

# COVID-19 – Tabo n anai bwain Aoraki



## Inanon tain te kanganga man te aoraki ae e butanako COVID-19, a teimatoa n uki taabo ibukin anai bwain aoraki n taai aika kakaokoro.

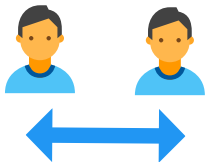
Taabo n anai bwain aoraki n aono are kam maeka iai aki ti anganako te bwain aoraki. A bon anga naba taian ibuobuoki ba ana mano ao ni marurung am utu, n aron te iti n totoko ibukin te aoraki ae te flu.



### Anaakin am bwain aoraki

E na kona n tiatianaki mwaitia aomata aika ana butimaeaki ibukin anaakin aia bwain aoraki nte tai ae ti teuana. Te iangoa ae tamaroa ngkana ko tareboonia moa te tabo n anai bwain aoraki n tuatua te tai ae ana uki iai ao ningai te tai ae te kabanea n tamaroa ibukim ba kona roko n ana am bwain aoraki. Raoiroin ae ko tareboon moa ba ena waekoa n reke buokam ao n aki tataninga inanon te tai ae anaanau ngkana koa roko nte tabo n anai bwain aoraki.

Ngkana iai te kanganga ibukin anaakin am bwain aoraki, ao reitaki n taetae nakon te tia anganako te bwain aoraki. E butimaeaki kaain am utu, raoraom ke te tia tararuaike ba ena roko n anaa am bwain aoraki, ke tuatua nakon te tia anga te bwain aoraki ba ena karokoa te bwain aoraki nakoim n am auti.



### Tauraroa ma tabeman

E kakawaki ba kona tauraroa mai irouia tabeman, ena kona ni kateaki te O imarenam ma te tia anganako te bwain aoraki. Ngkana iai te kanganga ba ko aki ongo ke tao ko aki mataata nte bwai ae taekinaki, ao kaongoa te tia anganako te bwain aoraki ba ena ataia. A kona n anganiko taian rongorongon ba kona wareware iai.



### E bitaki mwaitin am bwain aoraki

Ni mwaitin te tai, te tia anganako te bwain aoraki ena kona n anganiko mwaitin ae ena tau ibukin teuana te namakaina, ma ngkana te bwain aoraki anne ibukin totokoan te bikoukou irouia aine ao ko kona n anganaki mwaitina ae ena tau ibukin kanoan 3 te namakaina. Ngkana iai te kanganga n anaakin am bwain aoraki ibukin kanoan teuana te namakaina bukina ba ko aki kona ni mamanananga, e raroanako am maeka ma te tabo n anai bwain aoraki, e uarereke aron kamanoam man te aoraki ao tao ea roko te kara iroum, Te tia anganako te bwain aoraki ena kona n karekea nakoim kanoan 3 te namakaina.

E tau mwaitin te bwain aoraki ibukia nikabane aomata iaon Nutiran ma te bai ae kakawaki ba tai kaikoikoa ni karawata mwaitin am bwain aoraki ba ena riao, ba tokina ao anaaki toa abaia tabeman te bwain aoraki ae a kainanoia. Ngkana iai te kanganga n aei ao taben te tia anganako te bwain aoraki ma te Taokita ba ana kakea katokan te kanganga.

# Your pharmacy and COVID-19



## Kateimatoa nimakin am bwain n aoraki

E rangin kakawaki maeum iroura. E kakawaki ba kona kateimatoa nimakin am bwain aoraki ni katoa tai, n aron are e baireia te Taokita. Tai katoka am bwain aoraki ke ni kauarerekea mwaitin ae ko riai n nimma. Akea koauan taian rongorongoa ao kukune ae kaotia ba iai kabuanibai ae e irekereke man nimakin te bwain aoraki n tain te COVID-19.



## Ngkana ko kainanoa riki anaakin am bwain aoraki

Ngkana ea kan ni bane am bwain aoraki ao ko kainanoa ae boou, reitaki ma am taokita. Ngkana iai am kanganga ibukin reitakim ma am taokita, ao taetae ni maroro ma te tia anganako te bwain aoraki ba ena kona n ibuobuoki ni karekea bebwan am bwain aoraki mai iroun am taokita. N taai aikai, a mwaiti taokita ae a kanakoa bebwan taian bwain aoraki ni karokoa nte tabo n anai bwain aoraki rinanon te fax ke n rinanon te email.



## Kaboan te bwain aoraki

Ngkana ko aki kona ni kaboa am bwain aoraki, ko kona ni karekea te ibuobuoki man te Ministry of Social Development. Kakaeta tabanin rongorongona n ae: [www.covid19.govt.nz](http://www.covid19.govt.nz).



## Tabeau te katoto n taabo n anai bwain aoraki

Irarikin te makuri ni anganako taian bwain aoraki, ao e rawata naba taian ibuobuoki ae e kona n reke ibukin kateimatoan te marurung ibukim ma am utu man taabo n anai bwain aoraki. Tabeua taabo n anai bwain aoraki e rawata aekakin aia ibuobuoki nakoia aike tabeua. Aikai tabeua taian katoto. Ngkana ko aki raoi koaua ba te tabo n anai bwain aoraki e karaoa naba taian ibuobuoki tabeua, ao tareboon nakoia.

- Bwain aoraki ibukin te ikoaki, maneka
- Te iti n totokoa te flu
- Batin totokoa te kariki nte tai ae karina
- Batin ibukin totokoan te kariki
- Katokan te moko
- Bwain aoraki ibukin aorakin tabo ni mim
- Tutuo ibukin te tioka
- Tutuo ibukin te rietata n raraa
- Tuoararam e aki matenten n nimakin warfarin
- Bwain makuri man te onaoraki aika tangoaki
- Aron karenakoan taian bwain aoraki ae bane taina

Uringnga, ba te tia anganako te bwain aoraki e kona ni kaota aron kabonganana te asthma inhalers, bwai n tutuo ibukin te tioka, te mitiin n tuoararam te rietata n raraa ao te air humidifiers bwain ni kaitiaka te eea ni buoka te ikeike.

**If you become unwell, call your doctor or Healthline 0800 611 116**