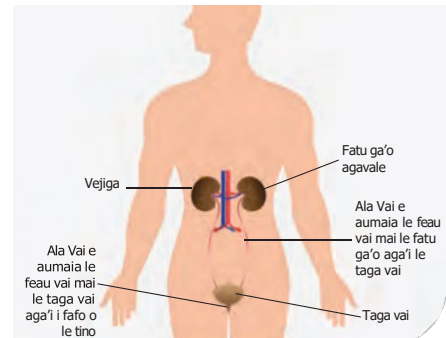


E faapefea ona gaosia e lo'u tino le feau vai ma fa'aalu i fafo?

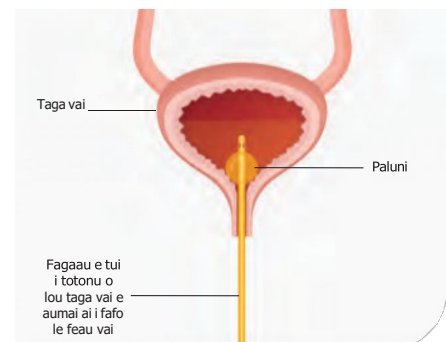
E fai e fatuga'o le fe'auvai (feauvai). O le feau vai e maua mai i vai faasili i le tino faatasi ma isi mea e lē mana'omia e le tino. E uma loa ona fai e le tino le feau vai, ona teu lea i le tagāmimi. E fa'asau i fafo le feau vai mai le tagāmimi e ala i se alavai e fa'aigoa o le urethra.



O le a le catheter?

O le catheter o le faaga'au 'ō'ō e tuu i totonu o le tagāmimi ina ia faasau i fafo le feau vai.

I le si'usi'u o le catheter e iai le paluni laitiiti e faatumu i le vai mamā. O lenei paluni e mautinoa ai e le pa'ū ai i fafo le catheter. E te ono manaomia le catheter mo ni nai aso po o se taimi sili atu. E fa'aailoa atu e le foma'i po o alii/tamaitai tausima'i le umi e tatau ona tuu ai le catheter.



Aiseā e fai ai la'u catheter?

E iai mafua'aga 'ese'ese o le iai o lau catheter. O nisi mafua'aga o le:

- Iai o se poloka i lou tagāmimi po o lou urethra e lē mafai ai ona fa'asau ai i fafo le feau vai.
- Lē lelei le galuega fai a lou tagāmimi.
- Lē mafai ona e tu i luga ma alu i le falelēta'ua; e leai se fesoasoani o pepa talima'i.
- Alia'e o faafitauli i le pa'u o lou tino ona o le lē mafai ona taofiofia le alu o le feau vai.
- O le a manaomia le fai o se taotoga pe le'i leva ona fai sou taotoga ma sa manaomia ai se catheter

Talanoa i lau foma'i po o alii/tamaitai tausima'i i mafuaaga ua fai ai lau catheter.



E mafai faapefea ona matou fesoasoani?

E ono pepa mo tausiga-patino o le Me and My Catheter o loo maua.

- Pepa 1 - O le ā le catheter ma aisea le mea ua ou fa'aogaina ai?
- Pepa 2 - E faapefea ona ou tausia la'u catheter ma taga?
- Pepa 3 - E fa'aapefea ona ou suia le taga i le vae ma soso'o ai le taga e fa'aaogā i le po?
- Pepa 4 - E fa'aapefea ona ou foia faama'i?
- Pepa 5 - O le ā la'u mea e fai pe afai e iai se mea e tupu?
- Pepa 6 - E faapefea ona ou maua mai nisi meafaigaluega?

Afai e iai ni au fesili pe e te fia iloa nisi auala mo au filifili o lou tausiga patino, fa'afeso'ota'i Bolton Clarke, le National Continence Helpline po o lau auaunaga fa'alesoifua maloloina fa'amoemoeina.

hello@boltonclarke.com.au

www.boltonclarke.com.au

1300 22 11 22

National Continence Helpline 1800 33 00 66.

Auaunaga vili fua, tuuina mai e le Continence Foundation o Ausetalia, e tuuina atu fa'amatalaga, fautuaga ma le lagolago fa'alilolilo.

