

## Pe a fafaga i susu o le tinā

O le lē inuina o le ava malosi o se auala saogalemū mo lau pepe pe a fafaga i susu o le tinā.

E ui atu le ava malosi i le suasusu o le tinā. Pe a fafaga i le suasusu o le tinā, e filogia le ava malosi i le susu e tutusa ma le filogia i lou toto.

E tasi le ipu pia masani e mafai ona to'a i le susu mo le o'o atu i le lua itula.

E mafai ona a'afia le fai'ai ma le maea alio o le pepe pe ā filogia le ava malosi i totonu o le suasusu o le tinā lea e fa'aaauau le tuputupu a'e ina ua fanau mai.

O le ava malosi e ono vaivai ai le tafe o le suasusu ma mafua ai le lē filemū o lau pepe.

E mafai ona e faaaogaina le polokalame Feed Safe app e iloa ai le taimi e mamā ai le suasusu mai le ava malosi.

## O mea ia manatua

- E le tatau ona e inuina le ava malosi pe a fai ua e ma'itō poo afuafua le ma'itaga.
- O le taimi e amata ai ona e taumafai o le taimi lea e tuu ai lau inu.
- O le ava malosi e te inumia i so'o se la'asaga o le ma'itaga e alu sa'o i lau pepe ma e mafai ona fa'aleagaina ai le tuputupu a'e o le fai'ai, tino ma totoga.
- Atonu e faafitauli ia te oe ona taofi le inu o le ava malosi – afai o lea, e tūa atu le saili ose fesoasoani mai lau GP, faatosaga poo le foma'i mo tinā ma'itaga.
- E saogalemu le lē inu a'o fafaga i susu o le tinā.

Afai e iai sou popolega e uiga i se mataupu sa lāgā e tatau ona e talanoa i lau foma'i, faatosaga poo foma'i mo tinā ma'itaga.

## Mo nisi faamatalaga ma lagolago

A'oa'o atili e uiga i le ava malosi, ma'itō, fafaga i susu o le tinā ma FASD

[everymomentmatters.org.au](http://everymomentmatters.org.au)

Pregnancy, Birth and Baby Helpline (Laina fesoasoani mo Ma'itō, Fanau mai, ma Pepe)

**1800 822 436**

NOFASD Australia Helpline (NOFASD Laina fesoasoani Ausetalia)

**1800 860 613**

National Alcohol and Other Drug Helpline (Laina fesoasoani mo le Ava malosi ma isi Fuala'au i le Atunu'u)

**1800 250 015**

Ta'iala a Ausetalia mo le faaitiitia o tulaga lamatia o le soifua maloloina mai le inu ava malosi

[nhmrc.gov.au/alcohol](http://nhmrc.gov.au/alcohol)

Australian Breastfeeding Association ( Asosi Fafagaina i susu o tinā Ausetalia)

**1800 686 268**

Feed Safe App

[feedsafe.net](http://feedsafe.net)

# fare

Atiina'e e le Foundation for Alcohol Research and Education – FARE ( Faavae mo Su'esu'ega ma A'oa'oga o le ava malosi). Faamaonia ma fa'atupeina e le Matagaluega Soifua Maloloina o le Malo Ausetalia.

A'oa'o atili e uiga i le FARE i le [fare.org.au](http://fare.org.au)

Lomiga - 2021

## Faamatalaga atonu ete lei malamalama e tusa i le

# ma'itō ma le

# ava malosi

# fare

O le ma'itō o se taimi fiafia, o le taimi e fia iloa ai e tagata po'o le a le mea latou te faia ia mautinoa ai le tumau i le soifua maloloina ma amata ai se olaga manuia o le pepe.

Afai ua e tō poo ua afuafua se ma'i tō, e tāua le aua le inuina se ava malosī. O fautuaga a le itutino Ausetalia o taitaia le soifua maloloina ma suesuega fa'afomai, le Soifua Maloloina a le Atunuu ma Suesuega Faafomai Faaitumalo, e faapea:

### **Pe afai ua e ma'itō poo afuafua se ma'itō, e le tatau ona e inu ava malosī.**

E mafua ona, i la'asaga uma o le ma'itaga, so'o se ava malosī e te inuina e alu sa'o i lau pepe. O le inuina o le ava malosī a'o maua oe i le ma'itaga o le a fa'aleagaina ai le tuputupu a'e o le fai'ai, tino ma totoga o le pepe.

