CHANJO YA MAFUA YA H1N1 2009

yenye virusi vilivyozimwa (sindano ya mafua)

Nini unatakiwa kujua

Maelezo mengi ya chanjo yanapatikana kwenye lugha nyingine kama kihispania na nyinginezo. Angalia tovuti ya www.immunize.org/vis

1 Homa ya mafua ya H1N1ya mwaka 2009 ni nini?

Homa ya mafua ya H1N1ya 2009 (ambayo mara nyingine huitwa homa ya mafua ya Nguruwe) inasababishwa na virusi vipya vya mafua. Homa hii imesambaa sana katika nchi nyingi duniani.

Kama virusi vya mafua ya kawaida, homa ya mafua ya nguruwe inaambukizwa kutoka kwa mtu mmoja kwenda kwa mwingine kwa kukohoa, kupiga chafya na hata kugusa vitu (vyombo) ambavyo vimeathirika na virusi hivyo.

Dalili za homa ya mafua ya nguruwe ya 2009 ni:
• Uchovu • Homa • Kuumwa koo • Kupiga chafya
• Kusikia baridi/kutetemeka • Kukohoa • Kuumwa kwa misuli

Watu wengine wanapatwa na tumbo la kuharisha na kutapika.

Watu wengi wanajisikia nafuu baada ya wiki moja. Lakini wengine wanaweza kupata homa ya mapafu ama maradhi mengine hatari. Watu wengine inabidi walazwe hospitali na wengine hupoteza maisha.

2 Ni kitu gani kinachotofautisha Homa ya H1N1 na homa ya mafua ya (msimu)?

Virusi vya mafua ya msimu huwa vinabadilika mwaka hadi mwaka, lakini huwa vinahusiana.

Watu amabo wameshawahi kupata mafua ya kawaida huko nyuma kwa kawaida wanakuwa na kinga na virusi vya mafua ya msimu (miili yao inakuwa imejenga kinga kupigana na virusi hivyo).

Virusi vya Homa ya Mafua ya nguruwe ni aina mpya ya virusi. Virusi hivi ni tofauti sana na virusi vya mafua ya msimu.

Watu wengi aidha wana kinga kidogo au hawana kinga kabisa na virusi vya homa ya mafua ya nguruwe H1N1(miili yao haiko tayari kupambana na virusi hivi).

3 Chanjo ya Homa ya Nguruwe ya mwaka 2009

Chanjo zinapatikana ili kujikinga na homa ya mafua ya nguruwe ya 2009.

- Chanjo hizi zimetengenezwa kama chanjo za mafua ya msimu.
- Zinatarajiwa kufanya kazi na kuwa salama kama chanjo za mafua ya msimu.
- Haziwezi kukukinga dhidi ya magonjwa yatokanayo na mafua yaliosababishwa na virusi vingine.
- Haziwezi kukukinga dhidi ya mafua ya msimu. ***Unatakiwa kupata chanjo ya mafua ya msimu ikiwa unataka kujikinga na mafua hayo.***

Chanjo ambazo haziko hai (chanjo ambazo virusi vyake vimezimwa) zinachomwa kwenye msuli, kama chanjo za mafua ya kawaida. **Karatasi hii inaelezea kuhusu chanjo zenye virusi vilivyozimwa.**

Chanjo hai ya **kuweka kwenye pua** inapatikana pia. Maelezo yake yapo kwenye karatasi nyingine.

Baadhi ya chanjo ya homa ya mafua ya nguruwe (H1N1) ya mwaka 2009 ambazo zimeua virusi ndani yake zina dawa inayoitwa Thimerosal ambayo inasaidia kufanya chanjo hizi kutokuwa na vijidudu. Kuna baadhi ya watu wanasema kuwa thimerosal inasababisha baadhi ya watoto kuwa na ugonjwa wa kuchelewa kuendelea (kukua) kimawazo, kwa jina la kiingereza "autism". Mwaka 2004, jopo la wataalamu kutoka kwenye idara ya afya wameangalia taaluma nyingi kuhusiana na nadharia hii, na wamekuta kuwa hamna uhusiano baina ya thimerosal na ugonjwa wa watoto kuchelewa kuendelea kimawazo yaani "autism". Taaluma nyingine zilizofuata zimegundua kitu hicho hicho.

