



Fa'alavelave fa'afuase'i o nifo

O lo'o fa'amatala mai i lenei pepa o mea moni le mea e fai pe a tupu se fa'alavelave fa'afuasei i nifo.

O fa'alavelave fa'afuasei nifo e aofia ai:

- Nifo tigā
- Tatae, gau & mavetevete
- Fa'a'au'au & fulafula
- Tiga o le auvae
- O se nifo ua tu'i
- U laugutu po'o alafau
- Mafatiaga o soft tissue & tafetotoi

Nifo tigā

- Muamua fa'amama le gutu i se vai mafanafana e aveese ai otaota.
- Afai o i ai se fula, tu'u se momi malulu i fafo o le alafau (aua le fa'aaogaina le vevela).
- Ia inu le paracetamol nai lo le aspirin, ona e fa'amanifinifi ai le toto i le aspirin.
- Aua le tu'uina le aspirin i luga o le aulamu po'o le nifo tiga O lenei mea e mafua ai ona mu solo vaivai.
- Ia vave ona saili se togafitiga nifo.

Nifo ua tu'i

Afai e pa'ū ese se nifo tumau, e mafai ona fa'asaoina ae e manaomia ona vave faia se gaoioiga Mulimuli i la'asaga nei:

- Ia to'a ma su'e le nifo.
- Taulima na o le pito i luga o le nifo (o le pale). Aua lava nei taofia le nifo i ona aa.
- Aua le salu, milimili pe aveese soo se fasi solo mai le nifo.
- Ia mautinoa ua mama le nifo. Afai e palapala le nifo, faamama i le susu pe faapuupuu foi i le vai. Ae, e mafai e le o ona ona susu lemu le nifo e ui e le fautuaina lenei mea mo tamaiti laiti po o tagata matutua o e ua le iloa, i le tei pe le o to'a atoatoa ma galulue faatasi.
- Ia toe toto vave le nifo i totonu o le socket ma taofi le nifo i le tulaga.
- Afai e le mafai ona toe totoina le nifo, ia susu e ala i le fa'atofuina i le susu (ae le o le vai), fa'amau i se afifi palasitika, pe tu'u i le gutu o le tagata e anaina i autafa o le alafau (pe afai e mafai e le tagata e anaina).
- Aua le fa'atagaina le nifo e matutu.
- Saili vave se togafitiga nifo (e taua tele le taimi).



Afai ua tu'i ese se nifo o se pepe, aua le taumafai e sui. O le toe fa'apipiina o se nifo pepe ua tuitui mai e mafai ona fa'aleagaina ai le nifo matua o loo tuputupu ae. Saili vave se togafitiga nifo ina ia mafai ona pulea soo se mafatiaga i laugutu ma ivi 'i'u ma tiga e fesootai ai.

O atimalie, gau'i ma mavetevete

Afai e tatae se nifo, ia vave ona saili se togafitiga o le nifo ua gau pe ua tae.

Afai e itiiti lava le tatae po o le gau'i ma e leai se mafatiaga o solo vaivai ma leai se tiga, aua le popole. Saili ni togafitiga nifo. Afai e sili atu ona tele le fa'aleagaina o le nifo, va'ava'ai mo so'o se faailoga o le 'piniki' aua o lenei mea e fa'ailoa mai ai ua fa'aalia le neura. Afai e aliali se neura, ia vave ona sa'ili se togafitiga o le nifo. O le fa'atuai o togafitiga atonu o lona uiga o le a le mafai ona fa'asaoina le nifo.

