



Close to Home

Ua na o se fuainumera le matua o le soifua i se tasi o sui iloga i Timaru



John le Scooterman

Ua iloa e tagata uma i Timaru, John e faaigoa ia Scooterman.

E pei o se mea malie le faaigoa o le sui Kāinga Ora o John i le igoa ua logo ai auā e fealuai solo i Timaru i lana scooter ma ta'uta'ua i videos e faasalalau i le initaneti e iloa uma atu ai galuega faaleleia o faia i auala savali ma le faaotaota e oo lava i ave taavale lē mafaufau.

“Ua iloa lelei a’u auā ou te fealuai i la’u scooter, ou te lē manao e tautalagia a’u ona o so’u manaoga faapitoa,” o le faamatalaga lea a John, 78 tausaga o lona soifua, ma e faaletonu le maea ario e afaina ai lana gaioi.

“Talu mai le vaitaimi na uma ai la’u aoaoga faakomepiuta i le 1994, e ese ma lo’u fiafia i le manaia o mea e mafai ona fai i le initaneti ma avanoa e faaali atu ai lo’u lava tagata i fesootaiga televavave.”

“Ou te fiafia e fai video, e faafiafiaina ai ma tagata, o le isi lena mea e manaia ai. E tele le taimi e tau faamasani ai i tekonolosi fou uma, ae ou te fiafia lava i ai ma e faapasi ai le taimi.”

“O se metotia manaia tele fesootaiga televavave e fesootai ai pea ma tagata ma e manaia pe ana faapea e fia faataitai i ai la’u tupulaga,” o le tala lea a John.

O le faateteleina o le faigata ona gaioi ua tau leai ai ma videos a John fai e pei ona masani ai, ae ua iloa ane ai le isi itu lelei – ua tele ai le taimi e nofonofo i le manaia o le faafouga i lona fale.

FAAAUUAU | LE ITULAU 07

Malosi ma le manuia i le vaitau malulu mo oe ma lou aiga

Nofo sauni mo le vaitau malulu, puipui ia te oe lava ma lou aiga, fesili mai ma fai loa se tonu pe afai ua e ma'i.

O le gaoiga muamua e **nofo sauni** ai, le fai o le tuipuii o le fulū. E fai fua tuipuii mo ē pito taia gofie i se ma'i e tigaina tele ai – e aofia ai tagata uma ua atoa le 65 tausaga ma luga atu. Tagai i le **bookmyvaccine.health.nz** pe vili le 0800 28 29 26.

Puipui ia te oe lava ma isi

ma nofo i le fale pe afai ua e ma'i, ma aua e te faalatalata i le fanau laiti, fafine maitaga ma ē ua atoa le 65 tausaga ma luga atu. Fai se ufi fofoga pe a e fealuai i nofoaga faitete, aemaise nofoaga o tumutumu ai tagata, ma fai se siaki o le RAT pe afai ua e maua i auga o le COVID-19.

Fesili mai ma fai loa se faatatau pe afai ua e ma'i po o se isi e te iloa

– o le tele o faama'i e pepesi i le vaitau malulu e mafai lava ona vaai lelei i le fale. A e moomia se fautuaga, faafesootai le vaega faalesoifua maloloina o vaaia oe, fomaini po o le Healthline –

0800 611 116 soo se taimi o le aso 24/7 e aunoa ma se tupe e totogi. E mafai foi ona e talanoa i se fomaini talavai lata ane po o lou alu sa'o i se Urgent Care Clinic. Vili le 111 mo tulaga faafuaseia.

Tagai i le **Healthpoint** mo faamatalaga auiliili o auaunaga nei.

O isi faaletonu tau soifua maloloina e aofia ai le lamatia soo i le **COVID-19, tale vivini, fiva rumatika, sela** ma le **misela pe afai e lē o puipuia mai ai** – tagai i le **info.health.nz/immunisations** mo fautuaga po o le talanoa i le vaega faalesoifua maloloina o vaaia oe.

Mo nisi faamatalaga, tagai i le **info.health.nz**. A e faaoga auaunaga mai le Spark, Skinny, One NZ, 2degrees, Warehouse, Slingshot po o le Orcon, tagai i le **zero.govt.nz** e maua ai e aunoa ma se totogi mo data o faaoga.



