

## Tu'u Mamahi pe Faingata'a 'a e Tu'u Mama'ó

'Oku 'ikai angamaheni 'eni ia tatau mo e fakalélé, ka neongo iá kapau 'e hoko 'eni, kuo pau ke ke 'ai ke 'ilo'i 'eni 'e he timi faito'ó pea mo sivi ia 'e he kau neesi

## Mamahi pea ake/fefulofulai

'E lava ke hoko ha ngaahi fefulofulai 'i he feitu'u 'oku fakahoko ai 'a e faito'ó. Ma'u ha faito'o fakanonga ki he langá hangē ko e panatoló (paracetamol) 'i hano fiema'u. Talanoa mo ho'o timi faito'ó kapau 'oku 'ikai ke kei mapule'i 'a e langá.

## Ngaahi uesia 'o e kilí

'Oku 'ikai fa'a fakafekau'aki 'a e faito'o ia ki ho keté mo ha uesia lahi 'o ho kilí. 'Oku malava ke fakakulokula 'a e kilí (erythema) 'i he feitu'u na'e fakahoko ai 'a e faito'ó. 'E 'ikai hoko 'eni ia 'i he taimi pē ko iá ka 'oku angamaheni'aki 'a 'ene toki 'asi mai 'i he lolotonga 'o e lele 'a e faito'ó pea 'oku toki fa'a kamata ke mole atu 'i ha uike 'e 2-4 méi he 'osi 'a e faito'ó;



fakalalahi ange 'ene lanu pingiki'i pe 'uli'uli ange



ongo'i mātu'u pe mano'ono'o, pea mamahi



hoko 'o veli pea veveli

'Oku 'ikai malava ke ta'ofi ha ngaahi uesia ia ki ho kilí, ka neongo iá 'oku 'i ai 'a e ngaahi me'a 'e lava ke ke fakahoko ke tokoni ke ke ongo'i fiemālie ange ai; Talaange ki ho'o tokotaha faito'o hulu hueló (radiation therapist) pe neesi felāve'i mo ho'o founga tauhi angamaheni ki ho kilí. Te ne fakahā atu kapau 'e fiema'u ha fa'ahinga liliu ki ai



'E malava ke ke kaukau 'i ha vai kaukau'anga (swimming) kapau 'oku 'IKAI ke mohomoho (blistered) pe mafohifohi ho kilí



'E malava ke ke fakatokanga'i 'oku fiemālie ange ke tui e vala 'oku hao ngatōto



Kātaki 'o ta'ofi 'a e...  
Fakala'ala'aá pea malu'i 'a e feitu'u ko iá méi he ulo fakahangatonu ki ai 'a e la'aá

## Haisiní mo e milimilí

- 'E 'oatu 'e he'emau kau neesi ha kilimi milimili (moisturiser) ke ke ngāue'aki 'i he lolotonga 'o e faito'ó kapau 'e fiema'u. Kaekehe, kapau 'oku 'i ai ha'o kilimi milimili ia 'a'au 'okú ke sai'ia ange ai, kātaki 'o ha'u mo ia ke fakahā ange ki he'emau kau neesi
- Ngāue tu'o lahi 'aki 'a e kilimi milimilí 'i he 'aho kae 'oua na'á ke milimili kimu'a pea toki fakahoko ho faito'ó
- Kātaki kae ta'ofi hono ngāue'akí kapau 'e taukovi ki ho kilí pe kapau 'e fakamohomoho pe mafohifohi ho kilí



## Taftafi mo e kaukau'

Fakapapau'i 'oku 'ikai ke fu'u vela 'a e vai: taftafi'i 'a e kilí 'aki ha ngaahi nāunau fakama'a 'okú ke fa'a ngāue anga maheni 'aki pea pōpooki ke mātu'u

## Ngaahi me'a ke 'TA'OFI' méi he feitu'u 'oku faito'ó Kātaki 'o faka'ehi'ehi mei hono...



mili 'o e feitu'u ko iá



ngāue'aki 'o ha tepi fakapipiki 'oku pikipiki



ngāue'aki 'o ha me'a fakapipiki (wax), kilimi pe hulu maama mālohi (lasers)

## Ngaahi fakaikiiki ki he fetu'utaki

Regional Blood and Cancer Service  
Building 8, Level 4  
ADHB

Telefoni: 09 307 4949  
Tesi Talitali Kakaí ext 22631  
Kau Neesi ext 22837  
Acute Oncology ext 23826 (Mōnite-Falaite 8 pongipongi-4 efiafi)

Ngaahi Ma'u'anga Fakamatalá  
SCoR—The Society and College of Radiographers  
eviO— Cancer Institute NSW

