

COOK ISLANDS



No Runga ua teia i te ioio'anga i a roto i toou kopu

timetobowelscreen.nz



Te Whatu Ora
Health New Zealand

**Te Kāwanatanga
o Aotearoa**
New Zealand Government

**Time to
screen**

National
Bowel
Screening
Programme

Tei roto i te teia puka te au tuatua no runga i te oviri o te ngakau, e te ioio'anga ia roto i te ngakau, e rave ia nei no te Basileia katoatoa ma te kore e tutaki. Te irinaki nei matou e, ka riro teia au akamaramara'anga e tauturu atu ia koe, ia koe e kimimkimi nei i toou manako, me ka inangaro koe i te piri mai ki roto i teia ioio'anga.

Ka akaari katoa atu teia puka i te puapinga o te ioio putuputu'anga i toou ngakau kia kitea vave'ia te oviri o te kopu, i te ou'anga, kia rava e kia rauka te tuatau no te rapakau atu i te reira. Ka akaari katoa atu teia puka i tetai au turanga tu-kau i kite ia ana i te tuatau ioio'anga o te ngakau.

! Me ka anoano koe i tetai au akamaramara'anga ke atu:

- tena te kupe roro uira timetobowelscreen.nz
- ringi atu i te numero tutakikore 0800 924 432
- imere atu i te imere info@bowelscreening.health.nz
- me kore ara komakoma atu ki toou Taote.



Contents

- 4** Eaa te Porokaramu National Bowel Screening
-
- 5** Eaa te ngakau?
Eaa te oviri o te ngakau?
-
- 6** Eaa te akairo o te oviri o te ngakau?
E maki kite putuputu ia ai nei te oviri o te ngakau?
Koai te mea kino roa atu me tu'ia e teia maki?
-
- 7** Eaa te pu'apinga o te ioio putuputu i te ngakau?
Eaa te akarakara'anga i te ioio ngakau?
-
- 8** Akapeea e rauka ei ia aku i te rave atu i teia akarakara'anga?
-
- 9** Ko te ioio'anga, ka tau no te au tangata kare e ngoie ana te akairo o teia maki i runga ia ratou.
Ko'ai tikai te ka tau no te komakoma atu ki to ratou Taote?
-
- 10** Koai kare e tau kia ioio ia atu no teia akarakara'anga?
-
- 11** Akapeea au e kite ei e, eaa tei kite ia mai mei roto i toku akarakara'anga?
Eaa te roa e rauka mai ei te te akakite'anga no te akarakara'anga?
Eaa te aiteanga me akakite ia mai e, kare e maki i roto toku ngakau?
-
- 12** Eaa te aite'anga me kite'ia mai te maki i roto i teia akarakara'anga?
-
- 13** Eaa te ka rave ia atu no te akarakara'anga Colonoscopy?
-
- 16** E manamanata ai nei tetai i roto i te Colonoscopy?
Ka tutaki ai nei au i te ioio'anga colonoscopy me kore ara tetai akarakara'anga ke atu?
Akapeea i reira me e Oviri tetai i roto i te ngakau?
-
- 17** Mei teaa te meitaki e kite ia mai ana mei roto mai i te ravenga rapakau o te Oviri o te ngakau?
Kua pou ai nei ia aku te au apinga ka anoano'ia?
-
- 18** Koai ka kite i toou akapapa'anga?
Me kare au e mareka ana i te raveraveanga no runga i te ioio'anga ia aku, ka akapeea au me akaari i toku marekakore?
-
- Back cover** Tetai au Akakitekite'anga ke atu

Eaa te Porokaramu National Bowel Screening?

E Porokaramu tutakikore kia kite vave'ia te oviri i runga i te ngakau.

E tuku ia ana teia i te au 2 mataiti rava rai, ki te au tane e te vaine, 60 - 74 mataiti, e tikaanga to ratou ki te au tuanga moni tauturu, no te oraanga meitaki o Aotearoa nei.

