

Te tautuhia o ētahi tohu i te whakamātautau whēkau

Ka aha whai muri ake?

timetobowelscreen.nz

Health New Zealand
Te Whatu Ora

**Te Kāwanatanga
o Aotearoa**
New Zealand Government



National
Bowel
Screening
Programme

Te tautuhia o ētahi tohu i te whakamātautau whēkau- ka aha ināianei

He tohu i tautuhia i te whakamātautau whēkau e tohu nei he toto i kimihia i roto i ō roke. E āwangawanga ana koe, e māharahara ana rānei ka tika. E mārama ana ka pēnei, engari me mātua mōhio ehara pea i te mea nā te tautuhia o ētahi tohu kua pāngia rawatia koe e te mate pukupuku ki ngā whēkau. I te nuinga o te wā nā ngā pā pūtau moroiti i ngā whēkau i puta ai te toto iti nei i ō roke, nā ētahi atu mate moroiti rānei pērā i te tero puta. He māmā noa iho kia rongoaia.

Ka aha whai muri ake?

Me mātai anō koe kia mōhio ai he aha te pūtake o te toto. I te nuinga o te wā he whakamātau kiri kōpiro te momo o te whakamātautau kia mātaitia ai tō whēkau.

Mā tētahi nō tō rohe mō te kaupapa whakamātautau whēkau koe e tono kia whakarite i te rā mō tō whakamātau kiri kōpiro. Ka āhei koe ki te tuku i ngā pātai mō te whakamātau kiri kōpiro.

Ka āhei hoki koe ki te kōrero ki tō tākuta.

He aha te whakamātau kiri kōpiro?

I roto i te whakamātau kiri kōpiro, ka mātaitia tō kōpiro nui e tētahi mātanga, he tākuta, he nēhi rānei, mā te whakamahinga o tētahi kāmera moroiti nei. Kei te pito o tētahi ngongo tāwariwari te kāmera e noho ana e kuhuna ai tō whēkau mā tō tou. Mā te kāmera ngā wāhanga o tō whēkau e mātai kia kite rānei mēnā he mate.

Mā te whakamātau kiri kōpiro e mōhio ai mēnā he pā pūtau, he mate pukupuku rānei kei te whēkau. Ehara te pā pūtau i te mate pukupuku engari ka taea te tupu hei mate pukupuku a tōna wā. Mēnā ka kimihia, i te nuinga o te wā ka unuhia ngā pā pūtau kia aukati i te tupu o te mate pukupuku. Ka tukua ngā pā pūtau kua unuhia ki te taiwhanga rangahau kia kite atu mēnā he pūtau mate pukupuku i roto.

Ko tōna 7 o te 10 tāngata ka mahi i ngā whakamātau kiri kōpiro hei hāpai i te kaupapa Whakamātautau Whēkau o Te Motu ka pāngia e ngā pā pūtau. Ko tōna 7 o te 100 tāngata ka mahi i ngā whakamātau kiri kōpiro hei hāpai i te kaupapa ka pāngia e te mate pukupuku. He kotahi hautoru o ngā mate pukupuku kua kimihia he kitenga tōmua.

Ka mamae rānei?

Ki ētahi tāngata he āhua manawarau te whakamātau kiri kōpiro. I mua i te whakamātau kiri kōpiro, ka rongoātia koe e matemoe ai koe, kia hāneanea ai hoki te tukanganga o te whakamātau kiri kōpiro. Kei roto hoki i te rūma he tākuta, he nēhi e manaakitia ai koe.

Me pēhea au e rite ai mō te whakamātau kiri kōpiro?

I mua i tō whakamātau kiri kōpiro me wātea tō whēkau e kitea ai ngā wāhanga o roto ōna. Ka tonoa koe pea kia aukatihia te kai hei ngā rā i mua tonu i tō whakamātau kiri kōpiro.

