

Rogrog ne mou se Mesial ta

Mesial ta 'af'af foras vavhinet, 'on fūaga, ia la pō la foras mij pau 'e le'et se le'et nōnō ka iris kat pār 'e ra 'e 'af'af ta. Mesial ta la pō la a'hele' ta 'af'af mah hoi'āk se 'os foro, fak se 'af'af ne fatfata, ma huhuā ne 'ou laloag 'uāt pāpāru, ne la pō la hele' la 'āe la kop la sur'āk se hāspet ta, ne hele' la 'āe la al. Mesial ta la pō se' ma la a'parpar 'ou ne'ne' fakforo (immune system), ma pō la rē la 'āe la noh 'af'af 'e laloag ne ta av rōat.



How do I know if I am immune to measles?

'Āe hat la pār 'e mesial ta nōnō ka 'āe:

- pō mumuā vāhia 'e mesial ta, NE
- 'āe pō vāhia 'e kōa' he 2 'e vāi ne mesial ta, 'e avat ne 'āe huā 12 se rere 'ou mafua (fak se vāi ne mou se mesial ta, hurāp ta ma rubella ne 'ea MMR vaccine).

Nōnō ka 'āe a'sū ne 'āe noh 'e Niu Sirāgi muāmuā la fāu 1969, 'āe kop ma la pār 'e mesial ta pō'e 'el se' ma la famōr 'atakoa pō 'e mesial ta muāmuā la av ta'ag. Nōnō ka 'āe noh 'e ta hanuā hoi'ākit muāmuā la fāu 1969, 'āe kop la hāifāegag ma 'ou tāk ta ne utut ne 'āe a'mou la' la kel'āki e.

lā tē pumuet la 'āe la sākior ne 'āe pār 'e mesial ta, ma la sākior se 'ou rogrog ma puk ne mou se 'ou māūr fakforo, fak se puk ne mou se 'ou kō ne vāi ne 'af'afa (immunisation records) ne rogrog ne mou se 'ou kel'ākit se tākū (test results), la a'fūmou'ākia ne 'āe pār 'e 'af'af ta. La pō rogrog hoi'āk ne mou se 'ou la sākior ne 'āe pār 'e 'af'af ta, sākior se ut te'is info.health.nz/measles-immunity

Kōag ne vāi ne mesial ta tāe sal pumuet ne la pārea 'āe 'e mesial ta. Nōnō ka 'āe kat pār ra 'e mesial ta, **ne 'āe kat 'inea ra ne 'āe pār 'e 'af'af ta**, 'āe tāk la kō 'e vāi ne 'af'af ta (la pō rogrog hoi'āk 'e rēko tēkāe te'is, hat se vāegat ne mou se Pārega 'e puk te'is).

Nōnō ka 'āe pār 'e 'af'af ta ka 'āe la hāipōag ne hāi'eleag se ta le'et ne pō 'e mesial ta, 'āe kal a'noa karatin ra (fu' 'e 'ou hanue ta) ne ao sal hoi'āk la pārea famōr hoi'āk 'e 'af'af ta, pō'e 'āe pār vāhia ma kal pō ra la pō ne foras'āk mesial ta.



Faki'oag ne 'af'af ta – Tē ne 'āe la rāe ma pō

Faki'oag ne 'af'af ne mesial ta la pō la kamat 'e laloag ne terān 7 se 21 'e vāhiāg ne 'ou la hāipōag ne hāi'eleag se ta le'et ne pō 'e mesial ta, ka la a'mou kamat ne no'om 'e laloag ne terān 10.



Tē miā'miā' ma mafol
ne no' 'e 'ou 'uli



Foro la tākū sun



Mafa la tātān, ma
miā'miā' ma rū



Koho



Isu la is kār

Faki'oag ne 'af'af mumuā ne mou se mesial ta la fakma se 'af'af ne huāg 'e 'on rerege, fak se COVID-19 ma masā' ta (flu). Se mesial ta, tē miā'miā' ma mafol tāe la no'om 'e 'ou 'uli 'e laloag ne terānit 'e 'on 3 se 5, 'e vāhiāg ne faki'oag ne 'af'af ne tore la no'om. Tē miā'miā' te'is tāe la kamat no'om 'e 'ou mafa ma kotā la foras se ut tūtū ne 'ou foro. **Nōnō ka 'āe tākū sun ka pō 'e tē miā'miā' 'e 'ou 'uli, ka 'āe kat pār ra 'e mesial ta (ne 'āe kat 'inea ra ne 'āe pār ne 'igkā'), tākūpīr se rogrog ne fā' sio 'e vāegat ne mou se Ao ne hāiasoaga se māūr fakforo.**



Ao ne hāiasoaga se māūr fakforo

Nōnō ka 'āe ā'āk ne 'āe ne ta le'et 'e 'ou kahunohoag ta pō 'e mesiāl ta, 'āe noj la fu' 'e 'ou hanue ta ma he' mij se 'ou tak ta (GP), Hauora ne utut ne 'āe a'mou la' la kel'aki, ne he' se Healthline, ka kat a'noa tōg ra, 'e nampā ne telefon te'is 0800 611 116, 'e avat ma, 24/7 la pō puer'āk ma hāiasoag ne mou se māūr fakforo. **Nōnō ka ta pefā'it la sok, he' se 111..**

lā tē pumuet la 'āe la he' mumuā ma kotā 'āe ās se utut ne 'āe la la' la kel'aki, la pō la iris la pārea famör ne tore 'e 'af'af ta. 'E avat ne 'āe la āsi e se ut ta'ag, kape'āk ta mask het, ne la fāu 'atakoa 'ou isu ma nuju, 'e av 'atakoat ne 'āe la 'e tae.



Ka mesiāl ta forās tapen?

Mesiāl ta forās a'vavhiān pāu 'e famör ne kat pār ra 'e 'af'af ta. Mesiāl ta forāsim 'e le'et ne pō 'e 'af'af ta, 'e avat ne iā la huāg vā, fāeag, he' jia ne koh 'e av ne iā la hāi'eleag se famör ne tore. 'Āe la pō tape' ma la pō 'e mesiāl ta nōnō ka 'āe la sur se ta rumut ne ta le' 'af'afat sur sin ma rou vāhia. Le' 'eseat (1) la pō se' ma la forās'āk mesiāl ta se famör 18 hoi'āk.

Le'et ne pō 'e mesiāl ta la pō se' ma la forās'āk 'af'af ta se famör hoi'āk, ka iā kat seminte 'inea ra ne iā pō 'e 'af'af ta. Tē te'is la pō la sok 'e laloag ne terān 4 ne tē miā'miā' ma mafol ta kat seminte no'om ra 'e 'on 'uli, hele' se terānit 'e 'on 4 'e vāhiāg ne tē miā'miā' ma mafol ta la no'o e.



Ka sei tae la pō la 'af'af mah pāu hūn se mesiāl ta?

'Itake le'et (1) 'e te' ne le' 3 ne pō 'e mesiāl ta la 'af'af mah pāu ma kop la sur'āk se hāspet ta. Aier, tē te'is la pō la sok se ta le'et ma, ka famör 'e 'on rerege la pō se tēa' het 'on mamār ne 'oris la 'af'af maha, nōnō ka iris la pō 'e mesiāl ta. Hat tape' ma:

- lā'riri' ne kat seminte fāu 5 ra, a'ti' se' le' sus ne kat seminte huā 12 ra
- le'et ma ne 'on ne'ne' fakforo parpar se', hat tape' ma 'e av ne hāina la 'ef mafua hele' se gasav 6 'e vāhiāg ne iris la a'sū e (nōnō ka 'āe la pō 'e mesiāl ta 'e avat ne 'āe la 'ef mafua e, 'āe la pō se' ma la 'af'af mah pāu, ka 'af'af ta la pō tape' ma la tae se 'ou le' ta 'e 'ou 'efe).

Famör Māori ma Pasefika pō se tēa' het 'on mamār ne 'oris la 'af'af maha ma kop la sur'āk se hāspet ta hūn se mesiāl ta, nōnō ka la a'tatau'āk se kaginag famör ne tore.



Ka tes ta la sok nōnō ka gou pō 'e mesiāl ta?

Nōnō ka 'āe pō 'e mesiāl ta, 'āe kop la noh pū'atā ('on fūāga la fu' 'e 'ou hanue ta) la hele' se 'on 4 ne terānit 'e vāhiāg ne tē miā'miā' ta la no'om. Tē te'is tae la toak'ākia 'āe 'e forās'āk ne mesiāl ta se famör tū. Famör ma'oi la ne'ne' hoi'āk 'e mesiāl ta 'e laloag ne gasav 'eseat (1) se gasav 2, ma 'āe kop ma kal ne'ne' ra la hō' hoi'āk la a'sokoa tē ne a'mou a'a'sok fak se garue ne rako 'e vāhiāg ne 'ou noh pū'atā ta. lā tē pumuet la 'āe la nā ta avat la 'aklālāi la pō la ne'ne' lelei.

Maj ne mou se māūr fakforo 'e 'ou pure'ag ta tae la he'oaf ne fā' pukuof la nā puer'āk lelei ne hāiasoag se 'āea. Hat tape' ma:

- sākior ne faki'oag ne 'ou 'af'af ta ne 'ou māūr fakforo
- sājō'kia se 'āea ne 'āe la' se tei 'atama ma famör ne 'āe hāipōag ma 'e avat ne 'āe pō la forās'ākia mesiāl ta
- 'io la 'āe la 'inea ne tes tae la rē nōnō ka faki'oag ne 'ou 'af'af ta la pō se tea' het 'on raksa'a.



