



MĀORI



# Ko ngā kōrero mō te whakamātautau whēkau

[timetobowelscreen.nz](http://timetobowelscreen.nz)



**Te Whatu Ora**  
Health New Zealand

**Te Kāwanatanga  
o Aotearoa**  
New Zealand Government

**Time to  
screen**

National  
Bowel  
Screening  
Programme

Kei roto i tēnei pukapuka he pārongo mō te mate pukupuku whēkau me ngā whakamātautau whēkau hai āwhina i a koe ki te whakaaro mēnā rānei ka uru atu koe ki te kaupapa kāore nei he utu mō te Hōtaka Whakamātautau whēkau o te Motu.

Ka whakamārama pēhea nei te rite tonu o ngā whakamātautau e āwhina ai ki te hopu tōmua i te mate pukupuku whēkau, kia momoho te rongoātia ōna, ka tuku hoki i ngā pārongo o ngā painga me ngā tūraru o te whakamātautau whēkau.



Mēnā e hiahia pārongo ana anō koe:

- haere ki te pae tukutuku [timetobowelscreen.nz](http://timetobowelscreen.nz)
- waea atu ki te nama utukore, ki te 0800 924 432
- imēra ki [\*\*info@bowelscreening.health.nz\*\*](mailto:info@bowelscreening.health.nz)
- me kōrero rānei ki tō tākuta.



## Contents

- 4** He aha te Hōtaka Whakamātautau whēkau o te Motu?  
He aha te whēkau?
- 
- 5** He aha te mate pukupuku whēkau?
- 
- 6** He aha ngā tohumate o te mate pukupuku whēkau?  
He rite tonu pēhea nei te mate pukupuku whēkau?  
Ko wai ka tūraru ake?
- 
- 7** He aha e whakahirahira nā te rite tonu o te whakamātautau whēkau?  
He aha te whakamātautau whēkau?
- 
- 8** Me pēhea tāku whakamahinga o te whakamātautau?
- 
- 9** Mā te hunga kāore nei he tohumate ngā whakamātautau  
Me kōrero a wai ki tō rātou tākuta?
- 
- 10** Me kaua a wai e mahi i te whakamātautau whēkau?  
Ka pēhea au e riro ai taku hua?
- 
- 11** Hei āhea au e riro ai taku hua?  
He aha te tikanga o te korenga o ētahi tohu i tautuhia?
- 
- 12** He aha te tikanga o te tautuhia o ētahi tohu?
- 
- 13** Me aha mō te karu whakarahi kōpiro?
- 
- 14** He tūraru i te karu whakarahi kōpiro?  
Me utu au mō te karu whakarahi kōpiro mō ētahi atu whakamātautau, rongoā rānei?
- 
- 15** Ka aha mēnā kua pāngia au e te mate pukupuku whēkau?  
Ka momoho pēhea nei te rongoā o te mate pukupuku whēkau?
- 
- 16** Kei a au ngā pārongo katoa?  
Ka taea e wai aku pārongo te rapu?
- 
- 17** Mēnā kāore au e ngata ana ki te ratonga i riro ai, ka pēhea taku amuamu atu?
- 
- Back cover** Ki hea haere ai kia rapu pārongo anō

## He aha te Hōtaka Whakamātautau whēkau o te Motu?

He hōtaka kāore nei he utu tēnei hai āwhina ki te kite i te mate pukupuku whēkau.

E tukuna ana i ia rua tau ki ngā tāne me ngā wāhine kua ono tekau tau te pakeke tae noa ki te whitu tekau mā whā te pakeke e māraurau ana mō te pūtea tūmatanui o te ratonga hauora.

Ka tukuna ki a rātou e māraurau ana:

- **he reta pōhiri.**
- **he puka whakaae.**
- **he kete whakamātautau whēkau kāore nei he utu, me ngā tohutohu e mōhio ai ki tāna whakamahinga.**

Ka whakamahia te whakamātautau ki te kāinga, he māmā noa iho hoki te whakamahinga.

