ᐊᔪᙱᓂᖅ

ᐃᒥᐊᓗᒃ ᐊᒻᒪᓗ ᑎᒦᑦ

ᐃᒥᐊᓗᒃ ᐊᐅᒻᒨᓰᖅ ᐊᕿᐊᕈᕐᒥᑦ ᐱᑦᓯᓂ ᐊᒻᒪᓗ ᐃᓇᓗᐊᓂᑦ ᖁᓖᓅᓂᓴᓂᑦ ᐱᑦᓯᓂ. ᑌᒪ ᑎᒥᓕᒫᒨᕐᓯᓂ ᖃᓇᑦᕐᒧᑦ ᑎᑭᐅᑎᓂᐊᓕᕐᑫᒥ.

ᐃᒥᐊᓗᒃ ᓱᕐᕈᓯᒍᕗᖅ ᖃᓇᑦᕐᓃᕕᑦ. ᐊᑕᐅᓯᕐᑐᑐᕐᑲᕐᑫᒥ ᒪᕐᕈᑐᕐᑐᕐᑲᕐᑫᒥᓘᓐᓃᑦ ᐊᓕᐊᓇᓯᓰᖅ. ᐃᒥᐊᓗᒃ ᒥᑭᔪᕐᑐᑕᐅᓚᓗᐊᕐᑫᒥ ᐆᒻᒪᑎᒥᒃ ᓱᑲᓯᒥᐊᕐᑎᓯᓰᒍᒻᒪᑦ ᐊᓯᖕᖏᓐᓂᓗ ᑎᒥᑦᑕ ᐊᐅᓚᒍᑎᖕᖏᓐᓂᒃ. ᖃᓇᑦᑕ ᐃᒪᕈᓯᐊᐱᖕᖏᓐᓂᒃ ᐊᐅᓚᑦᓯᓯᓰᒍᒻᒥᔪᖅ ᑌᒪ ᐊᓕᐊᓐᓂᐊᓕᕐᑫᑦᑕ.

ᐃᒥᐊᓗᒃ ᑲᑕᒪᓈᕐᑐᑕᓕᒃ. ᑭᑦᓴᓂᕐᒥᒃ ᓚᖕᖏᑐᒍᑦ, ᐃᒥᐊᓗᓗᐊᓲᒍᔦᕐᑲᕈᓂ ᑭᑦᓴᓲᖕᖏᒍᕈᑕᐅᒍᓐᓈᓘᓗᐊᖅ. ᐃᒥᐊᓗᓗᐊᕐᑐᕐᑲᕐᑲᑦᑕᕈᒥ ᑎᒥᐅᑉ ᐊᐅᓚᒍᑎᖕᖏᑦ ᓱᒃᑫᓕᑎᑕᐅᓰᑦ ᓱᕐᕈᒍᓐᓇᓯᓂᓗ ᐃᓯᒪᒍᓯᕐᓃᕕᑦ ᑎᒥᓐᓃᕕᓪᓗ. ᓱᕐᕈᒍᓐᒥᓯᓂᓗ ᖃᓇᑦᕐᒥᑦ ᐃᓯᒪᒍᑎᑦᑎᓂᒃ, ᐊᐅᓚᕆᒍᑎᑦᑎᓂᒃ, ᓄᑭᑦᑕ ᓂᒪᕈᑎᖕᖏᓐᓂᒃ, ᒪᑭᑦᑕᓯᐊᕈᓐᓇᓂᑦᑎᓂᒃ, ᐊᒻᒪᓗ ᐊᕝᕙᓇᐊᑲᓪᓚᒍᓐᓇᓂᑦᑎᓂᒃ.

ᐅᑦᑐᑫᐅᑎᒥᑦᓯᒍ ᐊᕝᕙᓇᐊᑲᓪᓚᓯᒍᓐᓇᓇᐊᕐᑲᕐᓂᖅ: ᖃᒧᑎᑲᓪᓚᑎᓪᓗᑎᑦ ᓯᑲᑦᑐᒪᓇᐅᑦᓯᓂ ᓯᕗᕐᑫᓪᓗᐊᓅᑲᓪᓚᑐᕐᑲᑦᓴᑉ ᐊᕐᑯᑦᑐᒥᒃ. ᐃᓯᒪᓇᓘᓐᓃᑦ, ᓅᕐᕐᑳᕈᑎᓐᓃᕕᑦ ᓇᕐᓃᑲᓪᓚᓴᕐᕐᑯᑎᑦ ᓴᓂᒻᒧᓇᐊᑲᓪᓚᓯᑎᑦ ᓯᑲᑦᑐᒥᒃ. ᐃᒥᕐᑐᕕᓂᐅᒍᕕᑦ, ᐃᓯᒪᒐᓯᐊᕈᓐᓇᕐᒥᑦᑐᑎᑦ, ᐊᕝᕙᓇᐊᑲᓪᓚᒍᓐᓇᓇᓪᓗᓃᑦ ᓯᑲᑦᑐᒥᓪᓗ ᑎᒥᓐᓃᕕᑦ ᐊᐅᓚᑦᓯᒍᓐᓇᓇᒃ. ᑌᒣᒻᒪᑕᒐ ᐊᕐᕐᑯᓇᕈᐊᕐᓂᓴᐅᓯᒍᓄᑦ ᐋᓂᕈᓐᓇᓂᕐᓴᐅᓯᑎᓪᓗ ᐃᒥᕐᓯᒪᔦᑦ.

