

- Tu'o lahi ange 'a e tu'uoffi
- Si'isi'i ange 'a e holi fakakakanó (sex drive)
- Ngaahi mamahi'ia mo e felāngaaki
- Fetō'aki 'a e ongo'i fakaelotó / felekeu 'a e fakakaukau

'Oku 'uhinga 'eni 'oku 'ikai ke toe fo'u 'e ho ongo halangafanaú 'o koe ha fua pea 'e 'ikai leva ke ke toe lava 'o feitama. Kātaki 'o talanoa mo ho'o GP ki ha fale'i ki hono leva'i 'o e ngaahi faka'ilonga uesia ko 'eni.

Ngaahi uesia ki he feohi fakamali

'E ala fale'i atu ke ke faka'ehi'ehi mei ha'o feohi fakamali (sexual intercourse) kae 'oua kuo 'osi 'a ho faito'o hulu hueló (radiation therapy) pea kuo malona hifo 'a e ngaahi uesia / fakahangatāmaki.

*** 'E fakama'ala'ala lelei atu kiate koe 'e he kau neesi 'a e tauhi ki ho konga fakafefiné (vaginal care) mo hono ngāue'aki 'o ha me'angāue ki hono fakafālahi 'o ho konga fakafefiné, pea mo ha fakamatala ki hono tokangaekina koe hili ho faito'o hulu hueló kimu'a pea toki 'osi ho faito'ó**

Fakavaha Fanaú

Neongo 'e kamata 'a e holo fakaenatula 'o ho'o malava ke fanaú (menopause) lolotonga 'o e faito'o hulu huelo 'o ho kongalotó, 'e malava ke 'ikai tu'u faka'aufuli 'a ho'o puke fakamāhinā ia 'a'au kae'oua kuo 'osi 'a e faito'ó. Kapau 'oku kei hokohoko atu ai pē 'a ho'o mohe fakamali 'i he lolotonga 'o ho faito'ó, kuo pau ke ke ngāue'aki ha me'a fakavaha fanaú ke ta'ofi'aki ha'o feitama kae'oua kuo mātu'aki tu'u faka'aufuli 'a ho'o puke fakamāhinā. 'E malava ke hoko ha matu'utāmaki me'i he huelo faito'ó ki ha pēpē 'e fa'u lolotonga pe hili si'i pē hano fakahoko 'o ha faito'o hulu huelo.

Ngaahi Uesia 'o e Kilí

'E ala hoko ha uesia ki he kilí takatakai 'i ho kongalotó. Ko e ongo feitu'u tu'u lavea ngofua lahi tahá ko ho vaha'a va'é (groin) mo ho muí (anus) he 'oku 'i ai 'a e ngaahi konga petepete 'i he kilí 'i he ongo tafa'akí ni. '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 me'i he 'osi 'a e faito'ó;

'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 fiamālie ange ai; Talaange ki ho'o tokotaha hulu huelo faito'ó (radiation therapist) pe neesi felāve'i mo ho'o founa tauhi angamaheni ki ho kilí. Te ne fakahā atu kapau 'e fiema'u ha fa'ahinga liliu ki ai.

Kapau 'e fiema'u, 'e 'oatu 'e he 'emau kau neesi ha kilimi milimili (moisturiser) ke ke ngāue'aki 'i he lolotonga 'o e faito'ó. 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



fakalalahi ange
'ene lanu pingikí
pe 'ulí'ulí ange



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



hoko 'o veli pea
veveli



mohomoho pe
mafohifofohi

*Fakatokanga'i ange 'i he faito'o ki ho konga fakafefiné (vulva):

kapau 'oku fakahoko ha faito'o ki ho konga fakafefiné, te ke fakatokanga'i ha toe uesia lahi ange 'a e kilí ia 'i he tafa'akí ni. 'E ala fekau'aki eni mo ha langa pea mo ha mōlia (breakdown) 'a e kilí. Kātaki 'o talanoa ki ho'o timí koe'uhi ke mau lava ai 'o tokoni ki hono leva'i 'o e ngaahi faka'ilongá ni 'aki hano faito'o pea ke tauhi 'a e tafa'akí ni ke ma'a.

