

Fakamatala mo ha tokoni fekau'aki mo e hoholo faka'atamai



Tonga

Mālō e lelei

Ko e tohitufa fakamatala ko 'ení ki ha fa'ahinga tokotaha pē 'oku hoha'a fekau'aki mo e hoholo faka'atamai pe fiema'u ke 'ilo lahi ange ki he hoholo faka'atamai. Ko e tokoní 'e ma'u ia 'i hao fakahoko ha fetu'utaki telefoni. 'Alu ki he www.alzheimers.org.nz pe telefoni ki he fika 0800 004 001 ki ha fakamatala lahi ange mo ha tokoni.

Ko e hā 'a e hoholo faka'atamai?

'I he lea faka-Pilitania, ko e dementia ko ha kupu'i lea ia 'oku ngāue'aki ke fakamatala'i 'a e ngaahi faka'ilonga (ko e a'usia 'o ha palopalema fakaesino pe faka'atamai) 'oku fakatupunga eni mei he ngaahi liliu 'i he anga 'o e ngāue 'a hotau 'atamaí. 'I he lea faka-Tongá 'oku 'i ai 'a e ngaahi kupu'i lea kehekehe 'oku ngāue'aki hangé koe timenisia, *'Alasaima, loto ngalongalo, mo e hoholo tamaki*. 'I he tohitufa fakamatala ko 'ení te mau ngāue'aki 'a e kupu'i lea ko e hoholo faka'atamai.

Ko e mahaki Loto-Ngalongaló (Alzheimers) 'a e fa'ahinga hoholo faka'atamai angamaheni lahi tahá.

'E lava ke ma'u ha fa'ahinga taha pē 'i he hoholo faka'atamai. 'I he 'alu ke motu'a ange 'a e kakaí, 'oku tupulaki ai 'a e faingamālie ke ma'u 'a e hoholo faka'atamai.

Ko e ngaahi faka'ilonga angamaheni lahi tahá 'a e ngaahi liliu ki he anga 'o e manatú, fakakaukaú, tō'ongá, anga'itangatá, mo e ongo'í. Ko e ngaahi faka'ilonga kho 'ení 'e 'alu ke toe kovi ange 'i he tupulaki 'a e ngaahi liliu 'o e 'atamaí.

'Oku kehekehe 'a e hoholo faka'atamai ki he tokotaha kotoa - 'a e me'a 'oku hokosiá, mo e vave 'a e hoko 'a e ngaahi liliu.

Mu'aki ngaahi faka'ilonga

'E lava ke faingata'a ke fakatokanga'i 'a e ngaahi faka'ilonga 'o e hoholo faka'atamai. 'E lava ke fakatupunga 'e he ngaahi mahaki lahi ha ngaahi faka'ilonga 'o e hoholo faka'atamai. Ko e ní'ihí 'o e ngaahi mahaki ko ení 'oku ala faito'o. Ko e 'uhinga ia 'oku totonu ai ke ke sio ki ho'o toketā pe kautaha 'oku nau tokanga'i 'a e ngaahi me'a fakamo'ui lelei 'o kapau 'oku ke hoha'a.

Ko e feinga ke 'ilo'i pe 'oku ke ma'u 'a e hoholo faka'atamai 'e 'uhinga iá 'e lava ke ke ma'u tōmu'a ha tokoni. 'E lava ke ke ma'u atu ha tokoni, fakamatala, fo'i'akau, mo e taimi ke palani ai.

'Atamai ngalongalo he taimi 'e ní'ihí mo e mole 'a e manatú

'Oku mahu'inga ke mahino'i ko e hā 'a e hoholo faka'atamai pea ko e hā 'oku 'ikai ko e hoholo faka'atamai. 'Oku tau fakangaloki kotoa ha ngaahi me'a 'i he 'alu ketau toe motu'a angé. 'Oku 'ikai ke 'uhinga 'eni ia 'oku tau ma'u 'a e hoholo faka'atamai.

Ngaahi fakatātā 'o e ngaahi faka'ilonga fakatokanga 'o e hoholo faka'atamai 'a ia 'oku kau ki ai 'a e:

- Ko e mole 'a e manatu ki muí ni 'oku ne fakatupunga 'a e ngaahi palopalema 'i he mo'ui faka'aho
- Faingata'a 'a hono fakahoko 'a e ngaahi ngāue angamaheni hangē ko e ngaohi 'o ha me'atokoni pe tokanga'i 'o e ngaahi mo'uá
- Ngaahi palopalema mo e leá
- Hōloa pe 'ikai lelei 'a e malava ke faitu'utu'uní
- Ngaahi liliu 'i he anga 'o e ongo'í mo e tō'ongá hangē ko e hoko 'o 'ita vave 'i ha ngaahi tu'unga fo'ou

Fa'ahinga 'o e Hoholo faka'atamai

Ko e fa'ahinga angamaheni lahi taha 'e ua 'o e hoholo faka'atamai ko e:

- **Mahaki Loto-Ngalongaló (Alzheimers)**

Ko e fa'ahinga hoholo tamaki lahi tahá 'eni. Fakafuofua ki he vahe-tolu-'a e-ua 'o e kakai 'oku hoholo faka'atamai 'oku nau ma'u 'a e mahaki Loto-Ngalongaló. Ngaahi liliu 'oku fakatokanga'i 'i he 'utó 'oku kau ki ai 'a e holo mo ha fa'u 'o ha ngaahi polotini 'ikai fakanatula (ngaahi kongokonga huhu'a 'oku tuifio – plaques and tangles).

- **Hoholo tamaki 'i he tafenga totó**

Ko e fa'ahinga hoholo tamaki lahi taha hono uá 'eni. 'Oku fakatupunga ia 'i he 'ikai ke pamu lelei 'a e toto ki he 'utó. Ko e ngaahi faka'ilongá 'e lava ke kamata fakatu'upakē ia hili ha pā kālava pe māmālie 'i he 'alu ke toe kovi ange 'a e mahaki 'i he halanga totó.

Ngaahi fehokotaki fakafāmilī mo e hoholo faka'atamai

'Oku 'i ai ha fa'ahinga 'o e hoholo faka'atamai 'oku lava ke nau ma'u ha ngaahi fehokotaki fakafāmilī. Fakafuofua ki he vahe tolu 'a e taha 'o e kakai 'oku ma'u 'e he mahaki Loto-Ngalongaló 'oku 'i ai pe na'e 'i ai hano kāinga ofi (mātu'a, tuonga'ane, pe tuofefine) na'e ma'u 'e he hoholo faka'atamai. 'Oku 'ikai ke tukufakaholo ma'u pē 'a e hoholo faka'atamai pea ko e fa'ahinga tokolahi 'oku 'ikai ke 'i ai ha hisitōlia ia 'o e mahakí 'i he fāmilí.

Ki ha ngaahi hoha'a fekau'aki mo ha hisitōlia 'o e hoholo faka'atamai 'i he fāmilí, talanoa ki ho'o toketā. 'Oku lava ke fakatupunga 'e he ngaahi tu'unga ala faito'o lahi ha 'atamai ngalongalo he taimi 'e ní'hi, puputu'u, mo e fa'a ngalongalo.

Fakamatala mo e tokoni

Kapau 'oku ke hoha'a pe ko koe, pe ko ha tokotaha 'oku ke 'ilo'i, 'oku ma'u nai 'e he hoholo faka'atamai, talanoa ki ho'o toketā pe ko ho'o kautaha 'oku nau tokanga'i 'a e ngaahi me'a fakamo'ui lelei.

Kapau te ke 'ilo'i 'oku ma'u koe 'e he hoholo faka'atamai, 'oku ma'u atu 'a e tokoni. 'Oku ma'u atu 'e he Alzheimers NZ 'a e ngaahi nāunau lahi fekau'aki mo e hoholo faka'atamai. 'Oku kātōi 'i he ngaahi nāunau mo e ngaahi fakamatala 'aonga ko 'eni 'a e ngaahi fehu'i lahi te ke ala 'eke.

'Oku 'omai ha fakamatala 'i he tohi **About Dementia: A guide for people diagnosed with dementia** fekau'aki mo e:

- Ko e hā 'a e hoholo faka'atamai
- Ko e ngaahi faka'ilonga fakatokanga tokamu'á mo e 'ilo'i 'o e mahakí
- Founga fakasi'isi'i 'o e hoko 'a e fakatu'utāmaki mo e mo'ui lelei 'o e 'utó
- Ko e tokoni 'oku ma'u atú
- Palani ki he kaha'ú

Translation

Te Pūtahi Whakawhiti Reo | The Translation Service
Te Tari Taiwhenua | Department of Internal Affairs

Translation Review

Centre for Pacific Languages

Dr Etuini Ma'u, Senior lecturer in Psychiatry at the University of Auckland and consultant old age psychiatrist with Te Whatu Ora Waikato

'Oku 'oatu 'e he tohitufa fakamatala ko 'ení ha fakanounou fakalūkufua pē pea 'oku 'ikai ko ha fakafetongi ia ki he fale'i fakamataotao 'osi fakamo'oni'í. Ko ha tokotaha 'oku ne ma'u 'a e hoholo faka'atamai pe mole 'a e manatú (kau ai e fāmili/whānau pe ní'hi kehe 'oku nau tokonaki e tokoni) kuo pau ke ne kumi ki ha fale'i fakamataotao fekau'aki mo honau tu'ungá taautaha. 'Oku 'ikai ke mo'ua 'a e Alzheimers New Zealand ia ki ha fa'ahinga fehālaaki pe ko ha me'a 'oku 'ikai tuku atu 'i he pepa pulusi ko 'ení, ko ha ola 'o e ta'etokanga pe ko ha toe me'a kehe. Ko e tohitufa fakamatala ko 'ení na'e fa'u ia 'i he ta'u 2023.

'Alu ki he www.alzheimers.org.nz pe telefoni ki he **0800 004 001** ki ha toe fakamatala lahi ange mo ha tokoni. Fakamālō lahi atu.