ᐊᐅᑦ ᐃᒥᐊᓗᑦᑕᕐᑲᓗᐊᑐᐊᕐᒪᑦ, ᐃᓯᒪᑦᓯᐊᕈᓐᓇᕐᒥᕈᓐᓇᑐᑎᑦ ᓴᓇᓯᐊᑦᓯᐊᕈᓐᓇᕐᒥᕈᓐᓇᓗᑎᓪᓗ. ᑎᒦᑦ ᓴᒍᓐᓇᕐᒥᕈᓐᓇᑐᖅ ᖃᐅᔨᒪᕐᒥᕐᓗᑎᑦ.

ᐃᒥᐊᓗᑦᑐᕐᑲᕈᓂ ᓴᑲᓗᐊᕐᑐᒥᒃ ᑐᕐᑯᒍᑕᐅᒍᓐᓇᑐᖅ. ᐃᒥᕐᓯᒪᔦᕐᓗ ᖃᐅᔨᒪᕐᒥᑐᐊᕈᓐᓇ ᒥᓇᐊᑎᒥᔭᒥᓂᒃ ᑐᐱᓪᓗᓂ ᐃᓗᒍᓐᓂᕈᓐᓇᒥᔦᖅ ᖃᐅᔨᒪᕐᒥᕐᓯᒪᓂᕐᒥᓄᑦ.

ᑎᖕᒍᔦᑦ ᐃᒪᕈᓯᐊᐱᓪᓕᒃ ᐃᒥᐊᓗᒻᒥᒃ ᑎᒥᑦᑎᓂᑦ ᐱᔦᑑᑦᓴᔭᒥᒃ. ᑭᓯᐊᓂ ᐃᑲᐅᕐᓂᓪᓖᓪᓗᐊᒥ ᓇᐸᒥᓪᓗ ᐃᒥᐊᓗᒻᒥᒃ ᑎᖕᒍᔦᑦ ᑎᒥᑦᑎᓂᑦ ᐲᔦᒍᓐᓇᔩᖅ. ᐊᒥᓯᓂᒃ ᐃᒥᕐᐸᓪᓕᐊᓪᓚᕕᑦ, ᐊᐅᓐᓅᕐᑲᕐᐸᓪᓕᐊᑐᐃᓐᓇᑐᖅ. ᐊᒥᓯᑦ ᐱᑦᔦᑕᐅᓰᒍᒻᒥᔦᑦ ᖃᓄᖅ ᑭᓇᑐᐃᓐᓇᖅ ᓱᕐᑫᑕᐅᓯᒪᒍᓐᓇᒪᖕᒫᑦ: ᓂᕐᑭᕐᕐᑲᒥᐅᒍᕕᓪᓗᓃᑦ ᓯᓇᓂᓪᓗ ᓂᕆᔦᕕᓂᐅᒻᒪᖕᒫᕐᐱᑦ, ᖃᑦᓯᓂᒃ ᐅᑭᐅᕐᑲᕐᒪᖕᒫᕐᐱᑦ, ᖁᐃᓂᒨᒻᒪᖕᒫᕐᐱᑦ, ᑎᒥᒃᑯᓗ ᖃᓄᐃᖕᖏᓃᑦ/ᖃᓄᐃᓐᓃᓅᓃᑦ, ᐊᓯᖕᖏᓪᓗ.

ᐊᕐᓗᓗ ᐊᖕᒍᑏᓪᓗ ᐊᑦᔨᒌᓯᒍᖕᖏᑐᖅ ᖃᓄᖅ ᐃᒥᐊᓗᒻᒧᑦ ᑎᒥᒻᒥᒍᑦ ᐊᐅᓚᑕᐅᓯᓰᒍᓂᖓ (Rotgers, Kern, and Hoeltzel, 2002).