'E lava ke ke 'alu 'o kaukau tahi/vai kaukau ka ke toki fakahoko pē 'eni kapau 'oku 'ikai fakamohomoho pe mafohifofohi ho kilí. Saa ko ma'a 'a e kemikale kolōliní (chlorine) 'i he 'osi pē ko ia 'a ho'o kaukau

'E ala fakafiemālie ange ha valaloto 'oku 'ikai fakafano ke ke

Taftafí mo e kaukau'

Fakapapau'i 'oku 'ikai ke fu'u vela 'a e vai: taftafí'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' me'i 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



telé



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

Ngangana 'a e fulufulú (alopecia)

Te ke ala fakatokanga'i 'a e mahaki alopecia 'i he fulufulu 'i he funga 'o ho konga fakafefiné. Ko e alopecia fakakongá ko ha manifinifi hifo 'a e fulufulú pea mo/pe tōtōholo 'a e ngangana 'a e fulufulú. 'Oku totonu ke kamata toe tupu mai 'i ha ngaahi uike si'i hili 'a e 'osi 'a e faito'o hulu hueló, ka 'e malava ke tupu manifinifi ange ia. 'Oku 'i ai 'a e ngalingali 'e ala tu'ulua ia.

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

Tafa'aki 'oku fakahoko ai 'a e faito'o hulu hueló ngaahi uesia: tafa'aki ki he fakafanaú (gynaecological)
Radiation therapy side effects: gynaecological
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 Kanisaá (Radiation Oncologist) fekau'aki mo e ngaahi uesia taimi nounou mo e taimi lōloá mo koe 'i he lolotonga 'o e founa 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 'eni, 'oku totonu ke nau malona hifo hili ha uike 'e 6 me'i hao faito'o.

'E sio atu 'a e kau neesi ki he Kanisaá 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. 'E lava ke fokotu'utu'u ha ngaahi sivi lahi ange 'i he taimi ko 'eni.

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



Ngaahi Uesia 'Oku Lahi Taha 'Enau Hokó

- Ongo'i Tāvaivaia
- Ngaahi Liliu ki he Tu'umama'ó
- Ngaahi liliu ki he tu'uofi
- Ngaahi faka'ilonga ki he hōloa 'o e tu'unga malava ke fanaú (menopausal) – (kapau kuo kamakamata 'eni, pe pre menopausal)
- Ngaahi liliu ki he mohe fakamali

Si'isi'i Ange 'Ene Hokó;

- Ngaahi uesia 'o e kilí
- Ngangana 'a e fulufulú - alopecia
- Langá mo e fefulofulái - '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.

'Oku mau 'i heni 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 na'á 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 'ení ka 'oku 'ikai fakangatangata pē ki he lisi ko 'ení; te mau lava 'o 'oatu ha fakamatala lahi ange ki he'emaui kau neesi 'i he va'a kanisaá (oncology) ke mou talanoa lahi ange ki ai.

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)

Sachi (neesi mataotao): 021 893 106

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 'a e 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 fakapalanisi 'o e mo'uí 'i tu'a 'i ho faito'ó

Ngaahi Fokotu'u ki he Ongo'i Tāvaivaia:

- Fakapapau'i 'oku potupotu-tatau 'a e ngaahi me'atokoni 'okú ke ma'ú
- Inu ke lahi 'a e vaí pe huhu'a inu
- 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

Ngaahi liliu ki he tu'umama'ó

'E lava ke fakatupu 'e he faito'o hulu hueló ha fefulai 'o e 'aofi 'o e ngākau muí 'o ala tupu ai 'a e ngaahi uesia ko 'ení:

- toe lahi ange 'a e toutou tu'umama'ó
- ongo'i fie tu'umama'o fakavavevave
- langa / 'oho 'a e keté
- faka'ea
- fakalele
- Tu'umama'o mai 'aki ha pe'e/huhu'a aape (mucous)
- Tu'u toto (si'isi'i ange 'a 'ene hokó)

Kātaki 'o fakahoko atu ki ho'o timi faito'ó kapau 'okú ke a'usia 'a e ngaahi uesiá ni.

