

# Ko e hā ha toe me'a ke fai?

‘Oku ‘i ai ‘a e ngaahi sivi mo e faito‘o ‘e lava ke fai ke mapule‘i fakalelei ‘aki ‘a e ‘enisaina. ‘Oku kau ai ‘a e:

- » vakai ki he faka‘ata ‘o e kālava
- » fa‘ai ‘a e kālava ‘oku fāsi‘i ‘aki ha siteni (stent) pe tiupi ukamea fōiiki
- » fokotu‘u ha fakatafe makehe ke afe‘i ‘aki ‘a e toto mei ha kongā ‘o e kālava ‘oku mapuni pe punusia (‘oku fai‘aki ‘a hono tafa ‘o hoko‘i ‘a e fakatafe ki he kālava).

Ko hono faito‘o ‘o e ‘enisaina ‘oku ‘ikai ko e feinga pē ke fakasi‘isi‘i, ka ‘oku fiema‘u ke ‘oua na‘a hoko atu ‘o tu‘u fakafokifā ‘a e tā ho mafu‘. ‘Oku ‘i ai ‘a ho fatongia mahu‘inga ‘i hono tokanga‘i ‘a ho‘o mo‘ui’, pea ke ke muimui ki ai he ‘aho kotoa pē ka ke mo‘ui lelei ange.

## KO E NGAahi ME‘A ‘E LAVA KE KE FAI KE FAKASI‘SI‘I ANGE AI E TU‘U FAKAFOKIFĀ ‘A E TĀ HO MAFU‘ PE KO HA‘O PĀKĀLAVA



Tuku ‘a ho‘o ifi tapaka’



Faka‘aonga‘i e faito‘o mei he toketaa’



Fili ‘a e me‘akai mo e me‘ainu ‘oku fakatupu mo‘ui lelei ki he mafu’



Toe longomo‘ui ange



Fakaholo ho sino’

Kumi ‘o lau ‘a e ki‘i tohi ko e ‘Lowering your risk of heart attack and stroke’ mei he [heartfoundation.org.nz](http://heartfoundation.org.nz), pe ko ha‘o telefoni ki he 0800 863 375

## ‘Oku ‘i ai ‘a ‘eku ngaahi fehu‘i:



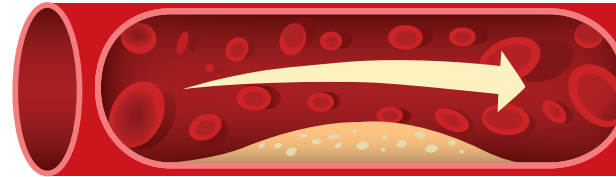
‘E lava ‘o toe tĀnaki atu ki he ngaahi fakahinohino ni pea mo ha‘o lau pe fanongo (he vitiō) ki he vahevahe meia kinautolu kuo nau a‘usia tonu e palopalema mo honau mafu‘. Kumi‘aki ‘a e fo‘i lea ‘angina’ ‘i he uepisaiti [heartfoundation.org.nz](http://heartfoundation.org.nz)  
Ko ‘emau ngāue ni ‘oku fai‘aki ia ‘a e tokoni ‘ofa fakapa‘anga pea ‘oku mau fakamālō heni kiate kinautolu na‘a nau tokoni mai ke lava ai ‘o fa‘u ‘a e toki ni.

# Ko e ‘Enisaina (Angina)

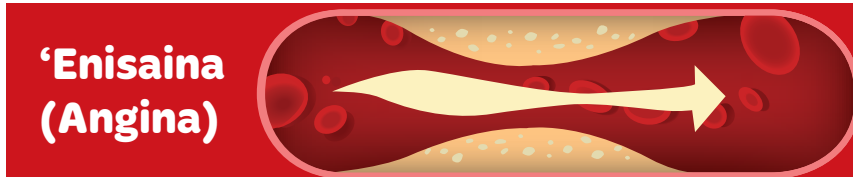
ko e mamahi mo e ha‘iha‘isia ‘a e fatafata’



Ko e ‘enisaina’ ko e faka‘ilonga anga maheni ‘o e mahaki mafu ‘oku ‘iloa ko e coronary artery disease pe ischaemic heart disease. ‘Oku fakatupunga eni mei ha fuosi‘i pe meimei mapuni (‘ikai ko e mapuni ‘aupito) ha kālava ki he mafu‘. ‘Oku ‘ikai tupu heni ha maumau ki he mafu‘ ‘a ia ‘e ‘ikai lava ke toe fakalelei‘i. ‘E tu‘u fakafokifā e tā ‘a e mafu‘ ‘i he mapuni ‘aupito ‘a e kālava ki he mafu‘.

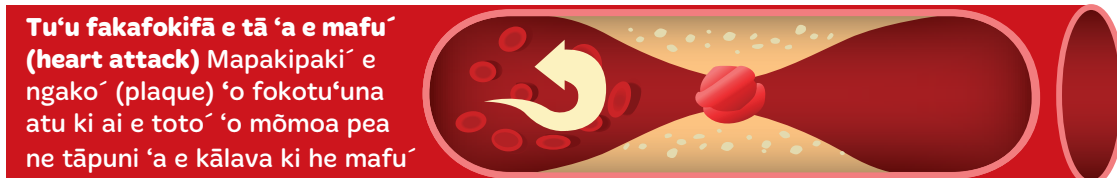


**Ko e mahamahaki ‘a e mafu’ -**  
‘Oku fokotu‘una mo pipiki ‘a e ngako (plaque) mei he toto ‘i loto ‘i he kālava ki he mafu’



**‘Enisaina (Angina)**

‘Oku faingata‘a ange ‘a e tafe ‘a e toto ‘i he kālava ki he mafu’



**Tu‘u fakafokifā e tā ‘a e mafu’ (heart attack)** Mapakipaki’ e ngako’ (plaque) ‘o fokotu‘una atu ki ai e toto ‘o mōmoa pea ne tāpuni ‘a e kālava ki he mafu’

‘E ala kamata ke ‘asi mai ‘a e faka‘ilonga ‘o e langa e ‘enisaina ‘i ha‘o:



**Ngaungaue**



**Mokosia**



**Loto hoha‘a**



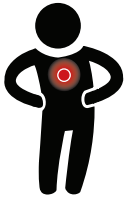
**‘Ite‘ita**

Ko e hā ‘oku ne fakalanga‘i eni?

