

la malupuipuia lou iai ma i matou



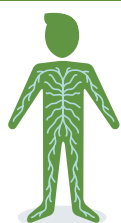
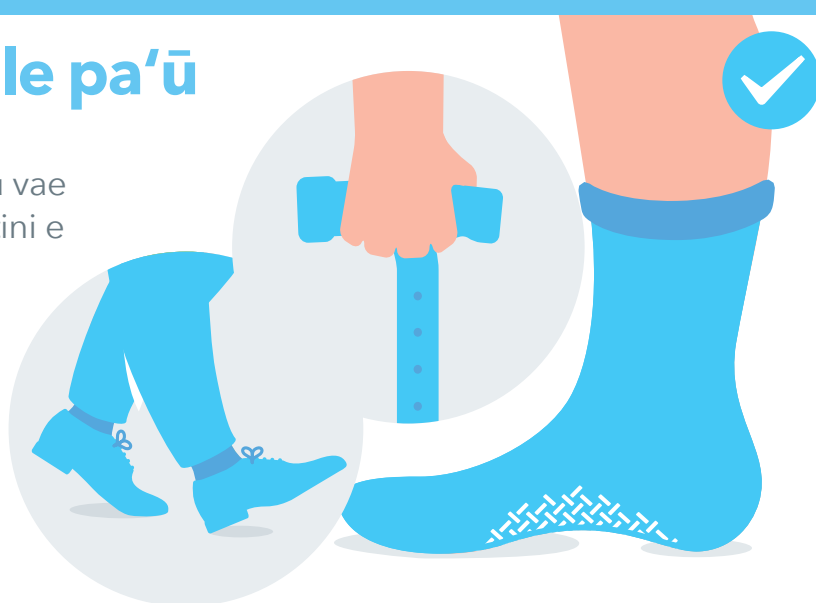
open.hqsc.govt.nz

8 laasaga faigofie e malupuipuia ai pea oe a o e taoto ai i le falemai



Puipuia mai le pa'ū

- Fai ni ou seevae e mau lelei i ou vae ma e lē maseese (e aofia ai totini e lē maseese, pe a talafeagai).
- Ia e matuā faaeteete a o e iai i totonu o le faleta'ele.
- E iai nisi fualaau e ono lē to'a lelei ai lau faalogo.
- Faaogā se mea e fesoasoani i lau savali, pe afai e te manaomia.
- Afai o e manaomia se fesoasoani, ta'u mai.



Puipuiga ina ia lē aafia i le to'a o le toto

- Fai ou totini faapitoa o le falemai pe a faatonu mai e fai ma toaga e fealualua'i solo e faagaoioi lou tino.
- Taumafai e fai au faamalositino faigofie e faamalolosi ai ou ogavae ma ou tapuvae.
- Inu mea faasuavaia e pei ona faatonuina.
- Inu au fualaau o loo faatonu mai e faamanifi ai lou toto.



Faamolemole ia e talanoa mai pe a iai ni au fesili, ni ou popolega poo atugaluga.



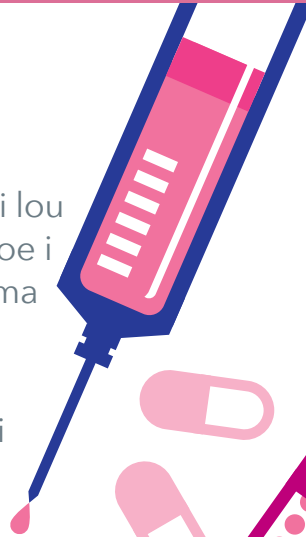
Puipuiga ina ia lē aafia i ni siama e ma'i ai

- Fufulu ou lima pe faaaogā le gel lena ua saunia e fufulu ai lima pe a uma ona faaaogā le faleese, pe mafatua pe tale foi, ma taimi uma a o e lei tausami.
- Afai ua e popole ona e iai se tasi o le afaigaluega atonu ua galo ona fufulu ona lima, e mafai e oe poo se isi o lou aiga ona faamanatu i lena tagata.
- Ta'u mai pe afai o loo alu lou manava poo e faasuati foi.



