

**E KASAMITAKI NI
SA YACO E DUA NA
MAVOA NI ULU**

Rugby Smart

**NEW ZEALAND
RUGBY**

VAKASAQARA NA VEIVUKE VAKA VUNIWAI E NA KENA GAUNA TOTOLO DUAUDA KEVAKA:

- o vakila e dua na mosi ni domo e vou ka sega ni lako tani vaka rawarawa
- o vakila ni sa veilecayaki na nomu vakarau ni saumi taro
- ko lualua vakaveitaravi
- sa tekivu ninini se sautanini na yagomu
- buwawa ka sega ni dei na nomu rai (rairai rua)
- ko vakila ni mate mai se cucula na tabamu se yavamu
- sa toso sobu tikoga na nomu vakilai iko
- sa toso cake tiko ga na kaukauwa ni vutu (mosi) ni ulumu
- e laurai ni sa yatayata se veicalati mai nomui vakarau ni bula

E RAWA NIKO VAKILA NA VEIKA OQO:

- mosi ni ulu
- na buwawa ni rai
- na bowiri
- na lomalomaa ca
- na dadaga ni yago
- e sega ni taucoko nomu vakasama ka ko sa guiguileca
- e sega ni dei se taucoko nai vakarau ni nomu vakasama
- e yavalati se tavuki vakarawarawa na yalomu
- sa votivoli mai vei iko na ka kecega

Na veivakatakilakila kece oqori me na yadravi ka dikei tiko e na loma ni 48 na aua ni bera ni vagalalataki mai na mavoa ni ulu ka kasami taki tiko

NA VEIKA E SO ME VAKATABUI E NA LOMA NI MATAI NI 48 NA AUA OQO:

- na draiva
- na gunu yaqona ni valagi
- na gunu wainimate gaga ni veivakamatenitaki
- na cakacaka se vakaukauwa yago
- na vakasama taka e levu na ka
- vakayagataka na veika vaka monalivaliva ka ni vakayagataki kina e dua na mataqali cina ka sega ni vinaka ki na ka e kasami taki tiko me baleti iko
- mo vakacegu vakavinaka ia mo kakua ni moce e na loma ni matai ni va (4) na aua

Ke sega ni dua na veisau vinaka me yaco ena loma ni 48 aua oqo mo raici vuniwai sara vakatotolo

NI BERA NIKO SIKOVA NA VUNIWAI E NA YAGA MO KILA TAUMADA NA VEIKA OQO

Era sa tiko na vuniwai digitaki era sa saumi oti tu mera qaravi kemuni. Oqo na vanua ko na kunei ira kina: rugbysmart.co.nz/research/concussion-management-pathway-pilot

Kauta vata kei iko na nomu (access code) e na soli vei iko ni sa vakadinadina taki oti na nomu mavoa

Keko digitaka mo raica ga na nomu vuniwai nanuma vinaka mo na qai kauta mai na nomu risiti me rawa ni saumi lesu vei iko

NA LESU TALE KI NA QITO:

- Vakacavara vinaka na vuli-vakarautaki ni vakavakarau lesu tale ki qito kei na cakacaka ka tiko ena: www.rugbysmart.co.nz/injuries/concussion
- Me tiko nai vola-tara vakadinadina ni sa rawa niko lesu tale ki na vakaukauwa yago

Me matata tiko na bibi ni kena kawai taki na mavoa ni ulu, sa mai lavaki tiko vaka lawa na dede ni nomu vaka caigicagi se na nomu vakacegui mai na qito me vaka oqo;

- 21 na siga ni vakacagicagi mo cegu mai na qito (kevaka ko sa yabaki 19 se sivia)
- 23 na siga ni vakacagicagi mo cegu mai na qito (ke ko se bera ni se yabaki 19 se ko gone sobu)