KAULI YA TAARIFA YA CHANJO

Chanjo ya Mafua (Flu) (Iliyo na kiungo amilivu au Iliyochanganywa): *Unachohitaji kujua*

Many Vaccine Information Statements are available in Swahili and other languages. See www.immunize.org/vis

Kauli nyingi za taarifa ya chanjo zinapatikana katika Kiswahili na lugha nyinginezo. Angalia www.immunize.org/vis

1. Kwanini upate kuchanjwa?

Chanjo ya mafua inaweza kuzuia **mafua (flu)**.

Mafua ni ugonjwa wa kuambukiza unaoenea kote Marekani kila mwaka, kwa kawaida kati ya Oktoba na Mei. Mtu yeyote anaweza kupata mafua, lakini ni hatari zaidi kwa baadhi ya watu. Watoto wachanga na watoto wadogo, watu wenye umri wa miaka 65 na zaidi, wajawazito, na watu walio na hali fulani za afya au mfumo dhaifu wa kinga wako katika hatari kubwa ya mafua yaliyo na matatizo kutibu.

Maambikizo ya Nimonia, bronchitisi, maambukizo ya sinus na maambukizo katika sikio ni mifano inayohusiana na mafua yaliyo na matatizo kutibu. Ikiwa uko na hali ya matibabu, kama vile ugonjwa wa moyo, saratani, au kisukari, mafua yanaweza kuifanya kuwa mbaya zaidi.

Mafua yanaweza kusababisha joto jingi na baridi, maumivu ya koo, maumivu ya misuli, uchovu, kikohozi, maumivu ya kichwa, na kutokwa na kamasi au kuziba pua. Baadhi ya watu wanaweza kutapika na kuhara, ingawa hii ni kawaida zaidi kwa watoto kuliko watu wazima.

Katika mwaka wa wastani, **maelfu ya watu nchini Marekani hufa kutokana na mafua**, na wengi zaidi kulazwa hospitalini. Chanjo ya mafua huzuia mamilioni ya magonjwa na ziara zinazohusiana na mafua kwa daktari kila mwaka.

2. Chanjo za mafua

CDC inapendekeza kila mtu aliye na umri wa miezi 6 na zaidi apate chanjo kila msimu wa mafua. **Watoto wa umri wa miezi 6 hadi miaka 8** wanaweza kuhitaji dozi 2 katika msimu mmoja wa mafua. **Kila mtu mwingine** anahitaji dozi 1 tu kila msimu wa mafua.

Huchukua muda wa wiki 2 kwa kinga kujitengeza baada ya kupata chanjo.

Kuna virusi vingi vya mafua, na daima hubadilika. Kila mwaka chanjo mpya ya mafua hutengenezwa ili kujikinga dhidi ya virusi vya mafua vinavyoaminika kuwa vinaweza kusababisha magonjwa katika msimu ujao wa mafua. Hata wakati chanjo hailingani kabisa na virusi hivi, bado inaweza kutoa kinga fulani.

Chanjo ya mafua **haisababishi mafua**.

Chanjo ya mafua inaweza kupeanwa wakati mmoja na chanjo zingine.

3. Zungumza na mtoa huduma za afya wako

Mwambie mtoa huduma ya chanjo wako ikiwa mtu anayepokea chanjo:

- Amekuwa na **athari ya mzio baada ya dozi ya awali ya chanjo ya mafua**, au ako na **mizio yoyote kali, inayohatarisha maisha**
- Amewahi kuwa na **Ugonjwa wa Guillain-Barré Syndrome** (pia inaitwa “GBS”)

Katika baadhi ya matukio, mtoa huduma wako wa afya anaweza kuamua kuahirisha chanjo ya mafua hadi ziara ijayo.

Chanjo ya mafua inaweza kutolewa wakati wowote wakati wa ujauzito. Watu ambao ni au watakuwa wajawazito wakati wa msimu wa mafua wanapaswa kupokea chanjo ya mafua ambayo haijaamilishwa.

U.S. Department of Health and Human Services
Centers for Disease Control and Prevention

Watu walio na magonjwa madogo madogo, kama vile mafua, wanaweza kupewa chanjo. Watu ambao ni wagonjwa kwa wastani au wagonjwa vibaya wanapaswa kwa kawaida kungojea hadi wapone kabla ya kupokea chanjo ya mafua.

Mtoa huduma za afya wako anaweza kukupa taarifa zaidi.

