui o te fuluu mafai koe e faitama, io me ki tau pepe i tou tinae.

Ka isi nou masalosaloga, sautala ki tou tokita masani.