O lenei punaoa sa atina'eina i faiga fa'apaaga ma le Continence Foundation o Ausetalia.



O a'u ma la'u catheter (taga fea'uvai) E faapefea ona ou tausia la'u catheter ma taga?

How do I care for my catheter and bags?
Pepa o faamatalaga i le tausiga-patino 2

E tatau ona faamau le catheter i le tino, a lē o lou oga vae po o lou manava (manava). E fesoasoani lea faiga ina ia taofia ai le tigā ma le fetosoa'i. E lē tatau ona fufusi le tosoina o lau catheter i le va o loo faamau ai ma le itu o lou tino o loo faaulu atu ai. E faasino atu e alii/tamaitai tausima'i le auala e fai ai.



E lua itūaiga taga e fa'aaoga e ao ai feau vai mai le catheter.

- Taga i le vae - o le taga laitiiti e faamau i lou vae i le ao.
- Taga o le po - o le taga lapo'a e fa'aaogā mo le feau vai i le po. O le taga o le po e mafai ona tu'u i se paelo po o se isi taga pepa e luga ifo o le fola o le fale, po o se laulau faapitoa e mafai ona tuuina atu e le alii/tamaitai tausima'i.



Taga i le vae



Taga o le po i le laulau

O le taga i le vae e fa'auitu i lau catheter ona faamau lea o le taga i lou vae. Ia mautinoa e faamau le taga mai tua o le vae, ina ia aua ne'i taofi ai le tafe o le feau vai. Ia mautinoa le maualalo ane le taga mai le tagamimi. E faasino atu e le alii/tamaitai tausima'i le auala e fai ai.



Sasa'a le taga o le vae pe a tumu ina ia 'aua ne'i mamafa tele. Afai e mamafa tele, e toso mai e le catheter ma mafua ai isi fa'afitauli e pei o le mama o le taga ma le tigā.

E sui e le alii/tamaitai tausima'i po o le foma'i le catheter pe a mana'omia. E faia lea i le lē itiiti ifo ma le 12 vaiaso.



E mafai faapefea ona matou fesoasoani?

E ono pepa mo tausiga-patino o le Me and My Catheter o loo maua.

- Pepa 1 - O le ā le catheter ma aisea le mea ua ou fa'aaogaina ai?
- Pepa 2 - E faapefea ona ou tausia la'u catheter ma taga?
- Pepa 3 - E fa'apefea ona ou suia le taga i le vae ma soso'o ai le taga e fa'aaogā i le po?
- Pepa 4 - E fa'apefea ona ou foia faama'i?
- Pepa 5 - O le ā la'u mea e fai pe afai e iai se mea e tupu?
- Pepa 6 - E faapefea ona ou maua mai nisi meafaigaluega?

Afai e iai ni au fesili pe e te fia iloa nisi auala mo lou tausiga patino, fa'afeso'ota'i Bolton Clarke, le National Continence Helpline po o lou auaunaga fa'alesoifua maloloina fa'amoemoeina.

hello@boltonclarke.com.au

www.boltonclarke.com.au

1300 22 11 22

National Continence Helpline 1800 33 00 66.

Auaunaga vili fua, tuuina mai e le Continence Foundation o Ausetalia, e tuuina atu fa'amatalaga, fautuaga ma le lagolago fa'alilolilo.

O lenei punaoa sa atina'eina i faiga fa'apaaga ma le Continence Foundation o Ausetalia.



O a'u ma la'u catheter (taga fea'uvai)

E faapefea ona ou suia le taga i le vae ma fa'au ai le taga e fa'aaogā i le po?

How do I change a leg bag and connect the night bag? Pepa o faamatalaga i le tausiga-patino 3

O taga uma e lua o le vae ma le taga o le po e tatau ona fa'aaogā mo na o le vaiaso e tasi.

