



He pātai, he whakautu hoki mō te rongoā āraimate KOWHEORI-19

He rauemi tēnei mā ngā tāngata whai i te ora, mā ngā tāngata mātau ā-wheako me ō rātou whānau, mā te hunga hoki e mahi ana i ngā ratonga hauora hinengaro me ngā ratonga waranga.

Kei tēnei rauemi ngā pātai me ngā whakautu a te hunga kua pā he raru ā-hauora hinengaro, ā-waranga hoki mō te rongoā āraimate KOWHEORI-19. Kua ahū mai ngā kōrero i tētahi uiui i whakahaerehia e Changing Minds me tētahi wānanga i te ipurangi i tū rā i te Hūrae, i te tau 2021. He mea whakahaere te wānanga nā Tākuta Edwin Reynolds nō te Immunisation Advisory Centre, ā, he mea tautoko nā [Whāriki](#) me ngā toa o Equally Well. He mihi tēnei ki a rātou i whai wāhi mai ki tēnei rauemi mō ngā pātai e rite tonu nei te pātaitia.

Kei raro nei, kei ngā wāhanga e whai nei, ngā pātai me ngā māharahara matua i tautuhia ai:

1. Ko te āhua o te whakawhanake i te rongoā āraimate, ko te āhua o tāna mahi me ōna pānga āpiti.
2. Ko te āhua o te pāhekoheko a te rongoā āraimate ki ētahi atu mea e kainga ana e au.
3. Ko te whiwhi i tētahi rongoā āraimate, i tētahi whakamātautau mate KOWHEORI-19 rānei me ngā rōpū mātāmua
4. Ko ngā wheako kua pā ki te ohu mahi.
5. Ko te whakatau i ngā whakapōhēhē, te whakamahea i ngā māharahara me te whakaū i te whakapono.

Mā te rongo, ka mōhio; Mā te mōhio, ka mārama; Mā te mārama, ka mātau; Mā te mātau ka ora.

Nō te Ākūhata o te tau 2021 te whakahoutanga whakamutunga o tēnei rauemi.

1. Ko te āhua o te whakawhanake i te rongoā āraimate, ko te āhua o tāna mahi me ōna pānga āpiti.

- E tino waimarie ana tātou i Aotearoa i tā tātou tuku haere i te rongoā āraimate KOWHEORI-19 mRNA, e mōhiotia ana e te nuinga o tātou, ko te rongoā āraimate o Pfizer, ko te Comirnaty™ rānei. Hei tā ngā rangahau, ā mohoa nei, he tino kaha tēnei rongoā āraimate ki te ārai atu i te mate KOWHEORI-19 (94%), he iti noa iho ōna pānga āpiti, waihoki karekau he āwangawanga ā-hauora mō te tuku i te rongoā āraimate nei ki te hunga e kai ana i ētahi atu rongoā, e hapū ana rānei.
- Mai i te tīmatanga o te tau 2020, ko te KOWHEORI-19 te tuatoru o ngā pūtake e mate ai te tangata, puta noa i te ao.* He mea nui kia mōhio tātou ki te pākaha o te huaketo nei, kia tiakina hoki te hunga e whakaraerae katoa ana.
- Nā te mea he hunga tātou kua pā he raru ā-hauora hinengaro, ā-waranga hoki, kua kino kē te pāngia o ō tātou hauora tinana, waihoki te roa e ora ana. Ki te pāngia tātou e te mate KOWHEORI-19, he kaha te tūpono ka tino māuiui tātou. Ko te rongoā āraimate te huarahi pai katoa hei tiaki i a tātou me ō tātou whānau i te mate KOWHEORI-19.
- Kei a koe te tikanga mēnā koe ka whiwhi i te rongoā āraimate, kāore rānei. He mea nui tonu kia mau i a koe me tō whānau ngā mōhiohio katoa** me ngā tautoko e hiahia ana kia pai ai tō whakatau.

Nā te aha i tino wawe ai te whakamātau me te whakaae ki te rongoā āraimate?

