

17 Fēpueli 2023

Faka'ehi'ehi mei he puké hili ha ngaahi tāfea na'e hoko

'Oku fakatokanga atu 'a e Te Whatu Ora 'i Te Matau a Māui Hawke's Bay ki he komiunití ke nau fakamama'o meí he ngaahi vai tāfeá ke faka'ehi'ehi mei hono fakamafola 'o e mahaki gastroenteritis (mahaki'ia 'a e ngākaú).

'Oku pehē 'e he Mataotao 'i he Faito'o ki he Tauhi 'o e Mo'ui Lelei 'a e Kakaí (Public Health Medicine Specialist) ko Bridget Wilson 'oku ngalingali kuo faka'uliki 'a e ngaahi vai tāfeá 'e he ngaahi fakatafenga vai 'uli meí he ngaahi toiletí (sewage), 'a ia 'okú ne fakatupunga 'a e mahaki'ia 'a e ngākaú, pea 'oku toe 'iloa ko e 'tummy bug' pe 'gastro'.

“Oku fakatupu 'e he gastro 'a e fakalele mo e lua, pea 'oku toe lahi ange 'a e faingamālie ke hoko mai 'a e gastro hili ha ngaahi tāfea kuo hoko koe'uhí he ko e ngaahi vai tāfeá 'oku fa'a faka'uliki ia 'e he ngaahi fakatafenga vai 'uli meí he ngaahi toiletí, ngaahi vai 'uli 'oku tafe meí he ngaahi faamá pe ngaahi veve fakatu'utāmakí,” ko e lau ia 'a Ms Wilson.

“Kapau 'e afuhia koe 'e he vai tāfeá, 'api kuo tāfea pe ko ha ngaahi me'a kuo faka'uliki 'e he vai tāfeá, 'oku totonu ke ke mātu'aki fanofano ke ma'a 'aupito ho ongo nimá.”

'E lava ke ma'u 'e he mahakí 'a e kakaí 'i he taimi te nau folo ai ha siemu, vailasi, huhu'a kona pea mo ha me'amo'ui (parasites) fakatupu maumau, pe ko e taimi te nau mānava 'aki ai ki loto 'a e ngaahi vailasí.

“E lava ke hoko 'eni 'i he taimi te ke va'inga pe kakau ai 'i he vai tāfeá mo e ngaahi luoluo'i vaí pe ala ki ha ngaahi fukahi me'a pe ngaahi me'a hangē ko ha ngaahi kau fakaava matapā (door handles), taueli pea mo ha ngaahi me'a na'e 'osi afuhia 'e he vai tāfeá.”

'E toe lava foki ke ma'u 'a e mahakí meí ha feohi mo ha kakai kuo nau 'osi ma'u iá 'aki ha ma'u me'atokoni meí ha peleti tatau pe fevahevahe'aki hano ngāue'aki 'o ha huhu pe sēpuni, feohi mo ha fanga monumanu 'oku faama'i pe monumanu lalata pea mo hano ma'u 'o ha me'atokoni pe inu kuo 'osi faka'uliki 'e he vaí.

'Oku totonu foki ke fakamama'o 'a e kakaí meí he ngaahi tafenga vaitafé mo e ngaahi matātahí 'i ha 'aho 'e tolu pe lahi ange ai hili ha 'uha lahi koe'uhí he 'oku tafia atu 'e he 'uha lahí 'a e ngaahi nāunau 'ulí meí he ngaahi kelekele 'i koló mo 'utá ki he ngaahi halanga vaí.

Vai inú

Ke 'ilo pe 'oku 'i ai ha fanongonongo kuo tuku atu ke haka 'a e vaí 'i ho'omou halanga ma'u'anga vaí, ko e fuofua feitu'u ke vakai'i ki aí ko e uepisaiti 'a ho'omou kōsilio fakakoló.

Kapau 'oku ma'u 'a e vai inu 'a e kakai 'o e koló mei ha'anau ma'u'anga vai pē 'a kinautolu ('a ia ko ha vai keli, vai tupu, vai meí he 'ató, tafenga vai) pea 'oku 'ikai ke nau fakapapau'i 'a hono tu'unga leleí, 'oku fokotu'u atu ke fakalili 'a e vai meí he ngaahi ma'u'anga vai ko 'ení 'o 'oua 'e toe si'i hifo 'i he miniti 'e 1 kimu'a pea toki inu, fufulu nifo pea fufulu ha fua'i'akau mo ha vesitapolo mei ai.

Kapau 'oku mate 'a ho'omou 'uhilá, ngāue'aki ha founa ma'u'anga ivi kehe hangē ko e me'a tunu papakiú ke fakalili ai 'a e vaí ke lili hokohoko 'i ha miniti 'e taha. (Fakatokanga'i: tauhi 'i tu'a 'a e me'a tunu pāpakiú 'i he taimi kotoa pē. 'Oua na'a 'omai ia ki loto ki he falé pe fale tau'anga me'alelé koe'uhí he 'oku fakatupu meí he malalá pe kasá ha kasa kāponi monokisaiti (carbon monoxide) 'a ia 'e ala tupu mei ai ha mate).

