

Rongorongon te Mitira

Te Mitira bon te aoraki ae e rang ewewe, are nanona bwa e rang kai butinako i marenaia aomata aika a tuai anganaki te iti n totoko. E kona te mitira ni karekea te kanganga ae e korakora nakon marurungim, n ikotaki ma rotakin te maaaa n te man aoraki (chest infection) ao tibutauan te kaburoro (brain swelling), n te aro ae e kona ni karekea te rin n te onaoraki ke te mate. Te mitira e kona n kamemerea mwakurin tautian rabwatam ni kaitarai aoraki, n te aro are e na rang roota aron marurungim n te tai ae e rang maan.

? N na kanga n ataia ae I a tia n itinaki ao ni mano man te mitira?

Ko na ataki bwa ko mano (immune) man te mitira ngkana:

- ko a tia ni mitira mai mwaina, KE
- ko a tia n itinaki 2 te tai n te iti n totoko ibukin te mitira imwin koron 12 namwakaina am ririki. (katoto, te mitira, katiburoroa (mumps) ao te rubera (rubella) – (MMR) vaccine).

Ngkana ko maeka ke ko bungia ki i New Zealand imwain 1969, ao ko na bae n aki kona n ewekaki ke ko mano ibukina bwa angina aomata a tia ni mitira n te tai anne. Ngkana ko maeka n te aba teuana imwain 1969 ao ko riai n ongora ma te tabo ni kuakua ke te tabo n ibuobuoki ibukia aoraki (healthcare provider).

E rang kakawaki bwa ko na kakaea bwa ko mano man te mitira ao ni kakaea naba mwin am rekooti n te onaoraki, n aron mwin itim n taian iti n totoko ke mwin am tutuo, ni kamatoa raoi atakina iroum. Ibukin riki rongorongona ao nakon info.health.nz/measles-immunity

Te iti n totoko bon te kabanea n tamaroa ni kawai ibukin kamanoam man te mitira. Ngkana ko tuai mano man te mitira, **ke ko aki ataia raoi bwa ko a tia n itinaki ke ko mano**, ko riai ni karekea te iti n totoko (ibukin riki rongorongona ao wareka te mwakoro ae totokoia imwain rikina i aon te bebwa ni kaongora aio).

Ngkana ko mano (immune) man te mitira ao ko mena irarikin te aomata ae iai irouna te mitira, ko aki tangiria n kaakoroko (n tiku ni mwengam) ke ni karaoi tabeua aeka ni kamanomano n totokoa reken te aoraki irouia aomata, bwa ko a kaman mano ao ko aki kona n ewekaki ao ko aki kona ni kabutinakoa te mitira.

Taian kanikina – tera ae ko noria ke ko namakinna

A kona n kaoti taian kanikina n te mitira i marenan 7 ao 21 te bong imwin are ko a tia ni mena irarikin te aomata ae iai irouna te mitira ma n angiin te tai ao a kona ni kaoti kanikina i nanon 10 te bong.



Te nimariri ni
baeuraura i aon te kun



Te kabuebue



Te waimata ae e
maraki ao e ranran



Te bekobeko



Te ngako

Taian kanikina n te mitira aika a kona ni moantaa ni kaoti bon aekakin kanikina n aorakin te tabo n ikekei (respiratory illnesses) n aron te Covid-19 ao te influenza (flu). N te mitira, ao e kona ni kaoti te nimariri ni baeuraura i aon te kun 3 nakon 5 te bong imwin kaotin taian kanikina ake tabeua. E na moan kaoti te nimariri ni baeuraura i aon te ubu ao e a butanako naba nakon aon te rabwata. **Ngkana ko kabuebue ao e kaoti te nimariri ni baeuraura i aon kunim ao ko aki mano man te mitira (ke ko aki ataia raoi), noora te mwakoro i aon karekean buokam ibukin karekean te marurung i aon te bebwa ni kaongora aio.**