Suiga o le taga i le vae:

Fuafuaga:

- E ta'uina atu ma faasino ia oe le tausiga o le taga i le vae.
- Faitau i faatonuga i auala e tausi ai ina ia e mautinoa lelei laasaga taitasi.
- Ia mautinoa le lava lelei o au meafaigaluega ma toe oka nisi mea a o le'i uma. Fesili i le alii/tamaitai tausima'i pe a manaomia fesoasoani.
- Saili se nofoaga esaogalemu, nofoaga ma'oti faalilolilo, e sui ai le taga ma tuuina atu ai:
 - Le malamalama e iloa ai lou gaiouga o loo fai.
 - Se avanoa mamā ma mafanafana, e te le milosia ai, punou, pe aapa mamao.
- Fufulu mamā ou lima a o le'i tapenaina au meafaigaluega.

Tapenaga:

- Solo le pito i luga malō o loo e fa'aaogāina i se vai mafanafana ma se vailaau ma fa'amago e tuu ai au meafaigaluega.
- Fufulu ou lima i le fasimoli ma le vai mo le 20 sekone ma fa'amago i se solo mamā.
- Ao muamua uma mai meafaigaluega ina ia e lava tapena.
- E faailoa atu e lau tausima'i meafaigaluega e te ono mana'omia mai le lisi lenei:
 - Vavae fa'availaau po o le vavae faasusū i le vailaau po o le sipili
 - Taga o le vae e fou i totonu o se pepa faamau le gutu
 - Apa po o se sioki (teuina mo le sasaa ai o feau vai)
 - Totigilima
 - Seleulu
 - Pepa Solo po o pepa falelēta'ua
 - Solo po o kava mo ofu/moega
 - Taga lapisi



Laasaga 1 - Fufulu ou lima i le fasimoli ma le vai mo le 20 sekone ma fa'amago i se solo mamā.

- Afai e fesoasoani atu se isi tagata i le suiga o lau taga i le vae e tatau ona fai ni a latou totigilima.

Laasaga 2 - A o le'i suia le taga i le vae, sasaa ese se fe'au vai o i totonu o le taga i le falelēta'ua, apa, po o le sioki e ala i le:

- faamātagata faamau o le taga i le vae ma ia faalagolago le taga i lou vae
- taofi le taga i le vae i luga atu o le faleuila, apa po o le sioki ma tatala le gutu e fa'aalu ai le fe'au vai i fafo
- 'aua le 'o'omiina le taga ia faamasau ai le alu o le fe'au vai i fafo
- a uma loa, tapuni le gutu pe tapuni mau le faamau i se solo pepa po o se pepa o le falelēta'ua ma tuu i le lapisi.

Afai o e fa'aaogāina le apa po o se sioki, sasa'a le fe'au vai i le falelēta'ua ma fa'aalu le vai, ona fufulu laia i se vai ma le vailaau.

Laasaga 3 - Afai ua e sauni e sui le taga i le vai, ave'ese pe fa'atūlaga ou ofu ina ia mafai ona e au i le catheter mo fe'au vai ma le taga i le vae.

Laasaga 4 - Fufulu ou lima i le fasimoli ma le vai mo le 20 sekone ma fa'amago i se solo mamā.

Laasaga 5 - Tatala le pepa o le taga i le vae. Ia mautinoa e fou le pepa ma e le'i tatala muamua. Ia faalagolago le taga i totonu o le pito o le pepa.



Laasaga 6 - Tapuni le gutu paipa e fa'aalu ai le fe'au vai pe fa'amau i lalo o le taga fou. O isi taga e ono leai se faamau po o se gutu paipa e tapuni.



Laasaga 7 - E te ono manaomia le otiina o le fa'aga'au o le taga i le vae i se umi e fetau mo oe.

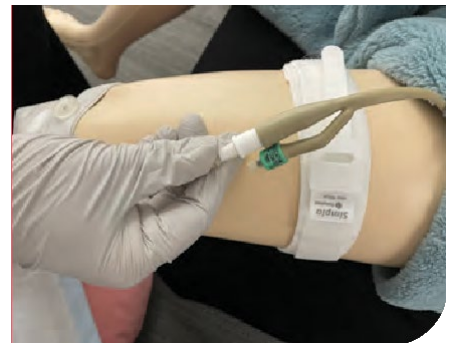
Laasaga 8 - 'Oti le fa'aga'au i se seleulu ua faamamā i se vavae faasusū i le sipili po o se vailaau.



Laasaga 9 - Ona tuu lea i totonu le sooga fa'aopoopo (o loo i totonu o le pepa) i totonu o le si'usi'u o le fa'aga'au.

