

Has anyone ever made it hard for you to breathe?

Strangulation and suffocation
can cause serious harm.

Getting confidential medical help for strangulation or suffocation doesn't mean that you need to involve the police if you don't want to, or aren't ready to. If it was consensual, it's still ok to seek medical support if you have concerns for your health.

Getting medical help simply means making sure you're ok, and getting treatment or advice if you're not.



For more information on non-fatal strangulation/suffocation (NFSS) and the medical help available, please scan the QR code to visit: medsac.org.nz/nfss

I puritia koe nā te āhua i uaua ai te hēhē?

Putā ai te tūkinō taumaha i te nati, i te
roromi hoki.

Ehara i te mea mā te whiwhi āwhina hauora matatapu mō te nati, mō te roromi rānei e whai wāhi mai ngā pirihimana mēnā kāore i te hiahiatia e koe, tērā rānei, kāore anō koe kia rite ki te pērā. Mehemea he mea whakaae, he pai tonu te kimi tautoko hauora mēnā he āwangawanga ōu mō tō hauora.

Ko tā te whiwhi āwhina hauora he whakarite e pai noa ana koe, me te whiwhi maimoatanga, kupu āwhina rānei ki te kore koe e pērā.



Mō ētahi atu pārongo mō te nati, te roromi hoki/rānei tē hemo te tangata (NFSS) me te āwhina hauora e wātea mai ana, matawaitia te waehera QR e toro ai koe ki: medsac.org.nz/nfss

Pe sa tāofiofia oe e se isi i se auala e faigatā ai ona e mānava?

O le titina o le ua ma le taomiaina e
mafaai ona māfua ai se manu'a mātuiā.

O le sa'iliaina o se fesoasoani faafoma'i faalilolilo mo se tasi ua titinaina pe taomiaina e lē faapea e tatau ona a'afia ai leoleo, pe afai e te lē mana'o ai, pe ete le'i sāuni fo'i e faailoa. Ae afai na tupu ia tulaga ona sa iai se maliega i ai, e lelei lava le sa'ilia pea o se lagolago faafoma'i pe afai e te popole i lou soifua maloloina.

O le sa'iliaina o se fesoasoani faafoma'i o lona uiga, ia mautinoa o loo e saogalēmū, ma sa'ili se togafitiga poo se fautuaga pe afai e te lē o saogalēmū.



Mo nisi faamatalaga e uiga i le (non-fatal strangulation/suffocation - NFSS) ma le fesoasoani faafoma'i o loo avanoa, faamolemole pu'e pe scan le QR code e te asiasi ai i le: <http://medsac.org.nz/nfss>

क्या आपको इस तरह पकड़ा गया था कि आपको साँस लेने में कठिनाई हुई?

गला दबाने (Strangulation) और दम घुटने (Suffocation) से गंभीर शारीरिक नुकसान हो सकता है।

यदि आपका गला दबाया गया हो या आपका दम घुटा हो, तो गोपनीय चिकित्सा सहायता प्राप्त करने का यह अर्थ नहीं है कि यदि आप नहीं चाहते हैं या अभी तैयार नहीं हैं, तो आपको पुलिस को शामिल करना ही होगा। यदि यह आपकी सहमति से हुआ था, तब भी यदि आपको अपने स्वास्थ्य को लेकर कोई चिंता है, तो चिकित्सा सहायता लेना बिल्कुल उचित है।

चिकित्सा सहायता लेने का उद्देश्य केवल यह सुनिश्चित करना है कि आप सुरक्षित और स्वस्थ हैं, तथा यदि आवश्यकता हो तो आपको उपचार या चिकित्सकीय सलाह मिल सके।



गैर-घातक गला दबाने/दम घुटने (Non-Fatal Strangulation/Suffocation – NFSS) तथा उपलब्ध चिकित्सा सहायता के बारे में अधिक जानकारी के लिए कृपया QR कोड स्कैन करें और इस वेबसाइट पर जाएँ: medsac.org.nz/nfss

Has anyone ever made it hard for you to breathe?