Karekean buokam ibukin karekean te marurung

Ngkana ko taku bwa ngkoe ke temanna n am utu ae e ituaki n te mitira, ko riai n tiku ni mwengam ao n tarebonia am taokita n am onaoraki ae ko kakawaria (GP), te taokita, taabo ni kuakua ke taabo n ibuobuoki ibukia aoraki (Hauora ke te healthcare provider), ke tarebonia te Healthline ae e aki kaboaki i aon 0800 611 116, n te tai ae aki akaka 24/7 ibukin buokam n te tai ae e waekoa. **Ibukin te aoraki ae e rang kakaiaiki, tarebonia III.**

E rang kakawaki ae ko tarebon moa imwain kawarakin te tabo ni kuakua ke te tabo n ibuobuoki ibukia aoraki (healthcare provider) n te aro bwa a na kona ni kamanoia aomata imwain ae ko roko ni kawaria. I nanon am tai n kawara te tabo aei, ko riai n kamanoa ubum n te bwai ni kamanomano are e kakai karenakoaki ao ni kona ni kamanoa bwairim ao wiim n taai nako.



E kanga ni butinako te mitira?

E rang kai butinako te mitira i marenaia aomata ake a tuai itinaki ke a tuai mano man te mitira. Te mitira e butinako nakon temanna ma temanna man te ikeike, te taetae, te mwatie ke te bekobeko irouia ake a uakaan. E kona naba n reke iroum te mitira ngkana ko rinnako n te ru ae e a tia ni kitanna te aomata ae e mitira. E kona temanna te aomata ni kabutinakoa te mitira nakoia aomata aika 18 mwaitia.

Te aomata ae e mitira e kona ni kabutia nakoia tabemwaang imwain ae e ataia ae e mitira. E kona n riki aio man 4 te bong imwain kaotin te nimariri ni baeuraura i aon te kun ni karokoa 4 te bong imwina.



Antai ae e kona n reke irouna te aoraki ae e kakaiaki ngkana a mitira?

Te katautau bwa 1 man 3 aomata ake a reke irouia te mitira ae a na kona n rin n te onaoraki. E ngae ngkana e kona n riki aio nakoia aomata nako, tabemwaang a kona n nang kakaiaki riki aorakia ngkana a mitira. Aio n ikotaki ma:

- ataei i aan 5 te ririki, ai moarara riki ataei ake i aan 12 te namwakaina aia ririki
- aomata ake a rang uarereke tautian rabwataia ni kaitarai aoraki, n ikotaki ma aine aika a bikoukou ao ni karokoa 6 te wiiki imwin te bung (ngkana e reke iroum te mitira i nanon bikoukoum, ko kona n rang n aoraki ao e kona naba n rotaki natim i nanon birotom).

A kantaningaki bwa a na mwaiti riki kaain Maori ao kain te Betebeke aika a na rin n te onaoraki ngkana a mitira ni kabotauaki ma reeti ake tabeua.



Tera ae e na riki ngkana e reke irou te mitira?

Ngkana e reke iroum te mitira ao ko riai n kaakoroko (e nanonaki bwa ko na tiku ni mwengam) ni karokoa 4 te bong imwin moan kaotin te nimariri ni baeuraura i aon kunim. Te aro aio are e na katoka butinakon te mitira ma iroum nakoia tabemwaang. Kai angiiia aomata a kona n anaa 1 nakon 2 te wiiki kamarurungaia man te mitira, ko bon kona naba n teimatoa n namakina te aki marurung raoi n okirakin baika ko tataneiai ni kakaraoi n aron okiran am mwakuri ke am reirei imwin tokin am tai ni kaakoroko. E rang kakawaki bwa ko na anganiko am tai ni kamarurungko raoi.

Ko na tareboniaki irouia kain te tabo ni mwakuri ae a tabe ma kamanoaia te botanaomata man taian aoraki aika a ewewe (public health service) are a na anganiko taian rongorongon ao taian ibuobuoki. Aio n ikotaki ma:

- tuoan taian kanikina aika a kaoti iroum ma tuoan marurungim
- titirakinam ibukin te tabo ae ko a tia n nako iai ao antai ae ko a tia ni kabanea am tai ma ngaiia i nanon te tai are ko kona ni kabutinakoa iai te mitira
- atakina iroum bwa tera te bwai ae ko na riai ni karaoia ngkana taian kanikina ake a kaoti iroum a tabe n rikirake ni korakora.