Kei te pae tukutuku o Te Whatu Ora ngā pārongo mō te hunga e māraurau ana mō te pūtea tūmatanui o ngā ratonga hauora:

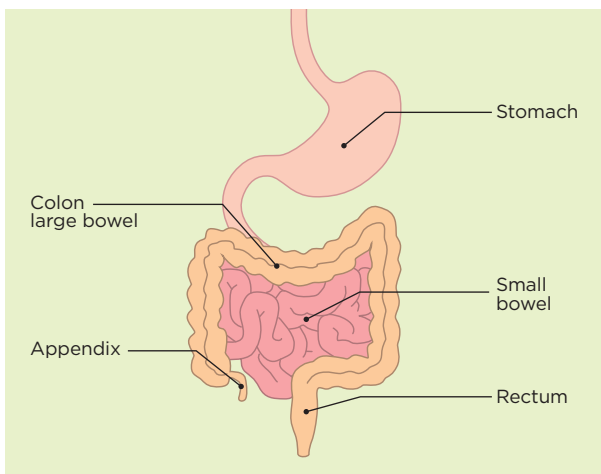
**[www.tewhatauora.govt.nz](http://www.tewhatauora.govt.nz)** ka waea atu rānei ki te **0800 924 432**.

Mēnā kāore koe e hiahia ana kia uru atu ki te Hōtaka Whakamātautau whēkau o te Motu, tēnā, waea mai ki a mātou ki te nama utukore, ki te **0800 924 432** ka whakamōhio mai ai.

## He aha te whēkau?

He wāhanga nō te pūnaha nakunaku kai te whēkau. Ko tāna he hono i te puku ki te kumu (kei raro) me te āwhina i te para (e kī ana ko te tiko, ko

te roke rānei) kia wehe i te tinana. He mea hanga te whēkau ki te whēkau iti me te whēkau nui me te tero.



## He aha te mate pukupuku whēkau?

E karangahia ana hoki te mate pukupuku whēkau ko te mate pukupuku ki te kōpiro rānei, ki te tero rānei, ki te kōtero rānei.

Ka tīmata te mate pukupuku whēkau ka tipu tūperepere ana ngā pūtau o te whēkau. Ka huri ngā pūtau hai polyp (he papatipu) ka huri hoki ētahi o ngā polyps hai mate pukupuku i roto i ngā tau e heke mai nei.

Ka roa pea te wā i mua i te tipuranga me te horahanga o te mate pukupuku ki ētahi atu wāhanga o te tinana.

Ko te rite tonu o te whakamātautau whēkau o te hunga kāore noa iho e pāngia ana e ngā tohumate he āheinga kia rapu, kia rongoa tōmua i te mate pukupuku whēkau.

## He aha ngā tohumate o te mate pukupuku whēkau?

I te nuinga o te wā ko ngā tohumate pea o te mate pukupuku whēkau ko ēnei:

- he panonitanga o ō haerenga ki te heketua ka haere tonu mō ngā wiki e hia kē nei.
- he toto i roto i ō roke.

Ahakoia hangaia ai ēnei tohumate e ētahi atu raru, **he mea whakahirahira kia whakamātauria e tō tākuta.**

## He rite tonu pēhea nei te mate pukupuku whēkau?

He nui ake te pāpātanga o te mate pukupuku whēkau ki Aotearoa nei i tā te ao whānui.

Ko te mate pukupuku whēkau te tuarua o ngā pūtake matua mō ngā matenga i te mate pukupuku ki Aotearoa.

He nui ake i te 3300 tāngata kua pāngia e te mate pukupuku whēkau i ia tau, he nui ake hoki i te kotahi mano rua rau ka mate i te tahumaero.

## Ko wai ka tūraru ake?

I te nuinga o te wā ka pāngia te hunga kua pakeke ake i te ono tekau tau te pakeke e te mate pukupuku whēkau, he rite tonu anō hoki mō ngā tāne tērā i ngā wāhine.