4 Nani anatakiwa kupata chanjo ya homa ya mafua ya nguruwe H1N1 ya mwaka 2009 na kwa wakati gani?

NANI

Kundi la kwanza la watu wanaoshauriwa kupata chanjo ya homa ya nguruwe ni kama ifuatayo:

- wanawake wajawazito
- watu wanaoishi au wanaoangalia watoto ambao wako chini ya miezi sita (6)
- Watumishi wa afya, watoa huduma za dharura na huduma za kwanza
- Mtu yeyote kuanzia miezi sita mpaka miaka 24
- Mtu yeyote miaka 25 mpaka miaka 64 mwenye matatizo ya kiafya au udhaifu kwenye kinga ya mwili

Makundi yafuatayo yanatakiwa kuchanjwa pindi tu chanjo hii itakapopatikana:

- Watu wenye afya njema miaka 25 mpaka miaka 64
- Watu wenye miaka 64 kwenda juu

Serikali ya marekani inatoa chanjo hii kwa hiari. Ingawa sheria za majimbo au waajiri wanaweza kutaka chanjo hii itolewe kwa baadhi ya watu.

WAKATI GANI

Pata chanjo ya homa ya mafua ya nguruwe mara tu itakapopatikana.

Watoto mpaka miaka 9 wanatakiwa kuchanjwa mara mbili, chanjo ya pili itolewe mwezi mmoja baada ya chanjo ya kwanza. Watoto wakubwa na watu wazima wanatakiwa kuchanjwa mara moja.

5 Watu wengine hawatakiwi kupata chanjo au wanatakiwa kusubiri

Hutakiwi kupata chanjo ya Homa ya Nguruwe ya H1N1 ya 2009 ikiwa unapata athari (za kuhatarisha maisha) ukila mayai, ama kutokana na kitu chochote ambacho kiko ndani ya chanjo hii. *Unatakiwa umwambie mtu anayekupatia chanjo iwapo unapata athara kali kutokana na vitu vilivyotajwa hapo juu.*

Pia unatakiwa useme iwapo umeshawahi kupata:

- athari ya kuhatarisha maisha baada ya kuchomwa chanjo ya mafua ya msimu
- Udhoofu wa mwili ambao pia unajulikana kwa jina la kitaalamu kama GBS (Guillian Barre Syndrome)

Hizi sio sababu za kutopata chanjo lakini wataalamu wa afya watakusaidia kufanya maamuzi ya busara.

Iwapo unaumwa aidha kidogo au sana, unaweza kushauriwa kusubiri mpaka upate nafuu (upone) kabisa kabla ya kupata chanjo. Kama una mafua kidogo au ugonjwa mwingine, hauna haja ya kusubiri.

Akina mama wajawazito au wanaonyonyesha wanaweza kupata chanjo ya homa ya mafua ya nguruwe H1N1 2009 yenye virusi vilivyozimwa.

Chanjo ya Homa ya nguruwe ambayo imeua virusi walokuwemo ndani yake inaweza kutolewa pamoja na chanjo nyingine, ikiwemo na ya mafua ya msimu.

6 Nini athari za chanjo ya 1N1 ya mwaka 2009?

Kama dawa nyingine yeyote, chanjo inaweza kuleta matatizo kama vile kumfanya mtu apate madhara makubwa kama vile mzio (allergy). Lakini uwezekano wa chanjo kuleta madhara makubwa ama kifo ni mdogo sana.

Virusi ambavyo vimo kwenye chanjo ya homa ya mafua ya nguruwe H1N1 ya mwaka 2009 vimeshauliwa, kwa hivyo huwezi kupata mafua yeyote yale.

