

Type 2 diabetes: a quick guide - Samoan | Gagana fa'a Sāmoa

# Ituaiga ma'isuka numera 2: ta'iala vave

## O leā le ituaiga ma'isuka numera 2?

O le ituaiga ma'isuka numera 2 o le tulaga lea ua tele le kulukose (suka) i lou toto.

## E fa'afefea ona iloa le ituaiga ma'isuka numera 2?

O le ituaiga ma'isuka numera 2 e iloa i le su'ega o le toto. Talanoa i lau foma'i pe a iai ni auga poo ni tulaga lamatia.

## Oā āuga o le ituaiga ma'isuka numera 2?

### O āuga o le ituaiga ma'isuka numera 2 e ono aofia ai:



Fia inu ma inu tele



Alu soo i le fale lē tā'ua mo feau vai



Lagona le lelavā ma le vaivai o le tino



Papala poo lavea e lē pe



Nenefu le vaai



Mageso ma ma'i o le pa'u



Tigā poo le maini i vae poo alofivae

O isi tagata e ono leai ma ni aūga.

## O ai e lamatia i le ituaiga ma'isuka numera 2?

### Tulaga lamatia mo le ituaiga ma'isuka numera 2 e aofia ai:



Tala fa'asolopito o lou aiga



A'o le'i suka



Lē tō'aga



Fa'aopopoina tausaga



Luga atu o le mamafa maloloina



Fa'afitauli i ala fanau



Ma'isuka i le ma'itaga



O nisi o fualau o le mafaufau

O nisi aganuu e maualuga le lamatiaga i le maua o le ma'isuka ituaiga numera 2. E aofia ai tagata e iai o latou pito Apoliki ma Torres Strait, e fa'apena fo'i Asia i Sautesasa'e, Initia, Sasa'e Tutotonu, Aferika i Matū, Pasefika ma Europa i Saute.

Saili lenei punaoa i le  
[ndss.com.au/samoan](http://ndss.com.au/samoan)

## E fa'afefea ona puleaina le ma'isuka ituaiga numera 2?

O le ma'isuka ituaiga numera 2 e puleaina i le ai i meaai paleni ma le fa'amalositino e le aunoa.

Pe a mae'a sina taimi, e te ono mana'omia fualau e maualalo ai le suka (fualau inu poo tui).

A'o fa'atupuina le ma'isuka, o nisi tagata o le a mana'omia tui inisulini e fesoasoani e tausi le tulaga o le suka i le mea e tatau ona iai.

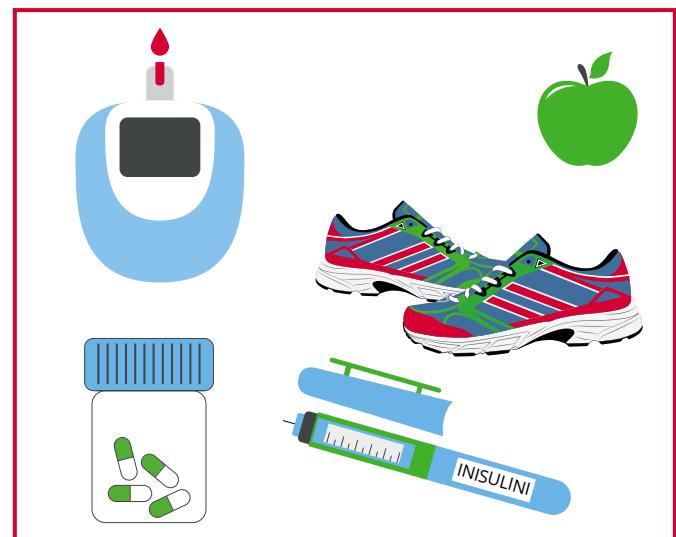
O nei mea e tāua mo le soifua maloloina lelei ma fa'aitiitia le lamatiaga o tugā o le ma'isuka, e pei o le ma'i fatu, fa'aleagaina o ou mata, fatuga'o, uaua, poo vae.

## O ai e mafai ona fesoasoani i lou ma'isuka?

O le vaaia o le ma'isuka o se galuega fai fa'atasi e aofia ai oe, lou aiga, o au uo ma foma'i.

### Alaga'oa

Afai e te mana'o i nisi fesoasoani i le vaaiga o le ma'isuka, alu i le [ndss.com.au/samoan](http://ndss.com.au/samoan).



### O foma'i e mafai ona fesoasoani ia oe:

- » Lau foma'i
- » tausi soifua
- » faiaoga i le ma'isuka
- » foma'i fa'apitoa o le ma'isuka
- » tagata fa'apitoa i meaai
- » tagata e faia toleniga
- » foma'i tipitipi
- » foma'i nifo
- » foma'i mata
- » foma'i talavai
- » faufautua, tagata faigaluega lautele poo foma'i o le mafaufau

### O le NDSS ma oe

E tele auaunaga ma le lagolago o loo maua i le NDSS e fesoasoani ia oe e tausia lou ma'isuka. E aofia ai fa'amatalaga i le puleaina o le ma'isuka e ala i le Laina fesoasoani a le NDSS ma le upega tafa'ilagi. O oloa, auaunaga ma polokalame o a'oa'oga o loo maua e mafai ona fesoasoani ia oe i le vaaia lelei o lou ma'isuka.