# Faito'o Hulu Huelo ki he Keté: Tafa'aki Ngaahi Uesia

Radiation Therapy to the Abdomen:  
Side Effects

## Fakanounou

'Oku malava 'e he faito'o hulu hueló (radiation therapy) 'o uesia 'a e feitu'u 'oku fakahoko ai ho faito'ó, ka 'e lava ke kehekehe pē 'eni ki he tokotaha mahaki takitaha. 'Oku pau na'e 'osi talanoa mo koe 'a e Toketā Mataotao ki he Faito'o Hulu Huelo 'o e Kanisá (Radiation Oncologist) fekau'aki mo e ngaahi uesia taimi nounou mo e taimi lōlōa mo koe 'i he lolotonga 'o e founga ngāue ki hono ma'u 'o ho'o fakangofuá. .

'Oku fakama'ala'ala atu 'i he tohi fakamatalá ni 'a e ngaahi uesia taimi nounou. Ko e ngaahi faka'ilongá ni 'e ala kamata ia lolotonga 'o ha pupunga faito'o hulu huelo pea 'e ala fakalalahi 'i ha uike 'e 1-2 hili ha 'osi 'a ha pupunga faito'o. Kā neongo 'ení, 'oku totonu ke nau malona hifo hili ha uike 'e 6 mei hao faito'o.

'E sio atu 'a e kau neesi ki he kanisá kia koe 'i he 'Aho 1 pe 2 'o ho faito'ó ke mou toe talanoa ki ha'o ngaahi hoha'a pe ngaahi fehu'i lahi ange

Welcome Haere Mai | Respect Manaaki  
Together Tūhono | Aim High Angamua



## Ngaahi Uesia 'Oku Lahi Taha 'Enau Hokó

- Ongo'i Tāvaivaia
- tokotokakovi mo e lua
- Mole 'a e u'á / holo hifo 'a e mamafa 'o e sinó
- Tau kovi 'a e me'atokoni ki he keté (Dyspepsia)
- Fakalele
- Tu'u Mamahi pe Faingata'a 'a e Tu'u Mama'ó
- Mamahi pea ake/fefulofulai
- Ngaahi uesia 'o e kilí

### 'Oku mau 'i hení ke tokoni!

'E 'eke atu 'e ha Tokotaha Faito'o Hulu Huelo 'i he 'aho takitaha pe 'okú ke ongo'i fēfē. Kātaki 'o 'oua ná'a ke momou ke fakahaa'i ha me'a 'okú ke hoha'a ki ai. Kapau 'okú ke a'usia ha taha 'o e ngaahi uesia ko 'eni ka 'oku 'ikai fakangatangata pē ki he lisi ko 'eni; te mau lava 'o fakafehokotaki koe ki he'emaui kau neesi 'i he Va'a Kanisaá (Oncology) ke mou talanoa lahi ange ki ai.

**'E 'atā atu foki ha tokotaha mataotao ki he me'atokoni ma'a e kau mahaki kanisaá ki ha'o ngaahi hoha'a ki he holo 'a ho sinó mo ha palopalema ki ho'o ma'u me'atokoni.**

### Ongo'i Tāvaivaia

'Oku lahi 'a e ngaahi me'a 'oku nau fakatupunga 'a e ongo'i hela'ia;

- Ko e uesia 'e he faito'ó 'i he ngaahi sela (cell) angamaheni 'o e sinó
- Loto hoha'a fekau'aki mo ho'o puké
- Fononga faka'aho ki he faito'ó
- Ko hono fakapanansi 'o e mo'uí 'i tu'a 'i ho faito'ó

## Ngaahi Fokotu'ú:

- Fakapapau'i 'oku potupotu-tatau 'a e ngaahi me'atokoni 'okú ke ma'ú
- Inu 'a e vai pe huhu'a inu ke lahi
- Ma'u ha mālōlō mo ha fakamālohisino ma'ama'a pē (luelue)
- Ngāue'aki hono tokangaekina pē koé (self care)— ngaahi founa fakafo'ituitui ke tokoni atu ke ke fakafiemālie ai
- Tali 'a e tokoni meí he ní'ihí kehé

### Tokotokakovi mo e Lua

'E lava ke hoko 'eni 'i loto 'i he ngaahi fuofua houá 'o a'u atu ki ha ngaahi 'aho hili ho faito'ó;