Laasaga 10 - Talatala lemū le tapuni o le so'oga o le taga i le vae, ae 'aia le ave'eseina.

Laasaga 11 - Faa'ō'ō pe ave'ese le catheter mai le fa'amau o le catheter. Fai lemū ina ia 'aia ne'i tosoa lau catheter.



Laasaga 12 - Faamamā le so'oga o le catheter ma le taga i le vae e ala i le soloina i le itu e tasi i se vavae e faasusū i le sipili po o le vaila'au.

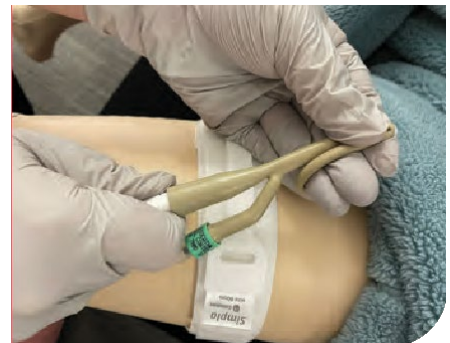
Tuu e faamago.



Laasaga 13 - 'ini, fa'aaogā ai ou tama'i lima, o lau catheter ia puni e fa'aaogā ai le lima e tasi ma 'o'omi mau ia 'aia ne'i sao mai fafo se fe'au vai.

'Aua le 'inia i se isi mea e malosi atu nai lo ou tama'i lima auā e mafai ona faaleagaina ai lou catheter.

Laasaga 14 - Fa'aaogā le isi lima e lomilomi malie ai lau catheter ma le taga i le vae ina ia tu'u'ese'eseina. Aua le fosa le toso 'ese ona e ono pipisi solo le fe'au vai. Tuu le taga i le vae i totonu o le lapisi.



Laasaga 15 - Tuu i luga le taga fou o le vae. 'Ave 'ese le tapuni o le so'oga o le taga i le vae e aunoa ma lou tago i le si'usi'u.

Laasaga 16 - Tūlei le so'oga o le taga i totonu o le si'usi'u o le catheter e aunoa ma lou tago iai o ou lima.

'O'OMI LĒMŪ FA'ATASI.



Laasaga 17 - Siaki lemū le so'oga po o mau lelei.

Laasaga 18 - Tatala le catheter ina ia mafai ona tafe le fe'au vai i le fa'aga'au i totonu o le taga i le vae.

Laasaga 19 - Fa'apipi'i le catheter i lou oga vae po o le itu maualalo o lou manava e fa'aaogā ai se faamau o le catheter. Ia lava le 'umi ina ia lē fufusi pe fetosoa'i le catheter. E tatau ona mafai ona e mimiloaina ma punou e aunoa ma se tigā po o le fetosoa'i.

Laasaga 20 - Faapopoo le taga i le vae i lou vae faatasi ai ma manoa faamau e lua po o se asoa o le taga i le vae pe a o faaogaina.

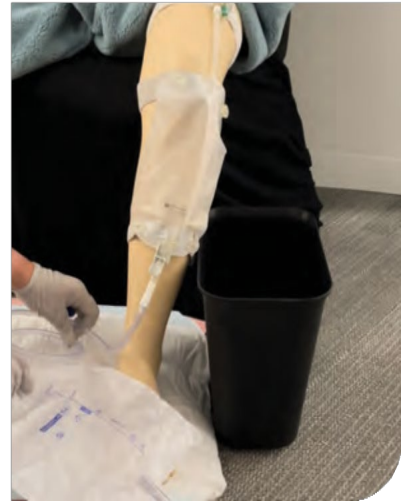
- Ia mautinoa e lē se'e i lalo le taga i le vae pe a e minoi.



Soso’oina ma le tatalaina o le taga o le po

Laasaga 1 - Fa’amau i po uma le taga o le po i le pito i lalo o le taga i le vae. Ia mautinoa o matala le fa’amau po o le gutu paipa ina ia mafai ona tafe le fe’au vai i le taga o le po.

Laasaga 2 - Toe tapuni le fa’amau po o le gutu paipa i taeao uma ma ‘ave’ese le taga o le po.



