

FUAFUAGA VAEGA 3

Faaaogāina o se spacer

Afai o loo e faaaogāina le pamu sela lea e iai lava fua e fua ai feulaga, e aogā la se spacer ina ia sa'o lelei ai le fua o le vailaau e oo i totonu o ou māmā ma ia aogā lelei ai. E lē moomia ni spacers i pamu sela ia e faaaogā ai le dry powder.



Ia faaaogā lava le spacer pe a faaaogā lau preventer. E maua fua atu nei mea mai lau foma'i.

1. Ia tau lelei le lūlūina o le pamu sela (u'u faasa'o i luga)
2. Faamaulu le pamu sela i le vaega o le spacer lea e matala
3. Ia faapipii mau ou laugutu i le mouth piece,
 - e faatasi lava ona oomi i lalo le pamu sela
4. Ia faa 4-6 ona faasolo mālīe lava ona e mānava i totonu ma e toe mānava mai i fafo i lou fofoga. Aua ne'i aveesea le spacer mai lou fofoga i le taimi o loo e mānava
 - **PE** faasolo mālīe lava ona e matuā mānava tasi i totonu ma taofi ai pea mo le 10 sekone
5. Toe fai sitepu 1-4 mo nisi feulaga



Fufuluina o lau spacer

Ia faatasi i le vaiaso ona fufulu lau spacer i se vai mafanafana ma se vailaau e fufulu ai ipu.

Aua le lūlūina i le vai. Faatautau e faamago ina ia mautinoa e oo uma le vailaau i totonu o ou māmā ae lē pipii i totonu o autafa o le spacer.

E atoa le fuafuaga leni o galuega faatino mo le ma'isela, pe a iai lau foma'i poo se tausi soifua e fesoasoani atu i le tausiga o lou sela. E faamatala e lau fuafuaga, le auala e tausia ai lou sela i se taimi umi, e faailoa mai le mea e fai pe a e malosī, pe a e ma'i pe moomia se fesoasoani pe afai ua matuā tulaga faaletonu lou sela.

Vaai lau foma'i poo se tausi soifua e faamalamalama atu ia te oe pe a iai ni au fesili i le auala e faaaogā ai leni fuafuaga.

Manatua:

- Fai ma faafou lau fuafuaga o gaioiga faatino
- Ia faamautinoa o loo iai vailaau mo feulaga i totonu o au pamu sela ma e lē o tuai tusia atu
- Ia faaaogā lelei lau talavai e pei ona la e fealua'i i taimi uma ma feavea'i lau reliever
- Fai ma siaki i lau foma'i poo se tausi soifua le faiga lea e faaaogā ai lau pamu sela

Alu i lau foma'i e fai sou tui o le fulū i le masina o Mati i tausaga uma

Download le app [My Asthma](#) e maua mai ai faamatalaga o le ma'isela, fesoasoani muamua, ma le Fuafuaga o Gaioiga Faatino o le Ma'isela! O loo maua i le Google Play poo le Apple App Store.

App MAUA FUA



Ua Iomia e le Asthma and Respiratory Foundation NZ

📍 Level 2, The Woolstore, 262 Thorndon Quay, Pipitea, Wellington 6011 📧 PO Box 1459, Wellington 6140

☎ 04 499 4592 📞 04 499 4594

@ info@asthmaandrespiratory.org.nz

🌐 asthmaandrespiratory.org.nz

Asthma + Respiratory

FOUNDATION NZ

VAEGA 3

Fuafuaga o Gaioiga Faatino o le Ma'isela



O leni Fuafuaga o Gaioiga Faatino o le Ma'isela e faasino ia:

Mānava lelei, ola lelei

Suafa:

Foma'i:

Aso o le fuafuaga:

Telefoni a le foma'i:

Ia e iloa āuga o lou ma'isela

Ia iloa le taimi ma le auala e faaaogā ai au talavai

Lagona le malosi

O loo sologa lelei lou sela pe afai

- o le tele o aso ua tau lē alia'e ni āuga o lou sela (īī le mānava, fufusi le fatafata, tale pe tau puni le mānava)
- ua e lē tale pe īī lau mānava i le po
- ua mafai ona fai au gaoiga masani ma fai au faamalositino
- o le tele o aso ua e tau lē moomia nisi feulaga o le reliever

Ua i luga le faitauga o le malosi o lau mānava

| | | |
|---------------------|---------|--|
| Preventer [igoa] | feulaga | taeao uma |
| | feulaga | po uma |
| Reliever [igoa] | feulaga | pe a e manaomia e faate'a ai āuga o lou sela |

Alu ma feavea'i lau reliever i taimi uma

Isi Talavai

| |
|--|
| |
| |
| |
| |

Tigaina

Faaeteete - ua tigaina lou sela pe afai

- Ua tigaina āuga o lou sela (īī le mānava, fufusi le fatafata, tale pe tau puni le mānava)
- **PE** ua na o le 2-3 itula le umi e aogā ai lau reliever
- **PE** ua silia ma le 12 feulaga ua e fai mo le aso
- **PE** ua e lagona ua tatau ona vaai lau foma'i

Ua i lalo le faitauga o le malosi o lau mānava

Ia gaoi loa...

- **Ua tatau ona vaai lau foma'i i le aso lenei**
- Faaaogā pea lau preventer masani **MA** faaaogā lau reliever poo le ā lava le tele e manaomia ai ina ia faate'a ai āuga
- Faaaogā loa le prednisone pe afai o ia te oe:

| | | | |
|------------|----|-------|-----|
| Prednisone | mg | mo le | aso |
| ona | mg | mo le | aso |

Isi faatonuga:

| |
|--|
| |
| |
| |
| |
| |

Matuā tulaga faaletonu

Matuā tulaga faaletonu

- O loo faasolo ina vave le tigaina o ou āuga
- **PE** ua faigata ona e tautala pe mānava
- **PE** ua lē o aogā tele lau reliever
- **PE** ua ta'i 1-2 itulā ma faaaogā lau reliever

Ua i lalo le faitauga o le malosi o lau mānava

Ia to'amālie pea...

- **Vili le 111 mo se taavale a le falema'i**
- Feula pea lau reliever i taimi uma o loo manaomia ai – faaaogā le spacer, pe a mafai ona faaaogā faatasi le spacer ma lau pamu sela, le reliever
- Tusa lava pe foliga mai ua e malosi, saili vave pea se fesoasoani mai le foma'i
- Afai e te lei amata faaaogāina lau prednisone, amata loa nei

Faitauga sili ona lelei o le malosi o le mānava: _____

Fuafuaga sa tapenaina e: _____

Le isi aso e toe iloilo ai: _____

Saini: _____