

NDSS
National Diabetes Services Scheme
An Australian Government Initiative

Maualalo o le suka i le toto: ta’iala vave

O le ā le uiga o le maualalo o le suka i le toto?

- O le maualalo o le kulukose i le toto (suka) o le tulaga lea pe a pa’ū i lalo ifo o le 4.0 mmol/L.
- E ta'ua fo‘i lenei tulaga o le hypoglycaemia, po o le hypo.
- E le o tagata uma e maua i le ma‘i suka e o’o i le tulaga e matua pa‘ū ai le suka o le toto. Fesili i lau foma‘i pe afai o e lamatia.

Fa’ailoga e iloa ai ua pa‘ū maualalo le suka o le toto

Afai e te maitauina se tasi o nei fa'ailoga, siaki i le taimi nei le kulukose (suka) i lou toto.

- Lagona le vaivai, gatete po o le tetete o le tino
- Afu tele
- Tau mama le ulu pe lagona le ta’avilivili o le ulu
- Tiga o le ulu
- Faigata ona taula‘i le mafaufau
- Lagona le fia 'ai
- Lagona le ma’igi’igi o foliga
- Suiga i le va'ai

Ia e tauave pea ni mea togafiti e fesoasoani e fa'aitiitia ai le maualalo o le suka i le toto

- 2 pe 3 ituaiga o māsoā vave ona liua e fai ma suka i le toto
- Mea'ai mama o māsoā e fa’agese le liua o le suka i le toto
- Meafaigaluega e siaki ai le suka o le toto
- O se pusa tui o le hormone glucagon, pe a fautuaina e lau foma‘i

NDSS Helpline 1800 637 700
ndss.com.au

Version 1.0.0, 1 May 2026. 002945-NDSS_SA
Additional version and governance information for this material is maintained by the NDSS and is not shown in this document.

diabetes australia
The NDSS is administered by Diabetes Australia

Tulaga maualalo o le suka i le toto: ta'iala vave

Vave togafiti pe a maualalo le suka i le toto

> Afai e pa'ū lau suka o le toto i lalo ifo o le 4.0 mmol/L, fa'amolemole mulimuli i la'asaga o lo'o fa'amatalaina i lalo.

La'asaga 1: Tausami le 15 kalama o māsoā e vave lona gaioiga.



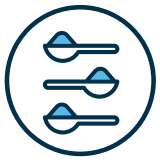
6 lole ituaiga o le jellybeans

po'o le



150 ml sua o fualaau ‘aina

po'o le



3 sipuni ti suka

La‘asaga 2: Fa’atali mo le 15 minute, ona toe siaki lea o le maualuga o le suka i lou toto.



Afai e tumau pea i lalo ifo o le 4.0 mmol/L: toe fai **La‘asaga 1**



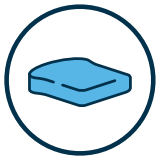
I luga atu o le 4.0 mmol/L: aga’i i le **La’asaga 3**

La’asaga 3: Taumafa pe inu le 15 kalama o māsoā e fa’agese le liua o le suka i le toto pe afai e sili atu i le 15 minute le umi o fa’atali mo le isi taumafataga.



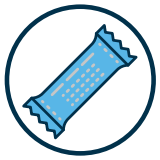
Fasi fualaau ‘aina

po'o le



Fasi falaoa

po'o le



Pā muesli

- Afai e iai ni ou fa'ailoga ae e lē mafai ona e siakiina lou suka i le toto, e sili ona e togafitia e pei o lo'o maualalo lou suka i le toto.
- Afai e matua pa'ū tele ifo le suka i le toto, e ono e matapogia ai ma mana'omia loa se fesoasoani fa’afuase’i fa'afoma'i.

Fa'afefea ona fa'aitiitia lou tulaga lamatia

- Aua ne'i misia pe fa'atuai au taumafataga masani
- Talanoa i lau foma'i e uiga i le fetu’una'i o au taumafa po'o au vaila'au pe a e faia fa'amalositino
- Afai e te inu i le ava malosi, e lelei le inu ma le fa'autauta ma ia inu fa'atasi ma meaai
- Afai o e ma'i ma e le mafai ona 'ai, taumafai e miti vai inu e iai le suka po’o le māsoā.

Ta’u atu i isi le auala e mafai ona latou fesoasoani atu

- Ta'u atu i tagata o lo'o si'omia oe (aiga, uō, galuega) pe fa'apefea ona iloa fa'ailoga o le pa'ū maualalo o le suka i le toto, ma le auala e mafai ona latou fesoasoani ia oe.
- Ta'u ia i latou e **aua ne'i avatua ni mea'ai po'o ni meainu ia te oe pe a e matapogia pe le iloa se mea**.
- Peita’i, ia vave vala'au i le 000 mo se fesoasoani fa'afuase'i.

Le NDSS ma oe

Ina ia e maua nisi punaoa (e aofia ai ma faamatalaga i lau lava gagana), fa’aata le QR code, aga’i i le **ndss.com.au** pe vala‘au le **NDSS Helpline 1800 637 700**.

Manatua: O lenei fa'amatalaga o lo'o tu'uina atu e fai ma ta'iala lautele. E le tatau ona suia pe suitulaga i fautuaga fa'apitoa mai lau foma'i po'o se isi tagata tomai fa'apitoa i le soifua maloloina. Afai e iai ni ou popolega e uiga i lou soifua maloloina, po o ni isi fesili, fa'afeso'ota'i lau foma'i po'o se isi tagata tomai fa'apitoa i le soifua maloloina.

Version 1.0.0, 1 May 2026. 002945-NDSS_SA
Additional version and governance information for this material is maintained by the NDSS and is not shown in this document.