Laasaga 3 - Sasa’a le feau vai mai le taga o le po i le falelēta’ua. Fufulu le taga o le po i le vai ma le vaila’au, faamamā lelei i se vai.

Laasaga 4 - Tautau le taga o le po e fa’amago. O le fale taele o se nofoaga lelei e fai ai le gaioiga lea. Ia mautinoa o matala le faamau po o le gutu paipa.



Fa’aaogā se taga i le vae ma se taga fou o le po ina ia taofia le pepesi o siama.

E mafai faapefea ona matou fesoasoani?

E ono pepa mo tausiga-patino o le Me and My Catheter o loo maua.

- Pepa 1 - O le ā le catheter ma aisea le mea ua ou fa'aogaina ai?
- Pepa 2 - E faapefea ona ou tausia la'u catheter ma taga?
- Pepa 3 - E fa'apefea ona ou suia le taga i le vae ma soso'o ai le taga e fa'aaogā i le po?
- Pepa 4 - E fa'apefea ona ou foia faama'i?
- Pepa 5 - O le ā la'u mea e fai pe afai e iai se mea e tupu?
- Pepa 6 - E faapefea ona ou maua mai nisi meafaigaluega?

Afai e iai ni au fesili pe e te fia iloa nisi auala mo lou tausiga patino, fa'afeso'ota'i Bolton Clarke, le National Continence Helpline po o lau auaunaga fa'alesoifua maloloina fa'amoemoeina.

hello@boltonclarke.com.au

www.boltonclarke.com.au

1300 22 11 22

National Continence Helpline 1800 33 00 66.

Auaunaga vili fua, tuuina mai e le Continence Foundation o Ausetalia, e tuuina atu fa'amatalaga, fautuaga ma le lagolago fa'alilolilo.

O lenei punaoa sa atina'eina i faiga fa'apaaga ma le Continence Foundation o Ausetalia.



E mafai ona tupu nisi faafitauli mai le catheter. E mafai ona sao atu ai siama i au fe'au vai ma lou tagāmimi ma māfua ai faama'i.

E faapefea ona ou iloa ua ou maua i se faama'i?

Afai ua e maua i se faama'i e te ono maua i se fiva, tigā o le pito i lalo o lou tua pe fula le pa'u, oso le fa'ama'alili pe nenefu le mafaufau. Ia fa'ailoa vave i lou alii/tamaitai tausima'i po o le foma'i. E manaomia le sui o le catheter ma fai le suesuega o lau feau vai.

E faapefea ona ou foia faama'i?

- Fufulu ou lima i taimi uma ae e te le'i tagofia ma le mae'a ai ona lote le catheter.
- Taele e pei ona masani ai pe a iai sau catheter. Aua le 'ave'esea le catheter mai le taga i le vae pe a taele. E tatau ona tu'u ai pea le faamau i lou oga vae ma toe faamau se isi taga mago pe a uma ona taele. E tatau foi ona tu'u ai pea le faamau o le taga i le vae i le taimi e taele ai ma e sui i se taga mago pe a uma.
- I aso uma, fa'amamā autafa o le itu o lou tino o loo fa'ama'u ai le catheter. Fufulu i le vai mafanafana ma se isi fasimoli. E mago ma mageso le pa'u o lou tino i fasimoli māسانی. E mafai ona fesoasoani le alii/tamaitai tausima'i e filifili le fasimoli lelei.
- Pe a fufulu autafa o le catheter e tatau ona solo i le itu e tasi. O tamaloloa e iai le pa'u i fafo atu e tatau ona fufulu i le pito i lalo ma toe fa'afo'i i lona tulaga muamua. E tatau i tamaitai ona fufulu mai luma agai i tua.
- Taumafai e inu le 2 lita o le vai i le aso (sei vaganā e fai atu le foma'i e 'aua). E fesoasoani lenei faiga ina ia fufulu mai ai i fafo fatuga'o ma le tagāmimi. Afai e samasama malosi le lanu o lau fe'au vai o lona uiga e lē lava lau inuvai.



