

E tūhono ake ai koe ki te NZBMDR, me tuku rawa i tētahi waeine toto i tētahi Pokapū Ratonga Tuku Toto o Aotearoa (NZBS).

E rapu ai koe i te pokapū tuku toto tūtata ki a koe, ki te whakarite toronga tuku toto rānei, waea ki 0800 GIVE BLOOD (0800 448 325) haere rānei ki www.nzblood.co.nz.

Kia rēhita koe hei kaituku, ka tāurua te rekoata o tō momo pūtautau ki tētahi pātengi raraunga ā-ao.

Ka whakapā anake te NZBMDR ki a koe mēnā ka tautohua koe hei tūpono tauritenga ki tētahi tūroro.

Matataputanga

Ka noho muna ū taipitopito whakapā. Ka tāurua tō momo pūtautau, tō pakeke, tō ira me tō mātāwaka ki te NZBMDR me tētahi waehere tau. Ko tō waehere tautohu motuhake anake, me ngā taipitopito ira, hauora hoki ka tukua ki ngā pokapū huaranga whaimana. E kore e tukua ū taipitopito whaiaro ki tētahi i waho ake o te NZBMDR, ki te kore koe e whakaae ake.

Ka taea e au te whakarerekē i ōku whakaaro?

Mēnā ka whakapā atu ki a koe hei tūpono kaituku, tērā pea ka mate koe ki te whakakāhore i tō tūnga, nā runga i te māuiui, ngā take ā-whānau, ā-mahi rānei. Mēnā e hīkaka tonu ana koe ki te tuku ki te tūroro, ka whakahaeitia he aromatawai hauora e tētahi mātanga motuhake, māna e whakamārama i te tukanga me te whakautu i ngā pātai. Ki te whakaae tonu koe kia haere tonu, ka whakaritea he rā ki te kohi i ngā pūtau mongamonga. Kia tīmata te tūroro i ngā haumanu matū, iraruka rānei/hoki, hei patu i ō rātou mongamonga ake, he waiwai tonu kia whiwhi ia i te mongamonga ora i te wā e tika ana.

He utu anō ki a au?

Ko te utu matua ki a koe ko te wā. Mā te NZBMDR e utu i ngā utu e pā ana ki te tuku pūtau taketake, tae atu ki ngā utu rongoā, tūnuku me te wāhi noho mō kōrua ko tētahi kaitautoko.



Mēnā kei waenga i te 18-35 tau tō pakeke Tērā pea ko koe te kaiwhakaora o tētahi atu

Tēnā hono ake ki te NZ Bone Marrow Donor Registry. Tērā pea ko koe te kaitohu o te ora me te mate o tētahi tangata e tatari ana ki te huaranga mongamonga.

Mō ētahi atu mōhiohio, haere ki
www.bonemarrow.org.nz
whakapā mai rānei ki a mātou
Waea: 0800 800 256, (09) 523 5756 rānei
Wāhitau pōhi: PO Box 74 336, Tāmaki Makaurau 1546
Īmēra: nzbdmr@nzblood.co.nz



**I ia tau, he tokomaha
te hunga kua kohuratia
me te mate rūkīmia
me ētahi atu mate
ā-toto nui.**

**Noho ai ko te huaranga
mongamonga anake te
huarahi whakaoranga.**



Ko te NZ Bone Marrow Donor Registry (NZBMDR) he wāhanga o te whatunga ā-ao o te hunga kua tū hei kaitūao ki te tuku pūtau mongamonga ki te kite mēnā e taurite ana ki te hunga e hiahia ana i te huaranga mongamonga.

Me āta whakaaro, me āta wānanga hoki te tangata i mua o te whakatau ki te tūhono ake ki te NZ Bone Marrow Donor Registry.

Tēnā āta pānuitia ngā mōhiohio i mua o te whakatau ki te hono ake ki te rēhita.

Ka taea e koe te hono ake ki te rēhita mēnā:

- kei waenga i te 18 - 35 tau te pakeke
- e tutuki ana i a koe ngā herenga a Te Ratonga Toto o Aotearoa ki te tuku toto
- e hiahia ana ki te tuku mongamonga ki tētahi tūroro huri noa i te ao

Me tino tata te tauritenga ā-ira o te kaituku me te kaiwhiwhi, i runga anō i te 'momo pūtautau'. I te mea he take tuku iho te momo pūtautau, taurite ai ngā tūroro ki ngā whanaunga tata, engari kotahi anake i roto i te toru tūroro e whiwhi ana i te karanga whanaunga taurite (momo pūtautau). Ki te kore e kitea he tauritenga i roto i te whānau, hei reira ka tīmata te rapu i tētahi kaituku ehara i te kiri whanaunga. He nui ake te taurite o te tūroro ki tētahi atu o tōna ake mātāwaka, o tōna ake whakapapa rānei.

