

MEMOKALAMI:

Ko e memokalamí ko e ki'i faka'ata vaivai 'o faitaa'i 'a e fo'ihuhu 'a ia te ne lava 'o 'ilo ha ngaahi liliu 'i he fo'ihuhu 'a ê 'oku 'ikai lava 'ilo mei he ala.' Te ne lava 'o tala 'a e kanisā 'i he 'ene kei si'isi'i 'Oku 'ikai ke fakatupu 'e he memokalamí 'a e kanisaa.' 'Oku miniti pê 'e 30, pea 'oku lava ke fai 'i he 'ofisi 'o e toketa pê ko e fale faka'ata, pê ko e falemahaki. Hou'eiki fafine ta'u 40 ki he 44, 'oku lava ken au memokalamí fakata'u 'o kapau ko 'enau faka'amú' ia. Ko kinautolu 'oku nau ta'u 45 ki he 54 'oku totolu ke nau memokalamí takata'u. Ko e hou'eiki fafine ta'u 55 mo matu'outu'a ange' te nau lava 'o liliu 'o memokalamí fata'ua 'o kapau 'oku 'ikai te nau kei lava 'o tauhi ki he memokalamai fakata'u.' Kaikehe, ka 'i ai ha fa'ahinga fakatenetenga pe ha fa'ahina liliu 'i he fotunga 'o e huhu' neongo ho ta'u' pea 'oku totolu ke ke sio leva ki ha toketā 'i he faingamalie vave taha.

Ko e ngaahi fale'i ki ha fanga ki'i founiga ke tokoni kiate koé, ke ke lava 'o tala 'a e ngaahi liliu 'i ho huhu' ke tokoni ke ke lava 'o 'ilo 'a e kanisaa' 'i he'ene kei si'i. Talanoa mo ha toketaa' pê ha taha ngâue ki he tokanga'i 'o e mo'ui lelei 'o kapau 'oku 'i ai ha'o ngaahi fehu'i fekau'aki mo ho'o mo'ui lelei pe a fai foki hao sivi mo'ui lelei fakata'u.



Ka 'i ai ha'o toe fiema'u ha fakahinohino, kataki 'o fetu'utaki mai ki he:

Tongan Community Service Center
13030 Inglewood Ave., Suite 104
Hawthorne, CA 90250

(310) 679-9899
office@tonganla.org

Fakamâlô ki he REACH 2010-PATH Cancer Project and the Office of Minority Health Men's Health project ki he'enau fokotu'utu'u mo e ngaahi fakakaukau ke fa'u 'aki e ki'i tohi ni.



Ko e ki'i tohi ni na'e fakapa'anga mei he CDC Foundation fakafou mai he anga'ofa 'a e California Endowment. Ko e naunau eni 'a e REACH 2010-PATH for Women program.



TOHI KI HE MO'UI
LELEI 'O E HUHU MA'AE
HOU'EIKI FAFINE TONGA

KO E HĀ E ME'A TE
KE FAI KE TOKONI
KIAKE KOE KE KE 'ILO'I
'A E KANISA 'O E HUHU?



KO E KI'I FAKAMATALA MA'AE KOMIUNITI 'A E KAKAI TONGA FELAVE'I MO E MO'UI LELEI PEA MO E KANISA 'O E HUHU

'Oku takimu'a 'a e kanisa 'i he fakatupu mate ki he kakai gefine 'o 'Esiá pea mo e 'Otu Motu 'o e Pasifiki. Ko e kanisa 'o e huhú 'oku fika 'uluaki 'i Kaledonia ki he kakai gefine 'o e ngaahi matakali kotoapê. (American Cancer Society, 2001) 'Oku ke 'ilo'i e me'a ke ke fai ke 'ilo'i ai pê 'oku kanisa ho huhú?'

Ko e 'ilo'i ho sino, pea mo e fa'a sivi mo'ui lelei ho huhú, 'oku hao mei ai 'o e 'ilo'i tōmui e ngaahi faka'ilonga 'o e kanisaa.' Ko e kanisaa, 'oku lava pê ke faito'o, pea 'oku lahi e kakai kuo mo'ui ko e 'uhi na'e 'ilo'i kei si'isi'i. Ko e vaveange ho'o 'ilo'i ha faka'ilonga 'oku ngali kanisā, ko e vaveange ia ha'o ma'u ha fale'i fakafaito'o, pea faito'o, pea fakahaofi ai ho'o mo'ui.