Ko te au tangata ka tau ki roto i teia akarakara'anga, ka tukuna ia atu:

- **Tetai Peapa patiangā**
- **Tetai peapa akatika'anga**
- **Tetai ko'u no te raverave atu'anga i taau tu'anga no teia ioio'anga i toou ngakau, ma te au akamaramara'anga e, ka akapeea i te rave atu'anga i teia.**

Mama ua teia i te rave mai mei te ngutu'are.

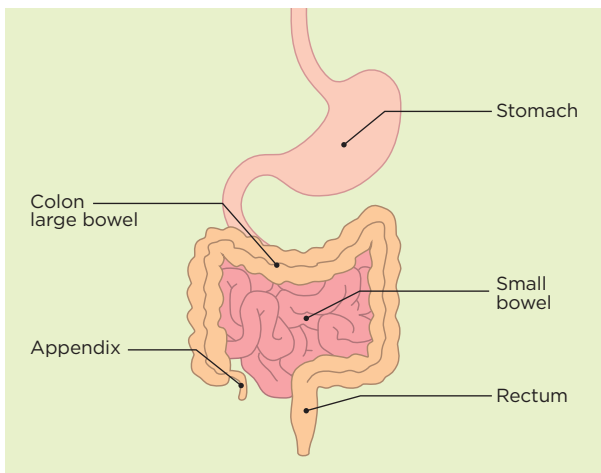
Ko te au tuatua no runga i te au tuanga tauturu o te oraanga meitaki, e koai ka tau no teia, tei runga teia i te kupe roro uira a Te Whatu Ora:

www.tewhaturora.govt.nz me kore ringi atu i te numero tutakikore **0800 924 432**.

Me kare rai koe e inangaro i te piri mai ki teia National Bowel Screening Programme, akakite mai kia matou na roto i te ringi'anga mai ia matou i runga i te numero tutakikore **0800 924 432**.

Eaa te ngakau?

Ko tetai ngai teia e taviri ana i te kai i roto i te kopu. Ko te tu'anga teia i rotopu i te Kopu e te puta toe. Ko te ngakau mamaata teia e te ngakau rikiriki e tae atu ki te puta toe. Ko te ara teia no te apai'anga mai i te tutae ki vao i te kopapa.



Eaa te oviri o te ngakau?

Ko te oviri o te ngakau, e kapiki katoa ia ana e ko te colon, rectal me kore colorectal cancer.

E tupu mai ana te oviri o te ngakau me viviki te tupu'anga o tetai au kiko tupu i runga i te ngakau. Me akamaki tetai au mero tango akatupu o te kopapa i roto i te ngakau, ka riro atu e kiko tupu i runga i te ngakau, e me tae rai tetai nga mataiti i te tupu'anga, ki riro mai e oviri.

Ka pou rai tetai tuatau roa e totoa atu ei teia oviri ki tetai au ngai ke atu o te kopapa.

Me putuputu te ioio'anga i te ngakau, o te au tangata tikai kare e ngoie ana te au akairo i te kite'ia i runga ia ratou, ka kitea vaveia te oviri o te ngakau, e ka mama atu i te rapakau atu.

Eaa te akairo o te oviri o te ngakau ?

Ko te au akairo o te oviri o te ngakau, koia ko:

- te tuke ka kite'ia i te au taime me titiko, te ka kite ia no tetai nga epetoma
- toto i roto i toou tutae

Noatu oki e, e kite ia ana teia au akairo mei roto mai i tetai au maki ke atu, **e meitaki rai e, kia aere atu koe aravei i toou Taote kia akarakara meitaki ia koe.**

E maki kite putuputu ia ai nei te Oviri o te ngakau?

Ko Aotearoa nei tetai ngai maata roa atu o te oviri o te ngakau. Ko te oviri o te ngakau te rua o te tu oviri kino roa atu i Aotearoa nei e matemate nei te tangata. I teia nei, mei tetai 3300 tangata i te mataiti e kite ia mai ana e, kua tu'ia e te Oviri o te ngakau. Ara atu i te 1200 i te mataiti e matemate nei no teia maki.

