



Atai inaomatam ao katabeam: sexual health

Ngaira ni bane bon iai inaomatara ao katabeara, ao ti tangira te reitaki ae e mano, e karine, ao e marurung. Ngaira ni bane iai inaomatara ni baireia ba ningai, ia, ao n te aro ra ao ma antai ae ti kan karao bure ma ngaia. Ngkana ko taku ba ko a tauraoni moana am reitaki ni karao bure ma temanna, e kakawaki ba ko na tararuua marurungin am kona ni botaki ao n atai tuan Aotiteria iaon taekan te kariaia. E kakawaki ba ko na ataia ba te makuri ni karao bure n akea te kariaia bon kaaitaran te tua i Aotiteria.

Ngkana ko rangin marurung mi kakaraoa te makuri ni karao bure, e kakawaki teimatoan kawaran te taokita iroum ba e a na tuoaki marurungim ni botaki ao ko kona n titirakina am taokita iaon taekan botakim ni karao bure ao marurungim ni kakariki ao am kaganga iaon taekan inaomaam.

KAUAREKEANA

- E kakawaki ba ko na kaongoaki raoni taekan marurungim ibukin te botaki ni karao bure.
- E riai te aomata ae e marurung ni botaki ni kabatia tuoakin marurungina ibukin te karao bure.
- E kona, te kamanoaki n tain te botaki ni karao bure ni kauarekeka kaewean aoraki aika a ewewe ao te bikoukou ae e aki kantaningaki.

Tera te marurung ni botaki?

Ngkana ko marurung ni botaki, e kakawaki ba ko na tutuangaki taekan marurungim n taai nako ao ni kakoauaa ba ngke ma toam kam uaia ni mano, kam marurung ao kam uaia ni karinerine. Iai ibuakon te marurung ni botaki ni karao bure aika mweraoin te rabata, te kanamakin, ao te iango ni kaeti ma iteran nako te karao bure.



E kabarabaraki nanon te marurungin ni karao bure iroun te Ana Botaki ni Kuakua te Aonaba ba 'aron mweraoin te rabata, te namakin, te iango ao te maiu ibuakon te botyanaomata; bon tiaki ti taekan akean te aoraki, aki makuriraoin te rabata, ke te mamaara. E kainnanaoaki n te marurung ni botaki te anua ni moamoamata ao ni karinerine nakon te karao bure ao te reitaki i nanon te karao bure, N ikotaki ma te kona ni karekea te botaki ae e kakukurei, ao e mano, n akea te kairoo iai, te kakaokoraki, ao te kiriwe.'

Te rongorongo man te: World Health Organisation

Tera te tutuo iaon te marurung ni botaki?

E bebete aron karekean te tutuo iaon te marurung ni botaki ao bon kanoan te maiu ni botaki. Ngkana ko marurung ni botaki, e kakawaki kabatiaan kakawaran te taokita iroum ba e na tuoaki marurungim ni botaki. I nanon te tai n tutuo, e na titirakiniko am taokita titiraki aika a nano iaon marurungim ni batakia ngkoa ba e aonga ni kona ni baireia taekan te boutoka ae ko kainnania. E ngae ngkana e nako nanom ke ko mwengabuaka ni maroroakina taekan te botaki ni karao bure, ao a bontia ni kataneiaki taokita ba a na kona ni karaoa aio, e kakawaki ba ko na kaekai titiraki ma te koaua ba e kona n rootaki iai aeka te tutuo ke te taeka ni ibuobuoki ae ko na anganaki. Bon te rongorongo ae e mabu kanoan te maroro ma am taokita i Aotiteria Any.

Sexual health checks might involve:



- te maroroaiaon taekan marurungim ni bogtaki ngkoa ao inaomatam n am reitaki ni botaki ni karao bure



- karaoan tuoakin (te mim, te raraa, tutuo ma te baubau, ke tuaon te taratara)



- maroroakina totokoan te kariki n aekana nako discussing ni katokan rinin aoraki aika a ewewe ao te bikoukou



- kakaean bukin te aorakikanganga iaon te kakariki ke nakobuakan te kakariki.

te botaki ae e mano – ni kauarerekean te ruanikai man aoraki aika a ewewe n tain te botakiaoraki (STIs) ao te bikoukou ae e aki kantaningaki

Te anga ae te kabanea n tamaroa ibukin totokoan aekan aoraki aika STI ao te bikoukou ae e aki kantaningaki bon karaoan te 'karao bure ae e mano'. Te botaki ae e mano bon makurian kauarerekean kaaitiboon ranin rabatan toam, ae e kona n riki iai kabongaakin te totoko n tain te botaki ni karao bure.