U laugutu po'o alafau

E mafai ona utia se laugutu po o se alafau a o aai, ona o se taunuuga o le pau po o le maea ai o se vailaau faagaetia i le lotoifale. Afai e susu, utia pe milimiliina se laugutu po o se alafau, e mafai ona faaleagaina e aunoa ma le iloaina e le tagata mama'i. O le vaega ua faaleagaina e masani lava ona foliga mai o se mumu vailaau leaga ma atonu e sesē le suesueina o lea tulaga. Pe a toe foi atu le lagona i le eria, atonu e matua tiga lava. E ono tupu foi le fulafula ma le siama. Fa'aaoga se laugutu po o se alafau ua utia i le fa'amamaina o le gutu mafanafana, ma le vai masima e faamalolo ai (afa sipuni tifato o le masima i se ipu vai mālūlū). Saili se togafitiga mai se foma'i nifo pe afai e tupu se siama.

O le 'afu ma le fulafula

O abscesses nifo o ni fula e tumu i le pus e mafua mai i le siama i totonu o se nifo, siama o le pulu (e taatele i le periodontitis) ma/po o le mafatia i le nifo. E masani ona tiga le tino, ae e lē o taimi uma. O le abscesses nifo e mafai ona mafua ai le fulafula o foliga ma/po o le fa'ateleina o fatupuipui o le lymph. I nisi o tulaga e seāseā tupu, o le fa'ama'i o le nifo e mafai ona fa'apogaia ai le fa'ateleina o le siama ma e ono lamatia ai le ola. Mo le abscesses nifo:

- Pulea le tiga i fuala'au e maua mai i le fale talavai. Ia inu lenei mea i le ala masani ma aua le fa'aaogaina fuala'au i le abscess lava ia.
- Fa'aaoga ni momi malulu e fesoasoani e pulea ai le fulafula.
- E ono tu'uina atu e se foma'i po'o se foma'i nifo ni vaila'au e fa'aititia ai le siama, ae peita'i, o le a lē aveesea e vaila'au e fa'aaoga le pogai o le siama.
- Saili vave se togafitiga nifo. O le abscess o le a le fa'amaloloina ia lava, ma o vaila'au fa'ama'i e le foia le fa'afitauli.
- E mana'omia vave ona togafitia e se foma'i nifo po'o se foma'i ia fulafula o foliga.

Mafatiaga o solo vaivai ma le tafetotoi

Manu'a ma le tafetoto i laugutu, alafau po'o aulamu e tataua ona togafitia e pei ona taua i lalo:

- Fa'aaoga se fusi mama po o se solosolo ua gaugau i le manua ma fa'aaoga le malosia mausali.
- Nofo i lalo ma fa'atumauiina le mamafa mo le itiiti ifo ma le sefulu minute. Aua le taoto i lalo.
- Afai e lē mafai ona pulea le tafetoto'a, ia vave sa'ili se foma'i.



- Fa'aaoga se momi malulu e fa'aitiitia ai le fulafula ma le tiga.
- Saili se foma'i nifo po'o se foma'i mo fautuaga fa'afomai.
- Fa'aoga le mululu gutu masima se'ia toe lelei le manu'a e fa'aitiitia ai le lamatiaga o le fa'ama'i (afa sipuniti o le masima laulau i se ipu vai mafanafana).

Tiga o le auvae

Afai o lo'o i ai se fa'afitauli i lou taumafa po o le tatalaina o lou gutu ona o le tiga o le auvae, pe o'o foi i le tiga o le auvae pe a ala, saili se togafitiga fa'afomai po o se togafitiga nifo. E tāua i se foma'i nifo po o se foma'i ona iloa le pogai o le tiga o le auvae.

Ina ia fa'aitiitia le tiga o auvae i se taimi pu'upu'u, fa'aaoga se compress malulu pe inu ni fuala'au e tetee ai i le fulafula.

Mo nisi faamatalaga

- Fa'afesootai lau foma'i nifo
- Asiasi www.health.qld.gov.au/oralhealth
- Valaau 13 SOIFUA MALO'I (13 43 25 84) mo fautuaga e le faalauaitelaina o le soifua maloloina i le 24 itula o le aso, fitu aso o le vaiaso
- Imeli oral_health@health.qld.gov.au