- Kua tino pakari ake te pūtaiao mai anō i ngā tau tōmua o te whakawhanake rongoā āraimate, ā, arā ētahi tino ekenga i roto i ngā hoahoanga, inarā, kei mua te ihu o ngā rongoā āraimate hou ake, arā, o te mRNA me ngā rongoā rauropi. Kua hia tekau tau e whakawhanakehia ana ngā hangarau e tuarā ana i te rongoā āraimate KOWHEORI-19. Nō reira, i te hiahiatanga ake ki tētahi rongoā āraimate KOWHEORI-19 kua oti kē ētahi o ngā mahi, me te aha, i wawe ake te whakawhanake tonu me te whakamātau i te rongoā āraimate ki te tangata.
- He nui ngā tahua pūtea hei tautoko i te mahinga mai o te rongoā āraimate e ahu mai ana i ngā tōpito katoa o te ao, ā, i mahi ngātahi ngā kairangahau, i tohatoha hoki rātou i ngā raraunga ki te whakawhanake tonu i te rongoā āraimate. Nā konā i tere ai te kokenga o te rangahau mā te piki i ngā aukati e pōrori ai te kokenga i te nuinga o te wā.
- Kāore i whāia te ara poka i roto i ngā mahi, ā, ko aua tikanga tonu rā o te whakamātau i te marutau me te whaitaketanga o tētahi rongoā āraimate i whāia. • Medsafe carefully reviewed the vaccine data before making the decision to approve the use of this vaccine in New Zealand.
- I āta arotake a Medsafe i ngā rauraunga mō te rongoā āraimate i mua i tāna whakaae kia whakamahia tēnei rongoā āraimate i Aotearoa. E mātai tonu ana a Medsafe i ngā taunakitanga ā-motu, ā-ao whānui anō hoki mō te marutau me te whaitaketanga o tēnei rongoā āraimate.

*<https://www.aarp.org/health/conditions-treatments/info-2021/covid-death-rate.html>

**Kua whakarite te Manatū Hauora i ētahi rauemi māmā te pānui hei āwhina i ngā whānau kia mārāma ai rātou ki te tukanga tuku rongoā āraimate: [Before getting a vaccine](#); [After getting a vaccine](#)

He aha ngā pānga āpiti ka puta mai pea, ā, ka pēhea te roa o aua ngā pānga āpiti?

- Karekau he pānga āpiti, he ngāwari noa iho rānei ngā pānga āpiti ki te nuinga o ngā tāngata. Ko ngā pānga āpiti e mōhiotia nuitia ana, ko te mamae o te wāhi i werohia ai te ringaringa ki te rongoā āraimate, ko te kotiuuru, ko te kirikā, ko ngā tohu o te rewharewha me te paipairuaki anō hoki. Kotahi, e rua rā rānei te roa o ēnei pānga āpiti i te nuinga o te wā..
- Ko te pūtake o ngā pānga āpiti, ko tō pūnaha awhikiri e whakatika ana ki te tiaki i a koe i ngā pokenga e heke mai ana.
- Me uaua ka puta mai he tauhohenga taumaha, pēnei i te tauhohenga pāwera.

He aha i kino ake ai ngā pānga āpiti i muri i te weronga tuarua ki te rongoā āraimate?

- Ka kino ake pea ngā pānga āpiti i muri i te weronga tuarua i te mea kua kaha ake te urupare ā-awhikiri a tō tinana. Heoi anō, kāore te katoa e pāngia e ngā pānga āpiti kino ake i muri i te weronga tuarua.
- Mā te whiwhi i ngā weronga e rua e kaha noa ake ai te tiakina ōu me tō whānau i te mate mēnā koe ka pāngia e te mate KOWHEORI-19, nā te mea kua kaha ake te rite o tō pūnaha awhikiri ki te ārai atu i te mate.

Arā ētahi pānga āpiti tauroa?