Tera ae e na riki ngkana i a tia ni mena irarikin te aomata ae e mitira?

Ko kona n kinaki bwa te 'close' ke te 'casual contact' ngkoe ngkana ko a tia ni mena irarikin te aomata ae e mitira. E kantaningaki te close contact bwa e na kona n reke te mitira irouna. Taian mwakuri ae ko na riai ni karaoi e bon nakon manom man te mitira n aron ae ko tuai itinaki man mano, e itera mwaitin itim n te iti n totoko ke ko a bon rang mano man te mitira.

Ko na tareboniaki irouia kain te tabo ni mwakuri ae a tabe ma kamanoaia te botanaomata man taian aoraki aika a ewewe bwa a na anganiko taian ibuobuoki ao rongorongon riki tabeua ibukin bwaai ae ko na riai ni karaoi. A na tuoam rekooti ao ni kona n tuangko bwa ko na karaoa am tutuo n te rara bwa a aonga n ataia raoi ae ko mano man te mitira.

Ngkana ko tuai iti n te iti n totoko ke ko tuai mano man te mitira, ko rang kai ewekaki ao ko kai kabutinakoa te mitira. Ko na riai ni kaakoroko (tiku ni mwengam) n totokoa butinakon te mitira nakoia tabemwaang.

Ngkana ko a tia n itinaki i te tai n te iti n totoko ibukin te mitira ao ko na ataia bwa te itera ni iti ae e reke iroum, nanona bwa ko na kona n aki mano man te mitira ao ko rang kai ewekaki ao ko kai kabutinakoa te mitira. Ko na riai n:

- kararoako man taabo ake e kai butinako iai te mitira, n aron taabo ni kuakua ke taabo n ibuobuoki ibukia aoraki (healthcare providers), taabo n reirei ao taabo n reirei irouia ataei ake a rang uarereke (early learning centre services)
- kararoako ma irouia aomata ake a rang kakai rotaki marurungia n te mitira (warekea te mwakoro ma ieta ibukin antai ae e kona n reke irouna te aoraki ae e kakaiaki ngkana a mitira)
- tutuoi taian kanikina ibukin te mitira ao ngkana a kaoti iroum kanikina aikai, e nanonaki ngkanne bwa ko a mitira, ao e rang kakawaki bwa ko na (kaakoroko) tiku ni mwengam ao ko na karekea buokam ibukin karekean te marurung.

Ngkana ko mano (immune) man te mitira, ao e na rang kanganga rekena iroum ao kabutinakoana ngaia are ko kona n teimatoa n okiri baika ko tataneiai ni kakaraoi n aron okiran am mwakuri ao am reirei, ngkana ko namakina te marurung raoi. Ma ngkana arona bwa a kuba naba ni kaoti iroum taian kanikina n te mitira, kaakoroko (tiku ni mwengam) ao nakon te mwakoro ma ieta i aon karekean buokam ibukin karekean te marurung.



Totokoia imwain rikina

Te iti n totoko bon te kabanea n tamaroa ni kawai ibukin kamanoaia aomata man te mitira, 99% mwaitia aomata ae a tia n reke irouia 2 te iti n totoko ibukin te mitira (katoto: te mitira, katiburoroa (mumps) ao te rubera (rubella) (MMR vaccine), imwin koron aia ririki ae 12 te namwakaina, a na bon mano man te mitira ao n aki kona ni kabutinakoa nakoia tabemwaang.

