



BreastScreen
Aotearoa

ភាសាខ្មែរ (Khmer)

ការពិនិត្យសុខភាព រកជំងឺមហារីកស្រងូត

ចូលរួមជាមួយកម្មវិធី

BreastScreen Aotearoa

TimeToBreastScreen.nz

ការពិនិត្យសុដន់ និងជំងឺមហារីក

ការពិនិត្យសុដន់ មានន័យថា ការថតម៉ាម៉ូក្រាមរៀងរាល់ 2 ឆ្នាំ ម្តង ដើម្បីពិនិត្យមើលសញ្ញានៃជំងឺមហារីកសុដន់ ដែលជាជំងឺមហារីកទូទៅបំផុត ដែលប៉ះពាល់ដល់ស្ត្រីនៅក្នុងប្រទេសនូវវែលសេឡង់ ។

ការពិនិត្យសុដន់ អាចជួយសង្គ្រោះជីវិត ដោយការរកឃើញជំងឺមហារីកសុដន់ មុនពេលមានចេញរោគសញ្ញាណាមួយ ។ ជំងឺមហារីកសុដន់ភាគច្រើនអាចព្យាបាលបាន ប្រសិនបើរកឃើញនិងព្យាបាលទាន់ពេលវេលា មុនពេលវាលូតលាស់ ឬ រីករាលដាល ។

តើការថតម៉ាម៉ូក្រាមជាអ្វី?

ការថតម៉ាម៉ូក្រាម គឺជាប្រភេទនៃការថតដោយប្រើកាំរស្មីអ៊ិច ។ វាគឺជាប្រភេទឌីជីថល ដែលបង្ហាញផ្នែកខាងក្នុងនៃសុដន់របស់អ្នក ដើម្បីពិនិត្យមើលសញ្ញាណាមួយនៃជំងឺមហារីកសុដន់ ។



ក្នុងអំឡុងពេលថតម៉ាម៉ូក្រាម សុដន់នីមួយៗរបស់អ្នកនឹងត្រូវបានសង្កត់យ៉ាងណែនាំរវាងបន្ទះពីរ រយៈពេលរហូតដល់មួយនាទី ដើម្បីអាចថតរូបភាពបានច្បាស់។ អ្នកនឹងត្រូវបានស្នើឱ្យដោះសម្លៀកបំពាក់ចាប់ពីចង្កេះឡើងលើ ហើយនឹងត្រូវបានផ្តល់ជូនអាវគ្របខ្លួន ឬរ៉ូបពេទ្យសម្រាប់ពាក់។

ការថតម៉ាម៉ូក្រាម ត្រូវបានធ្វើឡើងនៅតាមគ្លីនិក និងក្រុមចល័ត ទូទាំងប្រទេសនូវវែលសេឡង់ ។ អ្នកដែលមានសិទ្ធិទទួលបានសេវាកម្មនេះ ត្រូវបានអញ្ជើញឱ្យចុះឈ្មោះចូលរួម ដោយស្វ័យប្រវត្តិ ហើយការចូលរួមគឺមិនគិតថ្លៃឡើយ ។

ការរកឃើញជំងឺនេះទាន់ពេលវេលា គឺជាការការពារជីវិតបំផុតរបស់អ្នក ។



Scan the QR code to access available translations of BSA brochures into languages other than English and formats including Braille, audio, Large Print, Easy Read and NZSL.

ទូរស័ព្ទឥតគិតថ្លៃ

0800 270 200

តើ BreastScreen Aotearoa ជាអ្វី?

BreastScreen Aotearoa គឺជាកម្មវិធីពិនិត្យស៊ុដង់ថ្នាក់ជាតិ ដោយឥតគិតថ្លៃ ដែលពិនិត្យរកសញ្ញានៃជំងឺមហារីកស៊ុដង់ ។

កម្មវិធីថ្នាក់ជាតិនេះ បច្ចុប្បន្ន ផ្តល់ជូន ការថតម៉ាម៉ូក្រាម (ថតស៊ុដង់ដោយកាំរស្មីអ៊ិច) ដោយឥតគិតថ្លៃ រៀងរាល់ 2 ឆ្នាំ ម្តង ដល់ស្ត្រីដែលមានសិទ្ធិទទួលបានសេវានេះ ដែលជាអ្នកមិនមានរោគសញ្ញានៃជំងឺមហារីកស៊ុដង់ ។