Koai te mea kino roa atu me tu'ia e teia maki?

E maata atu te Oviri o te ngakau e kite'ia mai ana i runga i te au tangata 60 mataiti e to runga atu, e maata atu ra i runga i te tanetini.

Na roto i te:

- kai anga i te au kai meitaki mei te kai raurau e te ua rakau
- akaetaeta uaua putuputu
- kare e kai avaava.

Me e tu ia ana koe e te au maki akaea i runga i

toou ngakau, me kore ara, e kite putuputu ia ana te oviri o te ngakau i rotopu i toou kopu tangata, penei e ka tu rai koe i te oviri o te ngakau. (atoro atu i te kapi 9 - 10).

Eaa te puapinga o te ioio putuputu i te ngakau?

Penei e kare e akairo i runga ia koe e kua tu'ia koe e te oviri o te ngakau. Inara ka riro te ioio'anga i toou ngakaua i te au rua mataiti rava rai ei paruru atu ia koe.

! Me kite ake koe i tetai ua atu akairo o te Oviri o te ngakau i runga ia koe, e mea puapinga roa atu kia komakoma atu koe ki toou Taote.

Eaa te akarakara'anga i te ioio ngakau?

Ko teia akarakara'anga National Bowel Screening Programme, kua kapiki'ia e ko te faecal immunochemical test (FIT). Ka kite mai te reira i tetai ua atu parapara toto i roto i tetai tanga ua o toou tutae. Penei e, e akairo akamatakite'anga teia e, e apinga tarevake tetai i roto i toou ngakau. Ka rave atu koe i tetai tu'anga no teia ioio'anga, i roto rai i toou ngutuare.





Ko teia tuanga tutakikore o te ioio'anga, ka rauka ua ia koe i te rave atu i te ngutuare.

Akapeea e rauka ei ia aku i te rave atu i teia akarakara'anga?

Rave viviki atu i teia tuanga. E mea puapinga kia rave atu koe i teia i roto i te ono marama, mei te tuatau i tae atu ei teia ko'u kia koe. Kare te ngai na ratou e ioio ana i te au para tutae e ioio atu i te au para tutae tei tae atu kia ratou i vao ake i te tuatau tei akataka'ia i runga i te ko'u.

No te rave atu i teia ioio'anga, ka anoano'ia koe kia:

- paraku i tetai tanga i toou tutae, na roto i te taangaanga atu'anga i te rakau i roto i te kou, ka tauru atu ei ki roto i te moina i roto rai i taau kou.
- tauru atu i teia moina ki roto i te puao e zip tona i roto i taau kou, e oti akakiki atu i te peapa no te ariki atu e kia rave ia atu teia ioio'anga.
- kua oti ua te tikiro i roto i taau kou i te tutaki'ia, no reira tuku viviki atu i toou para tutae.

Vaoo ua i teia kou ki roto i tetai ngai anuanu inara kare e anoano'ia ki roto i te fridge. Tuku atu i teia kou i taua ra rai i kiriti atu ei koe, me kore a te rao mai ra, i te mea oki e, me roa te vai'anga kare e meitaki akaou.

Ko te ioio'anga, ka tau no te au tangata kare e ngoie ana te akairo o teia maki i runga ia ratou.

! Ka meitaki te au tangata mei te 60 ki te 74 mataiti e kare e akairo o te Oviri o te ngakau, e kite ia atu ana i runga ia ratou, i te piri atu ki roto i teia ioio'anga o te ngakau.

Ko'ai tikai te ka tau no te komakoma atu ki to ratou Taote?

Te vai nei tetai au tangata, penei e, ka ngoie ua ratou i te tu'ia e te oviri o te ngakau.

Ko teia tetai au apinga e ngoie atu ei koe i te tu'ia e te Oviri o te ngakau koia:

- me tei roto teia maki i toou kopu tangata
- e tangata ou'ua tetai (raro ake i te 55 mataiti) i roto i toou kopu tangata tei tu ia ana e te oviri o te ngakau
- e turanga toou e toou kopu tangata e kitena ia ana i roto i to kotou tango akatu no te oviri o te ngakau
- kua roa rai koe, pou rai tetai 10 mataiti i te makimaki'anga no runga i tetai au turanga maki takake i roto i toou kopu.