- A anganaki te moan iti n totoko ae te MMR ataei aika a rang uarereke ngkana e koro 12 aia namwakaina imwin bungiakia ao te kauoua n iti n totoko ngkana ai 15 aia namwakaina. Itinakin natim i aon taina bon te kabanea n tamaroa ni kawai ibukin kamanoaia man te mitira.
- Te iti n totoko ae e aranaki bwa te MMR vaccine e aki kaboaki ibukia aomata i aan te ririki ae 18 ao ibukia aomata ake 18 aia ririki ao i aona riki ake a bwaka i aan te tua are a kariaiakaki bwa e kona n reke te buoka nakoia man te New Zealand healthcare (taabo ni kuakua ke taabo ni ibuobuoki ibukia aoraki i aon New Zealand). Ibukin rongorongona bwa e kona n reke te buoka aio iroum ao nakon [Get publicly funded health services | New Zealand Government](#).
- Ngkana iai nako aorakim ae e karika mamaran tautian rabwatam ni kaitarai aoraki, reitaki ma te tabo ni kuakua ke te tabo n ibuobuoki ibukia aoraki (healthcare provider) n ongora ngkana e na kona n reke iroum te iti n totoko ae te MMR vaccine.
- Ko aki kona n anganaki te iti n totoko ae te MMR vaccine ngkana ko bikoukou ma ko kona n anganaki te MMR vaccine imwin bungim ao akea te kanganga ngkana ko anganaki ao ko kammamma naba. E rang kakawaki ae a bon bane itim ibukin te mitira ngkana ko iangoa ae ko na bikoukou.
- Ngkana ko aki ataia ae ko a tia n iti 2 te tai n te iti n totoko ibukin te mitira, ko nang kaungaki bwa ko na karekea riki te iti n totoko ae te MMR vaccine (akea te kanganga ngkana e raka itim ae ko anganaki).

Ibukin riki rongorongon te iti ae te MMR vaccine, nakon info.health.nz/MeaslesVaccine

Ibukin karekean te iti n totoko aio, ao reitaki ma am taokita n am onaoraki are ko kakawaria (GP), te taokita, taabo ni kuakua ke taabo n ibuobuoki ibukia aoraki (Hauora ke healthcare provider), ke tarebonia te tabo ni ibuobuoki ibukin te iti n totoko ae e aki kaboaki (Vaccination Helpline Free) i aon 0800 28 29 26 (i marenan 8.30 n te ingabong nakon 5.00 n te bwakantaai, n te Moanibong nakon te Kanimabong) – te tabo ni ibuobuoki aio iai aia taan raitaeka ae a tatauraoi n taai nako ao ko kona n rinea te tia buokiko ae kain Maori ke kain te Betebeke, te tia ibuobuoki ibukia mwauku, ke kabongana te NZ Relay.

Ko kona naba n kabaea aram ibukin itim n te info.health.nz/bookavaccine. A rang mwaiti taabo n anga bwainaoraki (pharmacies) aika a anga naba te iti n totoko ae te MMR ao tabeua a kona naba n itinia ataei. Taabo ni ibuobuoki aikai a kona n reke n te healthpoint.co.nz/immunisation



Ibukin riki am rongorongo:

- Nako kawara te visit the Health New Zealand | Te Whatu Ora website info.health.nz/measles
- Free NZ Relay Services are e tatauraoi n taai nako n te nzrelay.co.nz, ngkana ko bonotaninga, iai am kanganga n te kakauongo, ko bonotaninga ao ko mataki ke iai am kanganga n taetae man maroro.
- Tarebonia te Healthline ae e aki kaboaki i aon 0800 611 116, n te tai ae e aki akaka 24/7 ibukin taian ibuobuoki ibukin karekean te marurung ao rongorongo ake a na kaotaki bwa tera ae ko na riai ni karaoia imwina. Ko kona n rineia bwa ko na taetae ma te taokita ae kain Maori ngkana ko tarebon imarenan 8 n te ingabong ao 8 n te tairiki. Taabo ake a reke iai taan raitaeka ao te ibuobuoki man te NZ Relay e rang tatauraoi naba.
- Ibukia aomata ake a maeka ke a kawara te tabo ae e tionako, kam kona n tarebonia te taokita imwin aon te mwakuri n te Ka Ora Telecare 0800 2 KA ORA (0800 252 672) ke www.kaora.co.nz
- Te tarebon ae e onoti ti ibukia mwauku ibukin boutokakia, e rang tatauraoi man te Moanibong nakon te Kanimabong, imarenan 8 n te ingabong nakon 5 n te bwakantaai. Akea boon tareboniakia (Free call) i aon 0800 11 12 13 ke text 8988 ibukin buokam ao rongorongo riki tabeua ke nakon healthpoint.co.nz/disability-helpline