Ko e hā te u lava 'o fakahoko?

- Ngaahi liliu ki he ma'u me'atokoni – fakasi'isi'i 'a e me'atokoni 'oku 'ikai lava 'e he keté 'o momosí. Kole ki he timi ke nau 'oatu ha fakamatala lahi ange fekau'aki mo 'eni

- Feinga ke ma'u ha me'atokoni si'isi'i 'i he ngaahi houa si'i kotoa pē
- Fakapapau'i 'okú ke inu ke lahi 'a e vaí/huhu'a inu (tukukehe kapau 'oku 'i ai ha ngaahi fakangatangata ki he inu)
- Ngaahi faito'o fakafepaki ki he fakalelé (fakasi'isi'i/ta'ofi 'a e fakalelé)
- Faito'o angamaheni ki he felāngaaki
- Ngaahi Faito'o ke Ta'ofi 'a e 'Oho 'a e Keté (Antispasmodics)

Faingata'a 'a e Tu'umama'ó - 'Oku 'ikai angamaheni 'eni ia tatau mo e fakalelé, ka neongo iá kapau 'e hoko 'eni, kuo pau ke ke 'ai ke 'ilo'i 'eni 'e he timi faito'ó pea mo vakai'i 'e he kau neesi

Fakahangatāmaki 'o e tangamimí (cystitis) – ngaahi liliu ki he tu'uofi

'E lava ke fakatupu 'e he faito'o hulu hueló ha fefulai 'a e 'aofi 'o e tangamimí 'o ala tupu ai 'a e ngaahi uesia ko 'ení:

- Tu'o lahi mo e fiema'u fakavavevave ke tu'uofi
- Mamahi / kalakala 'a e tu'uofi
- Langa kete
- Toto 'i he tu'uofi
- Mama 'a e tu'uofi (incontinence)

Kātaki 'o fakahoko atu ki ho'o timi faito'ó kapau 'okú ke a'usia 'a e ngaahi uesiá ni.

Ko e hā te u lava 'o fakahoko?

- Inu ke lahi 'a e vaí pe huhu'a inu ke hu'i'aki 'a e tu'uofi pea ke fakasi'isi'i ai 'a 'ene mamahi (tukukehe kapau 'oku fakangatangata 'a e inu)
- Faka'ehi'ehi meí he kava mālohí mo e kēfeiní (hangē ko e kofí)
- Ngaahi kofukofu efuefu (ural sachets) ke holoki hifo 'aki 'a e 'ēsití 'i he tu'uofi
- 'E lava ke to'o 'e he'emaui kau neesi ha me'i tu'uofi (MSU) ke ta'ofi ha fakahangatāmaki infection

Ngaahi faka'ilonga 'o e holo 'a e tu'unga malava ke fanaú (menopausal)

'E lava 'e he faito'o hulu huelo 'o ho kongalotó 'o ta'ofi 'a hono fakatupu 'e ho halanga fanaú 'a e ongo kemikale estrogen mo e progesterone pea 'e hoko ai ha'o a'usia 'a e menopause (holoki 'o e tu'unga malava ke fanaú). 'E lava ke fakatupu 'e he hueló 'a e menopause 'o hā lahi ange 'a e ngaahi faka'ilonga ki he uesiá ni 'i heni 'i ha'á ne hoko fakaenatula mai pē:

- Ongo'i velahia pea mo tauta'a
- Mātu'u 'a e konga fakafefine