- Neke atu i te whā piriona ngā rongoā āraimate KOWHEORI-19 kua tukuna, puta noa i te ao whānui, i ngā whenua 190 neke atu. E whakamahia ana te rongoā āraimate o Pfizer i ngā whenua 110 neke atu, ā, neke atu i te 300 miriona ngā rongoā āraimate nei kua tukuna. Hei tā ngā rangahau i tēnei wā, me tino uaua kē ka kitea he pānga āpiti tauroa i te rongoā āraimate o Pfizer.
- Mēnā koe e āwangawanga ana mō ngā pānga āpiti tauroa, tēnā, kōrero ki tētahi mātanga hauora e whakapono nei koe.

He aha ngā tāpiringa me ngā pūmate pāwera e tāpirihia ana ki te rongoā āraimate?

- He itiiti noa iho ngā tāpiringa kei te rongoā āraimate o Pfizer ka pā pea ki te mate pāwera. Kotahi anahe te pūmate pāwera kua oti te tūtohu i tēnei wā, arā, ko te polyethylene glycol (PEG), ā, whakamahia ai tēnei i ētahi rongoā me ētahi whakanako whānui.
- E karangahia ana te kai hohe kei roto i te rongoā āraimate, ko te karere RNA, ko mRNA rānei. Kitea noatia ai tēnei i ō tātou pūtau, ā, ko tāna he kawē tohutohu ki te pūmua 'tara' kei te huaketo KOWHEORI-19. Mā tēnei e mōhio ai ō tātou tinana ki te huaketo ā muri ake nei. E tiakina ana te mRNA e tētahi mirumiru mōmona nei, ngako nei rānei e whakawhenatia ana e te PEG.
- He mehanga tote kei te rongoā āraimate (arā, he tauārai) kia rite ai ki ngā wai i ō tātou tinana. He meroiti hoki te hūhuka (arā, te huka) kei roto hei āwhina ki te tiaki i te rongoā āraimate i ngā paemahana tino mātao rawa atu.
- Kāore kau he tāroki, he whakaihiihi ā-awhikiri rānei kei roto.
- Kāore i whakamahia ētahi hua kararehe i te rongoā āraimate, kāore he mRNA e ahu mai ana i te whāngote. E pai ana te rongoā āraimate mō te karohuarehe.

2. Ka pāhekoheko rānei te rongoā āraimate ki ētahi atu mea e kainga ana e au?

He pāhekohekotanga rānei ki ētahi atu rongoā, ki ētahi atu pūroi rānei

Pēnei i te rongoā āraimate ahotea, i te waipiro me ētahi atu pūroi, i ngā rongoā whakakapi whakaporehu, i ngā rongoā mō te mate huka, mō te pēhanga toto rānei, i ngā rongoā pēhi awhikiri rānei me ngā rongoā mate pukupuku?

- Kāore i te mōhiotia ētahi pāhekohekotanga i waenganui i te rongoā āraimate KOWHEORI-19 o Pfizer me ngā rongoā hinengaro, me ētahi atu pūroi rānei.
- Tēnā, kōrero ki tō tākuta, ki tō mātanga taka rongoā rānei mēnā koe e matawaenga ana. Kāore kau he rongoā e ārai ana i tō whiwhi i te rongoā āraimate KOWHEORI-19, engari e pai ana kia kōrero kōrua ko tō tākuta i te wā e whiwhi ai koe i te rongoā āraimate e pai katoa ai te urupare ā-awhikiri.
- Mēnā koe e kai ana i ētahi rongoā pēhi awhikiri, e whai ana rānei i te rongoā mate pukupuku, me kōrero kōrua ko te tākuta mō te wā pai e whiwhi ai koe i te rongoā āraimate KOWHEORI-19, i mua i te tāpui i tō haere.

E pai ana rānei te whiwhi i te rongoā āraimate mēnā he mate tinana anō ōku, pēnei i te mate huka, i te pēhanga toto taikaha rānei?

- Āe – e kaha ākina ana te hunga kua pāngia e ēnei mate kia whiwhi rātou i te rongoā āraimate, nā te mea he kaha ake te tūpono ka pāngia rātou e te mate KOWHEORI-19 pākaha nei, ā, me haere rawa ki te hōhipera hoki.