- ᑎᒥᔾᔪᑦ ᐃᒪᕙᓪᓘᔾᔪᖅ. ᐅᕐᑯᒣᓐᓂᓴᑦ ᑎᒥᒻᒥᒍᑦ ᐃᒪᕐᑲᕐᓂᓴᐅᔪᑦ (ᐊᐅᒻᒥᒃ, ᐃᒪᑐᐃᓐᓇᒥᒃ, ᐊᓯᖕᖏᓐᓂᓗᓐᓃᑦ). ᐃᒪᕐᑲᕐᓂᖕᒐ ᑎᒥᑉᐱᑦ ᒪᓕᓪᓗᒍ, ᐃᒥᐊᓗᒃ ᑭᑭᐊᓕᕙᓪᓕᐊᔩᖅ, ᑌᒣᒻᒪᑕᒐ ᓱᕐᑫᑕᐅᑦᓴᐅᑎᒥᙱᓂᕐᓴᐅᔩᒍᔪᑦ ᐅᕐᑯᒣᓐᓂᓴᑦ.
- ᐊᕐᓄᑦ ᒥᑭᓂᕐᓴᐅᒪᒥᒃ, ᐃᒪᕐᑲᓗᐊᙱᓂᕐᓴᐅᒪᒥᒃ, ᐃᒥᐊᓗᑦᑕᖕᒐ ᑭᑭᐊᑦᓯᓴᐅᑎᒥᔩᒍᙱᓂᕐᓴᐅᒪᑦ ᓱᕐᑫᑕᐅᑦᓴᐅᑎᒥᓂᕐᓴᐅᔩᒍᔪᑦ.
- ᐊᕐᓄᑦ ᑎᖕᒍᒻᒥᒍᑦ ᐃᒪᕈᓯᐊᐱᕐᑲᓗᐊᙱᓂᕐᓴᐅᒥᔦᑦ ᐃᒥᐊᓗᒻᒥᒃ ᐲᔦᒍᓐᓇᑐᒥᒃ.
- ᐃᓗᓐᓈᒍᑦ, 55-ᓂᒃ ᑭᓗᑯᕘᓂᒃ (120 ᐸᐅᓐᓂᒃ) ᐅᕐᑯᒣᓐᓂᓕᒃ ᐊᕐᓇᖅ ᓱᕐᑫᑕᐅᓪᓚᓇᒍᓐᓇᑐᖅ ᐱᑦᓯᐊᖕᒥᑦᑐᑯᑦ (ᐃᓯᒪᒍᓯᖕᒐ, ᓂᒪᕈᓯᖕᒐᓗ) ᒪᕐᕉᓂᒃ ᐃᒥᐊᓗᑐᐊᕈᓂ ᐃᑲᐅᕐᓂᐅᑉ ᐃᓗᐊᓂ. 82 ᑭᓗᑯᕘᓂᒃ (180 ᐸᐅᓐᓂᒃ) ᐅᕐᑯᒣᓐᓂᓕᒃ ᐊᖕᒍᑎᒃ ᑌᒦᑦᓴᓇᖅ ᓱᕐᑫᑕᐅᕙᓪᓚᐊᓯᒍᓐᓇᑐᖅ 3.5-ᓂᒃ ᐃᒥᐊᓗᒍᓂ ᐃᑲᐅᕐᓂᐅᑉ ᐃᓗᐊᓂ. ᓱᕐᑫᑕᐅᒪᒍᑎᖕᒥᑦ ᐱᐅᙱᓕᕐᐸᓪᓚᐊᒍᓐᓇᑐᑦ ᐃᒥᓇᐊᓪᓚᑐᐃᓐᓇᐸᑦ ᑎᖕᒍᖕᒐ ᐊᖕᒍᒪᑦᓯᒍᓐᓇᕈᓐᓂᒪᑦ ᑎᒥᖕᒐᓅᕐᕐᑲᑐᒥᒃ ᐃᒥᐊᓗᒻᒥᒃ.
- ᑎᖕᒍ ᐊᑯᓪᓗᓗᐊᕐᑐᒥᒃ ᐃᒥᐊᓗᑦᑕᓯᕐᑲᑦᑐᐊᕈᓂ, ᓱᒃᑯᑕᐅᕙᓪᓚᐊᓯᒍᓐᓇᑐᖅ. ᓯᕗᓪᓚᖅ, ᑎᖕᒍ ᐅᕐᓯᒥᒃ ᑎᒥᒨᕐᑫᒍᓐᓇᖕᒥᕐᐸᓪᓚᐊᒍᓐᓇᑐᖅ, ᑌᒪ ᐅᕐᓯᑖᕐᐸᓪᓚᐊᑐᐃᓐᓇᓂᐊᓪᓚᕐᒪᑦ ᑎᖕᒍ.

