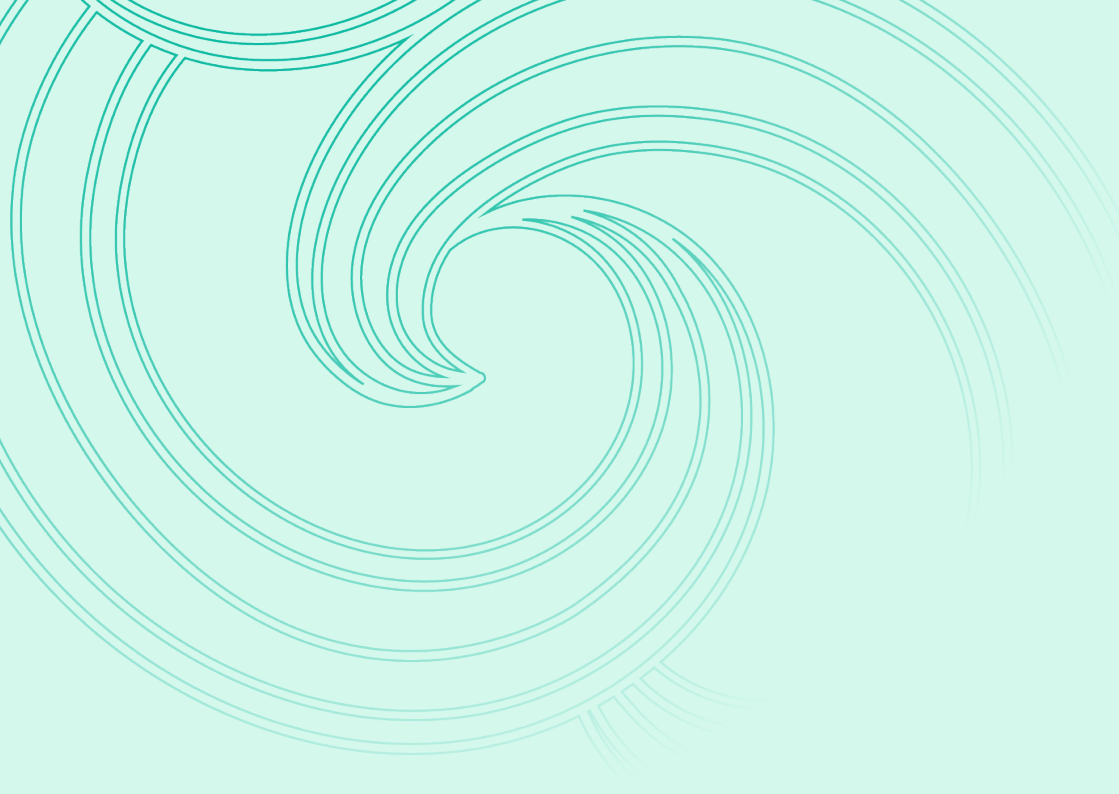


Ma'i Suka ma le Ma'i Tumau o Fatu ga'o (CKD)





O le ā le galuega a fatu ga'o?

E lua ou fatu ga'o. E i lalo ifo o 'ou 'ivi 'aso 'aso i itū uma e lua o lou tuasivi ma tua atu o lou manava. E tumu ou fatu ga'o i ālā toto e feavea'ia ai lou toto e vaimamā ma faamamā.

E faamautinoaina e fatu ga'o o loo maua e lou toto ni meacai ma vai, ae o otaota ma isi vai o loo ave'ese e feau vai. Ona aga'i lea o le toto māmā i isi vaega o le tino atoa ina ia mafai ona gaiioi lelei. E mafai foi e ou fatu ga'o ona vaaia le maualuga o lou toto ma gaosia ai sela mūmū o lou toto.

O le faatino o gaioiga tatau o fatu ga'o e atagia ai le galue lelei o fatu ga'o. A fa'aititia gaioiga tatau o fatu ga'o, o lona uiga ua faaleagaina fatu ga'o ma ua le 'o toe lelei pei o fatu ga'o o le tagata soifua maloloina.



E faapefea ona a'afia fatu ga'o i le ma'i suka?

Afai e maua se isi i le ma'i suka, o lona uiga ua teletele le suka i le toto. Mo se taimi umi, o le tele o le suka i le toto e amata ai ona faaleagaina faamamā o loo i totonu o fatu ga'o. E maua ai le:

- 1. O porōtini i feau vai:**
O le porōtini e manaomia e tatou tino ma e masani ona maua i totonu o le toto. Afai ua leaga faamamā o fatu ga'o, ua mafai loa ona sao vaega faasili i mea taumafa/porotini i feau vai. O fa'ailo muamua ia ua le'o toe galue lelei fatuga'o.
- 2. O le toto maualuga (BP), e igoa foi o le hypertension:**
Ina ua faaleagaina āla toto o fatu ga'o, o lona uiga ua mafai puipui o ālā toto ma tau leai ai se avanoa e tafe lelei ai le toto. E tata ai loa ona matua'i galue le fatu e momoli le toto i fatu ga'o. E faatupulaia ai le maualuga o le toto.
- 3. O le totoulia o fatu ga'o:**
E faaleagaina tumau ai ma maua ai loa i le faama'i tumau o fatuga'o (CKD).
- 4. Fa'ama'i fatuga'o vaega mulimuli:**
A 'o faagasolo pea le ola, e ono tugā le faaleagaina o fatu ga'o ma manaomia ona faamamā le toto.