Ka taea te whakamātautau i ahau mō te tangata anake e mōhio ana ahau?

Ko ngā whanaunga tata anake ki te tūroro ka whakamātauria mō tētahi tangata motuhake. Ahakoa ka whakahihikotia koe nā te pānga o te mate ki tētahi tangata tūtata ki a koe, he tino iti rawa te tūpono taurite o ū mongamonga ki a ia. He mea nui tonu kia mōhio koe, he tino tokomaha ngā tūroro e hiahia ana i ngā huaranga pūtau taketake. Mā te tūhono ki te NZBMDR, ka tohua pea koe ki te āwhina i tētahi tūroro kei wāhi kē o te ao.

E āhei ana ngā tūroro Pākehā ki ngā kaituku e hia miriona o Uropi kei runga i ngā rēhita o te ao, engari kei ngā manomano noa iho ngā tūpono kaituku Māori, o Te Moana-nui-a-Kiwa rānei. Kāore hoki e tino nui ngā kaituku o ētahi atu mātāwaka o Aotearoa.

I te wā nei e rapu ana mātou i ngā uri whakapapa Māori, o Te Moana-nui-a-Kiwa, me ētahi atu mātāwaka tokoiti o Aotearoa.

Ka pēhea te kohi i ngā pūtau mongamonga taketake?

Ko te mongamonga te pūtautau kei roto i ngā pakohu kōiwi e hanga ana i te pūtau taketake, otirā ka kōhure ake ki ngā momo pūtau toto katoa. Kāore e kohia ū kōiwi ake i roto i te mahi tuku mongamonga, engari ko te kohinga kē o ngā pūtau taketake ka tipu i roto i ngā kōiwi. E rua ngā huarahi o te kohi i ngā pūtau mongamonga taketake:

1. Te kohinga pūtau taketake i te Toto ā-Tinana (PBSC)

I te nuinga o te wā he tino iti noa te rahi o ngā pūtau taketake mai i te mongamonga e hurihuri haere ana i roto i tō rerenga toto. Hei whakapiki ake i te rahi, ka werohia tētahi matū āhua rite ki te taiaki, e karangatia ana he G-CSF ki raro i te kiri, i ia rā, mō te whā rā, i mua o te kohinga.

Ka kohia te toto i tētahi ia-auraki o tō kikopuku (āhua rite ki te tuku toto), ka rere ki tētahi pūrere whakawehē pūtau, otirā ka tango tērā i ngā pūtau taketake. Kātahi ka whakahokia ngā toenga toto ki tō tinana. He āhua toru ki te whā hāora te roa.

He aha ngā mōrearea mōku?

I te nuinga o te wā, kāore he whakararu o te G-CSF, engari he wā anō ka mamae ngā kōiwi, ka ānini rānei te māhunga i ngā werohanga, engari ko te rongoā ko te paracetamol. Kua roa ngā tau e whakamahia ana te G-CSF e ngā tūroro me ngā kaituku.

2. Kohinga pūtau taketake i te Papatoiake

Ka taea hoki te kohi i ngā pūtau taketake i te mongamonga i ngā kōiwi papatoiake mā te ngira me te pūwero, i raro i te rongoā whakarehu. Ka āhua rua hāora te roa o te poka. He rerekē ngā wā whakamātūtū engari ka taea ai e ngā kaituku te hoki ki te kāinga i te rangi i muri mai, me te hoki anō ki ngā mahi o ia rā, i muri o te rua ki te toru rā. He tino tere te tipu anō o te mongamonga hei whakakapi i ngā pūtau i kohia.

He aha ngā mōrearea mōku?

Ko ngā mōrearea o te tuku pūtau taketake mā tēnei huarahi, he ōrite ki ngā mōrearea e pā ana ki te whakamahinga o ngā rongoā whakarehu. He tino iti te tūponotanga o te whakararu nui i roto i te tangata pakari, engari tērā pea ka pā te paipairuaki, ka marū, ka mamae rānei/hoki te tangata mō ētahi rā.