



Na i tukutuku bibi ni Matanitu ko Niu Siladi kei na kena Minisitiri ni Bula me baleta na taqomaki ni bula vei kemuni na butuki Niu Siladi mai.

Na matetaka ka yacana na Influenza A (H1N1) se 'Swine Flu'

Na ka mo cakava kevaka ko tauvi matetaka.

Kevaka ko se qai yaco wale mai ki Niu Siladi ko qai tauvi matetaka, e rawa ni tauvi iko na matetaka vou ka yacana na Influenza A (H1N1) – e yacana tale ga na 'swine flu'. E rau vakavuna ruarua na matetaka e dau veitauvi vakagauna kei na matetaka vou na 'swine flu' na tauvi mate mamada ka vakarauta ga, ka lewe levu sara era dau bula vinaka tale ka ra sega ni gadreva na veiqaravi vakavuniwai.

Ia e dau bibi sara vei ira e so na i vakatakilakila ni matetaka. Kevaka e yaco vei iko oqo, se tauvi iko tiko e dua tani tale na mate, e dodonu mo qiria e dua na vuniwai se na **Healthline e na naba 0800 611 116**, ka kere i vakasala kina. Kevaka e nanumi ni dodonu mo la'ki raica e dua na vuniwai, e na rawa ni ko kerei mo sauma e dua na i wase ni nomu qaravi. E bibi sara mo qiria taumada na vale ni wai – kua ni basika tu ga yani kina, baleta ni ko rawa ni vakadewava na mate vei ira tale e so.

Kevaka e nanuma ko vuniwai ni tauvi iko tiko na Influenza A (H1N1), e na rawa ni ko kerei mo vakayawaki iko mai vei ira na tani me yacova ni ko sa bula vinaka. E kena i balebale oqo ni dodonu mo tiko taudua vaka i iko ka mo kua ni veilakoyaki mo maliwai ira na tani.

E okati e na i vakatakilakila ni matetaka oqo na katakata ni yago, na vu, mosi ni i tilotilo, savu se bi na ucu, vuvutu ni yago kei na vutu ni ulu, batabata kei na oca bibi. E rawa ni tauvi ira e so na coka ni kete kei na lualua.

Kevaka e dua e basika vua na veivakatakilakila oqo, e dodonu me sa kua sara ga ni voleka vua e dua tale. Me dau tabonaka na gusuna kei na ucuna ni vu se suru.

Kevaka ko bula vinaka tiko, ko na rawa ni tarova na kena dewavi iko e dua na matetaka kevaka ko dau savata ka vakamamacataka vakawasoma na ligamu, ka kua ni veitaratara vakavoleka kei ira era tauvimate.

E sega ni saumi na veiqaravi ni soli i vakasala me baleta na bula mai na **Healthline, e na talevoni naba 0800 611 116**. E veiqaravi e na 24 na aua e na dua na siga, 7 na siga e na dua na macawa. Era veiqaravi tiko kina na nasi vakaivola.

Free health advice
when you need it 
Healthline
0800 611 116

E rawa ni kunei na i vakamacala buta katakata me baleta na Influenza A (H1N1) e na :
www.moh.govt.nz

Tarova na dewa ni manumanu lalai e vakavuna na mate ka na rawa ni vakatauvimatetaki iko kei ira tale e so.

Savata ka vakamamacataka vakawasoma na ligamu

Savata na ligamu me 20 se sivia na sekodi na kena dede ka vakamamacataka me 20 na sekodi na kena dede, se lumuta na ligamu e na kiritu ni liga e caka mai na yaqona ni vavalagi.



Savata na ligamu ni bera ni ko vakarautaka na kakana, ni bera ni ko kana se vakatavako, ni oti na nomu vu, suru, qusia na ucu ni gone, lesu mai vale lailai se veisautaka oti na pikini ni gone.

Tabonaka na nomu vu kei na suru

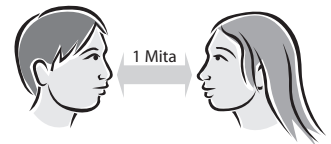
Tabonaka na gusumu kei na ucumu e na i tavoi pepa ka biuta na i tavoi oqori e na kava ni benu e conaki. (Kevaka e sega na nomu i tavoi pepa, vu se suru e na liga ni nomu sote/vinivo – kua ni tabonaka na gusumu kei na ucumu e na ligamu). Nanuma tiko mo savata na ligamu.



Kevaka ko tauvimate tiko, kua ni vakavolekataki iko vei ira tale na so

Kevaka ko via tauvimate mai, vakayawaki iko mai vei ira na tani.

Kevaka e tauvi iko e dua na mate ka via vaka na matetaka, e dodonu mo tiko ga e vale ka kua ni biuta na nomu i tikotiko me yacova ni ko sa bula vinaka.



Kua ni la'ki veimaliwai kei ira na tani. Kevaka e sega ni rawa ni tarovi na nomu biuta na nomu i tikotiko e na vuku ni dua na ka, vakayawaki iko mai vei ira na tani me dua na mita na kemu yawa. Dau tabonaka na nomu vu kei na suru e na i tavoi pepa, ka kua ni veitaratara kei ira na tani (me vaka na lululu, na regu kei na veimoko).

Na i vakatakilakila ni matetaka

E okati e na i vakatakilakila ni matetaka na katakata ni yago, vu, mosi ni i tilotilo, savu se bi ni ucu, vuvutu ni yago kei na vutu ni ulu, batabata kei na oca bibi. E rawa ni tauvi ira e so na coka ni kete kei na lualua. Ni bibi sara na matetaka, se veitauvi tiko e dua tani tale na mate, e na rawa ni tubu e so tale na mate me vaka na niunionia.

Na veiqaravi vei ira era tauvimate

Ni tauvi matetaka e dua e dau bulabula vinaka tu, na ka me na leqataki sa i koya na mamaca mai ni yagona kei na kena katakata. Me gunu wai vakawasoma – me rauta e 2 na lita e na dua na siga. E vinaka cake na gunu wai batabata ka vakasuka toka vakalailai. E dau vakalutuma sobu na katakata ka vakalailaitaka na vuvutu ni yago ni gunuvi na vua ni kau na paracetamol kei na ibuprofen. Kevaka e tauvi koya tiko e tauvi matetaka e dua tani tale na mate, yalovinaka kere i vakasala vakavuniwai e na gauna totolo duadua.

Na gauna me kerei kina na i vakasala vakavuniwai

Kevaka e bibi cake tiko ga na i vakatakilakila ni tauvimate, qiria na **Healthline e na naba 0800 611 116** se dua na vuniwai, ka kere i vakasala vakavuniwai kina. Kevaka sa veilecayaki se dredre na cegu nei koya e tauvi mate tiko, e dodonu mo kere i vakasala vakavuniwai e na gauna totolo duadua. Ni yaco e dua na leqa tubu koso, qiria na lori ni vale ni bula (ambulance) e na naba 111.

Healthline e na naba 0800 611 116

E sega ni saumi na qiri oqo, ka rawa ni ko qiria e na loma ni 24 na aua e na dua na siga, 7 na siga e na dua na macawa