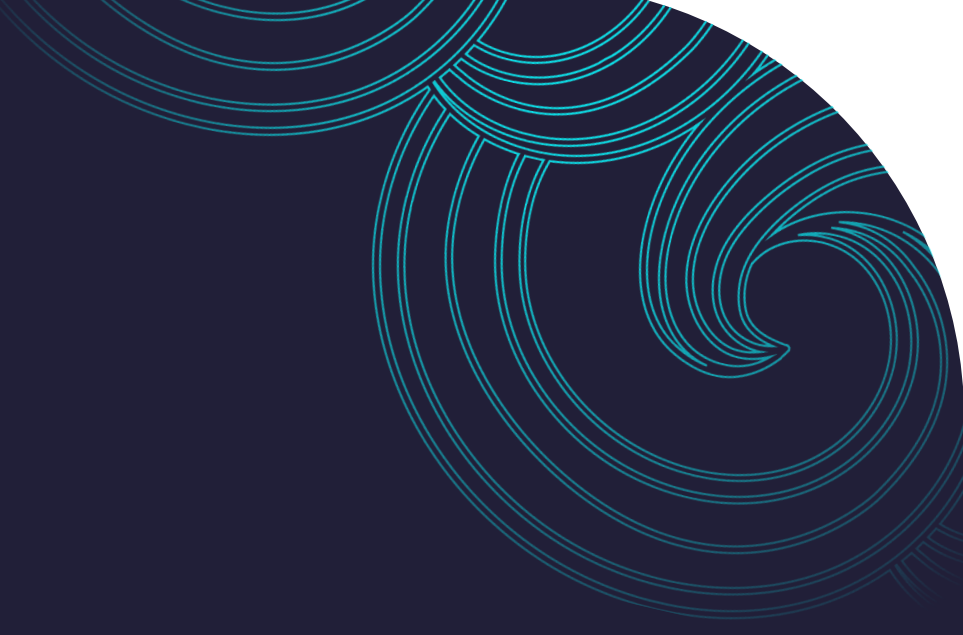
Ma'i suka ma le faama'i tumau o fatu ga'o:

O le CKD o se tulaga ogaoga e oo i ai fatu ga'o pe afai ua faaleagaina ma i'u ai lava ina lē toe mafai ona galue lelei. E lē mafai ona toe fo'ia le leaga o ou fatu ga'o, ae e mafai ona faalēmū le tupu ma vaai lelei.

O le mafua'aga ta'a tele o le CKD i Aotearoa Niu Sila o le ma'i suka. O tagata Māori, tagata Pasifika, Initia ma ē mai atunuu i saute sasae o Asia, e pito sili ona maualuga le tulaga e ono lamatia ai i le CKD.

O le maualuga o le suka i le toto mai le ma'i suka e faaleagaina ai foi āla toto o le faiai, mata, fatu, ma vae, ma faatupulaia ai le maua i a'afiaga o le ma'i oso o le faiai, leaga le vaai, oso le ma'i fatu, ma lē lelei le faagasologa o le toto i tama'i vae.





E faapefea ona puipuia mai a'u mai i le faaleagaina o fatu ga'o pe afai ou te maua i le ma'i suka?

Afai e te maua i le ma'i suka, e tāua le vaaia lelei o le maualuga o le suka i lou toto ina ia fesoasoani i faamamā o le fatu ga'o ma puipuia mai ai i le faama'i o fatu ga'o.

O le a faatulagaina e lau foma'i poo le tausí soifua ni suesuega fai soo o lou toto e siaki ai le lelei o ou fatuga'o ma siaki au feau vai i vaega fa'asili i mea taumafa/ porotini.

O isi vaega e mafai ona e faia e fesoasoani e fa'aitiitia ai a'afiaga o le maua i le faama'i o fatu ga'o e aofia ai le:

✓	Fa'aitiitia o le toto maualuga
✓	Tausami i meaai e tausi ai le soifua mālōlōina
✓	Ma tausisi le mamafa o le tino i le soifua maloloina, pe fa'aitiitia le mamafa o le tino pe a manaomia
✓	Gaioi i aso uma – sili ona tele gaioiga nai loo le nofo i lalo
✓	La lava le inu vai po'o vai fa'apena
✓	Tāofia o lou taumafa tapa'a pe a fai e te ulaula
✓	Inumia o fualaau e pei ona faatonuina mai

Mo nisi fautuaga, faamolemole faafesootai lau foma'i poo le tausi soifua, poo contact Kidney Health NZ i le [kidney.health.nz](https://www.kidney.health.nz)

Mo nisi fautuaga, faamolemole faafesootai
lau foma'i poo le tausī soifua, poo contact
Kidney Health NZ i le kidney.health.nz

Kidney Health
New Zealand [Tākihi Hauora Aotearoa](https://kidney.health.nz)

0800 543 639
kidney.health.nz