ការចុះឈ្មោះជាមួយ BreastScreen Aotearoa និងការកក់ពេលថតម៉ាម៉ូក្រាមរបស់អ្នក។

ប្រសិនបើអ្នកមានលក្ខណៈសម្បត្តិទទួលបានសេវានេះ ហើយដល់ពេលដែលត្រូវថតម៉ាម៉ូក្រាមជាមួយកម្មវិធី BreastScreen Aotearoa អ្នកគួរតែទទួលបានការអញ្ជើញតាមរយៈអ៊ីមែលសារជាអក្សរ ឬសំបុត្រ ។ អ្នកអាចចុះឈ្មោះ និងកក់ថ្ងៃមកថត ៖

- តាមអនឡាញដោយប្រើ **តំណភ្ជាប់ផ្ទាល់ខ្លួនដែលមានសុវត្ថិភាព** នៅក្នុងលិខិតអញ្ជើញរបស់អ្នក ឬ
- តាមរយៈការហៅទូរស័ព្ទឥតគិតថ្លៃទៅកាន់លេខ **0800 270 200** ។

ប្រសិនបើអ្នកគិតថាអ្នកមានសិទ្ធិទទួលបានសេវានេះ ប៉ុន្តែនៅមិនទាន់ទទួលបានការអញ្ជើញទេ សូមប្រាប់យើងឱ្យដឹង ដោយទូរស័ព្ទទៅកាន់លេខទូរស័ព្ទឥតគិតថ្លៃ ឬដោយបំពេញបែបបទចុះឈ្មោះដែលមាននៅឯ **TimeToBreastScreen.nz**

តើខ្ញុំមានសិទ្ធិទទួលបានសេវានេះទេ?

អ្នកមានសិទ្ធិចូលរួមក្នុងកម្មវិធី BreastScreen Aotearoa ប្រសិនបើអ្នក ៖

- ជាស្ត្រីដែលមានអាយុពី 45 ដល់ 69 ឆ្នាំ ឬមានលក្ខណៈសម្បត្តិគ្រប់គ្រាន់ សម្រាប់អាយុលើសពីនេះ រហូតដល់អាយុ 74 ឆ្នាំ
- មិនមានរោគសញ្ញានៃជំងឺមហារីកស៊ុដង់
- មិនទាន់បានថតម៉ាម៉ូក្រាម ក្នុងរយៈពេល 12 ខែ ចុងក្រោយ
- មិនមានផ្ទៃពោះ
- មានសិទ្ធិទទួលបានសេវាសុខភាពសាធារណៈ នៅក្នុងប្រទេសនូវវ៉ែលសេឡង់¹
- មិនមានជំងឺមហារីកស៊ុដង់យ៉ាងហោចណាស់ 5 ឆ្នាំ ។

ប្រសិនបើអ្នកមិនមានលក្ខណៈសម្បត្តិគ្រប់គ្រាន់ ដើម្បីទទួលបានសេវាកម្មនេះទេ សូមពិភាក្សាជាមួយគ្រូពេទ្យ ឬអ្នកផ្តល់សេវាថែទាំសុខភាពរបស់អ្នក អំពីហានិភ័យផ្ទាល់ខ្លួន នៃជំងឺមហារីកស៊ុដង់ ។ សូមសង្កេតមើលសញ្ញាណាមួយនៃជំងឺមហារីកស៊ុដង់ផងដែរ ហើយប្រសិនបើអ្នកសម្គាល់ឃើញមានការប្រែប្រួលនៅស៊ុដង់របស់អ្នក សូមពិគ្រោះជាមួយអ្នកផ្តល់សេវាថែទាំសុខភាពរបស់អ្នកឱ្យបានឆាប់ៗ

ប្រសិនបើអ្នកពុំពង្សបំបៅដោះកូន សូមប្រាប់រឿងនេះដល់អ្នកផ្តល់សេវាការពិនិត្យសុខភាពរបស់អ្នក នៅពេលធ្វើការណាត់ជួបពួកគេ ។

