

Lau'itohi fakamatala

Fakamatala ma'á e Kakai Ofi kuo nau Felāve'í mo e Mīselé

Kuó ke feohi mo ha tokotaha 'oku puke 'i he mīselé

Kuo 'oatu 'a e fakamatalá ni kiate koe koe'uhí kuó ke ofi ki ha tokotaha 'oku puke 'i he mīselé. 'Oku 'uhinga 'eni kapau 'oku 'ikai malu'í koe (malu'í meí he mīselé), 'e lava ke ke ma'u mo ia 'e koe.

1. 'Oku ngalingali 'okú ke MALU mo hao meí he mīselé kapau:

- Kuó ke 'osi ma'u ha fo'í tu'oni (dose) huhu 'e taha pe lahi ange 'o e huhu malu'í mīselé, moó mo e lūpelá (measles, mumps, and rubella pe MMR). 'E lēkooti 'eni 'i ho'o tohi Well Child/Tamariki Ora pe tohi Palaniketí (Plunket), pe 'e ho'o GP.
- Na'e fanau'í koe kimu'a 'i he 'aho 1 Sānuali 1969. Kimu'a 'i he 1969, na'e meimei ko e tokotaha kotoa pē na'á ne ma'u 'a e mīselé 'i he 'enua kei iikí.
- Kapau kuó ke 'osi ma'u 'a e mīselé kimu'a ange ai. 'I he taimi pē kuó ke ake ai meí he mīselé, 'oku malu'í leva ho sinó 'o 'ou meí ha'o toe puke ai 'i he kaha'ú.

Kapau 'okú ke malu meí he mīselé – 'oku 'ikai fiema'u ia ke ke fakahoko ha me'a

Kapau 'oku ngalingali 'okú ke malu mei ai, hokohoko atu pē 'a ho'o mo'ui angamahení.

2. 'Oku 'IKAI KE KE MALU pea 'okú ke tu'u laveangofua ke ke ma'u 'a e mīselé kapau:

- Na'e fanau'í koe hili 'a e 'aho 1 Sānuali 1969 pea kuo te'eki ai ke ke ma'u ha fo'í tu'oni (dose) huhu 'e taha pe lahi ange 'o e huhu malu'í MMR hili ho ta'u tahá, pe kuo te'eki ai ke ke ma'u 'a e mīselé
- 'Oku lau koe 'okú ke 'immunocompromised' (ko ha mahaki fakafaito'o 'eni pe kuo hanga 'e ha faito'o 'o fakavaivai'í 'a ho tu'unga malu mei hono tau'í 'o e ngaahi mahakí).

Kapau 'oku 'ikai ke ke malu – 'oku fiema'u ke ke fakahoko ha me'a ki heni

- 'E fiema'u ke ke **nofo kolonitini** 'i 'api (vakai ki he fakamatala 'i he peesi hono hokó).
- **Siofi ha 'asi mai 'a e ngaahi faka'ilonga ki he mīselé.** 'Oku kau ki heni 'a e mofi, tale, lelenoa 'a e vaí 'i he ihú pea mo ha kula mo mamahi 'a e matá, pea muimui mai ai ha fepulopulasi 'a e matá mo e kiá kimu'a 'i ha'á ne hoko hifo ki he sinó.
- **Telefoni atu kimu'a 'i ha'o 'a'ahi atu ki ha toketā** pe telefoni ki he Healthline 'i he 0800 611 116.

Fakamatala lahi ange:

- Auckland Regional Public Health Service (Sēvesi Fakavāhenga 'a Aokalani ki he Mo'ui Lelei 'a e Kakai 'o e Fonuá): www.arphs.health.nz
- Ministry of Health (Potungāue Mo'ui): www.health.govt.nz
- Immunisation Advisory Centre (Senitā Fale'í ki he Huhu Malu'í): www.immune.org.nz (0800 466 863)
- Healthline: **0800 611 116**



Lau'itohi fakamatala 2

Fakamatala ma'á e Kakai Ofi kuo nau Felāve'í mo e Mīselé

Ko e hā 'a e fakamavahe fakakolonitini (quarantine)?

Ko e kolonitini 'oku 'uhinga ia ki ha nofo 'i 'api, 'o fakamama'o meí he ní'ihí kehe 'oku 'ikai ke nau malu meí he mahakí kae'oua kuó ke 'ilo pe 'oku 'ikai ke ke puke 'i he mīselé. 'Oku a'u hake ki he 'aho 'e 7-14 ke toki kamata hā mai 'a e ngaahi faka'ilongá 'i ha taha kuo 'osi ma'u 'e he mīselé.

Ko e hā 'a e 'uhinga 'oku fiema'u ai ke u nofo mavahe fakakolonitini?

Ko e nofo mavahe fakakolonitini 'oku mahu'inga ia koe'uhí kapau 'okú ke kamata puke 'i he mīselé, 'e malava ke ke fakapipihí atu 'eni ki he ní'ihí kehé kimu'a ia 'i ha'o toki ongo'i puke pe hā mai 'a e ngaahi faka'ilonga 'o e mahakí.

Ko e mīselé 'oku fu'u mātu'aki pipihí ia pea 'oku malava ke mafola vave mo faingofua 'eni ki he ní'ihí kehé. 'E lava ke puke lahi ai 'a e kakai pea hoko ai mo ha'a nau tokoto 'i falemahakí pea mo ha ngaahi uesia lalahi ange. 'Oku mātu'aki fakatu'utāmaki 'eni ki he kau fafine feitama, fanga kí'i pēpē pea mo e kakai 'oku 'ikai ke 'i ai hanau malu'í meí he mīselé pea mo e kakai 'oku vaivai 'a e fa'unga 'o honau sínó ki hono tau'í 'o e ngaahi mahakí.