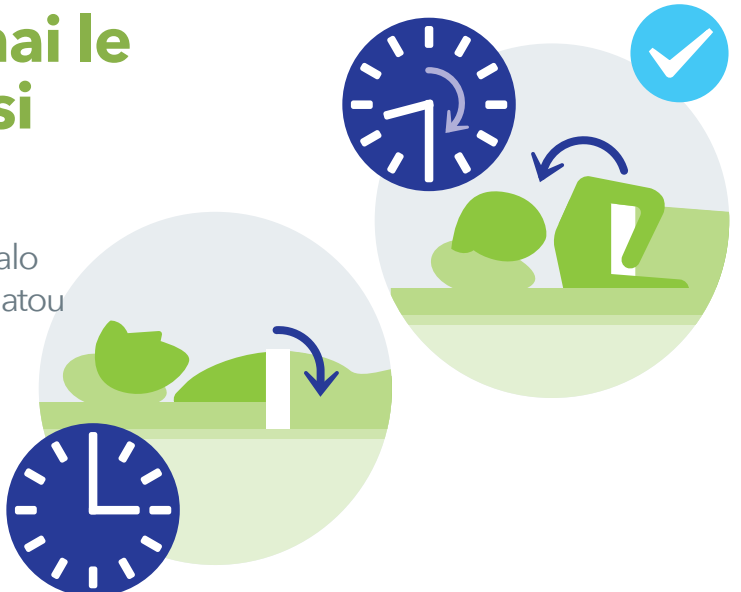
Lau talavai (vai/fualaaui)

- Ta'u mai pe afai e iai ni mea e ilitata ai lou tino, pe afai e matuā aafia leaga lava oe i soo se fualaaui pe e te lē o malamalama foi poo ā ma'i ia e inu ai au fualaaui.
- Talanoa i lau fomai, tausii soifua poo le tagata ua galue faapitoa i le faletalavai (pharmacist) pe a iai ni au fesili poo ni ou atugaluga e uiga i au fualaaui.
- Fesili pe iai ni isi āuga e ese mai mulimuli ane.
- Taofi lelei se lisi ua toe faafou mai ai soo se fualaaui o loo e inuina.



Manu'anu'a mai le taomia pitotasi

- Afai e te mafaia, taumafai e aua e te nofo i lalo pe taoto, e oo lava i le moega, ae vili mai matou pe afai e lē o lelei ou faalogona.
- Matou te fiafia tele e fesoasoani atu e liliu pe sui le itu e faataoto ai oe, ma matou fesoasoani atu i ni auala e faamatuu ese ai le tiga o loo e lagonaina.