Bwain totokoan te bikoukou



A makuri bwain totokoan te bikoukou n tuka te bikoukou, ba a aonga ni kona ni botaki ni karao bure aomata ao n totokoa naba te bikoukou ae e aki kantaningaki. E kakawaki maroroakina bwaai n totokoa te bikoukou ma toam ae e boou imain a ko baireia ba kam na botaki ni karao bure. Kam na rootaki ni bwaai n totokoa te bikoukou ngke ma toam ai ngaia are kam uaiia ni bukintaeka ibukin anne. Kam riai, ngke ma toam ni kariaia te botaki ni karao bure bon imarenami. I Aotiteria, ngkana e rawa toam ni kabonganga totokoan te bikoukou, ke e kaota arona n aron te kairoro, te mwantiaki, ke te kakamaaku iaon kabonganakin totokoan te kariki, e taraaki aio ba te botaki ni karao bure ae e aoniki ao ni bure.

A rangin maiti aekan tein bwaai n totokoa te bikoukou. Te katoto teuana, ba a baireia aine ba a na kabongana te bwain totoko ae e katawe ni karinaki te batin n totoko ke te batin ae e ongaki ba e na buoka aron tukan te bikoukou; ma bwaai n totoko aikai a aki totokoa reken aoraki ke STIs aika a kona n ewe n tain te botaki ni karao bure. Tabeua bwaai n totokoa te bikoukou aikai a kainnana te beeba mairoun te taokita ke te kiriniki teuana i Aotiteria ae e tabeakina tiatianakin te bung.

Ngkana e kabongangaki te kondom te aro ae e riai, ao bon ti ngaia totokoan te kariki ae e buoka totokoan butinakon aoraki aika a ewewe ao te bikoukou. A rangin kai reke, a uarereke ao e bebete uotakia. Ko aki riri ni karoko iroun te taokita ko kona ni kabooi man te kemiti, ke te tubamaakete ke ko kona ni butimaii n akea booua n te kirikiki ae e tabeakina tianakin can te utu.

Bon te iango ae e raoiroi⁹ ba ko na kawara am taokita ke te kiriniki ae e tabeakina tianakin te kakariki gkana ko tabe n iangoa am kawai ibukin kabonganaan totokoan te kakariki te.

Aoraki Aika a Ewewe



A kona Aoraki Aika a Ewewe ni kaweaki mairoun te aomata temanna nakon temanna n tain te botaki ni karao bure. aia kanikina, ngaia are ko aki kona n ataia ngkana iai te STI iroun toam.

A maiti aekan STIs ao a kona n riki man taian wairuti (n aron ngoren tautian rabatam n totokoa te manin aoraki wairuti aika te (HIV), herpes), bacteria (n aron te konorraea gonorrhoea, te tiberiti syphilis) ke manin te ira (n aron utin te maai). kanikinaean te STI aika a ataaki e kona ni iai ibuakona aki raun te kun, te baa uraura, te ngongo, marakin te biroto mai nano ke taabo ni kakariki, ke birin te kabuebue te nako n te roki.

Ngkaa iai te manin aoraki, e kakawaki ba ko na bwainaorakiaki ao ni karekea te rongorongoa iaon kateimatoa te marurung. E ngaie ngkana iai aoraki aika a manga bon bua n akea te bwainaoraki, a bon tiku ni karaoa aia makuri i nanon te rabata. Nanon aei ba e kona te mainin aoraki n ewe nakoia toam ni botaki ao/ ke a na manga karekea te kanganga nakon marurungin rabagtam rimui riki.

N na nako ia ibukin tuoakin marurungiu ni botaki?

Ko kona n tuoaki iroun am taokita, ao kiriniki aika a tabe ma tiatianakin te kakariki ao kamarurugan te bogtaki ni karao bure. Uringnga, ba e aki kona am taokita ni kaota muin am tutuo nakoia aomata tabeman n akea am kariaia.

N ningai ae N na kainnanao tuoakin au kona ni botaki?

Te aomata ae e rangin maiuna te kan botaki, e riai ni kabatia ana tai ibukin tuoakina. Ngkana iai iroum baika a na manga ao e rangin riai tuoakin am kona ni botaki ni karao bure:



- ngkana ko taku ba iai te STI iroum



- ngkana ko a tia ni karaoa te karao bure ae e aki mauri/ mano



- ngkana e uruaki te kondom ke e bwaka n tain te karao bure.