Ko e Ngaahi Faka'ilonga Maheni

- Ko e fakatenetenga 'i he fo'i huhú ka 'oku 'ikai ke fa'a mamahi.
- Huhú'a 'oku tafe mei he mata'i huhú.
- Toto 'oku tafe mei he mata'i huhú.
- Ko e kili'oku 'asi pakupaku, 'uno'unoa, kula, pea huhú'a.
- Langa tu'a pea langa hui.
- Fu'u holo 'aupito e mamafa 'o e sino.
- Ko e malomi 'oku 'asi he huhú ka na'e 'ikai ke 'i ai ha me'a pehē ki mu'a.

'Oku totonu ke ke 'alu ki ho'o toketa 'o kapau 'e 'asi e ngaahi faka'ilonga ko eni, koe'uhi ke ne fakamahino'i kiate koe. Pea 'ikai koia pe, ka 'oku 'i ai foki mo e ngaahi fale'i faka'ehi'ehi 'a ia 'oku ngae'aki 'e ha'a fafine 'i he feinga ke 'ilo'i 'a e ngaahi faka'ilonga pehee' ni.

NGAAHI FOUNGA HONO SIVI

Sivi Pê 'e Kita Hoto Huhu': (BSE)

Ko e BSE, ko e sivi ia 'oku fai pê 'e he gefine kiate ia pê. 'E fâfâ 'e he gefine hono ongo huhú, 'o vakai'i 'a e fuo pea mo e fotunga, pea vakai'i na'a 'oku 'i ai ha fakatenetenga pe ko ha fa'ahinga liliu. Kapau 'oku 'ilo'i ha fa'ahinga liliu, 'oku tonu ke ke sio leva ki ha toketā.

'Oku fale'i atu heni ki he kakai gefine 'oku motu'a ange he ta'u 20, ke sivi honau huhú tu'o taha he mahina. Ko e kakai gefine 'oku kei fai 'a e puke fakamahinâ, ko e taimi lelei ke ke sivi ai, ko e 'aho hono 7 ki he 10 hili 'a e kamata ho'o puke fakamahinâ, lolotonga ia 'oku 'ikai ke fu'u molū ai ho huhú.'

'Oku fale'i henri ki he kakai gefine ke ngâue'aki honau 'aofinima fo'i 'ulu'ulu tuhu 'e 3 ke sivi'aki honau huhú.



'Oku fale'i foki ki he kakai gefine ke takai fakafuopotopoto 'a e 'ulu'ulu tuhu. 'Oku totonu foki ki he kakai gefine ke ngae'aki 'a e fa'ahinga mamafa kehekehe 'i hono lolomi ho 'ulu'ulu tuhu,' ke 'ilo'i ai ha ngaahi liliu.'

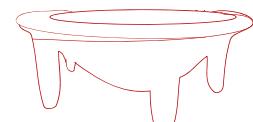


Oku tonu ke amo 'a e 'elia kotoa 'o e huhú mei he hui palalulu ki he hui fohe 'o a'u ki he fa'ifine pea foki 'o a'u ki loto ki he hui he vaha'a 'o e ongo fo'i huhú.'



Ko e Sivi 'o e Huhú 'i he Kiliniki' (CBE)

Ko e CBE ko e sivi mo'ui lelei ia 'o e huhú 'e ha taha polofesinale fakamo'ui lelei hange ko e neesi pê toketā. Lolotonga honau sivi, 'e amo 'e he toketa pê ko e neesi 'a e fo'i huhú, ke vakai'i e fotunga, pea mo e fuo 'o e fo'ihuhú, na'a 'oku 'i ai ha fakatenetenga. Ko e kakai gefine ta'u 40 pe'motu'a ange ai, ke nau sivi he ta'u kotoapê. Ko e kakai gefine 'i he vaha'a 'o e ta'u 20 ki he 39 'oku totonu ke fai honau sivi 'e he toketa (CBE) fakata'utolu.



TONGAN
Community Service Center