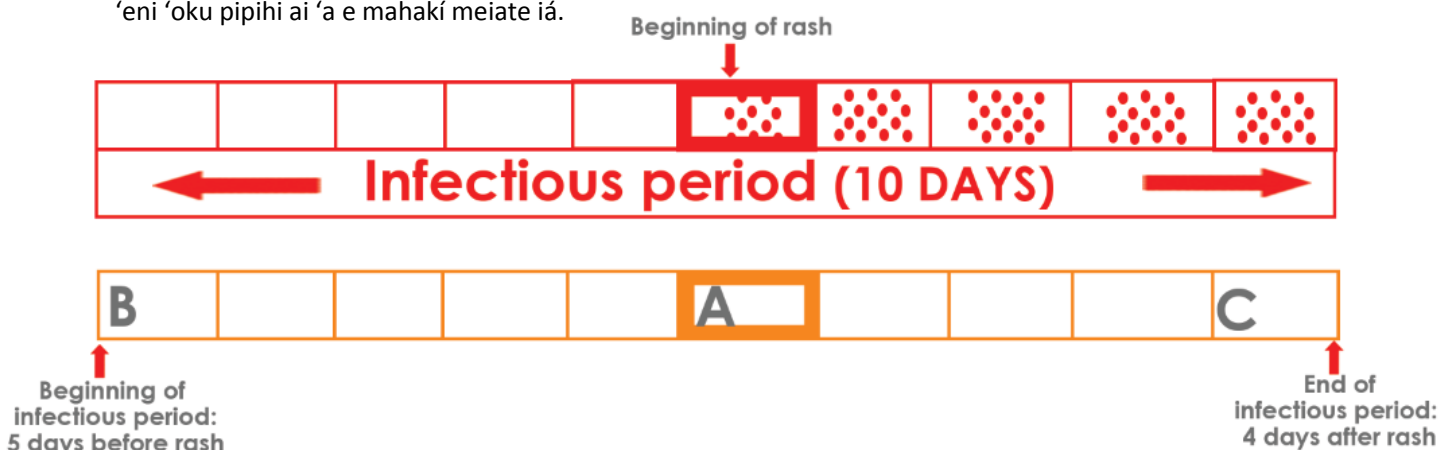
Ko e nofo fakakolonitini 'oku 'uhinga ia 'oku 'ikai totonu ke ke ngāue'aki ha founa fefononga'aki fakatokolahi (public transport), pe 'a'ahi ki ho ngaahi kaungā'apí, fāmilí mo e ngaahi kaungāme'á (pea 'oku 'ikai totonu ke nau 'a'ahi atu kiate koe kapau 'oku 'ikai malu'í kinautolu). 'Oua na'á ke 'alu atu ki he:

- Ngāue, akoteú, akó, 'univēsítí, kolísí pea mo e ngaahi 'apiako fakatekinikalé
- 'Apisiasí pe ngaahi fa'iana lotú
- Ngaahi me'a fakasōsiale pe sipotí (kau ki ai 'a e gym, ngaahi moló (malls) pe falefaivá)
- Naahi supamāketí mo e ngaahi ma'u'anga me'atokoní, hangē ko e ngaahi falekaí, cafe, takeaway, mo e ngaahi māketi fakatau'anga me'atokoní.

Ko e hā 'a e fuoloa 'o 'eku nofo fakakolonitini?

Kātaki 'o fakafonu 'a e foomu kolonitini ki he mīselé 'i laló:

- 'I he Box A, tohi'í 'a e 'aho na'e kamata 'asi mai 'a e fepulopulasí 'i he tokotaha 'oku puke 'i he mīselé ('eke atu 'a e 'ahó ki ai)
- Lau fakafoki meí ai 'a e 'aho 'e 5 kimu'a meí he 'asi mai 'a e fepulopulasí, pea tohi'í 'eni 'i he Box B.
- Lau ki mu'a 'aki 'a e 'aho 'e 4 hili 'a e 'asi mai 'a e fepulopulasí, pea tohi'í 'eni 'i he Box C.
- 'E malava ke fakamafola atu 'e he tokotaha ní 'a e mīselé 'i he vaha'a 'o e 'aho B mo e 'aho C. Ko e vaha'a taimi 'eni 'oku pipihí ai 'a e mahakí meiate iá.



Kapau na'á ke feohi mo e tokotaha 'oku puke 'i he mīselé lolotonga 'o e vaha'a taimi na'e pipihí ai 'a e mahakí, fakatonuki 'a e ngaahi 'aho na'á ke sio ai kiate iá.

- Kapau 'oku 'ikai ke malu'í koe meí he mīselé, 'oku totonu ke ke nofo fakakolonitini 'i 'api.
 - Ko ho taimi nofo kolonitini 'oku kamata ia 'i he 'aho 'e 7 hili meí ho'o 'uluaki sio ki he tokotaha 'oku puke 'i he mīselé.
 - 'E ngata 'a ho taimi nofo fakakolonitini 'i he hili 'a e 'aho hono 14 meí he taimi fakamuimui na'á ke sio ai ki he tokotaha 'oku puke 'i he mīselé.
- 'Oku 'atā atu ha kalakuleita ki he nofo fakakolonitini 'i he www.arphs.health.nz/measles-q-calculator.