1 សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម អំពីអ្នកដែលអាចទទួលបានសេវាសុខភាពផ្ទាល់ខ្លួន និងពិភាក្សា ដែលផ្តល់មូលនិធិដោយសាធារណៈ នៅក្នុងប្រទេសនូវវ៉ែលសេឡង់ សូមចូលទៅកាន់ tewhatauora.govt.nz/corporate-information/our-health-system/eligibility-for-publicly-funded-health-services

ការពង្រីកកម្រិតអាយុ សម្រាប់ការពិនិត្យសុដន់

កម្មវិធី BreastScreen Aotearoa កំពុងពង្រីកកម្រិតអាយុ សម្រាប់ការពិនិត្យសុដន់ ដោយឥតគិតថ្លៃ ដោយចាប់ផ្តើមជាមួយស្ត្រីដែលមានអាយុ 70 ដល់ 74 ឆ្នាំ ។

រៀងរាល់ខែតុលា ចន្លោះកម្រិតអាយុសម្រាប់មកពិនិត្យ នឹងត្រូវបានពង្រីកមួយឆ្នាំ រហូតដល់ ស្ត្រីទាំងអស់ដែលមានសិទ្ធិទទួលបានសេវានេះ ពីអាយុពី 70 ដល់ 74 ឆ្នាំ ត្រូវបាន រួមបញ្ចូល ។ លក្ខណៈនេះ នឹងត្រូវបានអនុវត្តយ៉ាងពេញលេញនៅខែតុលា ឆ្នាំ 2029 ។

ទូទាំងប្រទេសនូវវេលសេឡង់

(មិនរាប់បញ្ចូលតំបន់ Nelson និង Marlborough)

ចាប់ពី ខែតុលា ឆ្នាំ 2025 អ្នកមានសិទ្ធិទទួលបាន ៖

- ការថតម៉ាម៉ូក្រាមដោយឥតគិតថ្លៃ រៀងរាល់ 2 ឆ្នាំ ម្តង រហូតដល់អ្នកមានអាយុ 75 ឆ្នាំ ប្រសិនបើអ្នកមានអាយុ 70 ឆ្នាំ នៅថ្ងៃទី 1 ខែតុលា ឆ្នាំ 2025 ឬក្រោយនេះ ។
- ការពិនិត្យចុងក្រោយមួយដង នៅអាយុ 74 ឆ្នាំ ប្រសិនបើអ្នកមានអាយុពី 70 ដល់ 74 ឆ្នាំ មុនថ្ងៃទី 1 ខែតុលា ឆ្នាំ 2025 ។

តំបន់ Nelson និង Marlborough

ចាប់ពីខែតុលា ឆ្នាំ 2024 ប្រសិនបើអ្នករស់នៅក្នុងតំបន់ Nelson និងតំបន់ Marlborough អ្នកមានសិទ្ធិទទួលបាន ៖

- ការថតម៉ាម៉ូក្រាមដោយឥតគិតថ្លៃ រៀងរាល់ 2 ឆ្នាំ ម្តង រហូតដល់អ្នកមានអាយុ 75 ឆ្នាំ ប្រសិនបើអ្នកមានអាយុ 70 ឆ្នាំ នៅថ្ងៃទី 1 ខែតុលា ឆ្នាំ 2024 ឬក្រោយនេះ ។
- ការពិនិត្យចុងក្រោយមួយដង នៅអាយុ 74 ឆ្នាំ ប្រសិនបើអ្នកមានអាយុ 70 ដល់ 74 ឆ្នាំ មុនថ្ងៃទី 1 ខែតុលា ឆ្នាំ 2024 ។

សូមចូលទៅកាន់ **TimeToBreastScreen.nz** ឬទូរស័ព្ទឥតគិតថ្លៃទៅកាន់លេខ **0800 270 200** ដើម្បីស្វែងយល់បន្ថែមអំពីការផ្លាស់ប្តូរទាំងនេះ ។

វាជាជម្រើសរបស់អ្នក

អ្នកអាចជ្រើសរើសថា តើចង់ចូលរួមក្នុងកម្មវិធី BreastScreen Aotearoa ដែរឬទេ ។ អ្នកអាចចាកចេញពីកម្មវិធីនេះ នៅពេលណាក៏បាន ។ អ្នកក៏អាចចូលរួមក្នុងកម្មវិធីនេះ ឡើងវិញ នៅពេលណាក៏បានដែរ ដរាបណាអ្នកនៅតែមានសិទ្ធិទទួលបានសេវាកម្មនេះ។