3. Ko te whiwhi i te rongoā āraimate, i tētahi whakamātau mate KOWHEORI-19 rānei me ngā rōpū mātāmua

Āhea te hunga kua pā he raru ā-hauora hinengaro, ā-waranga hoki wātea ai ki te whiwhi i te rongoā āraimate?

- Kei roto i te rōpū tuatoru mō te rongoā āraimate ngā tāngata whai i te ora, ngā tāngata rānei e whakamahia ana i ngā ratonga hauora hinengaro me ngā ratonga waranga (ko te rōpū tuatoru, ko ērā he kaha ake te tūpono ka pākaha te mate ina pāngia rātou e te KOWHEORI-19). He rongo pai tēnei mā tō tātou hapori i te mea e whakaarotautia ana tō tātou hauora tinana. Tēnā, titiro ki <https://covid19.govt.nz/covid-19-vaccines/our-covid-19-vaccinationplan/covid-19-vaccine-rollout-groups/> e kite ai koe ko wai mā kei ia rōpū, ā, mō āhea hoki tētahi whakapā ai ki a koe.
- Kua whakahahakitia i tētahi pūrongo kei te [New Zealand Medical Journal](#) te hiranga o te rongoā wawe i ngā tāngata kua pā he mate hinengaro, he mate waranga hoki ki a rātou i runga i te pikinga o te tūpono me haere rawa ki te hōhipera, ka mate rānei.

Kei tēhea rōpū mātāmua te rangatahi kei raro iho i te 16 tau te pakeke me ngā kaiako i roto i ngā kura?

- Hei tā ngā rangahau, kāore e pērā rawa te kaha o te rere a te huaketo i te hunga kei raro iho i te 16 tau te pakeke ina pāngia rātou, ā, kāore hoki e pērā rawa te pākaha o te mate. Ka āta mātakitaki a Aotearoa i ngā whakamātautau tuku awhikiri ki te hunga kei waenga i te 12 me te 15 tau te pakeke i tāwāhi. Ka whiwhi ngā kaiako i te rongoā āraimate i te rōpū tuatoru, tuawhā rānei, kei te āhua o ō rātou mate, mēnā he mate kē ō rātou.

Ka pēhea te whakapā mai ki a au mō te rongoā āraimate?

- Ko te wāhi me te wā e tukuna ai ki a koe te rongoā āraimate, kei te āhua o te wāhi me te hunga e tuku ana i te rongoā āraimate i tō rohe. Tirohia te pae tukutuku a tō Poari Hauora ā-Rohe, pātaitia rānei tō kaitautoko, mēnā he kaitautoko tāu.
- He tokomaha ngā tāngata kua pā he raru hauora hinengaro, waranga hoki kei te tuarua, kei te tuatoru rānei o ngā rōpū mātāmua. Nō reira, i tōna tikanga, kua tae kē ki a koe tētahi tono kia whiwhi ai koe i te rongoā āraimate. Mēnā kāore anō kia tae ki a koe, whakapā atu ki tō tākuta ā-hapori, ki tō Poari Hauora ā-Rohe, pātaitia rānei tō tākuta hauora hinengaro, waranga rānei.

Me pēhea au e tāpui ai i taku haerenga atu?

- Ka taea e koe te tāpui i tō haere i te ipurangi <https://bookmyvaccine.covid19.health.nz/>, i te waea rānei mā te waea atu ki 0800 28 29 26 i waenganui i te 8 karaka i te ata me te 8 i te pō, i ngā rā katoa o te wiki. Ina pātai koe, he kaiwhakawhitireo e wātea ana. He āwhina mēnā kei a koe tō tau i te Rārangi Hauora ā-Motu i a koe ka tāpui i tō haere, engari ehara i te mea me whai koe i tērā. Ka kitea tēnei tau i tētahi tūtohu rongoā, i tētahi whakaata roto, i tētahi reta rānei nō te hōhipera.