Kapau 'oku 'ikai lava hano fakalili 'a ho'o vai inú, pe'i tñnaki atu ki ai ha ngaahi fo'i'akau fakama'a vai pe ko ha bleach angamaheni ki he ngāue faka'apí 'oku 'ikai fakalanu pe fakanamu lelei. Tñnaki atu ha vaeua'i sēpuni tī 'e taha ki he lita vai 'e 10 kotoa pē, heu ke maheu pea tuku ai 'i ha miniti 'e 30 pe muimui ki he ngaahi fakahinohino 'i he ngaahi fo'i'akau faito'o vaí. Tauhi 'a e vai kuo 'osi faito'ó 'i ha fa'o'anga 'oku 'i ai hano tñpuni.

Me'a ke fakahoko kapau 'okú ke ma'u 'a e mahaki gastro

'Oku 'ikai ke fa'a fakatu'utāmaki 'a e gastro ia pea ko e kakai tokolahi 'oku nau sai vave pē 'o 'ikai toe fiema'u ke sio ki ha toketā. Kapau te ke ongo'i puke hili ha'o afuhia 'i ha vai tāfea, telefoni ki ho'o toketaá pe Healthline 'i he fika 0800 611 116.

'Oku mahu'inga ke inu ke lahi 'a e vaí 'e he kakai 'oku nau puké. 'Oku totonu ke ke inu ke lahi 'a e vaí mo e ngaahi huhu'a kehé. Ko e huhu'a lanu ma'á, hangē ko e vaí mo e ngaahi inu hu'i fakalanú 'oku lelei tahá. Ko e 'aisi poloká ko ha founa lelei ia ke tauhi 'aki 'a e vaí 'i he sino 'o e fānaú.

Kapau 'oku fu'u puke lahi, 'oku 'i ai ha kakai 'e ni'ihí 'e ala fiema'u ia ke faito'o 'i he falemahakí, tautautefito ki he longa'i fānau iiki 'aupitó pea mo e kau toulekeleká kapau 'e mahaia 'a e vaí 'i honau sinó. Ko ha tokotaha 'okú ne ma'u 'a e ngaahi faka'ilonga 'o e gastro 'oku totonu ke ne sio ki ha toketā pe neesi kapau 'okú ne:

- Si'i hifo 'i he māhina onó 'a hono ta'u motu'á
- Puke 'i he fakalelé mo mingi hono keté (cramps) 'o laka hake 'i he houa 'e 24 pe ko ha toe fakalalahi ange 'a e ngaahi faka'ilongá
- Mofi 'o mā'olunga 'a e fua māfana 'o hono sinó, tea mate pe ngāvaivai hono sinó pe 'oku fu'u tāvaivaia, momohe pe 'ite'ita
- Tu'u mama'o mai 'aki ha toto, pe'e aape pe pela
- 'Ikai inu ke lahi 'a e vaí pea hā mai mei ai ha ngaahi faka'ilonga 'oku mahaia 'a e vaí 'i hono sinó, hangē ko e 'ikai ke tu'uofi pe tu'uofi mai 'aki ha huhu'a lanu fakapōpō'uli pea mo/pe mōmoa hono ngutú

- Ma'u ha ngaahi palopalema pe faka'ilonga kehe 'i he'ene tu'unga mo'ui lelei.

Founga ke ta'ofi ai 'a 'ene mafolá

Ko e ngaahi vailasi, siemu mo e me'amo'ui 'oku nau ala fakatupu 'a e gastro 'e lava ke fakamafola atu ia ki he kakai kehé lolotonga 'a 'enau 'i ho sinó mo ho'o tu'umama'ó. 'E lava ke nofo 'a e ngaahi vailasí, siemú mo e ngaahi me'amo'uí 'i ho sinó mo e tu'umama'ó 'i ha ngaahi laui 'aho ki he laui uike hili 'a e puli atu 'a ho ngaahi faka'ilongá.

Ke faka'ehi'ehi mei hono fakamafola atu 'o e gastro:

- toutou fanofano ma'u pē ke ma'a mo holoholo ke mātu'u ho ongo nimá. Ngāue'aki ha me'a milimili tāmāte siemu kapau 'oku 'ikai 'i ai/si'isi'i ha vai ma'a.
- fakaavaava 'a e ngaahi matapaá mo e matapā teké ke hū mai ha 'ea fo'ou ki he lokí hili ha lua
- ngāue'aki ha bleach angamaheni 'oku ngāue'aki ki he fakama'a 'apí, 'a ia 'oku 'i ai 'a e kolōliní, 'o hu'i'aki ha vai ke tāmāte'i'aki 'a e siemú 'i he ngaahi feitu'u na'e mahua ai ha lua pea mo ha tu'umama'o pea fakama'a ha ngaahi fukahi me'a mo ha ngaahi nāunau 'okú ke toutou ngāue angamaheni'aki
- 'oua 'e teuteu'i ha me'atokoni ma'á ha ni'ihī kehe kae 'oua leva kuo 'osi ha 'aho 'e 2 meí he mole atu 'a ho'o ongo'i puké.

Ki ha fakamatala lahi ange kātaki 'o fetu'utaki ki he:

Timi Mītia 'a e Te Whatu Ora Hawke's Bay

Telefoni To'oto'ó: 027-599-9507