ប្រសិនបើអ្នកសម្រេចចិត្តមិនចូលរួមក្នុងកម្មវិធីនេះ អ្នក ឬអ្នកផ្តល់សេវាថែទាំសុខភាពរបស់អ្នក នៅតែអាចរៀបចំការថតម៉ាម៉ូក្រាម ជូនអ្នកបានដដែល ប៉ុន្តែគេអាចគិតថ្លៃពីអ្នក ហើយ លទ្ធផលនឹងមិនត្រូវបានកត់ត្រាចូលក្នុងកម្មវិធី BreastScreen Aotearoa ឡើយ ។

ដើម្បីជួយអ្នកសម្រេចចិត្ត សូមអានព័ត៌មានបន្ថែម នៅក្នុងខិត្តប័ណ្ណនេះ និងតាមប្រព័ន្ធអនឡាញ នៅឯ **TimeToBreastScreen.nz** ។ អ្នកក៏អាចពិភាក្សាជាមួយវេជ្ជបណ្ឌិត គិលានុបដ្ឋាយិកា ឬអ្នកផ្តល់សេវាថែទាំសុខភាពរបស់អ្នក ឬទូរស័ព្ទឥតគិតថ្លៃទៅកាន់លេខ **0800 270 200** ។

ប្រសិនបើអ្នកត្រូវការជំនួយក្នុងការរៀបចំការណាត់ជួប ឬទៅតាមការណាត់ជួបរបស់អ្នក យើង មានជំនួយជូនអ្នក ជាមួយនឹងជម្រើសនៃសេវាកម្មពីអ្នកផ្តល់សេវា Māori ឬ Pacific ដែល មានផ្តល់ជូននៅក្នុងតំបន់មួយចំនួន ។ ស្វែងយល់អំពី **សេវាកម្មទ្រព្យធាតុពិនិត្យសុខភាព** នៅឯ **info.health.nz/keeping-healthy/cancer-screening/ screening-support-services-in-aotearoa-new-zealand**

អ្វីដែលអ្នកត្រូវដឹង

ការពិនិត្យសុខភាព គឺជាការជួយសង្គ្រោះជីវិត

ការថតម៉ាម៉ូក្រាមជួយរកឃើញជំងឺមហារីកបានឆាប់រហ័ស ដោយបង្ហាញពីការប្រែប្រួលនៅខាងក្នុងស្បូន មុនពេលអ្នកអាចមានអារម្មណ៍ការប្រែប្រួលមិនប្រក្រតីណាមួយ។ នៅពេលជំងឺមហារីកស្បូនត្រូវបានរកឃើញនៅដំណាក់កាលដំបូង និងនៅពេលដុះមហារីកមានទំហំតូច អ្នកមានឱកាសរស់រានមានជីវិតពីជំងឺមហារីកស្បូនកាន់តែខ្ពស់ ហើយការព្យាបាលអាចមានភាពងាយស្រួលជាង។

នៅប្រទេសនូវវែលសេឡង់ ស្ត្រីដែលត្រូវបានរកឃើញថាមានជំងឺមហារីកស្បូន តាមរយៈការពិនិត្យសុខភាព មានអត្រាស្លាប់ តិចតួចពីជំងឺនេះ ជាងអ្នកដែលរកឃើញជំងឺមហារីកស្បូន និង អ្នកដែលមិនបានពិនិត្យសុខភាពតាមរយៈកម្មវិធីពិនិត្យសុខភាពនេះ ។ ការពិនិត្យសុខភាព បានកាត់បន្ថយការស្លាប់ ដោយសារជំងឺមហារីកស្បូន បានមួយភាគបី² ។

មនុស្សភាគច្រើនដែលកើតជំងឺមហារីកស្បូន មិនមានប្រវត្តិគ្រួសារកើតជំងឺនេះឡើយ ។ នេះជាមូលហេតុសំខាន់ ដែលអ្នកត្រូវរកតម្លាស់ប្តូរណាមួយចំពោះស្បូនរបស់អ្នក និងធ្វើការថតម៉ាម៉ូក្រាមជាប្រចាំដោយមិនគិតពីប្រវត្តិគ្រួសាររបស់អ្នក មានអ្នកកើត ឬមិនបានកើតជំងឺនេះឡើយ ។ ប្រសិនបើអ្នកមានប្រវត្តិគ្រួសារធ្លាប់កើតជំងឺនេះ អ្នកអាចមានហានិភ័យជាងអ្នកដទៃបន្តិចពីការកើតជំងឺនេះ ។

