

## AKONO ANGA IAKOE



**Te au ngaai tu kaui, e te ravenga puapinga ki te au tangata e akonokono nei i te au tangata tei na roto i te maki “akamate o te kopapa.”**

- E maki tupu poitirere te maki akamate o te kopapa e kare e tuatua no te akateateamamao i tetai ua atu no te akono anga i tei rokoia e te maki
- E aka apainga ki te tangata e akonokono nei i te tangata tei rokoia e te maki akamate o te kopapa, inara e au apiianga puapinga katoa tetai ka anoanoia
- E puka no te ravenga, o te akono iakoe, e pera te tangata tei rokoia e te maki akamate o te kopapa

### TE AU NGAI TU KAUI O TE ARONGA E AKONOKONO NEI I TE MAKI AKAMATE O TE KOPAPA

- Kare i papu tetai au turanga i te raveraveanga i teia maki.
- Ko te maki akamate o te kopapa, kua riro ei tau i te tu o te tangata tei maki ia, e kua riro ei maromaroa no te aronga e akonokono nei iaia
- Tauiaanga i roto i te pirianga ki teia tangata tei maki ia
- Ngataa i te au anoano e te tu apeape o te tangata tei tuia e teia maki
- No te maata roa te irinaki anga o te tangata tei maki ia ki runga i te tangata akonokono iaia, ka iti toou tuatau noou rai
- Kare e papu anga e te ekoko, e te taitaia no te au moemoea e te umuumu anga ta korua i akono no to korua oraanga.

### TETAI AU TAU ANGA NOOU TE KA TOMO NA ROTO I TEIA ORAANGA, NO TE TIAKI ANGA I TE TANGATA TEI ROKOIA I TEIA MAKI

Ko te akonokono anga i teia au tangata tei rokoia i teia maki, akamate o te kopapa, ka tauuiui ua te reira, na runga i te anoano e te irinaki anga o te tangata maki. E mea puapinga katoa oki e, kia akatinamou koe i tetai tuatau noou rai i te akono iakoe mei iakoe e akonokono ra i te tangata tei rokoia e te maki, ka rauka i te kitea mai tetai au anoano noou e te tangata taau e akonokono nei no tetai tau anga.

### Te turanga akonokono anga e te tiaki i roto i te Aremaki

Ko te tangata tei rokoia e te maki akamate o te kopapa, iaia i roto i te Aremaki, te tereni e pera te akamaroiroi akaou ia ara te turanga o tona kopapa.

Ka anoano katoa ia te tangata akonokono, kia kite i te raverave anga a te Aremaki e, ka akapeea aia i te taangaanga atuanga i te reira, me anoano ia i te tuatau e akaruke atu ei te tangata maki i te Aremaki na roto i te:

- Kite anga i te aronga ka akamarama mai no te rapakau anga o teia maki, e te raverave anga i te reira.
- Akaputu mai i tetai au tangata mei roto mai i te au ngutuare, au taeake, e te aronga kua marama e te kite no runga e teia maki, ka riro ei tau tauturu iakoe, me taii e te aka paruparu toou manako.

## Tuatau o te tangata maki i te ngutuare

E aka angaanga teia e te teima no tetai tuatau roa. Ngoio ua ia koe i te akarongopoina e tetai au tuanga angaanga puapinga ke atu i roto i toou oraanga, e te tamanamanata atu i toou turanga oraanga meitaki.

- Kimi i te tauturu. Aka atinga i tetai tuatau noou e tetai taime no te aravei e te atoro atu anga i toou au taeake, e te kopu tangata. Komakoma katoa atu ki te au tangata taau i kite e, te akonokono maki nei, mei taau e rave nei.
- Kia matakite rai koe i te au akairo teima i taau angaanga e rave nei, e te kare e rava ana taau moe, te roiroi, manamanata o te manako – e kia viviki atu i te rapakau ia.
- Akanoonoo i tetai au akateretere anga ki te tangata maki taau e akonokono nei, e ka anoano ia aia kia aru e kia ariki mai i teia akateretere naau.
- Ta angaanga atu i te au tuanga tauturu e vai nei i roto i te iti tangata no teia tu maki. Aravei atu i toou taote, te neti no tetai au manako akamatakite anga.
- Akamou rai i te turanga oraanga meitaki. Te akaketaketa putuputu o te kopapa, kai i te au kai tau, e kia rave taau moe, e au apinga puapinga teia no toou oraanga.

## AKONOKONO I TE NGUTUARE

I tetai au taime (tuatau) teima te apainga no te akonokono anga i te tangata maki i te ngutuare, me kare katoa oki e meitaki ana te oraanga kopapa o te tangata e akonokono nei i te tangata maki, ka anoano ia te tangata maki kia tukuna ia tu ki roto i te ngutuare akonokono anga. Penei no tetai taime poto ua, me kore ra no tetai taime tinamou. Ko teia turanga me tupu ana, ka riro ei akava ngakau ki te tangata akonokono i te tangata maki i te ngutuare, no teia turanga oki ka anoano katoa ia tetai tauturu nona.

- Akateateamamao vave i mua ake ka tupu ei teia turanga, ki papa te tangata maki e te tangata akonokono.
- Kimikimi matatio no te ngutuare tau meitaki no te akonokono i te tangata maki, i mua ake ka tuku ia ei aia ki roto. Kimikimi katoa atu ki roto i te au moni tauturu e vai nei no teia. Komakoma atu ki toou taote me kore ra neti, kia tauturu atu iakoe.
- Kia marama katoa koe e, noatu kare ko koe te tangata akonokono i te tangata maki, iaia i roto i te ngutuare e akonokono ia ara aia, ka vai rai taau tuanga puapinga koia oki ko te akamaroiroi anga i tona manako, e pera te komakoma atu anga ki te aronga e akonokono ra iaia.
- Kia ariki katoa koe e, ka riro katoa oki teia au tauiaanga, i roto tikai i te turanga tane e te vaine, i te akatupu atu i tetai pirianga tane vaine ou.

## TE AU NGAAI KA RAUKA TE TAUTURU

Ka rauka i te Stroke Foundation Community Stroke Advisor service i te oronga mai i tetai tuanga tauturu e pera tetai au kaveinga ke atu, no tetai au tauturu taau ka anoano.

Ringi atu **0800 787 653** Atoro atu i te kupe roro uira tature [www.stroke.org.nz](http://www.stroke.org.nz) i runga i te pukamata atoro atu i te kapi Stroke Foundation NZ.