- Siaki aso uma pe mūmū le pa'u o lou tino pe o iai ni po'u i autafa o lau catheter.
- Aua le fa'aogāina ni pauta po o ni fagu fa'amanogi latalata ane o le itu o lou tino o loo fa'amaui ai le catheter.
- E masani lava ona iai le sua (e manino, pi'ipi'i) i autafa o le catheter. Talanoa i lau foma'i po o le alii/ tamaitai tausima'i pe afai ua e popole.

E mafai faapefea ona matou fesoasoani?

E ono pepa mo tausiga-patino o le Me and My Catheter o loo maua.

- Pepa 1 - O le ā le catheter ma aisea le mea ua ou fa'aaogaina ai?
- Pepa 2 - E faapefea ona ou tausia la'u catheter ma taga?
- Pepa 3 - E fa'apefea ona ou suia le taga i le vae ma soso'o ai le taga e fa'aaogā i le po?
- Pepa 4 - E fa'apefea ona ou foia faama'i?
- Pepa 5 - O le ā la'u mea e fai pe afai e iai se mea e tupu?
- Pepa 6 - E faapefea ona ou maua mai nisi meafaigaluega?

Afai e iai ni au fesili pe e te fia iloa nisi auala mo lou tausiga patino, fa'afeso'ota'i Bolton Clarke, le National Continence Helpline po o lou auaunaga faasoifua maloloina faamoemoeina.

hello@boltonclarke.com.au

www.boltonclarke.com.au

1300 22 11 22

National Continence Helpline 1800 33 00 66.

Auaunaga vili fua, tuuina mai e le Continence Foundation o Ausetalia, e tuuina atu fa'amatalaga, fautuaga ma le lagolago fa'alilolilo.

O lenei punaoa sa atina'eina i faiga fa'apaaga ma le Continence Foundation o Ausetalia.



O fa'ata'ita'iga nei o mea e mafai ona afaina ai lau catheter ma auala e mafai ona foia.

Afai e leē o alu le fe'au vai i totonu o le taga i le vae pe ua mama autafa o le catheter:

- Siaki le soso'oga o le taga i le vae ma le catheter. Afai e lē o soso'o faalelei le taga i le vae, taumafai e 'o'omi le fa'aga'au o le taga i totonu o le catheter.
- Sasa'a le fe'au vai pe afai ua ova ma le afa le tumu o le taga i le vae.
- Afai ua fegauia'i pe pupuni le catheter po o le fa'aga'au o le taga i le vai toe fa'asa'o le fa'aga'au pe talatala. Siaki o loo fa'aalu le fe'au vai.
- Siaki o loo fa'atulaga lelei le catheter ma le taga i le vae mauualalo ane nai lo le manava. Afai e leai, sui le tulaga. Siaki o loo fa'amau le catheter ma le taga i le vae i le oga vae.
- Siaki o loo i le pito i tua o le taga faamau o le taga i le vae, ina ia 'aua ne'i taofia le tafe o le fe'au vai.
- Afai e malō, suavaia pe mamau le fe'au mamao. Vili lau foma'i po o alii/tamaitai tausima'l e f'atalanoa pe fa'aapefa ona foia.



Afai e 'ese le lanu o le fe'au vai pe manogi leaga:

- Inu ia tele le vai. Inu i aso uma le 2-3 lita vai ina ia fa'aauau ai le tafe o le fe'au vai i le catheter.
- Fa'afeso'ota'i le tausima'i po o lau foma'i pe afai ua e fiva, oso lou fa'ama'alili, tigā pe fula le pito i lalo o lou tua, po ua e nenefu.

E faapefea ona ou alo ese mai isi faafitauli?

- O le fufusi ma le fetosoa'i o lau catheter e mafai ai ona tupu le tigā ma fa'afitauli tau le tagāmimi. La mautinoa le maualuga o le fa'amauga o le catheter i lou ogāvae. Ia lava le 'umi o le vā o le fa'amau ma le itu o lou tino o loo soso'o ai le catheter ia 'aua ne'i iai se fufusi po o le fetosoa'i.
- Taumafa i fuala'au aina ma fua o la'au e fesoasoani i le taofia o le mamau o le manava (malō o feau mamao) auā e aafia ai lou tagāmimi ma māfua ai isi fa'afitauli.
- Ia laititi le taumafa i le caffeine (lauti / kofe / mea inu cola / sukalati) ma le 'ava malosia aua e mafai ona māfua ai isi fa'afitauli o le tagāmimi.

