WIZARA YA AFYA NA USTAWI WA JAMII

YAJUE MAGONJWA YANAYOZUILIKA KWA CHANJO

POLIO, KIFUA KIKUU, PEPOPUNDA, DONDAKOO, KIFADURO, SURUA, HOMA YA INI (Hepatitis B), HOMA YA UTI WA MGONGO, KICHOMI, ROTAVIRUS NA NIMONIA

MPANGO WA TAIFA WA CHANJO TANZANIA

UTANGULIZI

Nchini Tanzania magonjwa yanayokingwa kupitia Mpango wa Chanjo ni Polio, Kifua kikuu, Pepopunda, Dondakoo, Kifaduro, Homa ya ini, Homa ya uti wa mgongo, Surua, Nimonia na Rotavirus.

Magonjwa haya yanakingwa kwa chanjo ya Kifua Kikuu (BCG), Polio (OPV), Pentavalent (DTP-HepB-Hip), Surua na Pepopunda (TT), Pneumococcal (PCV13) na Rotavirus.

Huduma za Chanjo ni mkakati muafaka katika kutokomeza maradhi na kupunguza vifo vya watoto na akina mama nchini Tanzania. Ni mkakati muhimu katika uhai na maendeleo ya familia na Taifa kwa ujumla. Kijitabu hiki kinalenga kuelimisha jamii juu ya magonjwa yanayozuilika kwa chanjo. Kila mzazi/mlezi hana budi kuhakikisha mtoto anapatiwa chanjo zote ili kumkinga na magonjwa yanayokingwa kwa chanjo.

Mpango wa Taifa wa Chanjo unaratajia kwamba jamii itaelimika kwa kusoma kujitabu hiki na kutekeleza yaliyomo.

Mpango wa Taifa wa Chanjo
Desemba, 2013.

YALIYOMO

1 UGONJWA WA KIFUA KIKUU (TB) 6
1.1 UTANGULIZI 6
1.2 DALILI ZA KIFUA KIKUU (TB) 6
1.3 ATHARI ZA KIFUA KIKUU (TB) 6
1.4 KINGA 6
1.4.1 Ratiba ya Chanjo 6
1.5 TIBA 7
1.6 UJUMBE 7
2 UGONJWA WA POLIO 8
2.1 UTANGULIZI 8
2.2 DALILI ZA POLIO 8
2.3 ATHARI ZA POLIO 8
2.4 KINGA 8
2.5 TIBA 9
2.6 UJUMBE 9
3 UGONJWA WA PEPOPUNDA KWA WATOTO WACHANGA 10
3.1 UTANGULIZI 10
3.2 DALILI ZA PEPOPUNDA KWA WATOTO WACHANGA 10
3.3 ATHARI ZA PEPOPUNDA 10
3.4 KINGA 10
3.5 TIBA 10
3.6 UJUMBE 11
4 UGONJWA WA KIFADURO 12
4.1 UTANGULIZI 12
4.2 DALILI 12
4.3 ATHARI ZA KIFADURO 12
4.4 KINGA 12
4.5 TIBA 12
4.6 UJUMBE 13
5 UGONJWA WA DONDAKOO 14
5.1 UTANGULIZI 14
5.2 DALILI 14
5.3 ATHARI ZA DONDAKOO 14
5.4 KINGA 14
5.4.1 Ratiba ya chanjo 15
5.5 TIBA 15
5.6 UJUMBE 15
6 HOMA YA INI (HEPATITIS B) 16
6.1 UTANGULIZI 16
6.2 DALILI ZA AWALI 16
6.3 Dalili za baadaye 16
6.4 ATHARI ZA UGONJWA WA HOMA YA INI (HAPATITIS B) 17
6.5 KINGA 17
6.6 TIBA 17
6.7 UJUMBE 17
7 MAGONJWA YA HOMA YA UTI WA MGONGO NA KICHOMI YANAYOSABABISHWA NA HAEMOPHILUS INFLUENZA (HIB) 18
7.1 UTANGULIZI 18
7.2 DALILI ZA MAGONJWA YANAYOSABABISHWA NA HIB 18
7.3 DALILI ZA HOMA YA UTI WA MGONGO 18
7.3.1 Dalili za Homa ya Uti wa Mgongo: 18
7.3.2 ATHARI ZA HOMA YA UTI WA MGONGO 18
7.4 DALILI YA UGONJWA WA NIMONIA 18
7.4.1 : Dalili ya Ugonjwa wa Nimonia 19
7.4.2 ATHARI ZA NIMONIA 19
7.5 TIBA 19
7.6 KINGA DHIDI YA MAGONJWA YANAYOSABABISHWA NA HIB 20
7.7 UJUMBE 20

8 SURUA 21
8.1 UTANGULIZI 21
8.2 DALILI 21
8.3 MADHARA YA UGONJWA WA SURUA 21
8.4 KINGA 21
8.5 TIBA 22
8.6 UJUMBE 22
9 MAGONJWA YA NIMONIA NA HOMA YA UTI WA MGONGO YANAYOSABABISHWA NA BAKTERIA AINA YA STREPTOCOCUS PNEUMONIAE 23
9.1 UTANGULIZI 23
9.2 DALILI ZA UGONJWA WA NIMONIA NA UTAMBUZI 23
9.3 DALILI ZA HOMA YA UTI WA MGONGO: 23
9.4 ATHARI ZA MAGONJWA NIMONIA 23
9.5 KINGA 24
9.6 TIBA 24
9.7 UJUMBE 24
10 MAGONJWA YA KUHARISHA YANAYOSABABISHWA NA ROTAVIRUS 25
10.1 UTANGULIZI 25
10.2 DALILI ZA ROTAVIRUS 25
10.3 MADHARA MENGINE YANAYOWEZA KUTOKEA 25
10.4 ATHARI ZA UGONJWA WA ROTAVIRUS 25
10.5 KINGA 25
10.6 TIBA 26
10.7 UJUMBE 26

1 UGONJWA WA KIFUA KIKUU (TB)

1.1 UTANGULIZI

Kifua kikuu ni ugonjwa unaosababishwa na vimelea vya bakteria na huenezwa kwa njia ya hewa. Mtu mwenye maambukizi ya kifua kikuu akikohoa, kupiga chafya au kutema mate ovyo husambaza vijidudu hivyo hewani, huweza kumwambukiza mtu mwingine.