- ngkana a bati toam ngke ke raom ni kakarao bure ma ngaia



- ngkana ko a tiba moana am reitaki ni karao bure ae e boou.



Karekea buokam ke te reitaki ma temanna

Ngkana ko a tia n tauaki ma te matoa, ao ko kan tabeka tangim, ko riai moa n ribooti nakoia bureitiman n te tae ae ko kona ni karaoia iai. Ngkana ko aki mano, ke te kabuanibwai ae e tawe, tarebonia 000. Ko kona naba ni karekea buokam man te tieweti ni boutoka iaon te tauaki ma te matoa, n aron 1800RESPECT iaon te namba ae 1800 737 732.

E kona ni buokai temanna kaain te tikiim ae te PALM?

Ngkana iai am titiraki iaon kangaraoan arom ma te maiu i Aotieteria, ko kona ni butia am tia kamakuri. Ngkana a aki ata te kaeka, a kona n tuangko ba antai ae ko riai ni maroroo ma ngaia, ni ikotaki ma taan boutokaa te tikiim ae te PALM, n aron:



Ana tia reitaki te aba (CLO) ke taan tei man te reibwa

Ko kona ni kunea taekan te reitaki ma taian CLO aika ngkai iaon ana uebetiaite te PALM ae (<https://www.palmscheme.gov.au/contact>).



karekea ana taieweti ni boutoka te PALM support iaon te numba (1800 51 51 31), ke te emeeri (palm@dewr.gov.au)








Taiaoka ataia ba a tuoaki tieweti ni boutoka n te tareboon ao te emeeri, ba a tuoaki emeeri man 8.30 am-6.30 pm AEST – ao tareboon imuin awa ni makuri ti ibukin itera aika a rangin kakaiaki.

N na kanga ni karekea reitan riki te rongorongo ke te buoka mairoun te tia rabakau temanna?















Ngkana ngke ke iai riki temanna ae e kan kakaeta reitan riki te rongorongo iaon te marurung te mweraoi ni kona ni botaki n te tai n tiku i Aotiteria, kam kona n reitaki ma botaki n rongorongo ao tiweti ni boutoka n te taibora ane e oti i nano ikai. A kona ni buokiko botaki aikai ke ni kotea te tabo teuana ae ko kona ni kunea te tiweti ae e kaeneti ma kainnanom ao e kona n reke iroum.

BOTON RINANIN TIEWETI NI BOUTOKA I AOTITERIA

TIEWETI	TERA AE E KARAOIA?	RONGORONGON TE REITAKI
Kakae nako	<p>Reach Out bon te tabo ni kareke buoka n te onraain iaon , te buokuraem ibukia taan kairiri ni ikotaki ma bwaai ni makuri n reitaki ibukin buokan te aomata ni kan marurung ao n teimatoa naba ni marurung.</p> <p>ngkana ko ka karekei riki reitan rongorongo iaon karekean te marurung ni botaki ni karao bure tutuo (n aron irakin te tutuo, tera ae e rikli n tain tuoakin te marurung ni botaki ao ni kunea te tia anga te tiweti iaona) kawara ana uebetiaite Reach Out.</p>	<p> Kawara aia uebetiatie ae https://au.reachout.com ibukin reitan riki te rongorongo iaon: Aron karekean tuoakin te marurung Aron maroroakinan te marurung ni botaki ma toam Tiweti iaon te marurung ni botaki ni kaeti ma te katei</p>
Kuakua ni Kaeneti (Health Direct)	<p>Te kawai ae te kabanea n tamaraoa ibukin karekean te tia anga te tiweti iaon te marurung ni botaki irarikim bon kawaran am taokita ke kawarana ana uebetiait Health Direct. Ko kona ni kabongana aia tiweti ni kakae ni kakaeta buokam Ae e mena i rarikim – rinea te sexual health' iaon tiweti enter o ao karina am postcode ni kakaeta te tiweti ae te kabanea ni Kaan ma ngkoe.</p>	<p> Tarebonia: 1800 022 222</p> <p> Te uebe: https://www.healthdirect.gov.au/australian-health-services</p>
Tiatianakin te Kakariki ae te Alliance Australia (te Aba ni Kabutaa ao te Makoro)	<p>Tianakin te Kakarikin Alliance bon ana rabata ae te kabanea n rietata te aba iaon taekan te kakariki ao te marurung ni botaki.</p> <p>ngkana ko kan roko n nora te kiriniki n tiatiana te kakariki teuana planning clinic ke n titiraki iaon taekan tereirei, kawara ana te tiweti iteraniba te tiweti ni kunea te botaki n tiatiana te kakariki n am tabo, ke reitaki ma te atiotiaition association n am makoro.</p> <p>Kawara Tiatianakin te Kariki Araianti n aia uebetiaite i Aotiteria:</p> <p>https://www.familyplanningallianceaustralia.org.au/services/</p>	<p>Te Atiotiaition iaon tiatianakin te kakariki n te Makor ao te aono:</p> <p>ACT - Sexual Health and Family Planning ACT</p> <p> Tareboon: 02 6247 3077</p> <p> Te uebe: https://www.shfpact.org.au/</p> <hr/> <p>NSW – Tiatianakin te Kakariki NSW</p> <p> Tareboon: 1300 658 886</p> <p> Te uebe: https://www.fpnsw.org.au/</p>