4. Hatari za mzio wa chanjo

- Maumivu, wekundu, na uvimbe kwenye eneo la sindano, joto jingi, maumivu ya misuli, na maumivu ya kichwa yanaweza kutokea baada ya chanjo ya mafua.
- Kunaweza kuwa na ongezeko ndogo sana la hatari ya Ugonjwa wa Guillain-Barré (GBS) baada ya chanjo ya mafua ambayo haijaamilishwa (chanjo ya mafua).

Watoto wadogo wanaopata chanjo ya mafua pamoja na chanjo ya pneumococcal (PCV13) na/au DTaP kwa wakati mmoja wanaweza kuwa na uwezekano mdogo wa kupata mpapatiko unaosababishwa na joto jingi. Mwambie mtoa huduma za afya wako ikiwa mtoto anayepata chanjo ya mafua amewahi kuwa na mpapatiko.

Wakati mwingine watu huzimia baada ya taratibu za matibabu, ikiwa ni pamoja na uchanjwaji. Mwambie mtoa huduma wako ikiwa unahisi kizunguzungu au uko na mabadiliko ya kuona au mlio masikioni.

Kama ilivyo kwa dawa yoyote, kuna uwezekano nadra sana wa chanjo kusababisha athari kali ya mzio, jeraha lingine baya sana au kifo.

5. Na je, kukiwa na tatizo hatari?

Athari ya mzio inaweza kutokea baada ya mtu aliyepewa chanjo kuondoka kwenye kliniki. Ukiona dalili za mmenyuko mkali wa mzio (upele, uvimbe wa uso na koo, ugumu wa kupumua, moyo kupiga kwa kasi, kizunguzungu, au udhaifu), piga simu **9-1-1** ili mtu huyo apelekwe hospitali ya karibu.

Kwa dalili zingine zinazokupa wasiwasi, mpigie simu mtoa huduma za afya wako.

Athari mbaya zinapaswa kuripotiwa kwa Mfumo wa Kuripoti Matukio Mabaya ya Chanjo (Vaccine Adverse Event Reporting System - VAERS). Mtoa huduma za afya wako kwa kawaida ataweka faili ya ripoti hii, au unaweza kufanya hivyo mwenyewe. Tembelea tovuti ya VAERS katika www.vaers.hhs.gov au piga simu kwa **1-800-822-7967**. *VAERS ni ya kuripoti mizio pekee, na wafanyikazi wa VAERS hawapeani ushauri wa kimatibabu.*

6. Mpango wa Kitaifa wa Fidia ya Majeraha ya Chanjo

Mpango wa Kitaifa wa Ufidiaji wa Majeraha ya Chanjo (National Vaccine Injury Compensation Program - VICP) ni mpango wa serikali kuu ambao ulibuniwa ili kufidia watu ambao huenda walijeruhiwa na baadhi ya chanjo. Madai kuhusiana na majeraha au vifo vinavyodaiwa kutokana na kuchanjwa yako na kikomo cha muda kwa kufaili, ambao unaweza kuwa mchache kama vile miaka miwili. Tembelea tovuti ya VICP kwenye www.hrsa.gov/vaccinecompensation au piga simu kwa **1-800-338-2382** ili kujifunza kuhusu mpango huu na kuhusu kuwasilisha dai.

7. Ninawezaje kujifunza zaidi?

- Muulize mtoa huduma za afya wako.
- Piga simu kwa idara ya afya ya eneo lako au jimbo.
- Tembelea tovuti ya Utoaji wa Chakula na Dawa (Food and Drug Administration - FDA) upate machapisho ya vifurushi vya chanjo na maelezo ya ziada katika www.fda.gov/vaccines-blood-biologics/vaccines.
- Wasiliana na Vituo vya Udhibiti na Uzuiaji wa Magonjwa (Centers for Disease Control and Prevention - CDC):
  - Piga simu kwa **1-800-232-4636** (**1-800-CDC-INFO**) au
  - Tembelea tovuti ya CDC katika www.cdc.gov/flu.

Swahili translation provided by Immunize.org

Kuwawezesha wahudumu wa afya kupata habari sahihi juu ya kinga maradhi, upimaji wa kinga maradhi, na ratiba iliyopendekezwa ya utoaji wa kinga maradhi hapo mbeleni, habari zitatumwa kwenye kituo cha Usajili wa uboreshaji huduma za Matibabu cha Michigan (Michigani Care Improvement Registry). Watu binafsi wana haki ya kuomba kwamba mhudumu wao wa afya asitume habari zinazohusu kinga maradhi kwenye kituo cha usajili.