1.2 DALILI ZA KIFUA KIKUU (TB)

a. Kukohoa kwa muda wa wiki 2 au zaidi.
b. Maumivu ya kifua
c. Homa za usiku
d. Kutoka jasho kwa wingi usiku
e. Kupungua uzito
f. Kukohoa damu
g. Kukosa hamu ya kula na mwili kuwa dhaifu

1.3 ATHARI ZA KIFUA KIKUU (TB)

- Ugonjwa huweza kuenea kwenye viungo vingine vya mwili
- Watu wengi hupoteza maisha iwapo hawatapata tiba sahihi mapema
- Watu wengi huambukizwa ugonjwa katika muda mfupi
- Wagonjwa wa kufua kikuu hawawezi kushiriki kikamilifu katika shughuli za maendeleo.
- Matibabu ya Kifua kikuu huchukua muda mrefu na ni ya gharama kubwa.

1.4 KINGA

Ugonjwa huu unakingwa kwa chanjo ya Kifua kikuu (BCG), ambayo hutolewa mara tu mtoto anapozaliwa. Ili kupunguza uwezekanao wa kupata kifua kikuu zingatia yafuatayo:

- Kujenga na kuishi kwenye nyumba zinazoruhusu mzunguko kwa hewa ya kutosha.
- Epuka kukaa kwenye misongamano
- Watoto wanyonyeshwe maziwa ya mama pekee kwa miezi sita na umlikiza kwa vyakula vyenye virutubisho
- Kula vyakula vyenye lishe bora
- Kutotema mate na makohozi ovyo

1.4.1 Ratiba ya Chanjo

Chanjo ya Kifua Kikuu hutolewa baada ya mtoto kuzaliwa au anapofika kliniki kwa mara ya kwanza. Iwapo kovu halitajitokeza chanjo irudiwe katika kipindi cha miezi 3.

1.5 TIBA

Ugonjwa wa Kifua kikuu unatibika. Matibabu yake huchukua muda mrefu wa miezi 6 hadi 8 nani ya gharama kubwa. inashauriwa mgonjwa awahi matibabu mapema kwenye vituo vya kutolewa huduma za kinga.

1.6 UJUMBE

- Ugonjwa wa kifua kikuu ni hatari, hata hivyo inakingwa kwa chanjo.
- Mzazi au mlezi hakikisha kila motto anapozaliwa anapata chanjo ya kuzuia kifua kikuu.

KUMBUKA: Chanjo ya kifua kikuu (BCG) itamkinga motto dhidi ya ugonjwa wa kifua kikuu

2 UGONJWA WA POLIO

2.1 UTANGULIZI

Ugonjwa wa Polio unaweza kuwapata watu wa rika zote lakini watoto wenye umri wa chini ya miaka 15 ndio wanaoathirika zaidi. Ugonjwa huu hushambulia mishipa ya fahamu hatimaye husababisha kupooza kwa misuli, hasa ya miguu, mikono au yote kwa pamoja, na pengine misuli ya kiwambo (diaphragm) na kusababisha kifo.

Ugonjwa wa Polio husababishwa na virusi vya Polio, ambavyo huenezwa kwa njia ya kula na kunywa maji yaliyochafuliwa na kinyesi.

2.2 DALILI ZA POLIO

- Homa
- Mafua
- Maumivu ya mwili, kichwa na shingo
- Kupooza ghafla kwa kiuonge au vioungo vya mwili

2.3 ATHARI ZA POLIO

Ugonjwa wa Polio husababisha ulemavu wa maisha na hata kifo.

2.4 KINGA

Ugonjwa wa Polio huzuila kwa chanjo, ambayo hutolewa kwa matone ya kumeza mara nne kama ifuatavyo.

Chanjo ya Kwanza	Chanjo ya Pili
Mara tu motto anapozaliwa	Akifikisha umri wa wiki Sita (6
Chanjo ya Tatu	Chanjo ya Nne
Akifikisha umri wa wiki kumi (10)	Akifikisha umri wa wiki kumi na nne (14)

2.5 TIBA

Ugonjwa wa Polio hauna tiba.

2.6 UJUMBE

Ili kuondokana na tatizo la ulemavu wa maisha, hakikisha kila motto anapatiwa chanjo zote nne na akamilishe afikiapo umri wa wiki 14 (miezi mitatu na nusu)

KUMBUKA: Kila mtoto mwenye umri chini ya mwaka mmoja ni lazima awe amekamkilisha chanjo ya kuzuia ugonjwa wa polio kwa kupata matone mara nne ili kupata kinga kamili.

3 UGONJWA WA PEPOPUNDA KWA WATOTO WACHANGA

3.1 UTANGULIZI

Pepopunda ni ugonjwa wa hatari unaoambukiza. Ugonjwa huu unasababishwa na vimelea vya bacteria vinavyoitwa “clostridium tetani”. Vimelea hivi huingia mwilini kupitia kwenye kidonda au jeraha. Ugonjwa huu huwapata watu wa rika zote. Kwa watoto wachanga toka kuzaliwa hadi kufikia umri wa siku 28, vimelea huingia mwilini kupitia kwenye kitovu kilichokatwa kwa kutumia kifaa chenye maambukizi, kama vile wembe, mabua na usinge au kuwekwa vitu vichafu kama vile kinyesi cha ng’ombe, vumbi la kizingitini na kadhalika.

3.2 DALILI ZA PEPOPUNDA KWA WATOTO WACHANGA

Mtoto mchanga aliyepatwa na pepopunda huwa na dalili zifuatazo ambazo hujitokeza siku mbili au tatu baada ya kuzaliwa.

3.3 ATHARI ZA PEPOPUNDA

Ugonjwa huu unaua katibu watoto wote wanaoupata

3.4 KINGA

Ugonjwa huu huzuilika kwa chanjo ya Pepopunda. Ili kumkinga motto mchanga njia pekee ni kumpatia mama kinga kabla au wakati wa ujauzito.

Kinga kamili hupatikana kwa dozi tano za sindano kwa ratiba ifuatavyo:-

Chanjo	Muda	Kinga
Chanjo ya kwanza	Wakati wowote	Hamna
Chanjo ya pili	Wiki nne baada ya sindano ya kwanza	Miaka mitatu
Chanjo ya tatu	Miezi sita baada ya sindano ya pili	Miaka mitano
Chanjo ya nne	Mwaka mmoja baada ya sindano ya tatu	Miaka kumi
Chanjo ya tano	Mwaka mmoja baada ya sindano ya nne	Miaka 20

Ikithibitika kuwa mama aliwahi kupata chanjo tatu za DTP utotoni, itahesabiwa ameshapata dozi mbili za chanjo ya Pepopunda, hivyo itabidi aendelee na dozi zingine za chanjo ya Pepopunda ili kukamilisha ratiba.

3.5 TIBA

Ugonjwa wa pepopunda hauna tiba.