Me tei ia koe tetai o teia au turanga manamanata i runga nei, e mea tau kia komakoma atu koe ki toou Taote no runga i te reira me atoro akakou atu koe iaia.

E mea tau e kia rave atu rai koe i te ioio'anga i toou ngakau, noatu e kare tetai o teia au turanga i runga nei e tukati atu kia koe.

Koai kare e tau kia ioio ia atu no teia akarakara'anga?

Kare teia ioio'anga o te ngakau e tau no te katoatoa. Kare koe e tau ki roto i teia ioio'anga me:

- tei runga ia koe te akairo o te Oviri o te ngakau (atoro atu i te kapi 6)
- me kua rave ia atu ana te ioio'anga colonoscopy ki runga ia koe i teia 5 mataiti i topa
- me te akarakara matatio ia nei koe no te kiko tupu me kore no te oviri o te ngakau
- me kua tu ia ana koe, me kore ara te rapakau ia nei koe mei te maki oviri o te ngakau
- me kua akaatea ia atu toou ngakau mamaata
- me te maki nei koe ma te ulcerative colitis me kore Crohn's disease
- te komakoma nei rai koe ki te Taote no runga i tetai au maki o te ngakau i teia tuatau.

Me kare i papu ia koe e me ka tau rai koe no teia ioio'anga o te ngakau, komakoma atu ki toou Taote.

Me kua rave ia ana te ioio'anga colonoscopy i roto i teia 5 mataiti i topa inara kare e parani tinamou no te reira i teia tuatau, me ka tika, aravei mai ia matou. Ka akara atu matou e kia tomo mai koe ki roto i teia porokaramu no tecolonoscopy me ka tau oki koe i te tomo mai....Ringi mai ia matou i runga i te numero tutakikore **0800 924 432**.



Akapeea au e kite ei e, eaa tei kite ia mai mei roto i toku akarakara'anga?

Ka atoro ia atu rai koe na roto i te meere me kore ara ka ringi atu toou Taote me kore Neti ia koe. Ka akamaramarama ia atu rai kia koe e, eaa tei kite ia mai mei roto i te ioio'anga i toou para tutae.

Eaa te roa e rauka mai ei te akakite'anga no te akarakara'anga?

Ka pou rai tetai toru epetoma i muri ake i toou tuku atu'anga i toou para tutae ki te ngai ioio'anga, e tae atu ei te akakite'anga no runga i te reira. Me kare toou akakite'anga i tae atu i roto i tera toru epetoma. Ringi atu i te numero tutakikore o te National Bowel Screening Programme **0800 924 432**, me kore ara imere atu **info@bowelscreening.health.nz**.

Eaa te aiteanga me akakite ia mai e, kare e maki i roto toku nagaku?

Me kare e apinga i kite'ia mai mei roto i te ioio'anga i toou para tutae, kare e kimikimi'anga oonu e anoano'ia i teia tuatau.

E mea puapinga e kia marama tatou e:

- ka kite'ia mai te toto i roto i te ioio'anga o toou para tutae, inara, te vai nei tetai au tu oviri kare e ta'e ana te toto i te au taime rava rai. Ko te aite'anga i reira, i tetai au taime, kare e kitena ia ana te oviri
- penei e ka akamata mai te oviri i te tupu mai, i muri ake i toou ioio'anga'ia.

No reira, e apinga puapinga te ioio putuputu i toou ngakau. Me tau rai koe no teia ioio'anga tutaki kore a teia nga mataiti ki mua, ka pati akaou ia atu koe kia piri mai.

! E mea puapinga e kia komakoma atu koe ki toou Taote, me kite ua ake koe i tetai ua atu akairo o te oviri o te ngakau i runga ia koe.

Eaa te aite'anga me kite'ia mai te maki i roto i teia akarakara'anga?

