



Vai fai to o ho o kau leka
ko e ng achi fakaka ukau ke
tokoni atu i hono fakai nu a e

Dku falingata'a kia koe, a hono feinga'l ho leka ke iu, ene faito'o?

'E lava pe ke sai 'aupito 'a e inu mo e folo 'a e fo'I'akau
mo e faito'o 'a e fanau, kapau 'e ako'I kinautolu.

Ka poto pe'a e matu'a mo kinautolu tauhi fanau hono filio'l'a e founga kef aka-faingofua'l ai'a hono feinga'l'a e fanau ke nau inu mo folo'enau ngaha fo'l'akau mo e 'u vai faito'o, pea ko e fo'l a'usia faingofua ia kia kinautolu mo'enau fanau.

- Lotolahī, anga mokomoko pe pea'āi ke pau'a e founga fakafolo mo fakainu ai 'enau vai moe fo'l'akau.
 - 'Ai ke 'ilo'e ho'o leka, 'a e taimi 'oku ke maau ai ke fakainu mo fakafolo 'enau faito'o. Neongo pe kapau'e fute mo faka'ikai'l'ehe leka 'a 'ene inu/folo'a e faito'o, ka kuopau pe ke 'ave ange kiai'o fakatatau ki he tu'utu'uni

Ki ha toe ngaahi fale'I pe fakaikiiki
telefoni ki he Healthline ta'e totongi pe 'I he 0800 611 111
pe ko e fika ta'e totongi'a e Plunket 'I he 0800 933 922

PHARMAC
Pharmaceutical Management Agency



o hono 'oange 'a e faito'o mo e vai 'a e peepee

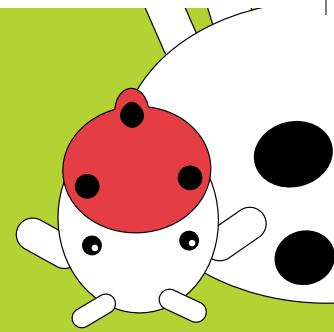
- 'E lava pe ke ke kofukofu'l lelei 'aki'a peepee ha tauveli pe ko hano ki'l kafu, ke ta'ofi'aki'a hono nima 'l ha'ane faka'efi'efi he taimi te ke fakainu ai'ene ki'l faito'o.
 - Ngae'aki ha ki'l me'ahuhu fo'ou'o fana'l'a'ene faito'o ki hono loto ngutu 'I he tafa'aki kohu'ahe 'I loto 'aee koee'oku'ikai ke 'i'ai'a e'u me'a 'ahi'ahi'o e kona moe melie. 'I he anga maheni, 'e folo ai pe'ehe ki'l peepee, kapau na'e loloa fe'unga'a hono fakahu koia'a e me'a huhu ki hono ki'l ngutu ke lava'o a'u ki mui ofi he monga.
 - Faka'ehi'ehi mei hono hu'l fakataha'a e faito'o'a e peepee mo 'ene fo'l hina, he ka'ikai ke ne inu'o'osi'a 'ene fo'l hina, he 'ikai malava ke ne ma'u'a e malohi fe'unga'o e faito'o. 'E ngutuhua ange kapau'e ki'l hu'laki pe ia'a e hu'a huhu/ pe ko ha me'l hu'akau si'si'l pe - ka ke vakai'l pe ki ho'o toketaa pe kau mataotao he kemisi.
 - Amoamo lelei pe hono ki'l kia ki lalo ke tokoni ki he'ene folo'o ka fiema'u.

Ko hono 'oange 'a e faito'o 'a e fanau mei he vaha'a 'o e ta'u 'e
taha ki he ta'u 'e faa mo e fanau iiki to e ki'I matu'otu'a ange ai

'E lava ke ke'oange ki ho'o fanau ha straw(me'a inu) ke ne misimisi'aki
mei ha sepuni, pe ko e ki'l ipu 'oku manako ai, 'a'ene faito'o kapau ko e vai
faito'o. Manatu'l ke 'oatu mo ha ki'l me'l vai pe ko ha inu melie ke ne inu'aki
'a e me'a inu (straw) ke fakapapau'l 'oku katoa ki loto 'a e lahi'o e faito'o.

