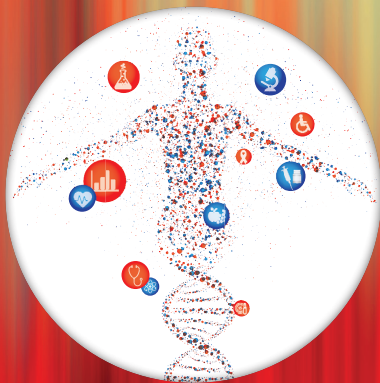




O Fafine ma Vaila'au O Mea Tigā

E ese le fa'alagonaina o mea tigā e fafine mai tamāloloa

- Ua tele atu mea tigā e lipotia e mai e fafine nai lo'o tamāloloa.
- Nisi ituaiga tigā e u'umi (tigā tumau), pei o tigā o ūlu ma tigā o le tua, e ta'atele atu i fafine.
- O mafai ona tupu ma vave mana'o fa'alagolago ia fafine i vaila'au o mea tigā nai lo'o tamāloloa.
- E tele ina maua e fafine vaila'au o mea tigā mai talavai, aveina iai ni vaila'au maualuluga, ma fa'aaoga mo se taimi umi atu nai lo'o tamāloloa.



E mafai ona aogā vaila'au tigā e fa'aititia ai mea tigā pe'ā fa'aaoga e pei ona fa'atonuina. Peita'i, o nei vaila'au e mafai foi ona mafua ai ni manu'a tugā po'o le oti pe a so'ona fai pe fa'asaua iai. E mafai ona tupu ai le mana'o fa'alagolago.

E ta'ua le talanoa i lau foma'i soifua maloloina e uiga i le fa'aaogaina ma le saogalemu o vaila'au o mea tigā. Fa'apea foi, fesili i lau foma'i soifua maloloina e uiga i isi auala o togafitiga o mea tigā.

Fa'aoga lenei pepa fa'amatalaga moni e fesoasoani ia te oe e talanoa ai i lau foma'i soifua maloloina e fa'atatau i le fa'aaogaina saogalemu o vaila'au o mea tigā.

Ituaiga Vaila'au O Mea Tigā

Vaila'au Maua I Luga O Fata 'Oloa (OTC)

O vaila'au o mea tigā o le OTC o lo'o tele i luga o fata o oloa masani mo ituaiga tigā o le ulu, malūlū, ma'i (masina) manava tigā. O ituaiga masani o vaila'au o mea tigā o le OTC e iai le acetaminophen ma NSAIDs (Nonsteroidal Anti-Infl Drugs), pei o le aspirin ma le ibuprofen maualalo le malosi.

Vaila'au Talavai

- **Vaila'au Non-opioid** – Vaila'au e togafitia ai tiga. Ituaiga o vaila'au e le o le opioid e aofia ai le diclofenac ma le ibuprofen. E ui o lo'o avanoa foi le ibuprofen i luga o fata 'oloa, e mafai ona avatuina e lau foma'i soifua maloloina e maualuga le malosi.
- **Vaila'au Opioids** – Vaila'au e ono aogā mo le fa'aititia o tigā matuia, pe a mae'a se ta'otoga. Opioids masani e aofia ai le oxycodone, hydrocodone, fentanyl, ma le morphine.

E iai penefiti ma lamatiaga matautia o nei vaila'au o mea tigā pe maua i luga o fata oloa(OTC) ma vaila'au talavai.

O Fafine ma Vaila'au O Mea Tigā

O vaila'au mea tigā e mafai ona mafua ai ni manu'aga matuia po'o le oti pe a fa'aogā sese pe fa'asauāina. Fai ni la'asaga e puipui ai oe ma e peleina.



Talanoa i lau Foma'i Soifua Maloloina e fa'atatau i ou tigā



Fesili Ae e te le'i Aveina se Opioids



Usita'i i Fa'atonuga o Ou Vaila'au O Mea Tigā

- **Fesili i lau foma'i soifua maloloina pe tatau ona e aveina ni opioids pe fa'aaoga isi vaila'au e pulea ai ou tigā.** E le aoga le opioids i tagata uma po'o ituaiga tigā uma.
- **Tusi i lalo ou tigā.** Fa'amau i lalo pe a e lagonaina ni tigā, pe fa'aapefea lona lagona, ma le vaega e tigā o lou tino. Fa'asoa nei fa'amatalaga i lau foma'i soifua maloloina.
- **Aua le fa'asoaina au vaila'au o mea tigā.** Taofi ma loka ese au vaila'au o mea tigā mai tamaiti ma isi.
- **Aua le umi ona aveina au vaila'au o mea tigā nai le taimi e tatau ai.** Saili mea moni e uiga i au vaila'au. Saili pe o le a le umi e tatau ona e aveina ai. Afai o lo'o e aveina isi vaila'au, fesili i lau foma'i soifua maloloina pe saogalemu le aveina fa'atasi o nei vaila'au.
- **Aua le inuina 'ava malosi pe fa'aaoga vaila'au pei o antihistamines ma benzodiazepines pe a inuina ni vaila'au o mea tigā.** O le tuufa'atasia o le ava malosi ma ituaiga vaila'au o mea tigā eseese po'o isi vaila'au e mafai ona taofia ai le mānava.
- **Ta'u i lau foma'i soifua maloloina pe afai na e mana'o fa'alagolago i vaila'au, nisi vaila'au po'o le ava malosi.**
- **Lafoa'i vaila'au o mea tigā e lē o fa'aogaina.** Siaki le uepusite a le FDA pe fesili fo'i i lau foma'i soifua maloloina e uiga i le auala sili e lafoa'i ai au vaila'au e lē o fa'aogaina.
- **Vala'au le 1-800-662-HELP (4357) pe asiasi i le [https:// findtreatment.samhsa.gov/](https://findtreatment.samhsa.gov/)** afai o oe po'o se pele e mana'omia se fesoasoani i ni togafitiga i le mana'o fa'alagolago i vaila'au o mea tigā.

Lenei laupepa fa'amatalaga na atia'e e le FDA Office of Women's Health. Ina ia maua isi fa'afitauli tau soifua maloloina a fafine, alu i le:

www.fda.gov/womens