លទ្ធភាពនៃការកើតជំងឺមហារីកស្បូន ក៏មានការកើនឡើងតាមកម្រិតអាយុផងដែរ ។

ការព្យាបាលតិចជាងមុន

ការរកឃើញជំងឺមហារីកស្បូនតាំងពីដំបូង អាចមានន័យថា វាកាន់តែងាយស្រួលក្នុងការព្យាបាល ដោយប្រើជម្រើសនៃការព្យាបាល ដែលអ្នកជំងឺអាចទ្រាំទ្របានល្អជាង ។ ចំណុចនេះ មានសារៈសំខាន់ជាពិសេសសម្រាប់ស្ត្រីវ័យចំណាស់ ដែលមានបញ្ហាសុខភាពធ្ងន់ធ្ងរផ្សេងទៀត ។

ជាវិធីសាស្ត្រគួរឲ្យទុកចិត្ត នៃការថតនូវរកជំងឺមហារីក

ក្នុងចំណោមអ្នកជំងឺ 10 នាក់ មានអ្នកជំងឺ 8 ឬ 9 នាក់ ដែលរកឃើញថាកើតជំងឺនេះពីការពិនិត្យសុខភាព ការថតម៉ាម៉ូក្រាម ។

គឺនៅតែសំខាន់ក្នុងការរកមើលការផ្លាស់ប្តូរណាមួយចំពោះស្បូនរបស់អ្នក ក្នុងចន្លោះពេលការថតម៉ាម៉ូក្រាម និងពិភាក្សាជាមួយអ្នកផ្តល់សេវាថែទាំសុខភាពរបស់អ្នក អំពីការផ្លាស់ប្តូរថ្មីណាមួយនៅក្នុងស្បូនរបស់អ្នកជាបន្ទាន់ ។

ជំងឺមហារីកមួយចំនួនអាចមិនបង្កគ្រោះថ្នាក់ដល់អ្នកឡើយ ។

ការថតម៉ាម៉ូក្រាម អាចរកឃើញជំងឺមហារីកដុះតូចៗនៃស្បូន ដែលនឹងមិនអាចរកឃើញឡើយ ប្រសិនបើអ្នកមិនបានទទួលការពិនិត្យនោះ ។ មួយចំនួននៃជំងឺមហារីកទាំងនេះ អាចមិនលូតលាស់ខ្លាំង ដែលអាចគំរាមកំហែងដល់អាយុជីវិតមនុស្សឡើយ ។ ចំពោះស្ត្រីវ័យចំណាស់មួយចំនួនតូច ដែលមានស្ថានភាពសុខភាពធ្ងន់ធ្ងរផ្សេងទៀត, ជំងឺមហារីកស្បូនមួយចំនួន ដែលរកឃើញតាមរយៈការពិនិត្យ នឹងមិនក្លាយជាគ្រោះថ្នាក់ក្នុងអំឡុងពេលដែលនៅសល់ នៃជីវិតរបស់ពួកគាត់ឡើយ ។

ដោយសារតែយើងមិនអាចដឹងបានថាតើជំងឺមហារីកមួយណា ដែលអាចបង្កគ្រោះថ្នាក់បានយើងក៏ធ្វើការព្យាបាល ចំពោះជំងឺមហារីកនីមួយៗ ដែលបានរកឃើញ ។ ជម្រើសនៃការព្យាបាលអាចត្រូវបានពិភាក្សាជាមួយពេទ្យឯកទេសរបស់អ្នក ។

2 tewhatauora.govt.nz/publications/cohort-and-case-control-analyses-of-breast-cancer-mortality-breastscreen-aotearoa-1999-2011/