Me haere au ki hea kia whiwhi ai au i te rongoā āraimate?

- Kua whakatūria ētahi pūtahi rongoā āraimate motuhake, ā, he tāngata kua whakangungua motuhaketia kei reira hei tuku i te rongoā āraimate, hei tiro tiro anō i a koe mō te rua tekau meneti i muri mai kia mōhiotia ai kei te pai koe. Kei te āhua o te wāhi e noho nā koe, tērā pea kei ngā marae, kei ngā whare karakia, kei ngā wāhi mahi nui, kei ngā pūtahi hauora, kei ngā pūtahi tū-poto, kei ngā pūtahi kaupapa nui, kei ngā kēmihi rānei ēnei pūtahi.

Ka wātea ngā ara i ēnei wāhi ki ngā tāngata whaikaha?

- Me waea atu ki te wāhi e whiwhi ai koe i te rongoā āraimate (me tonu rānei koe i tō kaitautoko, i tētahi rānei o te whānau māna e waea atu) kia tino mōhio ai koe ka wātea ngā ara ki a koe.

E pai ana taku hari atu i tētahi kaitautoko?

- Āe, e pai ana tō hari mai i tētahi kaitautoko i tō taha i a koe ka whiwhi i tō rongoā āraimate, engari kei te āhua pea o ngā pae mataara o te wā i runga i ngā here e pā ana ki te tū tīrara tō wātea ki te pēnei.

E pai ana kia whakawhiwhia ahau ki te rongoā āraimate e tētahi e mōhio ana au, e whakapono ana rānei au ki a ia?

- Me whakamana tō kaituku rongoā āraimate hei kaituku rongoā āraimate. Ko tā mātou akiaki atu kia haria mai e koe tētahi kaitautoko mēnā koe e hopohopo ana, e mānatanatu ana rānei. Ka wātea pea koe ki te haere ki te whare haumanu o tō tākuta ā-hapori kia whiwhi ai koe i te rongoā āraimate, ki tētahi wāhi ā-hapori rānei e tau nei tō mauri, pēnei i te whare karakia, i te marae rānei.

Me pēhea taku whai i tētahi atu kāri rongoā āraimate ki te ngaro i a au tāku?

- Kei te Rārangi Tuku Awhituku mō te mate KOWHEORI-19 o pārongo mō te rongoā āraimate KOWHEORI-19 me ngā pārongo mēnā koe i whakatau kia kua koe e whiwhi i te rongoā āraimate i te wā i tukua ai ki a koe. Nāu ngā pārongo mō tōu anō hauora. Ki te ngaro i a koe tō kāri rongoā āraimate, e pai ana tō tonu i tētahi atu.

E pai ana te uwhiuwhi i muri i taku whiwhi i te rongoā āraimate?

- Āe, e pai ana te uwhiuwhi i muri i tō whiwhi i te rongoā āraimate. Kia mahara noa iho koe, ka mamae te ringaringa o ētahi nō reira ka āhua uua pea.

Me pēhea mēnā ahau e whiwhi ana i te rongoā āraimate mō te mate kowheori me te rewharewha?

- Ko te tohutohu, me waiho mō te rua wiki, neke atu rānei i tērā i waenganui i te rongoā āraimate KOWHEORI-19 me te rongoā āraimate rewharewha.
- Mēnā kua tāpui kē koe i tō haere ki te whiwhi i te rongoā āraimate KOWHEORI-19, mātua rā ko tērā. Ki te kore, kei a koe te tikanga mēnā ka mātua whai koe i te rongoā āraimate rewharewha.

Me whiwhi te rongoā āraimate i ia tau, pēnei i te rewharewha?

