

# KO HONO MATU'UAKI E FOKOUTUA FAKAFA'AHITA'Ú

'Oku mafola e ngaahi siemu **COVID, flu** mo e **RSV**. 'Oku kei hoko pē 'a e ngaahi me'a ne tau fakahoko lolotonga e mahaki faka'auhá ko e malu'i lelei taha mei he ngaahi mahaki ko 'ení

## Ko e faka'ehi'ehi mei he puké 'i he 'aho kotoa pē

- Nofo 'i 'api 'i he taimi 'okú ke puke aí. Faka'ehi'ehi mei he feohi mo e kakai puké.
- Tokanga ki he ngaahi faka'ilongá, tautefito kapau na'á ke feohi mo ha taha 'oku puke.
- Fanofano ma'u pē.
- Fakama'a mo fufulu 'aki e me'a tāmāte siemú e ngaahi feitu'u 'oku lahi e ala ki aí, hangē ko e kau'i matapaá, telefoní mo e ngaahi remote tv.
- Sivi kapau 'oku ke ma'u e ngāahi faka'ilonga puke 'o e COVID-19.
- Huhu malu'i mei he flu he ta'u kotoa pē, pea huhu malu'i COVID-19 foki mo huhu malu'i fakalahi 'o hangē ko hono poupou'i atú.



## Lolotonga e fa'ahita'u mahaki 'i he halanga mānavá

'E lava mo ha ngaahi me'a kehe 'o tokoni ki he fānau ako 'i he 'apiakó, faka'ehi'ehi mei he li'aki ngāué pe ngaahi fakataha'angá, pea mo tauhi e tūkunga lele lelei hotau ngaahi falemahakí:



- Tui ha me'a malu'i ki he ihú 'i loto he ngaahi falé pe 'i he feitu'u kakai'ía.
- Tolo'i e 'a'ahi ki he kakai 'oku tu'u laveangofua ange ki he ngaahi mahaki fakatu'utāmaki, pe tāmaki atu mo ha ngaahi founa ki he malú hangē ko e ngaahi me'a malu'i ki he ihú mo e tauhi 'o e vā mama'ó 'i he taimi 'okú ke feohi ai mo kinautolú.
- Fakahoko ha fakanga ki'i fakataha'anga tokosi'i pē ki tu'a.
- Fakaava e ngaahi matapā sio'atá mo e matapaá ki ha fehū'aki lelei ange 'a e 'eá.

	COVID	FLU	RSV
'Oku faingofua pē 'ene mafolá 'i he 'eá	✓		
'Oku mafola 'i ha fanga ki'i vai iiki mei he ihu pe ngutu 'o ha taha.	✓	✓	✓
'E lava ke mo'ui 'i ha ngaahi funga feitu'u fefeka pe molū mo mafola 'i he taimi 'oku pā ai ki he ngaahi funga feitu'u ko iá		✓	✓
'Oku 'atā ha huhu malu'i	✓	✓	
'E lava ke tu'u <b>laveangofua ange</b> ki he kakai lalahi feitama, matu'otu'a mo vaivai honau sisitemi malu'i	✓	✓	✓
'E lava ke tu'u <b>laveangofua ange e kau pēpē mo e fānau</b>		✓	✓

## Kapau 'okú ke tu'u laveangofua ki he fakatu'utāmaki 'o e COVID-19, flu pe RSV

Fetu'utaki ma'u pē mo ho'o toketā mo'ui lelei. 'Okapau 'e 'ikai ke ke ma'u ha potungāue, tā ki he 211 ki ha tokoni ke kumi ha potungāue. 'E lava ke poupou'i koe ho'o toketaá ke tui ha me'a malu'i ki he ihú pe fakahoko ha ngaahi ngāue kehe ki ho'o tu'unga malú. Kapau te ke puke, te nau lava 'o tokoni atu ke ke fili pe 'oku fiema'u ke ke sivi pe fakahoko ha'o faito'o.

**Vakai ki he tafa'aki 'e tahá ki he me'a ke fai kapau te ke puké.**

## Kapau te ke puke

‘Oku tokolahi ha kakai ‘oku nau fakaakeake lelei mei he ngaahi mahaki ko ‘eni ‘o e halanga manavá ‘iate kinautolu pē. Nofo ‘i ‘api ‘o fakahoko e ngaahi me‘a ‘okú ke fa‘a fai ke ke ongo‘i lelei ange aí: mohe, mālōlō, inu ke lahi e vaí.

## Fetu‘utaki ki he 911 kapau ‘okú ke ma‘u pe ko ho‘o fānaú e ngaahi faka‘ilonga fakatu‘utāmaki ko ‘ení:

- Faingata‘a ke mānava
- Ongo‘i mamahi pe faingata‘a‘ia ‘i he fatafatá pe keté
- ‘Ikai lava ke inu pe fuoloa ho‘o inú ta‘e te ke lua
- Fo‘ou ‘a e puputu‘ú pe ta‘emalava ke ‘ā mei he mohé
- Meimei lanu puluu pe kulei e loungutu pe mata

## Kapau ‘okú ke puke, kae pau ke ke feohi mo e ni‘ihi kehé

- Tui ha me‘a malu‘i hao lelei ki he ihú mo e ngutú.
- Fanofano ma‘u pē, tautefito ki he hili hono fangu ho ihú.
- Puke ho ngutú ‘i ho‘o talé ‘aki ha pepa holoholo pe nimá.
- Tauhi ho vā mama‘o mei he ni‘ihi kehé ‘o ka lava.
- Fakalelei‘i e fehū‘aki ‘a e ‘eá he lokí ‘i ho‘o feohi mo e ni‘ihi kehé, hangē ko hono fakaava ‘o e ngaahi matapā sio‘atá.

## Ko e fē taimi te ke lava ai ‘o feohi mo e ni‘ihi kehé?

‘E lava ke foki e kakai ki he ngāué, akó mo e ngaahi ‘ekitivitī kehé ‘i he taimi:

- Kuo ‘ikai ke nau toe mofi ai ‘o ‘osi ha houa ‘e 24 pe lahi ange ta‘e te nau faka‘aonga‘i ha faito‘o ki hono holoki ‘o e mofi, **pea**
- Kuo lelei ange ai honau ngaahi faka‘ilonga, **pea**
- ‘Oku nau ma‘u me‘atokoni mo inu lelei, **pea**
- Kuo holo e hafu honau ihú mo ‘enau talé ‘o feunga ke nau lava ‘o kau ‘i ha ngaahi ‘ekitivitī mo tauhi honau nimá ke ma‘a.



**Fakakaukau ke tui ha me‘a malu‘i ki he fofongá ‘i ho‘o feohi mo e ni‘ihi kehé kae ‘oua kuo mole e hafu ho ihú pe talé.**