ᐊᔪᙱᓂᖅ (ᐃᓄᐃᑦ) ᐱᓕᕆᕝᕕᖕᒐᑦ ᑲᓇᑕᒥ
ᓄᓇᕐᑲᕐᕐᑳᓯᒪᔪᑦ ᐋᓂᐊᕐᓇᖕᒥᓐᓂᓕᕆᓂᕐᒧᑦ
ᑲᑐᑦᔾᔭᑎᒌᓐᓂᖓ, www.naho.ca/inuit

ᐊᔪᓐᖏᓂᖅ

- ᐃᒥᐊᓗᑐᐃᓐᓇᐸᓐᓂᖅ ᓱᒃᑯᐃᒍᓐᓇᑐᖅ ᑌᒪ ᑎᖒᑉ ᐃᒪ-ᕈᓯᐊᐱᖏᑦ ᐊᐅᒻᒨᖃᓯᓂᐊᓚᖅᒪᑕ. ᑖᒃᑯᐊ ᑎᖒᑉ ᐃᒪᕈᓯᐊᐱᖏᑦ ᑕᑯᔭᐅᒍᓐᓇᑐᑦ ᐊᐅᖏᖅᑕᐅᔪᖃᖅᑐᓂ. ᐋᓐᓂᐊᓯᐅᖅᑎᒪᕆᓐᓄᑦ ᐅᖃᐅᑎᔭᐅᓯᒪᒍᕕᑦ ᐊᐅᖏᖅᑕᐅᒍᑎᕕᓂᖅᑎᑦ ᑎᖑᒃᑯᑦ ᐃᒪ-ᕈᓯᐊᐱᓐᓂᒃ ᐱᑕᖃᖅᓂᕋᖅᑕᐅᓗᑎᒃ, ᓂᕆᑦᓯᐊᖃᑦᑕᓯᒥᐊᖃᖅᑯᑎᑦ, ᓱᒃᑯᕙᓪᓚᐊᓂᐊᖖᒋᓇᕕᑦ, ᐃᒥᐊᓗᖃᑦᑕᕈᓐᓈᓗᑎᓪᓗ.
- ᐃᒥᐊᓗᓗᐊᑐᐃᓐᓇᐸᒃᑯᕕᑦ, ᑎᖑᐃᑦ ᓯᑎᔪᓂᒃ ᑭᓪᓚᑖᖅᐸᓚᐊᒍᓐᓇᑐᖅ. ᐊᑎᖃᖅᑎᑕᐅᔪᒥᒃ ᑎᖑᓪᓗᓇᖅᑐᒥᒃ (cirrhosis). ᑎᖑ ᓯᑎᓚᓪᓚᕆᑐᐃᓐᓇᕋᑕᕈᓐᓇᑐᖅ ᑎᒥᒻᒨᖅᕋᒍᓐᓇᖏᖅᓗᓂ ᑎᒥᐅᑉ ᒪᑭᑕᑦᓯᐊᕈᓐᓇᐅᑎᑦᓴᖏᓐᓂᒃ ᑐᖁᓐᓇᑐᓂᓪᓗ ᐲᔭᒍᓐᓇᖏᖅᓗᓂ ᑎᒥᒻᒥᑦ. ᑐᖁᒍᑕᐅᒍᓐᓇᑐᖅ.

ᐃᒥᐊᓗᓗᐊᖅᓯᒪᔪᖃᕈᓂ ᐃᓕᑦᑐᖃᕈᓐᓇᑐᖅ:

- ᐃᒥᐊᓗᓗᐊᖅᓯᒪᓂᖅ (ᓂᐊᖁᖖᒍᓂᖅ, ᒥᕆᐊᑎᒥᓂᖅ, ᓴᔪᖖᒍᓯᖅᓂᖅ)-ᑎᒦᑦ ᑌᓕᒍᓐᓇᑐᖅ ᐃᒪᕈᓯᐊᐱᓐᓄᑦ ᐊᐅᓚᑕᐅᑦᓯᓂ ᐊᒻᒪᓗ ᑎᒦᑦ ᐃᒥᐊᓗᒻᒥᒃ ᐲᔭᓚᑐᐊᖅᒪᑦ
- ᖃᐅᑐᐊᖅᒪᑦ ᐊᓇᑭᑕᖅᓇᑐᖅ
- ᓯᓂᑦᓯᐊᓇᖖᒋᑐᖅ-ᐅᓐᓄᐊᑐᐃᓐᓇᑯᑦ ᑐᐸᑲᑦᑕᓇᖅᑐᖅ ᓯᓂᓯᒍᓐᓇ-ᖏᖅᑐᖃᖅᓂᐊᓚᖅᒥ, ᓯᓂᑦᓯᐊᖏᑦᒎᓯᓂᓘᓐᓃᑦ ᑐᐸᑦᑐᖃᖅᓂᐊᓚᖅᒥ ᑭᑦᑌᖕᒐᔪᖃᖅᓂ