- Kāore anō kia mōhiotia ka pēhea nei te roa o te tiaki a te rongoā āraimate i a tātou. He nui ngā āhuetanga e whai wāhi ana ki tēnei whakataunga. I tēnei wā, ko te āhua nei ka tiakina tātou mō te tau, neke atu rānei i tērā. E haere ana ngā kōrero mō te tuku i ngā wero whakakaha ki te hunga kāore pea e pai ki te tinana te ngā weronga tuatahi ki te rongoā āraimate. Ko tētahi māharahara, ki te kaha te huri o te huaketo, ka karo pea te huaketo i tā tātou whai kia kaua tātou e pokea, ahakoa kua whiwhi tātou i te rongoā āraimate. Ki te pēnei, me whakarerekē pea te rongoā āraimate kia hāngai ai ki te huaketo (pēnei i te rongoā āraimate rewharewha).

He aha te take kāore e whakaaetia ana te whakamātau hāware mō te mate KOWHEORI-19? He weriweri te whakamātau ihu.

- E tūhura ana a Aotearoa i ngā kōwhiringa whakamātau hāware mō te taupori whānui. Heoi anō, arā ētahi āhuetanga e kore nei e rite te pai o te whakamātau hāware ki te whakamātau ihu. Hei tauira, ko te here kia kaua te tangata e kai, e kai paipa rānei mō tētahi wā i tohua ai i mua i te whakamātautau.

4. Ko ngā wheako kua pā ki te ohu mahi

He aha tāku ki te hunga e tatari ana kia whiwhi rātou i te rongoā āraimate, engari kāore anō tētahi kia whakapā ki a rātou?

- Mēnā koe e āwangawanga ana kei tētahi rōpū rātou, i tōna tikanga kua whakapāngia kētia, āwhinatia rātou kia whakapā atu ki tō rātou Poari Hauora ā-Rohe ki te kimi i ētahi atu kōrero. E kite ai koe i te rārangi o ngā Poari Hauora ā-Rohe me ngā pārongo whakapā, toro ki - <https://www.health.govt.nz/new-zealand-health-system/my-dhb>

He aha ētahi o ngā raru o te tuku haere i te rongoā āraimate ki ngā tāngata whai ora, ā, me pēhea hoki te whakatika i aua raru?

- Ko mātou ngā tāngata whai i te ora, kāore pea i pai ngā wheako kua pā i ngā ratonga hauora, nā konā e wehi nei, e matakana rānei mātou. He mea nui kia haumaruru te noho a te tangata, kia mōhio hoki te tangata ki ngā tūraru me ngā painga o te rongoā āraimate.
- He mea nui te whakatau i ngā āwangawanga o te tangata me te kore i whakawā, me te noho tapu tonu o aua āwangawanga ki a koe.
- Me tuku ki te tangata ngā mōhiohia hei āwhina i a ia ki te kōwhiri i runga i te mōhio.
- He mea nui ki a mātou kia kaua mātou e ākina, e uruhia rānei kia whiwhi i te rongoā āraimate, engari e tautokona ana kia mōhio ki ngā tūraru ka pā pea ki te kore e whiwhi. Ka haumaruru ake tā mātou noho mēnā kei ō mātou taha ngā tāngata e mōhio nei mātou i mua, i muri, i te wā anō o te whiwhi i te rongoā āraimate, mēnā koirā tā mātou e pīrangi nei.
- He uaua te toro ki ētahi o ngā tāngata whai ora, e māuiui ana pea mātou, kāore pea he kāinga, kei te whare herehere rānei. He mea nui te whakaarotau ki tō mātou hauora me te tautoko mai a ētahi i a mātou i ō mātou taha. Ka tino māuiui pea mātou ki te pāngia mātou e te mate KOWHEORI-19, nō reira me whakarato te rongoā āraimate i ngā wāhi e wātea ana ki a mātou e ngā tāngata e whakapono nei mātou ki a rātou.

Me pēhea taku tū hei kaituku rongoā āraimate?

- Kei te āhua o tō tū hei mātanga hauora i tēnei wā, me ngā wheako kua pā ki a koe, engari arā ētahi akoranga me ētahi herenga me whai e uru ai koe ki te kāhui. E kite ai koe i te huarahi, toro ki <https://covid.immune.org.nz/workforce/joining-workforce-available-education-profession>

Me pēhea taku tautoko i tētahi atu kāore i te hiahia whiwhi i te rongoā āraimate me te whakaū i te take he kaha ake te tūpono ka pāngia rātou?