Me inu koe i tētahi inu rongoā hei whakapoapoa i te mahi tiko kia wātea ai tō whēkau. Ka tuku i ngā tohutohu kia riro tō pānui whakaritenga.

Pēhea te roa me noho au ki te hōhipera?

I te nuinga o te wā kāore e roa ake i te kotahi hāora mō te whakamātau kiri kōpiro, engari me noho tonu koe ki te hōhipera mō ngā hāora iti nei ka whai ake.

Ka kōrero atu tētahi nēhi, tētahi tākuta rānei ki a koe i mua tonu i tō whakamātau kiri kōpiro, ka whakautua hoki ētahi pātai āu. Ka tonoa koe kia waitohu i tētahi puka whakaae. E āhei ana tō whānau me te hunga tautoko ki te noho ki tō taha i mua tonu i tō whakamātau kiri kōpiro.

He mea whakahirahira kia wātea koe mō te toenga o te rā whai muri ake i tō whakamātau kiri kōpiro. Kāore i te haumaruru ki te taraiwa, ki te mahi rānei mēnā ka kai koe i te rongoā e whakamatemoe ai i te tangata.

He tūraru i te mahinga o te whakamātau kiri kōpiro?

I te nuinga o te wā he haumarua noa iho te whakamātau kiri kōpiro. Heoi anō, pērā i te nuinga o ngā tukanga rongoā, i ētahi wā ka ara ake he raru. He iti noa iho nei te tūraru i te whakamātau kiri kōpiro, i te unuhanga rānei o te pā pūtau e puta ai te toto, e raru ai pea tō whēkau. Ki te pēnā me whai pea he rongoā anō.

Me utu rānei mō te whakamātau kiri kōpiro, mō ētahi atu whakamātau, mō ētahi atu rongoā?

He utukore te whakamātau kiri kōpiro, me ētahi atu whakamātau, ngā rongoā rāneika ka whai ake kua whakaritea i raro i te maru o te ratonga hauora tūmatanui.

Ka aha mēnā ka tamō au i taku wā whakarite?

Tēnā, kia wawe te waea tōtika mai mēnā kāore e taea e koe tō whakaritenga whakamātau kiri kōpiro te tae atu.

Waea mai ki te nama kei tō pānui whakarite. Mā mātou he wā anō māu e whakatau.

Ka aha mēnā kua pāngia au e te mate

Mēnā kua pāngia koe e te mate pukupuku ki ngā whēkau ka tukua koe ki tētahi mātanga. Ko te poka te rongoā matua mō te mate pukupuku ki ngā whēkau. Me whiwhi hoki pea e koe te hahau te haumanu iraruke rānei.

Pēhea te momohotanga e rongoātia ai te mate pukupuku ki ngā whēkau?

Ka nui ake te momohotanga e rongoātia ai te hunga kua whakatauria tōmuatia ki te mate pukupuku ki ngā whēkau. Mēnā ka tōmuri te tautuhi o te mate pukupuku ki ngā whēkau ka uaua ake te rongoātia ōna.

Mō ētahi kōrero anō

- Haere ki te whārangi
timetobowelscreen.nz
- Waea mai ki te nama utukore
0800 924 432, Mane ki te Paraire
8am-6pm
- Īmēra **info@bowelscreening.health.nz**

Mō ētahi atu kōrero mō ngā pūtea tūmatanui i ngā ratonga hauora, haere ki te whārangi ipurangi o Te Whatu Ora, waea mai rānei ki tenama **0800 924 432**.

Ko ngā reo kē atu me ngā hōputu

E wātea ana hoki tēnei puka i roto i ngā hōputu rerekē me ēnei reo e whai ake nei:

Te Reo Māori, Kuki Airani, Hāmoa, Whīti, Rotuma, Kiripāti, Tonga, Tuvalu, Niue, Tokerau, Haina, Kōria, Hindi, Punjab, Tagalog, Ārapi me Pēma.

Matawaitia te waehe QR, me haere rānei ki **timetobowelscreen.nz**

