

Ngaahi fakamatala ke tokoni ki ha fetalanoa'aki nounou pe, ke fakalotolahi'i 'a e kakai' kenau o 'o huhu.

Ki he kau Ngāue Fakapalofesinale ki he Mo'ui lelei' pea mo e kau ngāue 'oku nau fakahoko 'a e huhu malu'i'.

1. Fakakaukau 'oku fie huhu pe 'a e kakai'.

'Oku hā 'i he ngaahi fekumi' ko e tokolahi 'o e ni'ihi 'oku 'ikai kenau fu'u fakapapau'i pē te nau huhu' tenau iku pe 'o huhu pe, ko ia ngalingali 'oku nau fiema'u pe ha fakalotolahi, fakamatala pe pou pou ke tokoni kiate kinautolu ke fakahoko ha tu'utu'uni lelei. Tokanga ke 'oua na'a ke fakamahalo ki he 'uhinga 'oku 'ikai ai ke pau kiate kinautolu', pea ke fakakaukau pe na'a 'oku 'i ai ha ngaahi 'uhinga mamafa ange ki he tuai 'a 'enau fakahoko tu'utu'uni'.

2. Manatu'i pe ko e huhu' ko e ngāue 'i he falala.

Ko e falala' 'oku ma'u 'i he fengāue'aki, fefakalotolahi'aki mo e fekau'aki. Ko e 'uhi' ko e tokotaha ngāue fakapalofesinale koe ki he mou'i lelei' 'e ngalingali ke falala atu ho komiuniti' 'i he'ene pehē' te ke lava ke kamata 'i he falala ko ia'.

Fakatokanga'i ko e ni'ihi na'e 'i ai ha'a nau ta'efiemālie 'i he 'etau sisitemi mo'ui lelei' (health system), pe ko ha ngaahi sēvesi kehe, 'e si'isi'i ange kenau falala ki he sisitemi', pea e malava kenau fie talanoa ki ha ni'ihi na'e tatau 'enau 'ausia' pe ko ha taha 'i honau komiuniti 'onautolu'.

3. Ngāue'aki 'a e founga 'o e Fehu'i-Fakamatala-Fehu'i ke kau 'i he fakafanongo lelei'.

'I he taimi 'oku fakahāa'i ai 'e ha ni'ihi 'enau hoha'a ki he huhu malu'i', tokanga ke fanongo ki he 'enau fakakaukau'. 'I ha ki'i taimi si'i, ko e taukei' kinautolu: ko kinautolu pe 'oku nau 'ilo'i 'a e me'a 'oku hoko 'i honau mamani' pea moe 'uhinga 'oku nau hoha'a ai ki he huhu malu'i'. 'E malava ke fotunga pehe ni:

a) **FEHU'I:** Fakaafe'i kinautolu ke vahevahe mai 'enau ngaahi fakakaukau'; pea 'ai kenau 'ilo te ke fanongo 'o 'ikai ha fakaanga: "Te ke lava ke vahevahe mai ho'o ngaahi fakakaukau kiate au? 'E lelei ke fanongo ki ho'o fakakaukau'."

► *Toe fakamatala fakafoki 'a e me'a kuo ke fanongo ki ai' pea ke kole ange ke ne fakapapau'i mai.*

b) **FAKAMATALA:** Kapau tenau 'ohake ha ngaahi hoha'a ki ha me'a pau, hangē ko 'eni ola kovi 'o e faito'o' pe ngaahi uesia taimi lōloa', tokanga taha ki he ngaahi lelei 'oku ke fie fakahāa'i' kae 'ikai ko hono tukunoa'i pe 'a e ngaahi hoha'a'pe fakamatala hala' 'o ngāue'aki 'a e ngaahi me'a mo'oni. (vakai ki he tokoni 4 'i lalo).

c) **FEHU'I:** "Oku mahino pe kiate koe? 'Oku fēfē ho'o fakakaukau ki ai?'"

4. Taki 'aki 'a e ngaahi 'ulungāanga mahu'inga' pea toki hoko ki he fakamo'oni'.

Manatu'i ke taki 'aki 'a e ngaahi 'ulungāanga mahu'inga'-fetu'utaki fekau'aki mo e tokanga mo e ofa ki he kakai 'i he kolo', 'a ia 'oku fakafiemālie ange ia 'i he fakamo'oni fekau'aki mo e malu mo e fakatu'utāmaki'. Talanoa ki he 'uhinga 'oku mahu'inga ai 'a e huhu malu'i' kiate koe mo e 'uhinga 'oku ke tokanga ai' he ko e palofesinale koe ki he mo'ui lelei'. Ko e tokolahi taha 'o e kakai' 'oku nau fie malu'i 'a e kakai tu'ulaveangofua 'i honau kolo', mo pou pou'i 'a e kakai 'oku ofi kiate kinautolu. Kapau te ke talanoa ki he founga 'oku ke fie kau ange ki ai' 'e fakafehokotaki ai koe, fokotu'u koe 'i he lēvolo tatau pea langa hake 'a e falala'.

5. Faka'aonga'i 'a e lea mahino ngofua mo e ngaahi lea fakatātā lelei.

Mahalo 'e fakangatangata pe e mahino ki he kakai 'a e founga ngāue 'a e sisitemi ki he mo'ui lelei mo e huhu malu'i', pea mo e ngaahi lea 'oku nau ngāue'aki'. 'E lava ke tokoni kiate koe 'a hono faka'aonga'i 'o e lea 'oku mahinongofua mo e ngaahi lea fakatātā ke fakaloloto e mahino 'a e kakai'. 'E lava ke 'aonga 'a e ngaahi lea fakatātā (metaphor) ki he ako', fale ngāue', langa mo e 'o e me'angāue' ki he talanoa fekau'aki mo e ngaahi huhu malu'i'. Hangē ko 'eni:

- "Ko e faito'o malu'i' 'oku ne fakavia ho fa'unga malu'i' koe'uhi' ke ne lava 'o fakatupu 'a hono malu'i' fakanatula pe 'o'ona."
- "Ko e me'a malu'i' (antibodies) 'oku ne malu'i' kinautolu 'oku fa'u ia 'e ho'o sino pe 'o'ou."

6. 'Oua na'a ngalo ke fakamamafa'i 'a e fokotu'u atu 'o e huhu malu'i'.

Hili hono FEHU'I-FAKAMATALA-FEHU'I, toe fokotu'u ange ke huhu malu'i. Ko hono aofangatuku', ko e ngaahi fepōtalanoa'aki lelei tahā 'oku fekau'aki ia mo e fakafetu'utaki mo e kakai', kae 'ikai ko hono fakatonutonu kinautolu. Kapau te ke anga faka'apa'apa ki he kakai', fakahāa'i e ngaahi me'a 'oku nau hoha'a ki ai', pea kau atu ki he 'enau 'ulungāanga mahu'inga' 'e malava ke nau fili ke huhu, kapau 'oku 'ikai 'i he 'aho ni, 'e 'i he kaha'u' fakamālō ki he fetalanoa'aki kuo ke fakahoko mo kinautolu'.

immune.org.nz



The Immunisation Advisory Centre