

E taua au talitonuga ae maise o ni lu'itau mo oe ma lou aiga, a'o faia au filifiliga i le mea e sili mo oe

Toto Maulaluga

e si'itia lou a'afia i le ma'i fatu po'o le stroke



O ai e te fesili i ai ina ia e malamalama ai ma maua se fesoasoani mo lou toto maulaluga ma ona a'afiaga?

Ua e mafaufau i penefiti o suiga lelei e te faia mo oe ma lou aiga?

O a itu lelei ma itu fa'alelelei o suiga ta'itasi o lo'o e fia faia?

O e mautinoa e mafai ona e laasia isi vaega mo se suiga lelei?

O le galuega a le fatu o le pamu lea o le toto i vaega uma o le tino. O le blood pressure, o le fua lea o le malosi o le ta'amilosaga o le toto i totonu o alatoto

O le to'atele o tagata latou te le iloa o lo'o maua i le toto maulaluga aua e leai ni auga o lea ma'i. Pau le auala e mafai one iloa, o le siaki lea i le foma'i



ASO	TOTO MAULALUGA

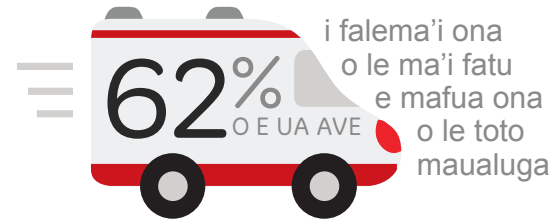
Fesili mo le isi feiloaiga ma la'u tausi soifua:

Mo nisi fa'amatalaga, saili le upu 'blood pressure' www.heartfoundation.org.nz

Toto Maulaluga, o le isi ona igoa o le hypertension,



e mafua ona ua malosi tele le una'i o le toto i totonu o alatoto. O le fa'atupula'ia o lea tulaga e mafai ona fa'aleagaina ai alatoto ma i'u ina oso ai le ma'i fatu po o le stroke.



E afaina ai fo'i mata ma fatuga'o



O le toto maulaluga o le tasi lea o mafua'aga o le ma'i fatu ma le stroke. Fesili i lau foma'i / tausi soifua po o e maua i le toto maulaluga.



Fa'afetai mo la outou foa'i o lo'o mafai ai ona fa'atupeina vaega e pei o lenei lautusi

Printed March 2017

alatoto

MAFAUFAU I LE LUMANA'I

O lou i ai pea mo lou aiga ae maise au fuafuaga mamao ma moemitiga. E mafai ona e a'afia i le tulaga lea ona o le maualuga o lou toto ae maise le maualuga o le avanoa e a'afia ai oe i le ma'i fatu po'o le stroke?

O O'U A'AFIAGA

I le ma'i fatu po'o le stroke
i le 5 tausaga o lumana'i

(maualuga, feololo, maualalo)

O vaega ou te fia taumafai e fai ina ia
fa'aitiitia le avanoa mo a'afiaga?
O a ni fautuaga a la'u tausi soifua?



Taofi le ulaula



Tausami i mea'ai
ma vai e tatau mo le
soifua maloloina



To'aga e
fa'amalositino



Fa'aitiitia le
tino puta



Inu fuala'au ma isi vai
ua fa'atonuina e le
foma'i/ tausi soifua



Va'ai ma
fa'atali

O fesili e mafai ona e fesili ai

- O le a le vaega sili ona taua ou te faia e fa'aitiitia ai lo'u a'afia i lenei fa'ama'i?
- O le a ni sitepu laiti e mafai ona ou mafaufau i ai?

O le isi la'asaga:

Afai o e mo'omia se fesoasoani e fa'ata'atia ni sini autu mo lou soifua maloloina lelei, fesili i lau tausi soifua mo le tusi a le Heart Foundation e ta'ua o le 'Taking control'

Afai o lo'o e feagai ma isi ituaiga togafitiga e pei o fofu Samoa, talanoa pea ma fa'ailoa i lau tausi soifua