

Fakamatala ki he kakai 'oku nau ma'u 'a e tale lōlōá (whooping cough – pertussis)

Ko e tale lōlōá ko ha mahaki 'oku vave 'ene mafolá 'i he talé mo e mafatuá. 'E lava ke fakatu'utāmaki eni ki he fanga kí'i pēpēé mo e fānau, tautautefito kiate kinautolu 'oku sí'i hifo 'i he ta'u 'e tahá.

Kapau 'okú ke puke 'i he tale lōlōá 'oku fiema'u ke ke nofo fakamavahe'i (isolate) pē 'i 'api ke fakasi'isi'i 'a e fakatu'utāmaki 'i hono paasi holo 'o e mahakí. Ngāue'aki 'a e fakamatala 'i he pepa fakamatala tonu ko 'ení ke malu'i koe mo e ní'hi kehé.

1

Nofo fakamavahe'i 'i 'api

'Oku fiema'u ke ke nofo pē 'i 'api 'o faka'ehi'ehi me'i he fetaulaki mo e kakai kehé kae 'oua kuo 'ikai ke ke toe malava ke fakamafola atu 'a e tale lōlōá ki ha ní'hi kehe. 'Oku toe 'uhinga foki 'a e nofo 'i 'api ke fakamama'o me'i ha feitu'u te ke ala lava ke fakamafola atu ai 'a e mahakí ki ha ní'hi kehe, hangē ko e ako'anga tokamu'á, 'apiakó pe ngāué.

'I he 'osi 'a e nofo fakamavahe'i te ke foki leva ki ho'o ngaahi ngāue angamaheni hangē ko e:

- 'aho 'e nima me'i ho'o kamata ke folo 'a e fo'i'akau ta'ofi (antibiotics) (pe 'aho 'e ua kapau ko e fo'i'akau ta'ofi ko e azithromycin)
- Hili ha uike 'e tolu me'i he kamata ho'o talé, kapau 'e 'ikai ke ke folo 'a e fo'i'akau ta'ofi

'E talaatu 'e ho'o toketaá 'a e taimi te ke lava ai 'o mavahe atu ai me'i ho'o 'api pea ke foki ki ho'o mo'ui angamaheni.

2

Malu'i 'o e kakai kehé

Tānaki atu ki he nofo 'i 'api, te ke lava foki 'o fakasi'isi'i 'a e fakatu'utāmaki 'o e fakamafola atu 'o e mahakí 'aki ha'o:

- Fakamama'o me'i he ní'hi 'okú ke nofo mo iá, 'o kapau 'e lava
- Tui ha me'a 'ufi'ufi ki ho ihú mo e ngutú 'i he taimi 'okú ke feohi ai mo e kakai kehé pe 'i fale
- Tale ki ho tui'inimá pea mafatua ki ha la'i tisiú
- Fufulu ma'u pē mo milimili ho ongo nimá 'aki ha me'a milimili fakahaisini (senitiser)

'Oku mātu'aki mahu'inga 'i he lolotonga 'a ho'o nofo fakamavahe'i ke ke faka'ehi'ehi me'i he sio ki he fanga kí'i pēpēé, fānau iikí, kakai fefine 'oku feitamá, ha taha 'oku puke lahi mo e kakai 'oku motu'a ange 'i he ta'u 65. 'E lava ke puke lahi 'a e ngaahi kulupu ko 'ení me'i he tale lōlōá 'o kapau te nau ma'u.

3

Ma'u atu ha tokoni fakatu'upakē

Telefoni ki he 111 kapau 'oku liliu 'o lanu pulū 'a e loungutu 'a ho'o pēpēé pe fānau iikí, ngutú pe matá 'i he taimi 'okú nau tale aí, pe 'osi 'ene mānavá (tatau ai pē pe koha kí'i taimi nounou). Telefoni ki he 111 ki ha tokotaha lahi kapau 'oku faingata'a ke nau mānava.

'E 'oatu 'e ho'o toketaá kiate koe ha faito'o ta'ofi (antibiotics). Ko hono folo 'o e faito'o ta'ofi te ne fakasi'isi'i 'a e lahi 'o e taimi 'okú ke malava ke fakamafola atu ai ('a ia 'oku 'uhinga ia ki he tu'unga fakatu'utāmaki 'o hono fakamafola atu 'o e tale lōlōá), pea fakasi'isi'i 'a e faingamālie ke ke toutou puke ai 'i he mahakí.

Me'apangó he 'ikai lava 'e he fo'i'akau ta'ofi ke ne 'ai ke ke sai me'i he talé, pea 'e malava ke ke kei puke pē 'i ha ngaahi uike lahi.