Me tae atu toou akakite'anga e, e maki tetai i kite'ia mai, kare e ko te akapapu'anga te reira e, ku tu'ia koe e te Oviri o te ngakau.

Ko teia ioio'anga, ka kite mai te reira i tetai ua atu



para toto i te roto ngakau (i roto i te tutae).

Ko teia au parapara toto i roto i te tutae, e tupu mai ana te reira mei roto i te au kiko tupu i runga i te ngakau me kore mei roto mai i tetai au ngai akamaki i roto, e i runga i te ngakau, e au turanga ngoie ua i te rapakau.

Kare teia au kiko tupu i te Oviri, inara me roa te vai'anga, ka akatupu mai i te Oviri. Ko te maata'anga o teia au kiko tupu, ka rauka ua i te akaatea mai ki vao i te tuatau e rave'ia atu ei colonoscopy. Me atea mai oki teia kiko ki vao, ka iti mai te kino no te akatupu i te oviri.

Me kite'ia mai te toto i roto i toou tutae, ko te akamata'anga ia i te kimikimi oonu atu e no'ea mai te reira. Ka na roto ua teia i te nenei'anga e te rapakau'anga colonoscopy (tei runga i te kapi 13). Na roto i te teia colonoscopy ka kite vave'ia te oviri, e i te maata'anga o te taime, ngoie ua i te rapakau.

Na toou Taote me kore Neti rai e atoro atu ia koe, no te akakite atu i tei kite'ia mai mei roto i te ioio'anga o toou para tutae. Na ratou rai e akakite atu e, eaa te au takainga ka anoano'ia kia rave ia atu.

Me e putuputu teia maki Oviri o te ngakau i roto i toou kopu tangata, penei e ka pati ia atu koe kia komakoma atu ki toou Taote me kore ara, ka tukuna ia atu koe ki te New Zealand Familial Gastrointestinal Cancer Service.

Eaa te ka rave ia atu no te akarakara'anga Colonoscopy?

Ko te colonoscopy, e rave ia ana teia e tetai au tangata kua tereni'ia no te raverave'anga i te rapakau'anga na roto i te tauru atu'anga i te au apinga rapakau na roto ua i tetai kata paipa, ka



tauru atu ei na roto ua i toou puta toe.

E nenei to te ope o teia kata paipa no te akarakara atu'anga ia roto i toou ngakau no te au ngai maki. Na roto i teia koia te colonoscopy kite ia atu ei e, me e kiko tupu me kore e oviri tetai i runga i te ngakau.

Me kite'ia mai tetai oviri, ka kavaru ia atu tetai ngai o te reira no te akarakara matatio'anga. Me e kiko tupu tetai i runga i te ngakau, ka tipu e ka akaatea ia atu te reira ki vao. Ka tuku ia atu te te kiko tupu e te para o te oviri ki ko i tetai ngai, kia rauka i te akarakara matatio atu ki roto i te reira.

Kare teia au kiko tupu i te oviri, inara me roa te vai'anga, mei tetai nga mataiti, ka riro mai e Oviri. Kare e mamae me akaatea'ia mai te kiko tupu me kore tetai tanga o te oviri mei roto mai i toou ngakau.



Ka rauka i te paruru atu mei tetai 7 i roto i te 10 tangata mei te maki oviri, me akaatea ia atu te kiko tupu mei roto i to ratou ngakau na roto i te au ravenga o te colonoscopy i raro ake i te Bowel Screening Programme.

Ka kite'ia mai na roto i te colonoscopy e, mei tetai 7 i roto i te 100 tangata i roto i teia National Bowel Screening Programme e, e oviri to ratou te ka anoano'ia kia rapakau ia atu.

E manamanata ai nei tetai i roto i te Colonoscopy?

Kua irinaki'ia e, ko te raverave'anga o te colonoscopy, e meitaki te reira. Inara, te vai nei tetai au turanga, ka taii rai mei tetai au ravenga rapakau ke atu.