Athari za homa ya mfua ya nguruwe yenye virusi vilivyozimwa ni sawa na za homa ya mafua ya msimu:

Athari ndogo ndogo:

- Kuvia damu, kuwa mwekundu, kuvimba ama kuwa teketeke kwenye sehemu uliyopata chanjo
- Kuzirai /kuzimia (mara nyingi hii inawapata vijana)
- Kuumwa kichwa ama misuli
- Homa
- Kusikia kichefuchefu

Iwapo matatizo haya yatatokeo basi hujitokeza mara tu unapopata chanjo na hukaa kwa muda wa siku 1-2.

Athari kubwa:

- Matatizo ya kuhatarisha maisha kutokana na kupata chanjo ni machache. Iwapo yatatokea basi hujitokeza mara tu mtu anapopata chanjo au baada ya masaa machache.
- Mnamo mwaka 1976, kuna aina ya chanjo ya homa ya mafua ya nguruwe ambayo ilihusishwa na ugonjwa wa udhoofu wa mwili ujulikanao kama GBS ama ***Guillian Barre Syndrome***. Tokea wakati huo, hakuna chanjo za mafua ambazo zimehusishwa na GBS.

7 Je kama kunatokea athari kubwa

Vitu gani vya kuangalia?

Hali yeyote isiyoeleweka, kama vile homa kali au mabadiliko ya tabia. Dalili za madhara makubwa ni kupumua kwa taabu, sauti kutoka kwa taabu na kutoa sauti wakati wa kupumua, athari ya ngozi, kubadilika rangi, kukosa nguvu mwilini, mapigo ya moyo kwenda mbio ama kupata kizunguzungu.

Nini cha kufanya?

- Piga simu kwa daktari ama mpeleke huyo mtu hospitali haraka sana
- Mjulishe daktari nini kimetokea, wakati gani kimetokea na saa ngapi huyo mgonjwa amepewa chanjo
- Muombe mtoa huduma wako aripoti madhara haya kwa kujaze fomu inayoitwa VAERS ambayo ni ya kuripoti madhara ya chanjo. Unaweza kuripoti madhara haya kwa kupitia tovuti ya VAERS **www.vaers.hhs.gov** ama kupiga simu namba **1-800-822-7967**

VAERS haitoi ushauri wa kiafya

8 Malipo kutokana na madhara ya chanjo

Iwapo wewe ama mtoto wako amepata madhara kutokana na chanjo ya homa ya mafua ya nguruwe,uwezekano wa kushitaki kisheria ni mdogo.

Serikali ya marekani imetayarisha programu ambayo inatoa msaada wa kugharamia huduma za afya na vitu vingine kwa watu wanaopata madhara kutokana na chanjo hii. Kwa maelezo zaidi kuhusu programu hii, piga simu namba **1-888-275-4772** ama ingia kwenye tovuti ya programu ambayo ni **www.hrsa.gov/countermeasurescomp/default.htm**

9 Je, kama ninataka kujua zaidi?

- Muulize mhudumu wako wa afya. Watakupatia vipeperushi kuhusu chanjo ama kukuelekeza wapi utapata maelezo zaidi.
- Piga simu kwenye serikali ya mji au jimbo lako
- Piga simu Idara ya kudhibiti na kuzuia magonjwa (CDC):
  - Piga **1-800-232-4636** (1-800-CDC-INFO) au
  - tembelea tovuti ya CDC **www.cdc.gov/h1n1flu** au **www.cdc.gov/flu**
- tembelea tovuti **www.flu.gov**

Idara ya Afya na Jamii
(Department of Health and Human Services)
Idara ya kudhibiti na kuzuia magonjwa
(Center for Disease Control and Prevention)

Vaccine Information Statement
2009 H1N1 Inactivated Influenza Vaccine—Swahili 10/2/09
Translated by LLE®-Language Services www.lle-inc.com

Translation donated by Vermont Department of Health