### **Tulaga lamatia mai le inuina o le ava malosī a'o feagai ma ma'itaga**

O le inuina o le ava malosī a'o feagai ma ma'itaga e maua ai i tulaga lamatia oe ma le tuputupu a'e o lau pepe, e aofia ai:

- Fa'ateleina le tulaga lamatia o le ma'i fafano
- Fa'ateleina le tulaga lamatia o le fanau mai ua maliu, fanau lē au ma le maualalo o le mamafa
- Fa'ateleina le tulaga lamatia i le fa'aleagaina o le tuputupu a'e o le fai'ai, tino ma totoga o le pepe ma
- Faaletonu o pepe i manava ona o ava malosī (Fetal Alcohol Spectrum Disorder (FASD)).

### **E uiga i Faaletonu o pepe i manava ona o ava malosī (Fetal Alcohol Spectrum Disorder poo FASD)**

FASD o manaoga faapitoa o le olaga atoa e afua mai i a'afiaga ona o le ava malosī ao feagai ma ma'itaga. O le toatele o tagata e maua i le FASD e leai ni fa'aailoga va'aia, peitai e toatele e iai le potu masani i lu'itau nei:

- E tuai le tuputupu a'e faaletino ma lagona loloto
- Fa'aletonu le tautala ma le tuputupu a'e i le gagana
- Faafitauli o le a'oa'oina, mo faataitaiga faigata ona manatua se mea, ma
- Faigata ona pulea le amio.

O tagata e maua i le FASD e maitauina le tele o lu'itau ma manaomia ai le lagolago i aso uma.

### **Talanoa i lau GP, poo foma'i o tinā ma'itaga poo faatosaga**

Afai sa e inu ava malosī ae e te le'i iloa ua e ma'itō ma ua popole ai, po'o iai sou faafitauli ia taofi lau inu, e mafai ona e talanoa i lau foma'i, fa'atosaga poo le foma'i o tinā ma'itaga.

E to'atele tagata ua talanoa iai le fomai faapitoa o le Soifua maloloina e uiga i le ava malosī. E mafai ona latou taliina au fesili ma tuuina atu faamatalaga i auaunaga i totonu o lou laufanua e lagolago ai oe ma lau pepe.

E lē tuai pe afai e taofi lau inu ava malosī a'o feagai ma le ma'itaga. A'o faagasolo lou ma'itaga o lo'o tuputupu a'e ma ola le pepe.

### **A'o afuafua se ma'itaga ma ua ma'itō**

O le taimi ua amata ona afuafua le ma'itō o le taimi foi lea e tatau ona taofi ai lau inu ava malosī.

O le toatele o tagata latou te lē iloa le taimi e ma'itō ai, o le ala lea e tāua ai le taofi o le inu ava malosī pe a amata ona e taumafai.

E mafai foi ona afaina le fanautama a se paaga ona o le ava malosī ma umi ai ona afuafua le ma'itō.

Atonu e fesili tagata pe aisea ua e lē toe inu ai. Afai e te le'i sauni e faasoa atu faapea o loo e taumafai ia e ma'itō poo ua e tō, e mafai ona e faapea atu:

- O lo'o o'u i luga o se kiki fa'ale soifua maloloina ma ua ou lafoa'i le ava malosī
- Leai faafetai, Oute lē inu nanei
- O taeao lo'u aso tele, e leai faafetai.

Afai e te fiafia e ta'u i tagata, e faigofie ona e fai atu "Leai faafetai, o lo'o o'u taumafai e maua sa'u pepe" poo "Leai faafetai, o lenei ua ou ma'itō".

Atonu e filifili foi lau pa'aga, uo poo le aiga e taofi le inu ava malosī e lagolagoina ai oe.

Afai e faafitauli ia te oe ona taofi pe faaititia lau inu, e mafai ona e talanoa i lau foma'i, faatosaga poo foma'i mo fafine ma'itaga mo se lagolago.

