

MANAMANATA E TE TAITAIA O TE MANAKO, I MURI AKE I TE MAKI AKAMATE O TE KOPAPA



Kite anga i te au akairo, e te ravenga e rauka mai ei te tauturu.

- Ko te maki akamate o te kopapa, ka akatupu te reira i tetai au tauia i roto i te oraanga o te aronga tei na roto ana i teia maki, e pera to ratou kopu tangata me kare ngutuare tangata.
- Ka riro te maki akamate o te kopapa, i te akaparuparu i te turanga matutu, o toou manako.
- Ka kite koe i te tu maromaroa teima, manamanata, e te riri i runga iakoe.
- Me roa te vai anga teia tu, e akairo te reira e kua tuia koe e te maki akateima e te taitaia o te manako.
- Mei te apa o te au tangata tei tuia ana i teia maki, i roto i te mataiti mua, kua tupu te taitaia e te manamanata o te manako.
- E kitea putuputu ana ia te tu teimaa e te taitaia o te manako, ki runga i te aronga i tuia e te maki akamate o te kopapa.
- E apainga teima, manamanata e te taitaia tikai me tuia tetai i teia maki, inara te vai nei tetai au raveinga tauturu, ei akamama mai i te reira.

EAA TE AKATEIMA ANGA O TE MANAKO?

Me putuputu tetai tangata i te maromaroa, noo ua, ma te kore takiri e inangaro akaou, i te raverave i te au peu e te au angaanga ta ratou i matau i te rave.

EAA TE TAITAIA?

Me noo matakutaku, manamanata putuputu ua tetai tangata, ma te irinaki e, kare takiri e apinga meitaki e tupu mai nei.

AU AKAIRO E TETAU AU RAVENGA TAUTURU

	AKAIRO	RAVENGA TAUTURU
TOOU KOPAPA	<ul style="list-style-type: none"> Kare e maroiroi akaou, roiroi ua Moe ua te angaanga, me kare ra, kare e rava ana te moe Kaikai maata, me kare ra, kare e kaikai meitaki ana Viviki me kare ra marie te tuatua Kare e rauka i te noo marie Teitei te pate o te pukuatu, mamae te umauma, patapata ua te ou, pou pou te akaea 	<p>Aere raverave angaanga, akaetaeta uaua, pai vai, aere vavaere i roto i te one kai.</p> <ul style="list-style-type: none"> Me kite koe i teia au akairo, aere akaetaeta uaua Kai maata i te ua rakau e te kai raurau Inu maata i te vai Auraka kia maata te kaikava Kia rava te moe
ROTO I TE MANAKO	<ul style="list-style-type: none"> Kare e mou ana te manako Kare ona inangaro akaou i te tomo ki roto i te au angaanga tana e mataora ana i te rave Pou ua tona manako ki runga i te au apinga kino e te manamanata Tu maromaroa e te kare ona irinaki akaou anga Tu akama, vaerua irinaki anga kore e te puapinga kore Noo matakutaku ua Manako no te tamate iaia Tu riri tona 	<ul style="list-style-type: none"> Tamata atu i tetai au ravenga, no te takore atu anga i te au manako, e kia aru te kopapa i te akaueanga tau no te akaea. Aravei atu i te kopu tangata e te au taeake no tetai tauturu
PIRINGA TANGATA KI TE TANGATA	<ul style="list-style-type: none"> Ngaro tona piri anga kopu tangata, pera tona au taeake tana i matau i te angaanga Kapiti. Irinaki anga e kare e tangata e marama mai i tona turanga Tu maromaroa e kare aia e maara ia mai ana Inangaro kia noo ua koia anake ua Akaroi i tetai ua atu 	<ul style="list-style-type: none"> Komakoma atu ki tetai tangata taau i irinaki. Ka rauka te tauturu mei te Community Stroke Advisor. Ka akarongo mai ratou ia koe, ma te oronga mai i tetai akateretere anga no te tauturu iakoe. Tomo atu ki roto i te putuputu anga tauturu, komakoma atu ki toou CSA no runga i te tauturu no te au tangata e mei toou rai to ratou turanga, e noo nei i toou Oire me kare ra vaka.
VAERUA	<ul style="list-style-type: none"> Mei te mea atu rai e, kare e puapinga akaou o te oraanga Kua roi teia oraanga e kare e inangaro komakoma akaou Mei te mea atu rai e, kua uri ke toou au tupuna iakoe Te au moemoea kikino 	<ul style="list-style-type: none"> Akamaroiroi i te rave i te au angaanga taau i matau, taau e mataora ana i te rave, pera te au apinga te ka oronga mai i te oraanga au. Akamatau i te tu maru e te akaoki anga atu i te akameitaki anga Kia akamanoko rai koe e apinga puapinga te pure. Aka atinga i tetai tuatau ki te ao ora natura o teia nei ao, te aere ki roto i te vao rakau, ki te pae tai me kare kauvai.

TE AU NGAAI KA RAUKA TE TAUTURU

Ka rauka i te Stroke Foundation Community Stroke Advisor service i te oronga mai i tetai tuanga tauturu e pera tetai au kaveinga ke atu, no tetai au tauturu taau ka anoano.

Ringi atu **0800 787 653** Atoro atu i te kupe roro uira tauturu www.stroke.org.nz i runga i te pukamata atoro atu i te kapi Stroke Foundation NZ.