Afai e fa'aaauu fa'afitauli fa'afeso'ota'i lau alii/tamaitai tausima'i po o lau foma'i e fa'atalanoa ai.

E mafai fa'aapefea ona matou fesoasoani?

E ono pepa mo tausiga-patino o le Me and My Catheter o loo maua.

- Pepa 1 - O le ā le catheter ma aisea le mea ua ou fa'aaogaina ai?
- Pepa 2 - E faapefea ona ou tausia la'u catheter ma taga?
- Pepa 3 - E fa'aapefea ona ou suia le taga i le vae ma soso'o ai le taga e fa'aaogā i le po?
- Pepa 4 - E fa'aapefea ona ou foia faama'i?
- Pepa 5 - O le ā la'u mea e fai pe afai e iai se mea e tupu?
- Pepa 6 - E faapefea ona ou maua mai nisi meafaigaluega?

Afai e iai ni au fesili pe e te fia iloa nisi auala mo lou tausiga patino, fa'afeso'ota'i Bolton Clarke, le National Continence Helpline po o lau auaunaga fa'alesoifua maloloina fa'moemoeina.

hello@boltonclarke.com.au

www.boltonclarke.com.au

1300 22 11 22

National Continence Helpline 1800 33 00 66.
Auaunaga vili fua, tuuina mai e le Continence
Foundation o Ausetalia, e tuuina atu fa'amatalaga,
fautuaga ma le lagolago fa'alilolilo.

O lenei punaoa sa atina'eina i faiga fa'apaaga ma le Continence Foundation o Ausetalia.



O a'u ma la'u catheter (taga fea'uvai) E fa'aapefea ona ou maua mai nisi meafaigaluega?

How can I get more equipment?
Pepa o faamatalaga i le tausiga-patino 6

E fesoasoani alii/tamaitai tausima'i ina ia maua mea e te manaomia. Atonu e avatu fua isi mea ae e te ono totogia nisi mea. E faailoa atu e alii/tamaitai tausima'i mea e te manaomia ma pe fa'aapefea ona maua.

Meafaigaluega

- Catheter e.g: fa'aailoa mai le ituaiga / o le ā le telē
- Taga i le vae / alavai o le catheter
- Taga o le po / fagu e fa'aalu ai le vai
- Fa'amau o le catheter po o le isi
- Tu'ufa'atasiga o Pepa o le catheter
- Kulimi mo le tigā
- O Isi

Fa'amatalaga fa'aopoopo

Fesoasoani tau tupe

Setete

Malo o le Taupulega

Isi (NDIS, tu'ufa'atasiga o fa'amatalaga mo le tausiga, DVA)

Nofoaga e maua ai meafaigaluega

.....

E mafai faapefea ona matou fesoasoani?

E ono pepa mo tausiga-patino o le Me and My Catheter o loo maua.

- Pepa 1 - O le ā le catheter ma aisea le mea ua ou fa'aogaina ai?
- Pepa 2 - E faapefea ona ou tausia la'u catheter ma taga?
- Pepa 3 - E fa'aapefea ona ou suia le taga i le vae ma soso'o ai le taga e fa'aaogā i le po?
- Pepa 4 - E fa'aapefea ona ou foia faama'i?
- Pepa 5 - O le ā la'u mea e fai pe afai e iai se mea e tupu?
- Pepa 6 - E faapefea ona ou maua mai nisi meafaigaluega?

Afai e iai ni au fesili pe e te fia iloa nisi auala mo lou tausiga patino, fa'afeso'ota'i Bolton Clarke, le National Continence Helpline po o lou auaunaga fa'alesoifua maloloina fa'amoemoeina.

hello@boltonclarke.com.au

www.boltonclarke.com.au

1300 22 11 22

National Continence Helpline 1800 33 00 66.

Auaunaga vili fua, tuuina mai e le Continence Foundation o Ausetalia, e tuuina atu fa'amatalaga, fautuaga ma le lagolago fa'alilolilo.

O lenei punaoa sa atina'eina i faiga fa'apaaga male Continence Foundation o Ausetalia.