Strangulation and suffocation
can cause serious harm.

Getting confidential medical help for strangulation or suffocation doesn't mean that you need to involve the police if you don't want to, or aren't ready to. If it was consensual, it's still ok to seek medical support if you have concerns for your health.

Getting medical help simply means making sure you're ok, and getting treatment or advice if you're not.



For more information on non-fatal strangulation/suffocation (NFSS) and the medical help available, please scan the QR code to visit: medsac.org.nz/nfss

I puritia koe nā te āhua i uaua ai te hēhē?

Putā ai te tūkinō taumaha i te nati, i te
roromi hoki.

Ehara i te mea mā te whiwhi āwhina hauora matatapu mō te nati, mō te roromi rānei e whai wāhi mai ngā pirihimana mēnā kāore i te hiahiatia e koe, tērā rānei, kāore anō koe kia rite ki te pērā. Mehemea he mea whakaae, he pai tonu te kimi tautoko hauora mēnā he āwangawanga ōu mō tō hauora.

Ko tā te whiwhi āwhina hauora he whakarite e pai noa ana koe, me te whiwhi maimoatanga, kupu āwhina rānei ki te kore koe e pērā.



Mō ētahi atu pārongo mō te nati, te roromi hoki/rānei tē hemo te tangata (NFSS) me te āwhina hauora e wātea mai ana, matawaitia te waehera QR e toro ai koe ki: medsac.org.nz/nfss

Pe sa tāofiofia oe e se isi i se auala e faigatā ai ona e mānava?

O le titina o le ua ma le taomiaina e
mafaai ona māfua ai se manu'a mātuiā.

O le sa'iliaina o se fesoasoani faafoma'i faalilolilo mo se tasi ua titinaina pe taomiaina e lē faapea e tatau ona a'afia ai leoleo, pe afai e te lē mana'o ai, pe ete le'i sāuni fo'i e faailoa. Ae afai na tupu ia tulaga ona sa iai se maliega i ai, e lelei lava le sa'ilia pea o se lagolago faafoma'i pe afai e te popole i lou soifua maloloina.

O le sa'iliaina o se fesoasoani faafoma'i o lona uiga, ia mautinoa o loo e saogalēmū, ma sa'ili se togafitiga poo se fautuaga pe afai e te lē o saogalēmū.



Mo nisi faamatalaga e uiga i le (non-fatal strangulation/suffocation - NFSS) ma le fesoasoani faafoma'i o loo avanoa, faamolemole pu'e pe scan le QR code e te asiasi ai i le: <http://medsac.org.nz/nfss>

क्या आपको इस तरह पकड़ा गया था कि आपको साँस लेने में कठिनाई हुई?

गला दबाने (Strangulation) और दम घुटने (Suffocation) से गंभीर शारीरिक नुकसान हो सकता है।

यदि आपका गला दबाया गया हो या आपका दम घुटा हो, तो गोपनीय चिकित्सा सहायता प्राप्त करने का यह अर्थ नहीं है कि यदि आप नहीं चाहते हैं या अभी तैयार नहीं हैं, तो आपको पुलिस को शामिल करना ही होगा। यदि यह आपकी सहमति से हुआ था, तब भी यदि आपको अपने स्वास्थ्य को लेकर कोई चिंता है, तो चिकित्सा सहायता लेना बिल्कुल उचित है।

चिकित्सा सहायता लेने का उद्देश्य केवल यह सुनिश्चित करना है कि आप सुरक्षित और स्वस्थ हैं, तथा यदि आवश्यकता हो तो आपको उपचार या चिकित्सकीय सलाह मिल सके।



गैर-घातक गला दबाने/दम घुटने (Non-Fatal Strangulation/Suffocation – NFSS) तथा उपलब्ध चिकित्सा सहायता के बारे में अधिक जानकारी के लिए कृपया QR कोड स्कैन करें और इस वेबसाइट पर जाएँ: medsac.org.nz/nfss