3.6 UJUMBE

- Ni muhimu wanawake wote wen7e umri wa kuzaa kati ya miaka 15 hadi 49 wapate chanjo kamili dhidi ya ugonjwa wa Pepopunda, ili kumkinga mtoto atakayezaliwa.
- Zingatia usafi wakati wa kuzalisha, kukata na kutunza kitovu kuzuia maambukizi, kitovu cha mtoto kisiwekwe kitu chochote.
- Mama atunza kadi yake ya chanjo ya Pepopunda kwa ajili ya kumbukumbu.

KUMBUKA: Kinga kamili ipatikanayo baada ya dozi tano za chanjo inadumu mwilini kwa muda wa miaka 20.

4 UGONJWA WA KIFADURO

4.1 UTANGULIZI

Kifaduro ni ugonjwa unaoambukiza na kusababishwa na vimelea vya bacteria ambavyo huitwa Bordetella pertusis. Ugonjwa huu huenezwa kwa njia ya hewa na huwapata hasa watoto wenye umri wa chini ya mwaka mmoja.

4.2 DALILI

- Mafuta au kuziba kwa pua
- Kukohoa
- Mgonjwa huendelea kukohoa kwa mfululizo, kuvuta pumzi ndani kwa nguvu na mwishoni hutapika.

4.3 ATHARI ZA KIFADURO

- Kichomi
- Utapiamlo
- Uvimbe katika ubongo na hatimaye kifo

4.4 KINGA

Kifaduro huzuiwa kwa chanjo yenye mchanganyiko wa chanjo za kuzuia dondakoo, Pepopunda, Homa ya ini, Homa ya uti wa mgongo na kichomi yaani DTP-HepB-Hib ambayo kwa sasa hujulikana kama Pentavalent.

Chanjo ya kwanza	Chanjo ya pili	Chanjo ya tatu
Umri wa wiki sita	Umri wa wiki kumi	Umri wa wiki 14

4.5 TIBA

Ugonjwa wa kifaduro unatibika endapo mtoto atapata huduma mapema

4.6 UJUMBE

- Ugonjwa huu huzuilika kwa chanjo
- Mpeleke mtoto katika kliniki ya mama na mtoto akapate chanjo
- Hakikisha mtoto amekamilisha sindano tatu kwa utratibu uliowkwa ili apate king mwilini.

KUMBUKA: Lazima mtoto apate chanjo ya kuzuia Kifaduro mara tatu kwa mpishano wa wiki nne kila moja ili apate kinga kamili.

5 UGONJWA WA DONDAKOO

5.1 UTANGULIZI

Dondakoo ni ugonjwa unaowapata watoto wadogo. Ugonjwa huu unasababishwa na vimelea ambavyo hujulikana kama *"corynebacterium diphtheria"* Vimelea hivi hushambulia sehemu za koo na huenezwa kwa njia ya hewa, mate au majimaji yanayotoka kwenye sehemu za maambukizo.

5.2 DALILI

Ugonjwa wa dondakoo unaojionyesha kwa dalili zifuatazo: -

- Kukosa hamu ya kula na kushindwa kula
- Vidonda kooni
- Kutoa kamasi iliyochanganyika na damu
- Utando kwenye koo ambao humzuia mtoto kumeza na hata kupumua
- Maumivu makali ya shingo
- Shingo pia huweza kuvimba sana na kupewa jina la 'shingo ya nyati'. Hali hii inawza isitofautishwe na matumbwitumbwi.

5.3 ATHARI ZA DONDAKOO

- Ugonjwa huenea haraka sana
- Kushindwa kumeza na kupumua
- Mtoto anaweza kupooza sehemu za paji la uso hadi shingoni
- Kifo huweza kutokea

5.4 KINGA

Dondakoo huzuiwa kwa chanjo yenye mchanganyiko wa chanjo za kuzuia Kifaduro, Pepopunda, Homa ya ini, Homa ya uti wa mgongo na kichomi yaani DTP- HepB-Hib ambayo kwa sasa hujulikana kama Pentavalent.

5.4.1 Ratiba ya chanjo

Chanjo ya kwanza	Chanjo ya pili	Chanjo ya tatu
Umri wa wiki sita	**Umri wa wiki kumi**	**Umri wa wiki kumi na nne**

5.5 TIBA

Ugonjwa wa Dondakoo unatibika endapo mtoto atapata huduma mapema

5.6 UJUMBE

- Ujumbe huu huzuilika kwa chanjo
- Mpeleke mtoto katika Kituo cha Huduma za Afya akapate chanjo.
- Hakikisha mtoto amekamilisha sindano tatu kwa utaratibu uliowekwa ili apate kinga kamili.
- Baada ya matibabu, mpumzishe mtoto kitandani kwa muda wa wiki sita, ili apate nguvu za kutosha.

KUMBUKA: Watoto wengine hawaonyeshi dalili, lakini wanawea kuwa na vimelea vya ugonjwa ambavyo vinaweza kuwa chanzo cha maambukizi kwa watoto wengine. Hakikisha mtoto anapata dozi tatu za chanjo ya kuzuia Dondakoo ili kumpa king kamili.

6 HOMA YA INI (HEPATITIS B)

6.1 UTANGULIZI

Homa ya ini ni ugonjwa hatari unaosababishwa na uambukizo wa virus viitwavyo *"Hepatitis B'*. ugonjwa huu unaweza kuwapata watu wa rika zote lakini, watoto wenye umri chini ya miaka mitano huathirika zaidi.

Ugonjwa huu ni hatari na huambukizwa kwa haraka zaidi ya virusi vya UKIMWI (vvu). Njia za maambukizi ni sawa na zile zinazoambukiza VVU. Njia hizo ni pamoja na:-

- Kuongezewa damu yenye virusi, kutumia vifaa visivyotakaswa kama vile mabomba ya sindano, nyembe na kadhalika.
- Kutoka kwa mama mwenye virusi kwenda kwa mtoto wakati wa ujauzito, kujifungua au kunyonyesha.
- Kupata maambukizo sehemu za mwili zilizo wazi kama vile vidonda, michubuko na mikwaruzo
- Kujamiana na mtu mwenye maambukizo bila kutumia kinga.

6.2 DALILI ZA AWALI

- Mafua
- Kuumwa kichwa
- Homa
- Uchovu
- Kuishiwa nguvu
- Kupoteza hamu ya kula
- Kichefuchefu
- Kutapika
- Maumivu ya tumbo na hata kuharisha

6.3 Dalili za baadaye

Baada ya siku tatu hadi nne:

- Macho na ngozi ya viganja na nyayo hubadilika rangi na kuwa njano
- Mkojo hubadilika rangi na kuwa njano iliyokolea, na kinyesi kuwa cheupecheupe.