ᐃᒥᐊᓗᐊᓲᒍᔪᖃᕈᓂ ᐃᓕᑦᑐᐃᓐᓇᕆᐊᓚᒃ:

- ᓱᒃᑯᑕᐅᒍᓐᓇᑐᖅ ᒪᒪᖅᓴᐅᑎᖃᓗᐊᕇᒃᑯᑎᖕᒐ ᑎᒥᑦᑕ, ᓂᕿᒥᒃ ᑎᒥᑦᑎᓐᓅᖅᕋᒍᑎᑦᑕ ᐃᖅᕋᕕᑦᑕ ᐃᓚᖕᒐ
- ᐱᕈᐃᓐᓇᓯᒪᔪᒥᒃ ᐋᓐᓂᐊᑖᕈᑕᐅᒍᓐᓇᑐᖅ (ᐅᑦᑐᕋᐅᑎᒥᑦᓱᒥᑦ-ᖃᓂᒃᑯᑦ, ᐃᒡᒥᐊᑯᑦ, ᑎᖑᒃᑯᓗ)
- ᐊᐅᑉ ᓲᖑᓂᖕᒐ
- ᐆᒻᒪᓯᕆᓂᖅ
- ᖃᕆᑕᖅ ᒨᕈᓐᓇᖏᕈᓐᓇᑐᖅ ᐊᐅᒃ
- ᖃᕆᑕᖅᒥᒃ ᓱᒃᑯᐃᒍᓐᓇᑐᖅ ᐃᑉᐱᓂᐊᕈᑎᐊᐱᓐᓂᓗ
- ᐊᖑᑎᖃᕈᒪᓂᖕᒐ / ᐊᖅᓇᖃᕈᒪᓂᖕᒐᓗ ᓲᖖᒋᓚᐅᒥᒍᓐᓇᑐᖅ
- ᐊᓯᐊᓃᒍᓐᓇᖏᖅᓯᒪᓂᖅᑐ/ᐅᐃᕆᓯᒪᓂᖅᑐ ᑎᒥᒃᑯᑦ ᐃᓱᒪᒃᑯᓗ
- ᐊᖅᓄᑦ ᐃᕕᐊᖕᒐᒥᒍᑦ ᐱᕈᐃᓐᓇᑐᒥᒃ ᐋᓐᓂᐊᑖᑐᐃᓐᓇᕆᐊᓛᑦ

ᐃᒥᓗᐊᖃᑦᑕᓂᖅ ᖃᕆᑕᐅᑉ ᐃᒪᕈᓯᐊᐱᖏᓐᓂᒃ ᐊᓯᑦᕉᓲᒍᒻᒥᔪᖅ ᑎᒥᖃᑦᓯᐊᓇᖅᑐᓂᓪᓗ ᓂᕿᒦᑦᑐᓂᒃ, ᑌᒪ ᐃᓱᒫᓘᓲᒍᓂᐊᓚᕋᑦᑕ ᑭᑦᓴᓲᒍᓯᑦᓯᑕᓗ. ᐃᒥᓗᐊᖃᑦᑕᓲᑦ ᑭᑦᓴᓲᒍᓯᒍᓐᓇᒥᔪᑦ. ᐊᓚᐊᑦᑐ-ᒪᕆᐅᑦᓴᖁᑎᑦ ᑌᒪ ᑲᕙᐅᒻᒥᓯᒪᓂᐊᓚᖅᒥᒐᕕᑦ. ᑭᑦᓴᓚᐅᒥᑐᐃᓐ-ᓇᓂᐊᓚᕋᕕᑦ ᐃᓱᒫᓗᓚᐅᒥᑐᐃᓐᓇᓗᑎᓪᓗ ᐃᒻᒥᓂᒃ ᓈᒻᒪᓴᒍᓐᓄᑐᐊᕈᕕᑦ ᐃᒥᓗᐊᓲᒍᓂᖅᓃᕕᑦ.