Ngaue,aiki,mäu,pe,e,ipu,fakaini,totouni,pe,ke,e
fanaga,kil,me,huhu,ke,fua,kaki,a,e,lahi,o,e,vai,-oua,
ngauge,aiki,a,e,sepunti,mei,peltoo,he,oku,ikai,touu,ai,a
fua,oku,fema,i,Oku,malava,pe,ke,ke,mäu,a,fe,angaa,kir,me,ahuhu,mei
he,emisi,,Oku,mehu,ninga,ke,mäu,eh,fe,anau,ehau,u,fakatatau
ki,he,tu,utu,uni,mei,he,toketaa,Fakaha,ki,he,toketaa,Kapau,oku
jai,ha,falahinga,pallopalema,pea,mo,e,tamii,oku,ne,inu,pe
folo,al,i,a,ene,faitoo.

A vibrant illustration of several stylized flowers in various colors (orange, pink, red, yellow) with different patterns (solid, dotted, striped) on a green background.



- oua e hohaa ho loto, hemalile pe - oua te ke fakamaloohi! ho leka ke ne iuu ene vali fatioo.
- Kapaun nabe nugaloo ha fo! houa iuu, tukuu alipe la, ka e tokiki hoko atu pe!, he tamii hoko, oku tonuu ke fakaiiu ai!, Oua na'a ke liungaa ua a e lahi o, Fakamatila ki hoo k'i! leka, ko e fatioo ia e sali hi hono puke - oua na'a ke talaaingee ko e lolae pe alaa me'a pheehe.
- Liliu, ene fakakaakuau - talaaingee k'i! ho k'i! leka, ko e fatioo, lelei mo makehe, pea, oku tu'a ua pe tuo toli pe he, rho a e ugoftua ke ne iuu ai (manatu'u) ke talaaingee k'i! ho k'i! leka, ko e fatioo, lelei mo
- - oku fakaofo a, ene f'a ola lelei he tamii'e n'ihi a e fo! fakakaakuau (maatau'u) ke talaaingee k'i! ho k'i! leka, ko e fatioo, lelei he toketea)
- kekaletota aai, a k'i! leka ke ne iuu ene vali fatioo!

Kapau leva 'oku launga 'a ho'o ki'I leka fekau'aki mo e ifo 'o e faito'o:

- ‘Oange ha fa’ahinga me’ā ke ne inu pe kai’l he hili pe ‘a’ene folo’ene faito’o, pe ko ha sepuni tii huhu’ā sokoleti pe ko ha inu hu’āapele pe huhu’ā moli pe ko ha hu’akau kapa/ huhu’ā huhu.
 - ‘Oange ha fo’l asipoloka ke ne kai ke ongonoa ai hono neave ‘ahi’ahi me’akai, kimu’ā pea toki ‘oange’ene faito’o ke ne inu.
 - Talaange ki ho’o ki’l leka ke ne puke hono ihu he taimi koia’oku ne folo/inu ai’ene faito’o ko e’uhii ke’oua te ne ongo’l’ā e fa’ahinga ifo’o e faito’o.

‘Oku’iai’ā e longa’l fanau ia ‘e ni’ihī, te nau sai’ia ange kinautolu ia ke folo ha fo’l akau pe fo’l akau konga ua ‘l ha’anau inu ha vai faito’o – talanoa ki ho’o toketaa pe kau mataotao he kemisi, kapau’oku ke pehee ko e me’ā eni’ā e ala lava ke fai ma’ā ho’o leka.

Feinga pe lahi'a e ngaahi founга te ke fakaha ki ho'o leka ke fili mei ai
- hangee nai ko ho'o eke pe'e kaukau'l ia kimu'a pe toki kaukau, pe ko e 'osi
'ene kaukau, pe te ke'eke ange pe ko e haa'a e fa'ahinga inu te nau fiema'u
ke inu'l ha hili'enau folo pe inu'enau faito'o, pe ko e haa ha fa'ahinga sitika
te nau fiema'u l ha hili'enau folo/inu'enau faito'o mo e'u alaa me'a pehee.

Fakahikihiki'l'a ho'o leka'l he'ene hoko ko e tokotaha inu/fo'lo fo'l'akau faito'o lelei.