6.4 ATHARI ZA UGONJWA WA HOMA YA INI (HAPATITIS B)

Mtoto akiugua homa ya ini na akipona athari zake hujitokeza ukubwani kama ifuatavyo:-

- Kusinyaa kwa ini
- Saratani ya ini
- Hatimaye kifo

6.5 KINGA

Ugonjwa wa homa ya ini hukingwa kwa chanjo. Chanjo hii imechanganwa katika chanjo ya dondakoo. Kifaduro, pepopunda, Homa ya uti wa mgongo na kichomi na kupewa jina la DTP-HepB-Hib au Pentavelent.

Chanjo hii hutolewa kwa ratiba ifuatayo:-

Chanjo ya kwanza	Chanjo ya pili	Chanjo ya tatu
Umri wa wiki sita	**Umri wa wiki kumi**	**Umri wa wiki kumi na nne**

6.6 TIBA

Ugonjwa wa Homa ya ini hauna tiba. Hata hivyo, mgonjwa hupatiwa huduma ya kutuliza makali ya dalili za ugonjwa.

6.7 UJUMBE

- Ugonjwa wa Homa ya ini hukingwa kwa chanjo
- Mpeleke mtoto katika Kituo cha Huduma za Afya akapate chanjo
- Hakikisha mtoto amekamilisha dozi tatu za chanjo kwa utaratibu uliowekwa ili apate kinga kamili
- Epuka njia zote zinazoweza kusababisha maambukiz

KUMBUKA: Ugonjwa wa Homa ya ini ni hatari zaidi ya UKIMWI. Hakikisha mtoto anapata chanjo ya kuzuia ugonjwa wa Homa ya ini.

7 MAGONJWA YA HOMA YA UTI WA MGONGO NA KICHOMI YANAYOSABABISHWA NA HAEMOPHILUS INFLUENZA (HIB)

7.1 UTANGULIZI

Homa ya uti wa mgongo na kichomi husababishwa na vimelea aina mbalimbali. Moja ya vimelea hivyo ni bacteria aina ya *"Haemophilus influenza"* Bakteria aina ya haemophilus influenza wapo katika makundi sita (a, b, c, d, e na f), magonjwa ya homa ya uti wa mgongo na kichomi husababishwa na Kundi b (Hib). Magonjwa haya yameenea duniani kote na kwa kiwango kikubwa katika nchi zinazoendelea, ikiwemo Tanzania. Magonjwa haya yanaathiri zaidi watoto wenye umri dhini ya miaka mitano.

Hib inasababisha zaidi ya asilimia 95 ya magonjwa hayo yaliyotajwa hapo juu. Magonjwa mengine yanayosababishwa na *Hib* ni pamoja na kuvimba kwa kidaka tonge, uambukizo kwenye viongo, ngozi na mfuko wa moyo.

Bacteria aina ya *Hib* huambukizwa kwa njia ya matone ya mate yenye uambukizo kutoka kwa mtoto anayekohoa au kupiga chafya. *Hib* pia huenea kwa kubadilishana vitu vye kuchezea kama vile midoli na vitu vingine vilivyowekwa mdomoni. Muda wa maambukizo mpaka ugonjwa ujitokeze ni siku 2 – 4, hapo ndipo dalili za awali hutokea. Mgonjwa mwenye magonjwa ya Hib akitibiwa mapema na kwa dawa sahihi huwa na uwezekano mkubwa wa kutoeneza ugonjwa bada ya masaa 24 – 48 baada ya kuanza matibabu.

7.2 DALILI ZA MAGONJWA YANAYOSABABISHWA NA HIB

Bakteria aina ya Hib wanaweza kuathiri kiungo au mfumo wowote mwilini. Hivyo, dalili zinategemea ni kiungo gani au ni mfumo gani ulioathirika

7.3 DALILI ZA HOMA YA UTI WA MGONGO

Homa ya uti wa mgongo ni ugonjwa unaoathiri ngozi nyembamba inayozunguka ubongo.

7.3.1 Dalili za Homa ya Uti wa Mgongo:

- Homa
- Degedege
- Kukakamaa kwa shingo
- Kupungua kwa kiwango cha ufahamu

7.3.2 ATHARI ZA HOMA YA UTI WA MGONGO

- Huathiri mfumo wa fahamu kama vile kutosikia vizuri, upofu, mtindio wa ubongo n.k.
- Husababisha kifo

Dalili hizi hutokea pia kwa homa ya uti wa mgongo inayosabishwa na bacteria aina nyingine.

7.4 DALILI YA UGONJWA WA NIMONIA

Kichomi ni ugonjwa unaoathiri mapafu.

7.4.1 : Dalili ya Ugonjwa wa Nimonia

- HOMA
- Kikohozi na
- Kupumua kwa shida

7.4.2 ATHARI ZA NIMONIA

Kichomi kinaweza kuathiri sehemu ndogo ya pafu au kusababisha usaha kwenye pafu.

7.5 TIBA

Magonjwa haya hutibiwa kwa kutumia dawa za antibiotiki. Kwa watoto waliopata athari kwenye mfumo wa fahamu, mazoe\i ya viungo ni muhimu kwa ajili ya kupunguza athari zaidi zinazoweza kutoka.

7.6 KINGA DHIDI YA MAGONJWA YANAYOSABABISHWA NA HIB

Njia muhimu ya kujikinga na magonjwa haha ni kupata hanjo ya DTP-HepB-Hib au Pentavalent. Chanjo hii ipo kwenye mchanganyiko w chanjo ya dondakoo, kifaduro, pepopunda na homa ya ini.

Njia nyingine za kupunguza uwezekano wa kupata maambukizi ya Hib ni pamoja na kujenga au kukaa kwenye nyumba zenye hewa ya kutosha na kuepuka msongamano.

Kutambua ugonjwa na kutibu mapema kwa njia ya uwiano wa matibabu ya watoto (IMCI) ili kuzuia kuenea kwa ugonjwa na kupunguza madhara yatokanayo na magonjwa hayo.

Chanjo hii hutolewa kwa ratiba ifuatayo:-

Chanjo ya kwanza	**Chanjo ya pili**	**Chanjo ya tatu**
Umri wa wiki sita	**Umri wa wiki kumi**	**Umri wa wiki kumi na nne**

7.7 UJUMBE

- Ugonjwa wa Homa ya uti wa mgongo na kichomi hukingwa kwa chanjo
- Mpeleke mtoto akapate chanjo
- Hakikisha mtoto amekamilisha dozi tatu za chanjo kwa utaratibu uliowekwa ili apate kinga kamili.

KUMBUKA: Ugonjwa wa Homa ya uti wa mgongo na kichomi ni hatari. Hakikisha mtoto anapata chanjo ya kuzuia magonjwa haya.