Vaai fagafao mai le malulu

E leai se eseese o fagafao ma le tagata ola, e iloa foi e le meaola le manaia o le mafanafana i le vaitau malulu. E ola lelei ma manuia fagafao i le vaitau malulu i tausiga nei:

Fale ma le mafanafana

A e faalogoina lou maalili, e faapena foi au fagafao. Ave i totonu o le fale pe a leaga le tau pe a mafai. A faanofo lau fagafao i fafo, ia mautinoa o faanofo i se mea e malu lelei ai ma mafanafana, e lē susū gofie ma e lē saviligia.

Meai ma le suavai

E faalē fiafia tele meaola e tataa i fafo pe a malulu, e lelei le faaoga o meataalo ma mea faasufi i le taimi e fafaga ai e lelei mo le mafaufau ma le tinō. E manaia foi le fai ma siaki le apa vai i aso taitasi e le o aisā, po o liu aisa.

Faamalositino saogalemu

E fiafia tele tamai maile e savalivali, tusa lava pe malulu ma timuga. Taumafai e faasavali i aso taitasi e maua ai le malosi ma faaola ai le mafaufau. E aogā manoa e fai le sulu e iloa gofie ai fagafao pe a tau pogisa le taeao po o le afiafi.

O fuafuaga mo tulaga faafuasei mo tagata uma o tou nonofo faatasi e tatau lava ona aofia ai tagata uma o le aiga, e aofia ai ma au meaola.

Tagai i le spca.nz mo fautuaga i le vaitau malulu.

Ia saogalemu si au tama i taimi uma e moe ai

O laasaga nei e fa e mautinoa ai o saogalemu si au tama a o moe – ma sipela le PEPE:

- 1 **Tuu** pepe i lona lava moega i le potu lava e tasi lena e te faaogaina
- 2 **Taofi** le ulaula pe a maitaga ma puipui le pepe mai le asu
- 3 **Faataliaga** i le papatua ma vaai mea moe e tanumia ai
- 4 **Faamalosi** i ai e faasusu ma aua le soona lotea pepe

A e manao lua te momoe faatasi i lou moega ma si au tama, e saogalemu pe a faataoto i ou autafa i lana moega pepe – o ituaiga moega Pēpi Pod® po o se moega tai tutusa.

Mo nisi faamatalaga ma lagolagosua i auala saogalemu e faamoe ai pepe valaau le PlunketLine 24/7 i le 0800 933 922 po o le tagai i le plunket.org.nz

O le PlunketLine o se laina vili fua mo mātua o moomia se fesoasoani ma se fautuaga.



Ua na o se numera tausaga o le soifua i se tasi o sui iloga i Timaru



Ua savalia le fasefulu tausaga o nofo ai John i fale Kāinga Ora, talu ai nei na toe faafou ma ua sili atu ona mafanafana, sili atu ona mātū ma lē soona faaalu eletise, ua toe faaopoopo ai le aogā o le fale. Ua fai le umukuka ma le faletaele fou, toe vali, ma faasautualua faamalama atoa o le fale.

"Ua ova ma le 37 tausaga o o'u nofo ai i le fale lea, ae e le i faapea muamua le lelei atoa o le fale," o le tala lea a John.

"O le lelei o faamalama fou ua matuai mafanafana ai lava totonu o le fale mai faamalama tuai ma ua feololo ma le pili eletise e totogi i le vaitaimi malulu. Ua faigofie ana mea e fai i le umukuka ma le faletaele fou. Ou te faafetaia Kāinga Ora mo leni fale ma mea na toe faapipii e faaleleia ai le tino o le fale."