(continue to next page)

BOTON RINANIN TIEWETI NI BOUTOKA I AOTITERIA

TIEWETI	TERA AE E KARAOIA?	RONGORONGON TE REITAKI
<p>Tiatianakin te Kakariki ae te Alliance Australia (te Aba ni Kabutaa ao te Makoro)</p>	<p>E reitaki man te iteraniba are mai maina</p> <p>Tianakin te Kakarikin Alliance bon ana rabata ae te kabanea n rietata te aba iaon taekan te kakariki ao te marurung ni botaki.</p> <p>Ngkana ko kan kawara te kiriniki teuana ibukin tiatianakin te kakariki ke n titiraki taekan te reirei, ao kawara te tieweti nakon ana iteraniba te tieweti ni kunea iai te botaki ibukin tiatianakin te kakariki n am tabo, ke reitaki ma te atiotieition n am makoro.</p> <p>Kawara Tiatianakin te Kariki Araianti n aia uebetiaite i Aotiteria:</p> <p>https://www.familyplanningallianceaustralia.org.au/services/</p>	<p>Te Atiotiaition iaon tiatianakin te kakariki n te Makor ao te aono:</p> <p><u>NT – Family Planning Welfare Association of NT Inc.</u></p> <p> Tareboon: (08) 8948 0144</p> <p> Te uebe: http://www.fpwnt.com.au/</p> <hr/> <p><u>QLD - True: Relationships and Reproductive Health</u></p> <p> Tareboon: (07) 3250 0200</p> <p> Te uebe: https://www.true.org.au/</p> <hr/> <p><u>SA – Shine SA</u></p> <p> Tareboon: 1300 883 793</p> <p> Te uebe: https://shinesa.org.au/</p> <hr/> <p><u>TAS – Family Planning Tasmania</u></p> <p> Tareboon: (03) 6273 9117</p> <p> Te uebe: https://fpt.org.au/</p> <hr/> <p><u>VIC – Family Planning Victoria</u></p> <p> Tareboon: 03 9257 0100</p> <p> Te uebe: https://shvic.org.au/</p> <hr/> <p><u>WA - Sexual Health Quarters Western Australia</u></p> <p> Tareboon: (08) 9227 6177</p> <p> Te uebe: https://shq.org.au/</p>

E ngae n tiak ni bainaki te tararua ae e raoiroi ibukin katauraon te kanoa aio, bon akea te bukinaki ae e kariaiakaki iroun te tikiim ae te PALM, ana taan makuri, taan anganano, ke toana, ibukin te kaairua, te mwaninga, te aki eti, aika a kaeineta ma te beeba ni koaua aio ke ibukin te bua ke te uruaki ae a na kaoti nakon te aomata ae e onimakina te rongorongon i nanon te beeba ni koaua aio. Te rongorongon ae e katauraooki i nanon te beeba ni koaua aio e a tia ni katauraooki ba e na anga ti rongorongon aika a tabangaki. Tiaki te kantaninga ba e na onimakinai ke n riki ba onean muin taekan rabakau iaon te tua ke iaon itera ni mwaatai riki tabeua. Bon akea te bukinaki ae e tauraoni ni butimaeaki iroun te tikiim ae te PALM ke toana nako ibuki baike a riki mai iai aika a ataaki ke a aki ataaki aika a kona n riki man onimakinan taian rongorongon aika a katauraooki te tye beeba ni koaua aio.