Ka taea e koe te tipu o ngā tūraru o te mate pukupuku whēkau te whakatāharahara mā te:

- whiringa kai hauora pērā i ngā hua rākau, hua whenua me te weu.
- rite tonu o te korikori tīnana.
- auahi kore.

Mēnā kua pāngia rawatia koe e te mate mumura whēkau, mēnā rānei he hītori ā whānau tāu o te mate pukupuku whēkau ka kaha ake pea tō tūraru e tipuria ai te mate pukupuku whēkau.

## He aha e whakahirahira nā te rite tonu o te whakamātautau whēkau?

Karekau pea he tohu whakaōhiti e mōhiotia ai te pāngia ōu e te mate pukupuku whēkau. Heoi anō, mā te whakamātautau whēkau i ia rua tau e roa ake ai pea ngā rā o tō te tangata ao.

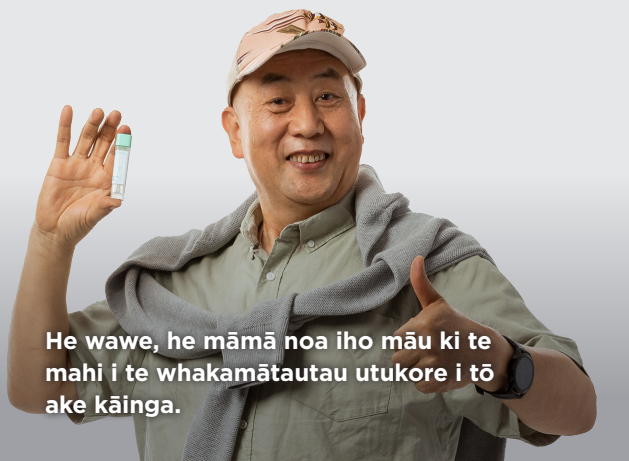
**!** Mēnā ka puta mai ngā tohumate o te mate pukupuku whēkau me mātua kōrero atu koe ki tō tākuta.

## He aha te whakamātautau whēkau?

Ko te whakamātautau e whakamahia nei e te Hōtaka Whakamātautau whēkau o te Motu he Faecal immunochemical test (FIT).

Ka kitea pea he koroiti toto i roto i ō tīpakotanga roke.

He tohu whakaōhiti tōmua pea tēnei e raru ana tō whēkau. Māu anō te whakamātautau e mahi ki tō ake kāinga.



He wawe, he māmā noa iho māu ki te mahi i te whakamātautau utukore i tō ake kāinga.

## Me pēhea tāku whakamahinga o te whakamātautau?

Me wawe te whakamahinga o te whakamātautau. He mea whakahirahira kia mahi koe i tō whakamātautau i mua i te paunga o te ono marama o tō whiwhinga. Kāore e taea e te taiwhanga ngā tukanga whakamātautau te rere mēnā kua hipa atu i te rā mōnehu.

Hai whakamahinga māu mō te whakamātautau me:

- kohikohi he paku tīpakotanga o ō roke mā te rākau whakamātautau, ka whakahoki ai ki roto i te ngongo.
- rau i te tīpakotanga ki te pēke whakamau, me te puka whakaae kua tohua ki te rā, kua oti hoki.
- wawe te tuku atu ki roto i te kōpaki whakahoki kua utua kētia, kua tukuna hoki.

Waiho te tīpakotanga ki tētahi wāhi kōtao tae noa ki te wā ka tukuna. Ehara i te mea me waiho ki te pouaka mātao.

Tukua te whakamātautau i te rā i mahia ai, i te rā whai muri rānei, kei pīrau tō tīpakotanga i te takaroa.



## Mā te hunga kāore nei he tohumate ngā whakamātautau

**!** Ko te nuinga o ngā tāngata kua ono tekau tau te pakeke tae noa ki te whitu tekau mā whā tau te pakeke kua kore nei ngā tohumate o te mate pukupuku whēkau ka taea te whakamātauria

## Me kōrero a wai ki tō rātou tākuta?

Ka nui ake pea te tūraru o ētahi tāngata mō te tipu i te mate pukupuku whēkau.