8 SURUA

8.1 UTANGULIZI

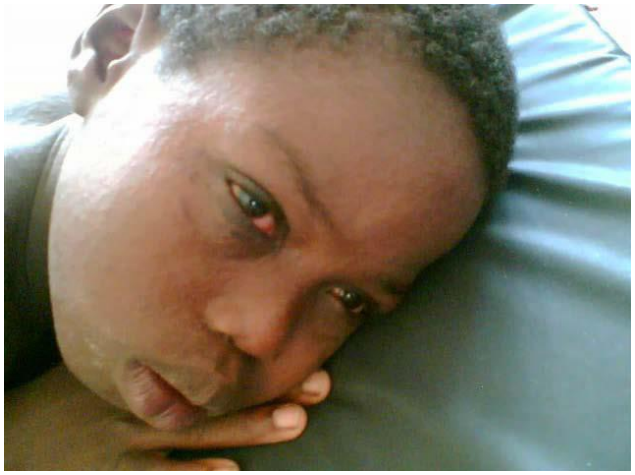
Surua ni ugonjwa unaosababishwa na virusi aina ya *"Morbillivurus paramyxvirus"* vinavyoenea kwa haraka. Ugonjwa huathiri watu wa rika zote, lakini watoto wenye umri chini ya miaka mitano huathirika zaidi. Ugonjwa wa surua huenezwa kwa njia ya hewa hasa pale mgonjwa anapokohoa au kupiga chafya na maambukizo huwa ni ya haraka sana hasa sehemu zenye msongamano.

Ili kutokomeza ugonjwa wa surua, moja ya mkakati ni kutoa chanjo ya marudio katika umri wa miezi 18 ili kuimarisha kinga na kuwafikia watoto wote ambao hawakupata kinga mwili dhidi ya surua na chanjo ya kwanza kwa sababu za kibiolojia au kwa kutofikiwa na huduma.

8.2 DALILI

Dalili za ugonjwa wa surua ni:-

- Siku chache za mwanzo mtoto huwa na homa, mafua na kikohozi
- Macho yanakuwa mekundu na hutoa majimaji
- Vipele vidogo hutokea ambavyo huanza kwenye paji la uso, nyuma ya masikio na kusambaa usoni na mwili mzima.



8.3 MADHARA YA UGONJWA WA SURUA

- Masikio kutoa usaha ambao huweza kusababisha kutokusikia
- Vidonda vya macho vinaweza kusababisha upofu
- Nimonia
- Utapiamlo
- Kuvimba ubongo
- Kifo.

8.4 KINGA

Ugonjwa wa surua kwa watoto huzuilika kwa chanjo ya surua. Mtoto hupata sindano mbili za kumkinga na surua ambayo hutolewa kwenye bega la kushoto akamilishapo umri wa miezi tisa na marudio baada ya mtoto kutimiza miezi 18. Iwapo kuna mlipuko wa surua, watoto wenye umri wa miezi 6 na kuendelea inafaa wapatiwe chanjo hata kabla ya kukamilisha miezi tisa, lakini ni lazima irudiwe chanjo hiyo

anapokalisha umri wa miezi tisa. Aidha,ni lazima mtoto apatiwe matone ya vitamin 'A' kila anapopata chanjo ya surua.

8.5 TIBA

Ugonjwa wa surua hauna tiba, bali matibabu hutolewa kwa ajili ya kutibu madhara yaliyosababishwa na surua kama vile kichomi, masikio yenye kutoa usaha, homa, kuhara na utapiamlo ambao mara nyingi huambatana na surua.

8.6 UJUMBE

- Surua ni ugonjwa unaoweza kukingwa kwa chanjo ya surua.
- Ni muhimu kwa mzazi kuhakikisha mtoto anakamilisha chanjo zote ikiwemo chanjo ya marudio ya surua ili kuimarisha kinga.
- Mtoto anapougua surua apelekwe mapema kituo cha afya kwa matibabu na ushauri.
- Mtoto mwenye surua apewe vinywaji na chakula cha kutosha.
- Mtoto mwenye homa na vipele vidogo apelekwe kituo cha kutolea huduma za afya kwa ajili ya uchunguzi wa maradhi yanayofanana na surua

KUMBUKA: Chanjo ya surua hutolewa sanjari na matone ya vitamin A. Mzazi au Mlezi mpeleke mtoto akapate chanjo ya surua akamilishapo umri wa miezi tisa

Dalili za surua hufanana na dalili za ugonjwa wa Rubella. Kwa hiyo kila mtoto mwenye homa na vipele vidogo huchunguzwa sanjari na uchunguzi wa surua

9 MAGONJWA YA NIMONIA NA HOMA YA UTI WA MGONGO YANAYOSABABISHWA NA BAKTERIA AINA YA STREPTOCOCUS PNEUMONIAE

9.1 UTANGULIZI

Magonjwa wa Nimonia husababishwa na vimelea vya *streptococcous pneomococus*. Kuna aina nyingi za vimelea vya streptococcous pneumococcus vinavyo sababisha ugonjwa wa nimonia. Vimelea hivi pia husababisha magonjwa mengine hatari, yakiwemo homa ya uti wa mgongo, uambukizo wa bakteria kwenye damu (bacteremia),ugonjwa wa masikio, magonjwa ya pua (sinusitis) na mapafu (bronchitis). yanaathiri zaidi watoto wenye umri chini ya miaka mitano.

Magonjwa yanayosababishwa na vimelea vya streptococcous pneomococcus huenea kwa njia ya hewa wakati mtu mwenye vimelea anapopiga chafya au kukohoa. Magonjwa haya pia yanaweza kuambukizwa kwa njia ya kugusa sehemu zenye vimelea vya maradhi haya kama nguo, leso, vikombe, vitu vya kuchezea watoto nk.

9.2 DALILI ZA UGONJWA WA NIMONIA NA UTAMBUZI

- Mtoto mwenye nimonia huonesha dalili ya kupumua kwa shida.
- kukohoa,
- homa
- kukosa hamu ya kula au kunyonya
- Ugonjwa unapokuwa umezidi mtoto anapumua kwa shida zaidi.

9.3 DALILI ZA HOMA YA UTI WA MGONGO:

- Homa kali,
- Kuumwa na kichwa,
- Kupungua au kupoteza fahamu,
- Degedege,
- Kukamaa shingo

Homa ya utiwa mgongo inaweza kugundulika kwa kuchukua vipimo vya maji ya uti wa mgongo kwa uchunguzi wa maabara. Ugonjwa wa masikio na pua utagundulika kwa kuchukua maelezo ya hali ya mgonjwa na vipimo husika.

