

E taua au talitonuga ae maise o ni lu'itau mo oe ma lou aiga, a'o faia au filifiliga i le mea e sili mo oe

O ai e te fesili i ai ina ia e malamalama ai ma maua se **fesoasoani** mo lou toto maualuga ma ona a'afiaga?

Ua e mafaufau i **penefiti** o suiga lelei e te faia mo oe ma lou aiga?

O a **itu lelei ma itu fa'alelelei** o suiga ta'itasi o lo'o e fia faia?

O e **mautinoa** e mafai ona e laasia isi vaega mo se suiga lelei?

# Toto Maualuga

e si'iitia lou a'afia i le ma'i fatu po'o le stroke

O le galuega a le fatu o le pamu lea o le toto i vaega uma o le tino. O le blood pressure, o le fua lea o le malosi o le ta'amilosaga o le toto i totonu o alatoto

O le to'atele o tagata latou te le iloa o lo'o maua i le toto maualuga aua e leai ni auga o lea ma'i. Pau le auala e mafai one iloa, o le siaki lea i le foma'i

| ASO | TOTO MAULALUGA |
|-----|----------------|
|     |                |
|     |                |
|     |                |
|     |                |

Fesili mo le isi feiloaiga ma la'u tausi soifua:

Toto Maulaluga, o le isi ona igoa o le hypertension,



e mafua ona ua malosi tele le una'i o le toto i totonu o alatoto. O le fa'atupula'ia o lea tulaga e mafai ona fa'aleagaina ai alatoto ma i'u ina oso ai le ma'i fatu po o le stroke.



i falema'i ona o le ma'i fatu e mafua ona o le toto maualuga

E afaina ai fo'i mata ma fatuga'o



alatoto

O le toto maualuga o le tasi lea o mafua'aga o le ma'i fatu ma le stroke. Fesili i lau foma'i / tausi soifua po o e maua i le toto maualuga.

Mo nisi fa'amatalaga, saili le upu 'blood pressure'  
[heartfoundation.org.nz](http://heartfoundation.org.nz)

Fa'afetai mo la outou foa'i o lo'o mafai ai ona fa'atupeina vaega e pei o lenei lautusi.

HHC-BC-BP-SAM-20-V1. Blood pressure, Samoan.

## MAFAUFAU I LE LUMANA'I

O lou i ai pea mo lou aiga ae maise au fuafuaga mamao ma moemitiga. E mafai ona e a'afia i le tulaga lea ona o le maualuga o lou toto ae maise le maualuga o le avanoa e a'afia ai oe i le ma'i fatu po'o le stroke?



Taofi le ulaula



Tausami i mea'ai ma  
vai e tatau mo le  
soifua maloloina



To'aga e  
fa'amalositino



## O fesili e mafai ona e fesili ai

- O le a le vaega sili ona taua ou te faia e fa'aitiitia ai lo'u a'afia i lenei fa'ama'i?

- O le a ni sitepu laiti e mafai ona ou mafaufau i ai?

## O O'U A'AFIAGA

I le ma'i fatu po'o le stroke  
i le 5 tausaga o lumana'i -----

(maualuga, feololo, maualalo)



Va'ai ma  
fa'atali



Inu fuala'au ma isi  
vai ua fa'atonuina  
e le foma'i/tausi  
soifua

## O le isi la'asaga: