

## Insight Endometriosis

Matou te tuuina atu ni faamatalaga ma avatu se vaega fesoasoani mo tama'ita'i ma teine talavou ina ia mafai ona maua ni togafitiga mo lenei ma'i ma ia tino ū e vave saili togafitiga. Matou te faapuupuua taimi e te faatali ai mo suesuega, ina ia faatupu atili ai lou malamalama i lenei gasegase o le endometriosis

### O le matou tautua e aofia ai :

- Taimi e vaai ai i le matou faiaoga
- Polokalame o aoaoga
- Upega tafailagi ma faamatalaga lolomi
- Fonotaga ile afiafi - failauga valaaulia ma po o manatu autu
- Vaega ma mafutaga inu kofe/ mafutaga e fesoasoani ma lagolago mo oe
- Faletusi e maua ai tusi faitau
- Faafesootai ma tagata i luga o Facebook
- Polokalame mo tupulaga talavou ma teine talavou

### Faapuupuua o taimi faatali

- Polokalame mo kamupani ma fale faigaluega, so'o se kulupu atoa ai ma foma'i/ tausi soifua
- O Mati o le masina e faataua ai le Endometriosis. E faia ai le Savali Viole (Purple Walk) mo le faataua o le Endometriosis.

### Tatou mafuta faatasi

- Faafesootai mai matou ina ia mafai ona e fesootai ma se vaega o lo'o latalata ifo i lou pitonu'u, vaai i le tatou faletusi ma maua ni faamatalaga ua uma ona lolomi.



O loo tatata pea le avanoa mo so'o se tasi, e oo lava i ta'itoalua ma fanau, o aiga ma uo ae maise i latou o loo galulue i le Soifua Maloloina.

## E mo'omia lou lagolago mai

O la matou auunaga e mo le faaleleia o tina ma tamaitai uma i soo se vaega o le soifuaga. Matou te faatauaina meaalofo tupe ae maise o e e mafai ona ofoina fua mai lo latou fesoasoani e ala i le taimi aua lenei faalapopotoga ma lona atinaeina.

### Mo nisi faamatalaga

Faafesootai mai:

Telefoni faiaoga: Annette 07 8555 123  
Imeli: [info@InsightEndometriosis.org.nz](mailto:info@InsightEndometriosis.org.nz)  
Upega tafai lagi: [www.InsightEndometriosis.org.nz](http://www.InsightEndometriosis.org.nz)  
FB: [www.facebook.com/InsightEndometriosis](https://www.facebook.com/InsightEndometriosis)

O lo'o faafetai tele lava Insight Endometriosis ole Community Organisation Grants Scheme (COGS) mo le lolomiina o lenei tusi.

O tala uma o lo'o tusi mai le tusi lenei o : "Endometriosis: The complete reference for taking charge of your Health" (2003) na tusia e Mary Lou Ballweg ma le Endometriosis Association.

O tagata uma o lo'o maua i lenei tusi, o lo'o fa'aaogaina le latou ata e teuteu ai le tusi lenei.

Insight Endometriosis and Purple Walk are Trade Marks, o lo'o resitalaina ile Endometriosis Waikato.

Sosaiete Resitalaina (CC10906)

© Endometriosis Waikato, 2011-2013.



Tiga o le ma'i o tama'ita'i e fai ta'i masina?

Faigata ona e fanau?

**Endometriosis ma ni auala e mafai ona matou fesoasoani atu.**

[InsightEndometriosis.org.nz](http://InsightEndometriosis.org.nz)  
[Facebook.com/InsightEndometriosis](https://www.facebook.com/InsightEndometriosis)

**"Samoan Version"**

## Endometriose

O se ma'itaga e masani ona maua e tamaitai i so'o i lo latou tuputupu a'e

### O le endometriosis?

- O se gasegase faigata e aafia ai vaega o le tino e se tamaita'i (hormonal) ma le vaega e puipuia le tino mai siama ma ma'i eseese (immune system).
- O le sela e masani ona tupu i totonu o le to'ala fanau (tulou) o le fafina ma o'o ina sosolo i isi vaega o le tino.
- E tuputupu sele fou ia ae maise i taimi o le ma'i masina o se tamaita'i ma mafua ai ona feagai ma tiga. E mafai foi ona aafia ai le avanoa e maua ai se tina i le ma'itaga.
- E mafai ona afaina ai le soifua maloloina, ae maise lava ole faalavelave atu i lou auai i lou aoga po o lou galuega.

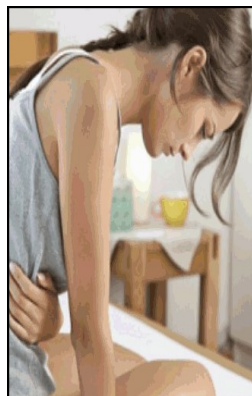
**i** O se polokalame e faatauaina ai le tausia lelei e le tina/tamaita'i o ia lava ma lona soifua maloloina lelei.

### O ai e masani ona maua ile endometriosis?

- E mafai ona aafia ai so'o se tamaitai lava, So'o se tina po o se tamaita'i e mafai ona aafia i lenei gasegase
- O tamaitai o lo'o maua le ma'i lenei ma le/pe maua fo'i ni mai e afaina ai le vaega puipui i totonu o lo latou aiga, e atili ai ona maua le avanoa e maua ai ile endometriosis.



## O a auga o lenei ma'i?



- Tiga pe a feagai ma lou ma'i faalemasina (dysmenorrhea)
- Tiga i taimi lua te faiaiga ai ma lou toalua (dyspareunia)
- Faigata ona e maua i se ma'i taga/to
- Tiga taimi e faia ai sau feau mamao, e lagona le fefete o le manava po o le mamau i nisi o aim iao isi foi taimi ua maua i le manava tata.

- Vaivai ma lelava i le tele o taimi.

**i** O mea uma nei e pei e foliga tutusa ma le Irritable Bowel Syndrome (IBS) po'o le Pelvic Inflammatory Disease (PID) ae e fai lava ma taofi.

### E le o se mea masani le feagai ma tiga i taimi o lou ma'i faalemasina

- A faalavelave le tiga i taimi o ma'i faalemasina, aua le faatu ai
- Su'e se fesoasoani mai se foma'i, o lona matafai-o i le vaaiga o le endometriosis

**i** A vave maua le ma'i lenei e mafai ona aveese ina mea o lo'o aliali mai faatasi ai ma le sefeina o le lē mafai ona e fanau.

## O le taimi ete masalomia o le endometriosis

Fa'aaoga le suega lenei e fesoasoani ai i lou sailiga mo nisi faamatalaga mai se foma'i:

- ◇ E te inu se fualaau mo le tiga o le ma'itaga masani faalemasina?
- ◇ E te avea se taimi e te malolo mai le galuega po'o le aoga pe a fai lau ma'i?
- ◇ E te manaomia sou malolo e te taoto pe a maua lau ma'i?
- ◇ E te maua se tiga pe a o'o ile ogatotonu o lo'u ma'i?
- ◇ E te maua se tiga pe a taoto ma lou toalua, pe e te maua se tiga pe a uma ona oulua taoto?
- ◇ E tiga lou manava pe a fai sau feau ile faleuila?
- ◇ E masani ona tafi lou manava pe a fai lo'u ma'itaga faalemasina?
- ◇ E te lagona se tiga pe a fai sau feau ile faleuila?
- ◇ Ua maua e lou tina, uso, po'o le uso o lou tina ua maua nisi lagona faapea pe ua maua fo'i le mai lenei o le endometriosis?

Mai le tusi o "Endometriosis: A New Zealand guide" na tusia e Andrea Molloy.

### O le mea e tatau ona ou fai?

- Ave le lisi lenei i lou foma'i masani e talanoa i mea o lo'o aliali mai
- Fesili mo se fesootaiga ma se foma'i o lona matafai-o i le ma'i lea o le endometriosis, pe e mafai foi ona e faafesootai ma nisi foma'i faapi-toa o lo'o iai latou lava ofisa.
- Faafesoota'i Insight Endometriosis mo nisi faamatalaga ma le lagolago malosi o tagata.

**i** Aua e te fefe e saili se isi manatu mai seisi foma'i.

*O endometriosis o se maitaga e taua tele ae e le lava le malamalama i ai. O se ma'i e ta'atele ae e le lava le su'esu'ega o tama'ita'i uma. Mo latou o lo'o aafia i le ma'i lenei, e manaomia lava faamatalaga ma le lagolago malosi.*