9.4 ATHARI ZA MAGONJWA NIMONIA

Nimonia huathiri mifumo ya hewa kwenye mapafu na kusababisha usaha kwenye mapafu na kusinyaa kwa mapafu (lung collapse)

- Homayautiwamgongohusababishamtindiowaubongo, uziwi, upofu
- Utapiamlonahatimayekudumaa
- Kifo.

9.5 KINGA

Njia muhimu ya kuzuia magonjwa ya Nimonia yanayosababishwa na vimelea vya Streptococcus Pneumoniae ni kupata chanjo ya Nimonia.

Njia nyingine za kupunguza maambukizi ya Nimonia ni pamoja na usafi wa mazigira ,kunawa mikono, lishe bora,unyonyeshaji wa maziwa ya mama pekee kwa miezi sita na nyongeza ya virutubisho vya zinc uchangiaji katika kupunguza kuenea kwa ugonjwa wa nimonia.

Hata hivyo mtoto anaweza kuugua magonjwa ya nimonia na homa ya uti wa mgongo yanayosababishwa na vimelea vingine visivyokingwa na chanjo hii, hivyo ni muhimu kuchukua tahadhari zingine za jumla za kujikinga na maradhi haya.

9.6 TIBA

Magonjwa ya nimonia yanaweza kutibika kama mgonjwa atapelekwa kwenye kituo cha kutolea huduma za afya mapema kupata matibabu na ushauri. Pia itatibiwa kwa kufuata miongozo yau wiano w amatibabu ya watoto (IMCI)

9.7 UJUMBE

Magonjwa ya Nimonia ikwemo na uti wa mgongo yanayosababishwa na Streptococcus Pneumonae yanaweza kukingwa kwa chanjo ya Nimonia

- Chanjo hii ni salama
- Mpeleke mtoto akapate chanjo
- Hakikisha mtoto anakamilisha ratiba ya chanjo (sindano **tatu)**

KUMBUKA. *Chanjo ya Nimonia hutolewa sambamba na chanjo ya Pentavalent. Mzazi /Mlezi mpeleke mtoto akapate chanjo ya Nimonia akamilishapo umriwa wiki sita*

10 MAGONJWA YA KUHARISHA YANAYOSABABISHWA NA ROTAVIRUS

10.1 UTANGULIZI

Magonjwa ya kuhara husababishwa na vimelea vya aina mbalimbali. Vimelea vya Rotavirus huchangia kwa kiwango kikubwa katika magonjwa ya kuhara kwa watoto walio na umri wa chini ya miaka mitano. Nchini Tanzania takwimu za mwaka 2008 zinaonyesha kuwa magonjwa ya kuhara yasababishwayo na rotavirus yalichangia asilimia 30 – 50 kwa watoto wote wenye umri chini ya miaka mitano waliolazwa kwa ugonjwa wa kuharisha.

Ugonjwa wa kuhara unaosababishwa na vimelea vya Rotavirus huenezwa kwa njia ya kula au/na kunywa maji yaliyochafuliwa na kinyesi chenye virusi hivyo. Mtoto anaweza kuambukizwa zaidi ya mara tatu kabla hajatimiza miaka 3 hata hivyo uambukizo wa kwanza ni hatari zaidi.

10.2 DALILI ZA ROTAVIRUS

- Kuharisha
- homa
- Kutapika,
- Dalili za kupungukiwa maji na chumvichumvi mwilini
- Mtoto akiharisha sana hulegea ikifuatiwa na shoku pamoja na Degedege na kupoteza fahamu
- Upungufu mkubwa wa maji na chumvichumvi mwilini ni husababisha kifo.

10.3 MADHARA MENGINE YANAYOWEZA KUTOKEA

- Utapiamlo
- Kudumaa
- Mtindio wa ubongo.

10.4 ATHARI ZA UGONJWA WA ROTAVIRUS

- Kuharisha sugu,
- Intususepsheni
- Utapia mlo
- Kudumaa.
- Kifo kwa ajili ya ukosefu wa maji na chumvichumvi mwilini

10.5 KINGA

- Magonjwa ya kuhara yasababishwayo na *Rotavirus* huzuilika vizuri zaidi kwa chanjo ya *Rotavirus.*
- Kunyonyesha maziwa ya mama pekee kwa miezi sita
- Kuimarisha usafi wa mazingira na kunawa mikono kwa sabuni husaidia kupunguza mambukizo ya magonjwa ya kuhara.

10.6 TIBA

Mpatie mtoto matibabu kwa kulingana na Muongozo wa Matibabu ya Watoto (IMCI).

10.7 UJUMBE

- Ugonjwa Rotavirus huu huzuilika kwa chanjo ya Rotavirus
- Mpeleke mtoto ili akapate matibabu kwa wakati
- Mzazi uhakikishe mtoto anakamilisha chanjo **mbili** kwa utaratibu uliowekwa ili apate kinga kamili.
- Chanjo ya kwanza itatolewa kati ya umri wa wiki 6 hadi wiki ya 10.
- Chanjo ya pili itatolewa kati ya wiki ya 10 hadi wiki ya 32
- Mtoto akishazidisha umri wa wiki 15 hataanzishwa chanjo ya Rota
- Mtoto akizidisha umri wa wiki 32 hatapatiwa dozi ya pili ya chanjo ya Rotavirus

Ratiba ya kutoa chanjo kwa watoto na wanawake wenye umri wa kuzaa

Umri wa kutolewa	Aina ya Chanjo	Njia	Kiwango
Mara baada ya kuzaliwa	BCG*	Ndani ya ngozi, bega la kulia	0.05ml
	OPV 0**	Mdomoni	Matone mawili
Wiki 6	OPV1	Mdomoni	Matone mawili
	Pentavalent 1	Ndani ya msuli paja la kushoto (nje)	0.5ml
	PCV 1	Ndani ya msuli paja la kulia(nje)	0.5ml
	Rota1	Kinywani	Matone
Wiki 10	OPV 2	Kinywani	Matone mawili
	Pentavalent 2	Ndani ya msuli paja la kushoto (nje)	0.5ml
	PCV 2	Ndani ya msuli paja la kulia (nje)	0.5ml
	Rota2	Kinywani	Matone
Wiki 14	OPV 3	Kinywani	Matone mawili
	Pentavalent 3	Ndani ya msuli Paja la kushoto (nje)	0.5ml
	PCV 3	Ndani ya msuli Paja la kulia (nje)	0.5ml
Miezi 9	Surua	Chini ya ngozi mkono wa kushoto (nje)	0.5ml
Miezi 18	Surua	Chini ya ngozi mkono wa kushoto (nje)	0.5ml
Miaka 9 - 13	HPV 1	Kwenye msuli wa mkono wa kulia (nje)	0.5ml