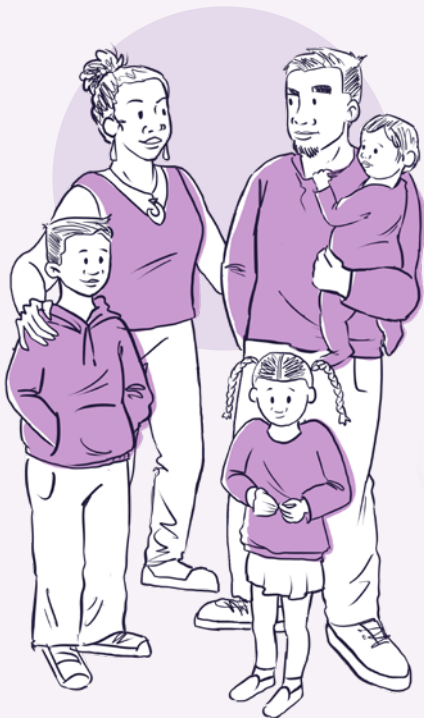
"Toe lava o o'u foliga lea e le i faauleleia!" o le talaula lea a John.

Taofia o le fiva rumatika

Siaki le faai ua tiga

E amata ona maua i le fiva rumatika mai le tiga o le faai. E tele na toe manuia le faai na tiga pe a mavae le fa aso. Ae afai e le i togafitia le tiga o le faai i fualaautui, ona oo lea i se tulaga e maua ai le fanau i le fiva rumatika faapena fanau laiti.

E moomia le siaki o fanau ma fanau laiti Māori ma tamaiti Pasifika (mai le 4-19 tausaga le matutua), aemaise pe afai tou te nonofo i Northland, Auckland, vaimea o Rotorua ma Taupō, Waikato, Bay of Plenty, Gisborne ma le East Coast, Hawke's Bay, Wellington, po o le Hutt Valley.



A amata aliali auga o le fiva rumatika i si au tama, ave loa e vaai le foma'i po o le tausimai.

Nofoaga e fai ai siaki

E tele mau nofoaga e maua ai le fesoasoani e siaki ai le faai ua tiga.

- E mafai ona vaai lau foma'i po o le tausimai. E ono totogi auaunaga nei; e lelei le valaau muamua i ai e faamautinoa lea tulaga. Faailoa i le talitelefoni o lena e tiga le faai o si au tama, e iloa ai po o avanoa se tausimai e vave maua atu ai se fesoasoani.
- Faafesootai le aoga a si au tama e te iloa ai pe fai siaki fua o le faai tiga i le aoga.
- Faafesootai le talavai o lata ane e te iloa ai pe fai ai siaki o faai tiga.
- E mafai ona e faafesootai le Healthline i le 0800 611 116 pe a ua e popole tele i le faai o si au tama lena ua tiga.

O le ā le fiva rumatika?

O le fiva rumatika o se faama'i e afaina ai le malos'i o le tino. E maua ai pe a faaletonu le malos'i o le tino ma osofaia isi vaega o lou tino, faapea ma siama o le faai.

O le tele o faai tiga e uma atu lava ma e lē maua ai i le fiva rumatika. Peitai, e toalaiti tagata, a lē togafitia le faai tiga e ono maua ai i le fiva rumatika, e mafua mai le tiga o le fatu, sooga o ponaivi (tulilima ma tulivae), faiai ma le pa'u ua amata na fulafula.

E sili atu ona lamatia se tasi i le fiva rumatika pe a faapea ua tiga soo le faai ma e le i togafitia lava.

O ā auga o le fiva rumatika?

E masani ona amata le fiva rumatika i le 1-5 vaiaso talu ona tiga le faai. E ono vaaia i si au tama auga nei:

- **tiga ma fufula sooga o ponaivi** (tulivae, tulilima, tapuvae ma tapulima). E ono faalogoina le vevela o sooga o ponaivi; ma eseese sooga o ponaivi e tiga mai lea aso i lea aso
- **faifai pea o le fiva** ua faitau aso o maua ai
- **gageso atoa** tulilima, tapulima, tulivae, tapuvae ma le ivitu
- **tamai patupatu** i lalo ifo o le pa'u
- **e lē masani ai le tete** o lima, vae, laulaufaiva ma foliga
- **tau le fiva** pe luga atu foi ma le 38 tikeri Celsius
- **tiga le manava**
- **pae**
- **matuai lelavā.**

E masani ona amata le fiva rumatika i le

1-5 vaiaso

pe a amata ona tiga lona faai.

Mo nisi faamatalaga o le fiva rumatika tagai i le info.health.nz/rheumatic-fever