Ka tes tæe la soko nōnō ka gou la hāipōag ma ta le'et ne pō 'e mesial ta?

Nōnō ka 'æe hāipōag ma ta le'et ne pō 'e mesial ta, 'æe kop ma la hat la 'close contact' ne 'casual contact'. Le'et ne hat la 'close contact' la mamā se 'on la pōag ne mesial ta. Tē ne 'æe kop la 'asoko la tū'āk se' nōnō ka 'æe kat pār ra 'e mesial ta (not immune), ne 'æe kat 'atakoa'āk ra 'ou kō ne vāi ne mesial ta (partially vaccinated), ne 'æe pār 'e mesial ta (immune).

Maj ne mou se mǎūr fakforo 'e 'ou pure'ag ta tæe la he'oaf ne fǎ' pukuof la nǎ hāiasoag ma puer'āk lelei 'e rēko tē ne 'æe kop la rē. Iris tæe la sākior se 'ou rogrog ne mou se 'ou mǎūr fakforo, ma kop ma la far'āk se 'æe la la' la teak tot la sākiora ne 'æe pār 'e mesial ta ne 'igkǎ'.

Nōnō ka 'æe kat pār ra 'e mesial ta, 'æe la pō se' ma la pō ma forās'āk mesial ta. 'Æe kop la karatin (fu' 'e 'ou hanue ta) la pō la se forās'ākia mesial ta se famōr tū.

Nōnō ka 'æe kō se' ke 'e kōa' 'eseat (1) 'e vāi ne mesial ta, 'ou pāregat 'e mesial ta kat 'atakoa'āk ra ma 'æe hat ke la kō vāeag ruā se' ke (partially vaccinated), 'on fūāga 'æe kop ma kat pār ra 'e mesial ta ma la pō se' ma la pō ne forās'āk 'af'af ta. 'Æe kop la:

- a'sousou ma se la' se ut ne mesial ta la pō la forās a'vavhiān, fak se ofes ne tǎku ma ut ne famori la' la kel'āk hūn se 'af'afa ma mǎūr fakforo, ut rakoga ma ut rakoag 'on lǎ'riri' pāu
- a'sousou ma se hāi'eleag se famōr ne kop ma la 'af'af mah pāu hūn se mesial ta (hat se rogrog ne mou se iris ne pō la 'af'af mah pāu hūn se mesial ta 'e vāegat ne tæe 'e rere)
- noh matǎ' se faki'oag ne 'af'af ne mesial ta, ma nōnō ka 'æe la pō 'e faki'oag ne 'af'af ta, 'æe kop ma pō'ia 'e mesial ta ma iā tē pumuet la 'æe la (noh pū'atā) fu' 'e 'ou hanue ta ma far'āk hāiasoag ma puer'āk lelei ne mou se 'ou mǎūr fakforo.

Nōnō ka 'æe pār 'e mesial ta, la noanoa pāu la 'æe la pō ne forās'āk mesial ta, 'on fūāga 'æe la pō se ma la a'sok tē ne 'æe a'mou a'soko fak se garue ma rako, nōnō ka 'æe a'fai se' ka 'æe ne'ne'. Nōnō ka 'æe la pō 'e faki'oag ne mesial ta, noh pū'atā (fu' 'e 'ou hanue ta) ma tǎupir se fas'āk tē ne mou se Ao ne hāiasoaga se mǎūr fakforo ne fǎ' sio 'e vāegat 'e rere.



Pārega

Kō ne vāi ne 'af'afa (Immunisation) tæe sal pumuet se famori la pārea iris 'e mesial ta. 99% ne famōr ne kō 'e kōa' 2 ne mou se vāi ne 'af'af ne mesial ta (fak se vāi ne mou se mesial ta, hurāp ta ma rubella (MMR vaccine)) 'e avat ne iris huāi 12 se rere, la pār 'e pōag ne ma forās'āk ne mesial ta se famōr tū.