After 2-4 months	HPV 2	Kwenye msuli wa mkono wa kulia (nje)	0.5ml
After 6 months	HPV 3	Kwenye msuli wa mkono wa kulia (nje)	0.5ml
Any time after 15 – 49 years	TT-1	Kwenye msuli wa mkono wa kushoto (nje)	0.5ml
After 4 weeks	TT-2	Kwenye msuli wa mkono wa kushoto (nje)	0.5ml
After 6 months	TT-3	Kwenye msuli wa mkono wa kushoto (nje)	0.5ml
After 1 year	TT-4	Kwenye msuli wa mkono wa kushoto (nje)	0.5ml
After 1 year	TT-5	Kwenye msuli wa mkono wa kushoto (nje)	0.5ml

*BCG: Ikiwa mtoto hakupata chanjo hii wakati wa kuzaliwa inaweza kutolewa wakati wowote wa hudhurio la kwanza

**OPV 0: Ikiwa mtoto hakupata chanjo hii wakati wa kuzaliwa inaweza kutolewa wakati wowote ndani ya siku 14.

Kumbuka

- *Ni muhimu kufuata ratiba ya chanjo*
- *Ni muhimu kupata chanjo zote*
- *Chanjo ni salama na zinaweza kutolewa kwa pamoja*
- *Mweleze mzazi siku na tarehe ya kurudi kwa ajili ya dozi inayofuata.*

The following vaccine-preventable diseases have been identified by the CDC: TFDA registered

- Hepatitis A
- Hepatitis B
- Typhoid
- Rabies
- Yellow fever
- Cholera – look for a newer / disaster situation / risky areas
- Meningitis
- **New and Under-used vaccine**
    - HPV
    - Mumps
    - Rubella

UTANGULIZI

Kichaa cha mbwa ni Ugonjwa unaowapata Wanyama. Binadamu huweza kuupata ugonjwa huu baada ya kuumwa na mbwa au mnyama mwingine mwenye Virusi vya ugonjwa huu.

Chanzo cha ugonjwa wa kichaa cha mbwa ni wanyama wa porini kama mbweha, paka mwitu, mbwa mwitu, vicheche na nyani. Endapo mnyama wa porini mwenye ugonjwa atamuuma **mbwa au paka ambaye hajapata chanjo** atamwambukiza. Binadamu anaweza kuambukizwa ugonjwa wa kichaa cha mbwa baada ya kuumwa na mbwa au mnyama wa porini mwenye ugonjwa huo.

11 JINSI KICHAA CHA MBWA KINAVYOENEA

Binadamu anaweza kuambukizwa kichaa cha mbwa kwa njia mbili:

1. Kwa kuumwa na wanyama wanaofugwa walio na kichaa cha mbwa (mfano mbwa na paka)
2. Kwa kuumwa na wanyama wa porini walio na virusi vya ugonjwa huu.

DALILI ZA KICHAA CHA MBWA

Mtu mwenye ugonjwa wa kichaa cha mbwa huonyesha dalili zifuatazo:-

- Mtu akiumwa na mbwa au mnyama mwingine mwenye ugonjwa, jeraha lake hupona bila matatizo na baadaye kovu lake huanza kuwasha mara kwa mara.
- Kuwa mnyonge na pia kutopenda bugudha.
- Kuwa na wasi wasi kila wakati bila sababu yoyote
- Huogopa sana maji.
- Sauti huanza kuparuza anapo ongea
- Huwa anashituka mara kwa mara na kuonyesha uso wa hasira
- Homa kali, kuumwa na kichwa na kukakamaa kwa misuli ya shingo.
- Kushindwa kumeza kitu chochote.
- Kuonyesha dalili za kubweka kama mbwa.
- Kuchanganyikiwa

Mbwa mwenye ugonjwa huu huonyesha dalili zifuatazo:-

- Anakuwa mkali sana, anauma watu ovyo hata asipochokozwa.
- Anauma kitu chochote anachokiona mbele yake
- Anabweka ovyo na kukimbia huku na kule.
- Mate humchuruzika ovyo.
- Mguu mmoja huwa umepooza.
- Mnyama hufariki siku ya kumi baada ya dalili za mwanzo kuonekana

12 HATUA ZA KUCHUKUA KWA MTU ALIYEUMWA NA MBWA AU MNYAMA MWINGINE

Hatua za dharura za kuchukua kwa mtu aliyeumwa na mbwa au mnyama yeyote ni;

- Kuosha jeraha mapema kwa maji na sabuni,
- Kisha kuwahi kwenda kwenye zahanati, kituo cha afya au hospitali iliyo karibu ili kupata matibabu zaidi.
- Toa taarifa kwenye serikali ya kijiji/mtaa ili mnyama atafutwe na kukamatwa kwa uangalizi na ufuatiliaji zaidi.

Tahadhari: Usithubutu kusubiri mpaka dalili za ugonjwa zikutokee ndipo uende hospitali. Kumbuka dalili zikianza kutokea ujue mwisho wake ni kifo tu.

13

KUMBUKA KUWAHI HOSPITALI MAPEMA MARA UNAPOUMWA NA MBWA AU MNYAMA YEYOTE

14 ATHARI ZA KICHAA CHA MBWA KWA BINADAMU.

- Kusimama kwa shughuli za maendeleo (Mfano kuacha kwenda kazini au shambani)
- Gharama za matibabu kuongezeka katika familia na serikali pia
- Hofu katika jamii hasa pale ambapo anakuwepo mbwa mwenye kichaa.
- Mtu huweza kupoteza maisha kama hatafuata hatua sahihi za matibabu.
- Mfugaji kupoteza mbwa wake.

15 KINGA YA UGONJWA WA KICHAA CHA MBWA

- Kuwapatia chanjo ya kuzuia ugonjwa wa kichaa cha mbwa kwa wanyama wa nyumbani kama vile mbwa na paka. kila **baada ya miezi 6** ili wasipatwe na maradhi haya
- wafungwe kwenye minyororo ili wasizurure ovyo hata kama wamedungwa sindano ya kuzuia ugonjwa huu.
- Mbwa wote wasio na wenyewe ambao huzurura ovyo wauwawe kwa kupigwa risasi.
- Kutoa taarifa mapema kwa viongozi wa serikali na wa huduma za mifugo na afya katika ngazi zote pale anapotokea mtu kuumwa na mbwa au mnyama mwingine anayehisiwa kuwa na ugonjwa wa kichaa cha mbwa.
- Vaa glovu wakati wa kumuhudumia mnyama aliyeumwa na mnyama mwingine

KUMBUKA KUCHANJA MBWA WAKO, CHANJO YA KUZUIA KICHAA CHA MBWA KILA BAADA YA MIEZI SITA

Kimetayarishwa na kuchapishwa na Kitengo cha Elimu ya Afya kwa Umma.,

Wizara ya Afya na Ustawi wa Jamii.