### Founa ki hono tokangaekina 'eni:

- 'E lava 'e ha Toketā 'o tu'utu'uni atu ha faito'ó ke ta'ofi'aki 'a e ongo'i tokotokakovi/luá
- Tui ha ngaahi vesa faito'o (acupressure bands) 'i ho ongo kia'i nimá
- Ngaahi liliu ki he ma'u me'atokoni— 'e lava ke kau atu ki ai ha tokotaha mataotao ki he ma'u me'atokoni (dietitian):

Ma'ú me'akai	Inú
ma'u ha fanga ki'i me'akai fakaiiki tu'o 5 pe 6 'i he 'aho ma'u māmālie pea lamulamu lelei ho'o me'akai ma'u ha me'akai momoko pe mafana ('ikai ke vela) 'oua 'e feime'atokoni 'i he taimi 'oku ke ongo'i puke ai tuku ki ha tokotaha kehe 'a e feime'atokoni 'oua 'e ma'u 'a e me'akai 'oku fu'u melié, fakapakú, ngakó pe me'akai fifisi, pe me'akai 'oku fu'u nanamu mālohí 'ahi'ahi' 'a e lole peppermints pe ti peppermint 'ahi'ahi' 'a e me'akai 'oku 'i ai 'a e sinisaá, hangē ko e pisikete sinisaá pe inu sinisaá	inu ke lahi 'a e vai 'i he lolotonga 'o e 'ahó (tukukehe kapau 'oku fakangatangata ho'o inú) inu māmālie 'a e vai 'aki ha fanga ki'i ma'anga iiki 'oua 'e inu lahi kimu'a he ma'u me'atokoni 'oua 'e inu kava mālohi 'oue 'e inu ha inu 'oku 'i ai ha kēfini (caffeine)

### 'E fēfē kapau te ke kei lua pē?

'I he taimi 'oku ke lua ai, 'oku mole atu 'a e vai 'i ho sinó pea 'e lava ke tupu ai ha mahaia 'a e vai 'i ho sinó (dehydration):

- Fakapapau'i 'okú ke tauhi ke lahi 'a e vai 'okú ke inú (tukukehe kapau 'oku 'i ai ha ngaahi fakangatangata ki ho'o inú)
- Kumi ha tokoni mei ho'o kau faito'o hulu hueló mo e kau neesi ki he kanisaá

### Mole 'a e u'á / holo hifo 'a e mamafa 'o e sinó

'Oku mahu'inga ke 'oua ná'a holo 'a e mamafa 'o ho sinó lolotonga ho faito'ó. Neongo 'eni, 'e lava ke faingata'a 'aupito 'eni.

'E lava ke tokoni ki heni hano hono liliu 'o ho'o me'atokoni mo kai ha me'atokoni sí'isi'í pea tu'o lahi ange 'i he ngaahi houa sí'í kotoa pē.

**'E lava ke tokoni atu 'emaui tokotaha mataotao ki he ma'u me'atokoni 'i he kanisaá 'i he me'á ni.**

### Tō kovi 'a e me'atokoni ki he keté

Te ke lava 'o a'usia ha ongo'i futengia, hake vela mo e fakahake (ongo'i fu'u mākona).

Kataki 'o talanoa ki he timi ke 'oatu ha fale'i. 'E lava ke fale'i atu 'e he kau neesi ha faito'o hake vela (antacids) ke fakafiemālie ki he ongo'i hake velá.

**\* 'Oku mahu'inga foki ke ke fakahā atu pe 'okú ke tu'u mamahi pe faingata'a 'a ho'o tu'u mama'ó (constipated)**

### Fakalele

'Oku lava ke hanga 'e he faito'o hulu hueló 'o maumu'i 'a e 'aofi ho keté/ngākaú 'o ne fakasi'isi'í ai 'a e lahi 'o e vai mo e me'atokoni te ne lava 'o fetuku atu meí he keté/ngākaú ki he sinó. 'Oku fakatupu 'e he lahi ange 'a e vai 'i he keté/ngākaú ha fakalele mo e vai 'a e tu'u mama'ó.

### Ko e hā te mau lava 'o fai ke tokoni?

- Ma'u me'atokoni 'oku si'í ai 'a e faipá (kili pe kakano akaaká 'oku 'ikai lava 'e he keté ke momosi) — kole ki he timi ke nau 'oatu ha fakamatala fekau'aki mo 'eni
- Feinga ke ma'u ha me'atokoni sí'isi'í 'i he ngaahi houa sí'í kotoa pē
- Fakapapau'i 'oku ke inu ke lahi 'a e vai/huhu'a inú (tukukehe kapau 'oku 'i ai ha ngaahi fakangatangata ki he inú)
- Faito'o ke ta'ofi/fakasi'isi'í 'a e fakalelé