- Lǎ'riri' susu a'mou pō 'e 'oris kōa' mumuā ne mou se vāi ne MMR 'e avat ne iris huāi 12 ma kōa'at 'e 'on rue 'e avat ne iris huāi 15. 'Ou la a'sok la 'ou le' sus heta la pō'ia 'on kōa' ne mou se vāi ne 'af'af ta tæe sal pumuet ne la pārea iā 'e 'af'af ta.
- Vāi ne mou se MMR kat a'noa tōg ra se lǎ'riri' ne fāu 18 se lopo ma se famōr ne fāu 18 se rere ne vā'ōn'āk la pō 'e hāiasoag fakforo 'e Niu Sirāgi ka kat a'noa tōg ra (free New Zealand healthcare). La pō rogrog ne mou se iris ne vā'ōn'āk la pō 'e hāiasoag fakforo 'e pure'ag ne Niu Sirāgi, sākior se utu te'is [Get publicly funded health services | New Zealand Government](#).
- Nōnō ka 'æe ma 'ou 'af'afat 'e 'æe ne a'parpar 'ou ne'ne' fakforo (immune system), hāifāegag ma 'ou tǎk ta ne utut ne 'æe a'mou la' la kel'āki la 'io ne 'æe kō vāhia 'e vāi ne MMR ta
- 'E avat ne 'æe 'ef mafua e, 'æe kal pō ra la kō 'e vāi ne MMR, ka 'æe la pō la kō 'e vāi ne MMR ta 'e avat ne 'æe la a'sū ma vāhi, ka iā la lelei se' ma la teak 'e avat ne 'æe susua 'ou le' sus heta. Iā tē pumuet la 'æe la kō 'atakoa 'e kōa' ne mou se vāi ne mesial ta nōnō ka 'æe 'amnāk'āk la 'ef mafuā.

- Nōnō ka 'āe kat 'inea ra ne 'āe kō vāh 'e kōa' he 2 ne mou se vāi ne mesiā ta, lelei la 'āe la kō hoi'āk 'e vāi ne MMR (iā tē leleit ka kat mamār ra la kō hoi'āk 'e vāi te'is)

La pō rogrog hoi'āk ne mou se vāi ne MMR, sākior se ut te'is info.health.nz/MeaslesVaccine

La kō 'e vāi ne 'af'af ta, hāifāegag ma 'ou tāk ta (GP), Hauora ne utut ne 'āe a'mou la' la kel'aki, ne he' se maj te'is Vaccination Helpline, ka kat a'noa tōg 'e ra, 'e nampā te'is 0800 28 29 26 (8.30am to 5.00pm Mānre se Rān Lime) – maj te'is ma 'on famör hōl'āk fāeag ne la pō la hāiasoag, ma 'āe la pō la hāifāegag ma ta le'et ne 'inea la fāeag 'e fāeag Māori ne ta fāeag Pasefiket, ne ta le'et 'e maj ne mou se famör pipiki, ne a'es'ao'ākia sal te'is NZ Relay.

'Āe la pō tape' ma la fāi ta avat la kō 'e vāi ne 'af'af ta 'e ut te'is info.health.nz/bookavaccine.

Koroa tōg'āk vāi ne 'af'af ma'oi pō tape' ma la kō vāi ne MMR ka koroa 'e 'on rerege la pō tape' ma la kō'āk vāi ta se lā'riri'i. Ut garueag 'i la pō la rāe 'e ut te'is healthpoint.co.nz/immunisation



La pō rogrog hoi'āk:

- Sākior se website ne mou se Health New Zealand | Te Whatu Ora info.health.nz/measles
- Maj ne NZ Relay Services, ne kat a'noa tōg 'e ra, la pō 'e ut te'is nzrelay.co.nz nōnō ka 'āe faliāg fül, ne noanoa se 'āea la a'fai tē, ne 'āe faliāg fül ma maf pōg, ne noanoa se 'āe la fāeag ne hāifāegag.
- He' se Healthline 'e nampā te'is **0800 611 116**, 'e avat ma, 24/7 ka kat a'noa tōg 'e ra, la pō puer'āk lelei ma rogrog ne mou se tē ne 'āe kop la rē. 'Āe la pō la hāifāegag ma ta le' garue Māori nōnō ka 'āe la he'om 'e laloag ne av te'is 8am se 8pm. Famör hōl'āk fāega ma hāiasoag ne mou se NZ Relay la pō tape' ma.
- Se famör ne noh pāu ne la' ās se ut ne sousou 'e taono, 'āe la pō se' ma la he' se tākū 'e vāhiāg ne aoa' ne garue 'e **Ka Ora Telecare 'e nampā te'is 0800 2 KA ORA (0800 252 672)** ne 'e ut te'is www.kaora.co.nz
- Ma 'on nampā ne telefonot ōs la hāiasoag se famör pipiki ka sāe 'e Mānre se Rān Lime, 'e laloag ne av te'is 8.00am se 5.00pm. He' se nampā te'is 0800 11 12 13, ka kat a'noa tōg 'e ra, ne fā'im ta fāeag luket (text) ma nāam se 8988 la pō hāiasoag ma rogrog 'es'ao, ne sākior se ut te'is healthpoint.co.nz/disability-helpline