Ko ngā momo tūraru:

- kei a koe e rua nui ake rānei o ngā whanaunga tata kei te taha ōrite o te whānau kua pāngia kētia e te mate pukupuku whēkau.
- kei a koe he whanaunga tata kua pāngia e te mate pukupuku whēkau i te pūhoutanga o tōna pakeke (kei raro iho i te rima tekau tau te pakeke).
- kei a koe me tō whānau he mate ā ira e mōhiotia ana arā, te mate pukupuku whēkau.
- i pāngia rawatia koe e te mate mumura whēkau pērā i te ulcerative colitis nui ake i te tekau tau te roa.

Mēnā kei a koe tētahi o ēnei momo tūraru me kōrero koe ki tō tākuta hai tō pekanga atu anō.

**Me mahi tonu koe i te whakamātautau whēkau,** ahakoa tonu kotahi noa o ēnei momo tūraru e hāngai nei ki a koe.

## Me kaua a wai e mahi i te whakamātautau whēkau?

Kāore i te tika te whakamātautau whēkau hei whai mā te katoa. Me kaua koe e uru atu ki te hōtaka whakamātautau whēkau mēnā:

- kei a koe ngā tohumate o te mate pukupuku whēkau.
- i riro kē i a koe te karu whakarahi kōpiro i roto i te rima tau kua hipa.
- kua uru atu ki tētahi hōtaka e mātai ana i te whēkau polyp (he papatipu), i te mate pukupuku whēkau rānei.
- i pāngia, e rongoātia nei rānei i te mate pukupuku whēkau.
- i tangohia tō whēkau nui.
- kei a koe te 'Ulcerative colitis' te Crohn's disease rānei e karawhiua tonutia ana.
- e kitea ana tō tākuta i ngā raru whēkau.

Mēnā kāore koe i te tino mōhio e tika ana rānei te whakamātautau whēkau hei whai māu, me kōrero koe ki tō tākuta.

Mēnā i riro kē i a koe te karu whakarahi kōpiro i roto i te rima tau kua hipa, kāore noa iho hoki te rite tonu o ngā karu whakarahi kōpiro e maheretia ana māu, tēnā whakamōhiohia mai. Mā mātou koe e pōhiri anō kia uru mai anō ki te hōtaka mēnā koe ka māraurau tonu, e rima tau mai i te wā i riro ai i a koe tō karu whakarahi kōpiro. Waea mai ki te nama utukore, ki te **0800 924 432**.

## Ka pēhea au e riro ai taku hua?

Ka whakapāngia koe me tō hua, ka whakamārama ai he aha te aha māu. Ka riro hoki pea i a koe he waea mai i tō tākuta, i tētahi nēhi rānei.



## Hei āhea au e riro ai taku hua?

Ka riro i a koe tō hua whakamātautau i roto i te toru wiki o te whakahokinga atu o tō kete whakamātautau whēkau kua oti kē. Ki te kore koe e riro tō hua i roto i te toru wiki, tēnā waea atu ki te Hōtaka Whakamātautau whēkau mā te waea utukore, ki te **0800 924 432**, imēra atu rānei ki te [info@bowelscreening.health.nz](mailto:info@bowelscreening.health.nz).

## He aha te tikanga o te korenga o ētahi tohu i tautuhia?

Mēnā e kitea ana tō kore e pāngia e te mate, he tohu tēnei i te korenga ōu e mate ki te whai mātai atu anō.

He kōrero whakahirahira:

- ka kitea pea e te whakamātautau he toto i roto i ō roke, kāore hoki ētahi mate pukupuku e toto i ngā wā katoa. Nō reira ka mahue pea te kitenga o te mate pukupuku.
- ka timata te putanga mai pea o te mate pukupuku whēkau kei waenga i ngā whakamātautau.