- Āwhinatia ia kia kimi i ngā mōhiohio tōtika, pēnei i tēnei puka me ngā pae tukutuku kei runga ake nei hei whakamahea atu i ō rātou māharahara.

He kōrero whaikiko e mōhiohia ana hei āwhina i te hunga e ngākaurua ana ki te whakatau?

- He nui ngā mōhiohio kei te pae tukutuku a te Immunisation Advisory Centre mō te haumaruru me te whaitaketanga o te rongoā āraimate. Toro ki <https://covid.immune.org.nz/>
- Ko te tūmanako, ka āwhina ngā kōrero kei tēnei puka i te hunga e āwangawanga ana, ki te whakatau i aua āwangawanga, me te aha, ka māia rātou ki te kimi mōhiohio, ki te kimi tautoko anō hoki.

5. Ko te whakataua i ngā whakapōhēhē, te whakamahea i ngā māharahara me te whakaū i te whakapono.

Me pēhea au e tautuhi ai i ngā whakapōhēhē mō te rongoā āraimate?

- Kei te mōhio mātou he nui ngā mōhiohio kei waho rā e tukituki ana, kei te pae pāhopori, tae atu ki ngā mātārere kei ngā pouaka reta. Mēnā kāore ngā mōhiohio i te hono horipū ki ngā pae tukutuku tōtika, pēnei i a covid19.govt.nz, ki te pae tukutuku rānei a te Manatū Hauora, ki te Immunisation Advisory Centre, kia tūpato, ā, me whakaparau hoki.
- He rawe ngā mōhiohio whaitake kei te pae tukutuku mō te mate KOWHEORI-19 mō te āhua ki te urupare, ki te whāki rānei i ngā mōhiohio horihori ka rokohanga atu ana e koe:
<https://covid19.govt.nz/assets/resources/Vaccineresources/Guidance-on-responding-to-false-information.pdf>

He wāhanga te tuku rongoā āraimate nō tētahi kaupapa whakatō pūrere ki roto i te tangata he mate hinengaro ōna?

- Korekore ana. Heoi anō te mea e whakatōkia ki tō ringaringa ko te rongoā āraimate anahe. Ehara tēnei i tētahi wāhanga o te huaketo tonu, engari he tohutohu noa iho, he karere rānei e hanga ai ō tātou pūtau i tētahi pūmua (arā, he tara) mai i te huaketo e oho mai ai tētahi urupare ā-awhikiri.

Arā tētahi pātengi raraunga ā-motu e kitea ai ko wai i whiwhi, ko wai rānei i whakahē i te rongoā āraimate?

- Arā tētahi pātengi raraunga, arā ko te Rārangi Tuku Awhikiri mō te mate KOWHEORI ka rēhita i a koe ka whiwhi ana koe i te rongoā āraimate. He kōrero anō ka mau ina kōwhiri koe kia kua koe e whiwhi i te rongoā āraimate.

Me whiwhi ahau i te rongoā āraimate, mēnā au kei raro i te Ture Hauora Hinengaro?

- Kāore. Ahakoa kāore te rongoā āraimate e whakaturetia i Aotearoa, ko te ara pai katoa tēnei hei tiaki i a koe me tō whānau i te mate KOWHEORI-19.

Mēnā he pātai anō āu, kei te hiahia rānei koe ki ētahi atu mōhiohio, he whānui ngā rauemi e wātea ana i ngā pae tukutuku e whakaponotia ana, pēnei i te pae tukutuku a te kāwanatanga mō te mate KOWHEORI-19, i te Manatū Hauora me te Immunisation Advisory Centre. E wātea ana ngā rauemi mā te Māori, ngā iwi o Te Moana-a-Kiwa me ngā tāngata whaikaha i <https://covid19.govt.nz/iwi-and-communities/>. Ka pai anō te pātai ki tētahi mātanga hauora e whakapono ana koe ki a ia.