P.O.Box 65219,

DAR ES SALAAM.

FAHAMU UGONJWA WA KICHAA CHA MBWA

PICHA YA MBWA AKIPATA CHANJO YA KICHAA CHA MBWA

16 MBWA ALIYECHANJWA HAWEZI KUAMBUKIZA

KIPINDUPINDU:

Kipindupindu ni ugonjwa wa kuharisha na kutapika unaosababishwa na vimelea vya bacteria vinavyoitwa kwa lugha ya kitaalam "Vibrio cholera".

CHANZO CHA UGONJWA

- Vimelea vilivyomo kwenye kinyesi na matapishi ya mgonjwa wa kipindupindu.
- Vimelea vilivyomo kwenye kinyesi cha mtu bila yeye binafsi kuonyesha dalili zozote za ugonjwa.

DALILI ZA UGONJWA WA KIPINDUPINDU.

Mgonjwa wa Kipindupindu huwa na dalili zifuatazo:

- Kuharisha mfululizo au mara kwa mara bila tumbo kuuma ambako kunaweza kuambatana na kutapika.
- Kinyesi au matapishi huwa ya maji maji yasiyo na harufu, yanayofanana na maji yaliyooshewa mchele.
- Kusikia kiu sana, macho kudidimia na ngozi kusinyaa ambavyo hutokana na upungufu wa maji mwilini.
- Kuishiwa nguvu, kuhema haraka haraka na kulegea. Hali hii hutokana na upungufu wa maji na madini mwilini.

KIPINDUPINDU KINAVYOENEA.

- Kula chakula au kunywa kinywaji chochote kilicho na vimelea vya ugonjwa wa kipindupindu kwa mfano:-
- Kunywa maji yasiyochemshwa.
- Kula chakula kilichoandaliwa katika mazingira ambayo siyo safi.
- Kula matunda yasiyooshwa kwa maji safi na salama.
- Kunywa pombe za kienyeji zilizoandaliwa katika mazingira machafu au kunywea katika vyombo vichafu.
- Kula mboga za majani, kachumbari na saladi bila kupikwa au kuziosha kwa maji safi na salama.
- Kula chakula au kumlisha mtoto bila kunawa mikono kwa sabuni na maji safi na salama yanayo tiririka.
- Kuosha au kuhudumia mwili wa mtu aliyekufa kwa ugonjwa wa kipindupindu bila kujikinga.
- Kunawa mikono kwenye chombo kimoja kwa mfano ndani ya bakuli au beseni kabla ya kula chakula.
- Kutotumia choo au utupaji ovyo wa kinyesi.
- Kutonawa mikono baada ya kutoka chooni.
- Kuweka mazingira katika hali ya uchafu mfano kutupa taka ovyo bila kuzingatia kanuni za afya..
- Kula vyakula vilivyopoa na visivyofunikwa.
- Kutiririsha maji ya chooni ardhini na hivyo kusababisha uchafuzi wa vyanzo vya maji na chakula.

Inzi huchangia kueneza ugonjwa wa kipindupindu kwa tabia zake za kutua chooni kwenye kinyesi, uchafu na hata vyakula na vinywaji.

MADHARA YA KIPINDUPINDU

- Hofu miongoni mwa jamii katika sehemu yenye mlipuko wa ugonjwa wa kipindupindu.
- Kifo kutokana na ukosefu wa maji na madini mwilini baada ya kuharisha na kutapika sana.
- Kushuka kwa uchumi kutokana na familia/jamii kuacha shughuli za uzalishaji mali ili kumuhudumia mgonjwa na kushiriki katika misiba.
- Serikali hutumia fedha nyingi kwa ajili ya dawa, posho kwa watumishi katika kukabiliana na ugonjwa wa kipindupindu.

JINSI YA KUJIKINGA NA KIPINDUPINDU

- Kujenga choo bora na kukitumia ipasavyo.
- Kufunika tundu la choo na kufunga mlango baada ya matumizi yake.
- Kunawa mikono kwa maji safi na salama kwa kutumia sabuni baada ya:.
  - kutumia choo.
  - kumtawaza mtoto na kabla ya kula au kumlisha motto.
- Kula chakula kikiwa bado moto na kufunika chakula kilichoandaliwa tayari kwa kuliwa.
- Kunywa maji yaliyochemshwa na kuhifadhiwa katika chombo kisafi na salama.
- Kusafisha vyakula vinavyoliwa vibichi (kama vile matunda na mboga) kwa kutumia maji safi na salama yanayotiririka.
- Kuhakikisha usafi wa mazingira ya vilabu/baa, wahudumu na vyombo vitumikavyo. Pombe za kienyeji ziandaliwe kwa maji yaliyochemshwa.
- Weka mazingira katika hali ya usafi.

Kumbuka, kuchuja maji yaliyochemshwa kunaweza kuchafua maji kwa kuingiza vimelea.Hivyo, chuja maji kabla ya kuyachemsha.

KUHUDUMIA MGONJWA

Mgonjwa wa kipindupindu hupoteza maji mengi na madini muhimu mwilini anapoharisha na kutapika. Ili kuokoa maisha ya mgonjwa ni muhimu kuchukua hatua zifuatazo:

- Mpe mgonjwa dawa ya mchanganyiko wa sukari na chumvi(ORS), maji, uji mwepesi, supu nk. mara kwa mara.
- Mpeleke mgonjwa haraka iwezekanavyo katika kituo cha afya/zahanati/ hospitali au kituo cha kutibu kipindupindu kilicho karibu nawe.
- Matapishi na kinyesi cha mgonjwa ni hatari kwa afya yako. Kwa hiyo nguo na vitu vingine vilivyochafuliwa na mgonjwa vilowekwe kwenye kemikali maalumu (mfano *Jik)* au vichemshwe ili kuua vimelea vya kipindupindu na kisha visafishwe kwa sabuni.
- Ndugu waliokuwa wakiishi na mgonjwa au wale wanaomhudumia wahakikishe wanapata dawa za kinga dhidi ya kipindupindu.

***Angalizo:Ni lazima wakati wote kuwa msafi ili kuzuia vimelea vya ugonjwa visiingie kinywani kwako kwa njia zilizotajwa hapo juu*.**

Tahadhari:

Maiti ya mgonjwa wa kipindupindu ni hatari, usijishughulishe na kuosha maiti hiyo bali izikwe haraka kwa kufuatwa ushauri wa wataalam wa afya.

Kimetayarishwa na kuchapishwa na Kitengo cha Elimu ya Afya kwa Umma.,

Wizara ya Afya na Ustawi wa Jamii.

P.O.Box 65219,

DAR ES SALAAM.