Nā konā e hirahira nei te rite tonu o te whakamātautau whēkau. Ka pōhiritia anō koe ki te whakamātautau hei te rua tau, mēnā koe ka māraurau.



**Mēnā ka puta ngā tohumate o te mate pukupuku whēkau ahakoa te wā, me mātua kōrero atu koe ki tō tākuta**

## He aha te tikanga o te tautuhia o ētahi tohu?

Ehara pea i te mea nā te tautuhia o ētahi tohu kua pāngia rawatia koe e te mate pukupuku whēkau.

Ka kitea pea e te whakamātautau he koroiti toto i roto i ō roke.

I te nuinga o te wā, ka puta ngā koroiti toto i ngā momo polyps (he papatipu), i ētahi atu āhuetanga ririki rānei pērā i te 'Haemorrhoids' e māmā noa iho nei te rongoātia.

Ehara ngā polyps i te mate pukupuku, engari ka tipu pea hei mate pukupuku i ngā tau e heke mai nei.

Mēnā he tohu ka tautuhia, me mātai anō koe. I te nuinga o te wā he whakamātau karu whakarahi kōpiro te momo o te whakamātautau. Ka rapu tōmua te karu whakarahi kōpiro i te mate pukupuku whēkau, i te nuinga o te wā ka momoho te rongoātia ōna.

Ka whakapāngia koe e tō tākuta, e tētahi nēhi rānei e kōrerohia ai ō hua me ngā momo whakamātautau anō e tika ana hei whai māu.

Mēnā he hītori ā whānau tāu o te mate pukupuku whēkau ka tohua pea koe kia kite i tō tākuta, ka tukuna rānei koe ki te 'New Zealand Familial Gastrointestinal Cancer Service'.



## Me aha mō te karu whakarahi kōpiro?

Ko te tikanga o te karu whakarahi kōpiro ka raua e tētahi mātanga hauora he ngongo rauti ki tō kumu.

He pū whakaahua iti kei te pito o te ngongo e whakamahia ana kia mātai atu ki ngā taha o tō whēkau, kia kite rānei mēnā he raru. Mā te karu whakarahi kōpiro e tautohu ai mēnā kei reira ngā polyps (he papatipu) me ngā mate pukupuku.

Mēnā kua rapua he mate pukupuku ka tangohia he tīpakotanga koroiti, mēnā kua rapua he polyps i te nuinga o te wā ka tangohia.

Ka tukuna ngā tīpakotanga, ngā polyps rānei kua tangohia ki te taiwhanga e tātarhia ai i ngā mate pukupuku.

Ehara ngā polyps i ngā mate pukupuku, engari ka huri pea hei mate pukupuku i ngā tau e heke mai nei. I te nuinga o te wā he mamaekore te tango i te tīpakotanga, te tango rānei i te polyps.

**Ko tōna whitu i te ngahuru tāngata kua riro kē te karu whakarahi kōpiro hei wāhanga nō te Hōtaka Whakamātautau whēkau o te Motu, kua pāngia e te polyps, mēnā ka tangohia ka aukati pea i te putanga o te mate pukupuku.**

**Ko tōna whitu i te kotahi rau tāngata kua riro kē te karu whakarahi kōpiro hei wāhanga nō te Hōtaka Whakamātautau whēkau o te Motu, kua pāngia e te mate pukupuku, ko te nuinga hoki me whai rongoā.**



## He tūraru i te karu whakarahi kōpiro?

Ko te tikanga ia he haumarua noa te tukanga o te karu whakarahi kōpiro. Heoi anō, pērā i te nuinga o ngā tukanga hauora, i ētahi wā ka puta he raru.

He iti noa te tūraru o te tukanga karu whakarahi kōpiro ake, o te tango rānei o ngā polyps, ka taumaha ake te rere o te toto, ka kino rānei tō whēkau nō reira me whai rongoā anō.