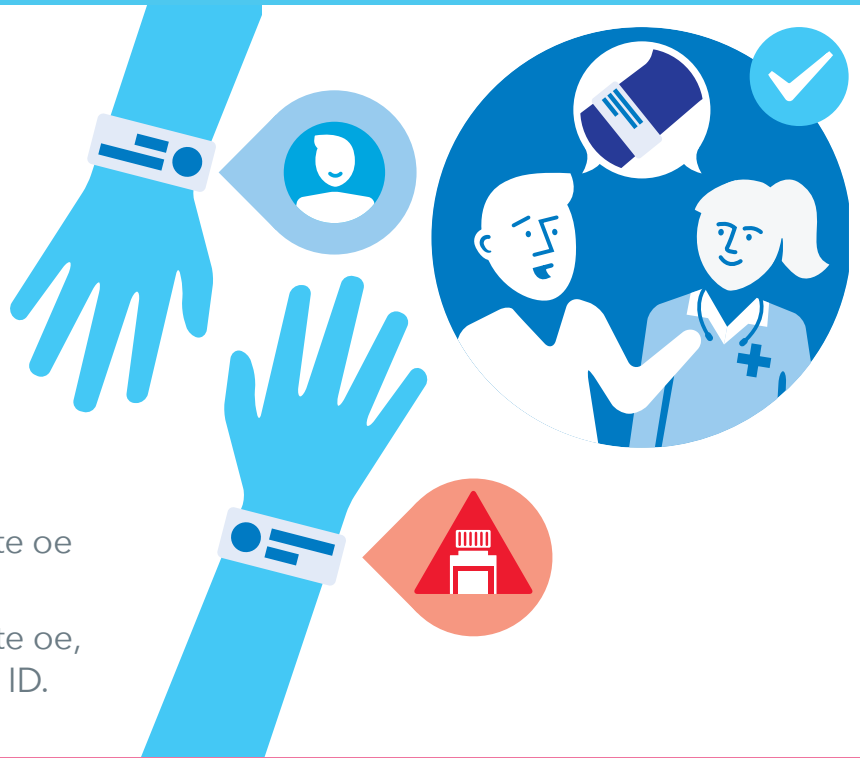


Faamolemole ia e talanoa mai pe a iai ni au fesili, ni ou popolega poo atugaluga.



Mea e maitaulia ai

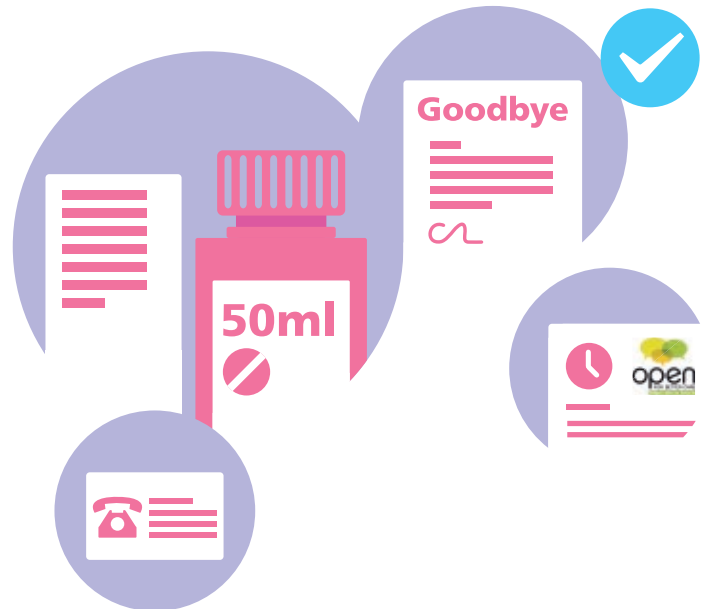
- Ta'u mai pe afai e iai se faamatalaga e patino ia te oe o loo sese (taulima ID, tuatusi, fomai [GP], lou tauaiga e sili ona felataa'i lua sootaga).
- Ta'u mai pe afai e iai ni mea e ilitata ai lou tino. Afai e iai, o nisi falema'i e latou te ono avatu ia te oe se taulima pa'u e lanu.
- A o lei avatua soo se fualaau ia te oe, o le a siaki muamua lou taulima ID.



Tea i tua mai le falemai

A o e lei tea i tua, ia faamautinoa:

- ua faailoa atu ia te oe faamatalaga uma e te manaomia mo lou puipuiga saogalemu i lou fale
- ua faamatala lelei atu ia te oe au fualaau, aemaise lava pe afai ua toe sui
- o loo e iloa poo ai e faafesootai pe a iai ni au fesili poo ni ou atugaluga
- o loo e iloa le isi taimi e sosoo ai ua faatulaga e te sau ai e vaai le fomai.



Mo soo se atugaluga

- Ua matou nofo sauni e fesoasoani atu - talanoa mai pe afai o iai ni ou popolega poo ni atugaluga e tusa ai o ou togafitiga, pe i le mea o le a tupu pe a e tea i tua mai le falemai.