# Faka'ilonga

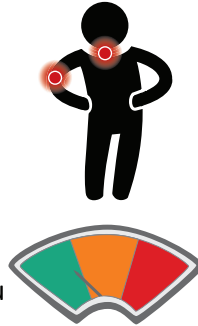
Ko kinautolu 'oku hoko ki ai 'a e 'enisaina' 'oku nau fakamatala'i ia 'o pehē:

» Ongō'i faingata'a'ia, mafasia mo mano'ono'o 'a e fatafata' pea lava ke mafola atu ki he nima, uma, tu'a, kia pe kaungao. 'Oku pehē 'e he ni'ihi 'oku langa uhuuhu.



» Ongō'i faingata'a'ia 'i he nima, kia mo e kaungao kae 'ikai ko e fatafata.

» Ko e faingata'a'ia ko ia' 'e lava pē ke **si'isi'i** 'o fai hake ke **uhuuu** 'o a'u ki he 'ene toe **langa lahi 'aupito**.



«'Oku fakapipiki 'i he holisi 'o e 'aisi' 'a e fakahinohino ki he me'a ke fai kapau 'e lolo mai 'a e 'enisaina pea 'oku ofi ma'u pē mo 'eku me'apamu faito'o GTN. 'Oku tonu ke te mateuteu ma'u pē.



Ko vahevahe eni 'a Frank, 'a ai na'e tu'u 'a e tā 'o hono mafu' ka na'e lava pē 'o hao 'ikai ke mate ai

## Ko hono ngāue'aki 'a e me'apamu faito'o glyceryl trinitrate (GTN)

Ko e hā 'a e GTN?

Ko e me'apamu pe ko e fo'i'akau faito'o 'oku ma'u mei he toketaa' ke fakanonga'aki 'a e faka'ilonga 'enisaina'.

Ko e hā 'a e GTN 'oku fai?

'Oku ngāue vave 'a e GTN ke ne fakamolū ange 'a e kālava' 'o toe faingofua ange ai 'a e tafe 'a e toto' ki he mafu. 'Oku lava pē ke mole atu ai 'a e ngaahi faka'ilonga ki he 'enisaina. Vakai ki he fakahinohino ki hono tauhi 'o e mahaki ni.

Ko e ha 'a e tokoru 'a e GTN?

'Oku fakamamafa'i atu heni ke ke tangutu ki lalo pea ke toki ngāue'aki 'a e GTN he 'e lava ke langa ho 'ulu, ongo'i ninimo he taimi te ke ngāue'aki ai'. Kapau ko e fo'i'akau GTN pea 'e lava ke makinikini ai 'a ho ngutu' – pea 'oku fa'a angamaheni pē eni.

**To'oto'o ma'u pē mo ho'o GTN pe fo'i'akau. Toutou vakai 'a e 'aho 'oku tonu ke 'osi ki ai (expiry date) pea fakafo'ou 'o ka fiema'u.**

'Oku 'i ai mo e ngaahi faito'on kehe 'e ala tokoni atu ki ho 'enisaina'. Talanoa ki ho'o toketa' pe ko e toket aa' he faletalavai (kēmisi).

## FALEI KI HE 'ENISAINA

01



- ▶ Kapau 'oku ke ongo'i 'a e ngaahi faka'ilonga 'enisaina', tuku 'a e me'a kotoa pē ka ke mālōlō, oua 'e toe toloi
- ▶ Tala ki ha taha 'a e me'a 'oku ke ongo'i
- ▶ Spray pe fana tu'o 1 e GTN pe fa'apuku ke nofo 'i he lalo 'elelo' ha fo'i'akau faito'o GTN 'e 1

02



- ▶ Ka 'osi e miniti 'e 5, 'oku ke kei ong'oi tatau pē, pea ke toe spray pe fana tu'o 1 'a e GTN pe fa'apuku ke nofo ho lalo 'elelo' 'a e fo'i'akau GNT 'e 1

03

- ▶ Kapau 'oku kei ongo'i tatau pē he hili ha toe miniti 'e 5 mei ai, pea tau pehē leva 'oku ke "heart attack" 'ikai ko e 'enisaina - **telefoni ki he 111 ke ha'u ha me'alele 'emipuleni (ambulance) 'o leleaki'i koe ki falemahaki**
- ▶ Ngaungau ha fo'i'akau 'esipilini 'e 1 kapau 'e fale'i atu 'e ha tokotaha ngāue 'emipuleni (paramedic)

Ka mōlea 'a e ngaahi me'a na'a ke ongo'i', te ke lava foki māmālie ki he ngāue'

**MAHU'INGA** – kapau 'e hokohoko, fakalalahi, pe fuoloa ange ho'o fe'ao mo e ngaahi faka'ilonga 'ensaina' pe ko ha'o ongo'i pehem pē lolotonga ha'o mālōlō pe ki'i ngaue si'i si'i pe, sio ki ne toketaa' he vave taha' - ki mu'a he houa 24 ka hoko'.