ការថតម៉ាម៉ូក្រាម មិនអាចរកឃើញជំងឺមហារីកទាំងអស់បានឡើយ

ការថតម៉ាម៉ូក្រាម អាចមិនចាប់បានជំងឺមហារីកមួយចំនួន ហើយជំងឺមហារីកនោះ អាចមានការវិវត្ត ក្នុងរវាងពេលនៃការណាត់ជួបពេទ្យ ដើម្បីពិនិត្យ ។ លទ្ធផលនៃការថតម៉ាម៉ូក្រាម អាចបង្ហាញជាធម្មតា ទោះបីជាជំងឺមហារីក កំពុងតែសម្លៀកនៅកន្លែងណាមួយនៅក្នុងសុដន់របស់អ្នកក៏ដោយ ។ ជាទូទៅ ជំងឺមហារីកសុដន់ចំពោះស្ត្រីវ័យចំណាស់ ងាយស្រួលរកឃើញជាង ដោយសារតែភាពខុសគ្នានៃជាលិកាសុដន់ ។

ជាលិកាសុដន់ក្រាស់ អាចធ្វើឱ្យពិបាករកឃើញជំងឺមហារីកសុដន់ ។ Health New Zealand | Te Whatu Ora កំពុងពិចារណាប្រើប្រាស់បញ្ញាសិប្បនិម្មិត ដើម្បីវាស់ស្ទង់ដង់ស៊ីតេសុដន់ នាពេលអនាគត ។

ប្រកាសខាន់ គឺអ្នកត្រូវចំណាយពេលដើម្បីស្វែងយល់ពីរូបរាង និងអារម្មណ៍របស់អ្នក ចំពោះភាពធម្មតានៃសុដន់របស់អ្នក ។

សញ្ញាមួយចំនួននៃជំងឺមហារីកសុដន់អាចរួមមាន៖

- មានដុំពកថ្មីចេញនៅក្នុងសុដន់ ឬល្បឿក
- ការផ្លាស់ប្តូររូបរាង ឬទំហំសុដន់
- ការផ្លាស់ប្តូរស្បែកសុដន់ ដូចជា ការខ្ទួច ការជ្រើសចូល ឬ ការឡើងក្រាស់
- ការផ្លាស់ប្តូរនៅក្បាលសុដន់ ដូចជា ការងាកចូលខាងក្នុង ដំបៅ ឬ ការមាស់ថ្មី
- ការហូរទឹករំអិល ឬការហូរឈាមពីក្បាលសុដន់
- ការឡើងក្រហមមិនបាត់
- ឈឺចាប់ក្នុងសុដន់ មិនរលាយ ។

ប្រសិនបើអ្នកសម្គាល់ឃើញសញ្ញាណាមួយ ក្នុងចំណោមសញ្ញា ទាំងនេះ សូមកុំរង់ចាំពេលមកថតម៉ាម៉ូក្រាមលើកក្រោយ សូមទៅជួបអ្នកផ្តល់សេវាថែទាំសុខភាពរបស់អ្នកជាបន្ទាន់ ។

ការថតដោយកាំរស្មី

ដូចការថតកាំរស្មីអ្វីចំណង់អស់ដែរ ការថតម៉ាម៉ូក្រាម ធ្វើឱ្យអ្នកត្រូវប្រឈមនឹងកាំរស្មីតិចតួច ដែលទំនងជាមិនអាចបង្កគ្រោះថ្នាក់បានឡើយ ។

ការឈឺចាប់ និងការព្រួយបារម្ភ

ការពិនិត្យសុដន់ អាចធ្វើឱ្យស្ត្រីមួយចំនួនមានអារម្មណ៍មិនសុខស្រួល ឬអាចឈឺចាប់ ហើយក៏ដូចជាពួកគាត់មានការព្រួយបារម្ភក្នុងចិត្តដែរ ។ អ្នកអាចនាំអ្នកគាំទ្រ ឬសមាជិកគ្រួសារមកជាមួយអ្នក ប្រសិនបើអ្នកចង់ឱ្យនរណាម្នាក់មកជាមួយអ្នក មុន និងក្រោយពេលថតម៉ាម៉ូក្រាម ។

សូមពិភាក្សាជាមួយគ្រូពេទ្យ គិលានុបដ្ឋាយិកា ឬអ្នកផ្តល់សេវាថែទាំសុខភាពរបស់អ្នក អំពីការពិនិត្យសុដន់ ហើយស្វែងរកព័ត៌មានបន្ថែមនៅ **TimeToBreastScreen.nz**



Time to screen
BreastScreen
Aotearoa

Health New Zealand
Te Whatu Ora

Te Kāwanatanga o Aotearoa
New Zealand Government