## Me utu au mō te karu whakarahi kōpiro mō ētahi atu whakamātautau, rongoā rānei?

Mēnā koe ka māraurau kia uru atu ki te Hōtaka Whakamātautau whēkau o te Motu, he utukore te karu whakarahi kōpiro me ngā momo whakamātautau anō, ngā rongoā hoki i roto i te pūnaha hauora tūmatanui.



## **Ka aha mēnā kua pāngia au e te mate pukupuku whēkau?**

Mēnā kua pāngia koe e te mate pukupuku whēkau ka tukuna koe ki tētahi mātanga.

Ko te poka te rongoā matua mō te mate pukupuku whēkau. I ētahi wā ko te hahau, ko te haumanu iraruke rānei ka tuku hei whai māu.

## **Ka momoho pēhea nei te rongoā o te mate pukupuku whēkau?**

Ka kaha ake ngā tūpono o te rongoā o ngā tāngata kua pāngia tōmua e te mate pukupuku whēkau. Mēnā kua kitea tōmuri te mate pukupuku i tōna taumata whatutoto, ka uaua ake te rongoā.

## Kei a au ngā pārongo katoa?

He mea whakahirahira kua tino whai mōhio koe ki ngā wāhanga katoa o te whakamātautau whēkau i mua i tō urunga atu ki te Hōtaka Whakamātautau whēkau o te Motu, me te mahi hoki i te whakamātautau.

Mō ētahi pārongo anō i te Hōtaka Whakamātautau whēkau o te Motu:

- haere ki te pae tukutuku  
**[timetobowelscreen.nz](http://timetobowelscreen.nz)**
- waea atu ki te nama utukore, ki te  
**0800 924 432**
- imēra ki **[info@bowelscreening.health.nz](mailto:info@bowelscreening.health.nz)**

## Ka taea e wai aku pārongo te rapu?

Ka kohikohia ngā pārongo o ētahi atu aromatawai anō, rongoā rānei āu i ngā ratonga hauora tūmatanui, tūmataiti hoki e whakamahia ai kia arotake i te Hōtaka Whakamātautau whēkau o te Motu.

Ka kohikohia, ka whakaputuria, ka tukuna, ka marorotia hoki ngā pārongo whaiaro me ngā raraunga, kia whāia ai ngā tikanga e hāngai nei ki te Ture Tūmataiti 2020.



## Mēnā kāore au e ngata ana ki te ratonga i riro ai, ka pēhea taku amuamu atu?

E ai ki te 'Code of Health and Disability Services Consumers Rights' e āhei ana ki te whai huarahi e tukua ai te amuamu e pai ai koe.

Mēnā koe e hiahia amuamu ana i tēnei hōtaka, i te ratonga rānei i riro ai i a koe, tēnā waea atu ki te Hōtaka Whakamātautau whēkau o te Motu, ki te **0800 924 432**, imēra atu rānei ki **[info@bowelscreening.health.nz](mailto:info@bowelscreening.health.nz)**, e mōhio ai koe ki ngā pārongo mō ngā whiringa pai ake hei whai māu.

Kei te tari hoki o Te Toihau Hauora, Hauātanga ētahi pārongo anō. Waea atu ki te nama utukore, ki te **0800 112 233** haere rānei ki te pae tukutuku **[www.hdc.org.nz](http://www.hdc.org.nz)**.







## Ētahi pārongo anō

Mō ētahi pārongo anō i te Hōtaka Whakamātautau whēkau o te Motu:

- tēnā haere ki te pae tukutuku  
**[timetobowelscreen.nz](https://timetobowelscreen.nz)**
- waea atu ki te nama utukore, ki te  
**0800 924 432**
- imērā atu ki **[info@bowelscreening.health.nz](mailto:info@bowelscreening.health.nz)**
- me kōrero rānei ki tō tākuta.

**timetobowelscreen.nz**



National  
Bowel  
Screening  
Programme

**Te Whatu Ora**  
Health New Zealand

**Te Kāwanatanga o Aotearoa**  
New Zealand Government