Kapau 'oku 'i ai ha ni'hi 'i homou fāmilí 'okú nau 'i ha tu'unga fakatu'utāmaki ke nau puke lahi ange me'i he tale lōlōá 'e malava ke 'oange foki kiate kinautolu 'oku mou nofó ha fo'i'akau ta'ofi.

Ko ha tokotaha kuó ke sio ki ai 'i ha houa 'e taha pe lahi ange me'i he taimi na'e kamata ai ho'o tale lōlōá, pe 'i he uike kimu'a ai, 'e malava ke nau ma'u 'a e tale lōlōá meiate koe. 'E fiema'u ke ke talaange 'okú nau 'i ha tu'unga fakatu'utāmaki.

'E lava ke kau heni ho fāmilí mo e kāingá, ko ho'o ngāue'angá, pe ko ha kakai kehe na'a ke toki sio kiate kinautolu ki kimu'i ni mai. Kapau kuo ma'u 'e ho'o ki'i tamá 'a e tale lōlōá 'oku totonu ke ke fakahoko atu ia ki he 'enau 'apiakó pe ako'anga tokamu'a.

Fakahoko atu 'a e ngaahi fakamatala ko 'ení

- 'E malava ke nau ma'u 'a e tale lōlōá meiate koe.
- 'Okú totonu ke nau tokanga 'aupito ki he 'enau mo'ui lelei, pea tokanga ki ha tale, mofi pe fofonu. Kapau 'okú nau ongo'i puke, 'oku totonu ke nau telefoni ki he 'enau toketaá, pe telefoni ta'etotongi 'i ha fa'ahinga taimi pē ki he Healthline 'i he 0800 611 116.
- Kapau 'oku faingata'a kiate kinautolu pe ko 'enau fānaú ke nau mānava 'oku totonu ke nau telefoni ki he III 'i he taimi pē ko iá.
- Tatau ai pē kapau 'oku 'ikai ke 'i ai ha'anau ngaahi faka'ilonga, 'oku totonu ke nau talanoa ki he 'enau toketaá fekau'aki mo e fo'i'akau ta'ofi 'o kapau 'oku:
 - nau feitama;
 - 'i ai 'enau fanga ki'i pēpē pe fanau iiki;
 - nau lahi hake 'i he ta'u 65 pe lahi hake 'i he ta'u 45 pea 'oku te'eki ke nau fakakakato 'enau huhu malu'i;
 - ma'u ha mahaki taimi lōlōa pe 'oku vaivai honau sisitemi ki he fakahaofi mahakí (immune system); pe
 - ngāue pe tauhi ha taha 'o e ngaahi kulupu ko 'ení.

Ko e tokolahi taha 'o e kakai 'okú nau ma'u 'a e tale lōlōá 'oku nau fakaakeake lelei pē me'i 'api.

'E lava ke faingofua ange ho'o fakaakeaké 'aki ha'o:

- ma'u ha mālōlō lahi
- inu ha ngaahi inu māfana
- fakasi'isi'i 'a e 'ea 'oku mōmoa 'i homou 'apí, 'aki hono ngāue'aki ha me'a ke ne fakalahilahi 'a e va'i (humidifier) 'i he loki mohé
- ngāue'aki ha me'a faito'o ki ho ihú (Saline) ke tokoni ki hono to'o 'o e ihupe'e matolú
- inu ke lahi 'a e va'i
- faka'ehi'ehi me'i he ngaahi me'a 'okú nau fakatupu 'a e talé, hangē ko e kohu me'i he sikaletí, ngaahi kaloní pe ngaahi me'a 'oku 'ulí (pollutants).

'Okú 'ikai ha faito'o ia te ne lava 'o ta'ofi 'a e talé 'i he taimi 'e kamata ai, pea 'e 'ikai 'aonga lelei 'a e faito'o ia ki he talé. Kapau 'oku mamahi 'a e talé, te ke lava 'o folo 'a e fo'i'akau paracetamol ke holoki 'aki 'a e mamahí. 'E malava ke hokohoko atu 'i ha ngaahi uike pe māhina lahi. Kapau 'okú ke fiema'u ha fale'i fakafaito'o telefoni ki ho'o toketaá, pe telefoni ta'etotongi 'i ha taimi pē ki he Healthline 'i he 0800 611 116.

Hili ho'o sa'i 'oku fale'i atu koe mo e ni'hi kehe 'i ho fāmilí ke mou fakahoko ha huhu malu'i me'i he tale lōlōá. Talanoa ki ho'o toketaá fekau'aki mo e me'a ni.