Te vai nei tetai au turanga manako-kore'ia e ka ta'e ua te toto i te tuatau colonoscopy e akaatea ia mai ara te kiko tupu, me kore tetai tanga o te oviri o te ngakau, me kore i muri ake, e ka anoano'ia kia rapakau'ia.

Ka tutaki ai nei au i te ioio'anga colonoscopy me kore ara tetai akarakara'anga ke atu?

Me ka tau koe i te piri mai ki roto i te National Bowel Screening Programme, kare e tutaki te colonoscopy e te au au rapakau'anga ka anoano'ia mei roto atu i teia.

Akapeea i reira me e Oviri tetai i roto i te ngakau?

Me kitena'ia mai te Oviri o te ngakau i roto ia koe, ka tuku ia atu koe ki tetai Taote Takake. E vairakau ia ana te oviri o te ngakau me kite ia mai, inara i tetai au taime, e tamate ia ana ki te ata vera koia chemotherapy me kore te radiotherapy.



Mei teaa te meitaki e kite ia mai ana mei roto mai i te ravenga rapakau o te Oviri o te ngakau?

Me kite vave ia te oviri o te ngakau i te tuatau e ou ara rai te tupu'anga, ka ngoie rai te rapakau atu i te reira. Me kare ra e kite vave'ia ka ngata rai te rapakau'anga, e ka maata atu te au takainga e te au ravenga no te rapakau'anga i te reira.

Kua pou ai nei ia aku te au apinga ka anoano'ia?

E mea puapinga rai e kia marama meitaki koe no runga i te National Bowel Screening Programme i mua ake ka piri mai ei koe ki roto, no te ioio'anga atu i te turanga o toou ngakau.

Me ka inangaro koe i te kite oonu atu ki roto i te National Bowel Screening Programme:

- atoro atu [timetobowelscreen.nz](https://www.timetobowelscreen.nz)
- ringi atu **0800 924 432**
- imere atu info@bowelscreening.health.nz

Koai ka kite i toou akapapa'anga?

Me kite ia mai te maki i roto ia koe, ka koikoi ia mai toou au akapapa'anga mei ko mai i toou Taote e pera to roto i te au Punanga Rapakau i atoro atu ana koe. Ka riro teia e akaaiteite'anga na te au Taote kia marama ia atu te turanga o teia maki e tona tupu'anga.

Noatu e ka koikoi ia mai toou akapapa'anga, ko toou turanga maki ua ka mou'ia, kareka tetai au apinga ke atu ka akaari mai e koai koe, ka takore ia atu te reira kia muna rai toou akapapa'anga i raro ake i te papa ture Privacy Act 2020.

Me kare au e mareka ana i te raveraveanga no runga i te ioio'anga ia aku, ka akapeea au me akaari i toku marekakore?

I raro ake i te Code of Health and Disability Services Consumers' Rights, e tikaanga toou i te tuku atu i tetai akapekapeka'anga no tetai ngai taukore taau i kite atu ki runga ia koe mei roto atu i teia porokaramu.

Me ka inangaro koe i te tuku atu i tetai akapekapeka'anga no runga i tetai ua atu tuanga o te raverave'anga o te angaanga i raro ake i teia porokaramu, ringi atu i te numero tutakikore a te National Bowel Screening Programme

0800 924 432, me kore imere

info@bowelscreening.health.nz.

Ka rauka katoa mai tetai au akamaramarama'anga mei konei atu i te Opati o te Health and Disability Commissioner. Me kore ringi atu **0800 112 233** me kore ara atoro atu i te kupe roro uira

www.hdc.org.nz.

Tetai au Akakitekite'anga ke atu

No tetai ua atu apinga taau ka anoano no runga i te National Bowel Screening programme:

- atoro atu i te kupe roro uira
timetobowelscreen.nz
- ringi atu i te numero tutakikore **0800 924 432**
- imere atu **info@bowelscreening.health.nz**
- me kore, komakoma atu ki toou Taote.

timetobowelscreen.nz



National
Bowel
Screening
Programme

Te Whatu Ora
Health New Zealand

Te Kāwanatanga o Aotearoa
New Zealand Government