2016-05-03

Smittskyddsläkarnas smittskyddsblad

Ukimwi
Maelezo kwa wagonjwa, haki na hatua za kuzuia. Kipeperushi kutoka kwa daktari kwa ajili ya kudhibiti magonjwa ya kuambukiza.

Mbona umepokea habari hii?
Umekuwa, au Unashukiwa kuwa, umeambukizwa virusi vya Ukimwi. kipeperushi hiki kina maelezo kuhusu Ukimwi, jinsi gani kinaweza kutibiwa, na nini unahitaji kufanya.

Ukimwi ni nini?
Ukimwi ni virusi ambavyo huathiri mfumo wako wa kinga. Hivi sasa kuna dawa ambazo, zikitumiwa inavyostahili, zitapunguza idadi ya virusi mwilini, na ambazo zinawezesha mtu kuishi kwa muda mrefu na maisha mema licha ya kuwa na Ukimwi. Kama dawa zinatumika vizuri, hatari ya kuwaambukiza wengine virusi vya Ukimwi huwa ndogo sana. Maambukizo ya Ukimwi hayana tiba kamilifu, hata mtu akipewa matibabu sahihi, virusi bado hubakia mwilini. Kama mtu aliyeambukizwa hapokei matibabu, mfumo wa kinga hatimaye hudhoofika, na maambukizo yasiyo ya kawaida au saratani inaweza kuendelea. Hali hii baadaye huitwa Ukimwi. Watu wengi wanaoishi na Ukimwi leo kamwe hawatazambaza Ukimwi.

Ukimwi husambazwa kwa njia gani?
Watu wengi wenye Ukimwi huambukizwa kupitia kufanya ngono bila kinga, ama ngono ya uke au mkundu, na wakati mwingine kwa ngono ya mdomo. Damu ilioambukizwa virusi vya Ukimwi ina uwezekano wa juu ya uambukizaji, na virusi vinaweza kusambazwa kutoka mtu mmoja hadi mwingine kupitia kuongezwa damu, kudungwa sindano, au kushiriki sindano. Hatari ya kuambukizwa ipo pia wakati damu ilioambukizwa virusi vya Ukimwi inaguza utando telezi katika vidonda kwenye macho, pua, mdomo au ngozi. Matibabu ya Ukimwi yenye ufanisi hupunguza uambukizaji kwa kiasi kikubwa, lakini hayataondoa kabisa hatari ya kuambukizwa. Mtoto anaweza kuambukizwa Ukimwi kutoka kwa mama kwenda kwa mtoto wakati wa ujauzito, kujifungua na kunyonyesha. Kama hali ya maambukizo ya mama ya Ukimwi inajulikana, hatari kwa mtoto inaweza kuondolewa kabisa kwa kutumia dawa na kujiepusha na kunyonyesha.

Ni wakati gani Ukimwi hauwezi kuambukiza?
Ukimwi hauambukizwi kupitia kukumbatiana, kubusiana au kugusana. Machozi, mkojo, kinyesi, matapishi au kamasi ambalo halina damu pia haliwezi kuambukiza. Damu iliyo juu ya ngozi isiyochibukahaina hatari ya kuambukizwa.

Haki
Kwa mujibu wa Sheria ya Magonjwa ya Kuambukiza, kupima, ziara ya daktari na matibabu ya Ukimwi haina malipo. Pia una haki ya kupata usaidizi wa kisaikolojia ambao unaweza kuhitajika ili kudhibiti ugonjwa huo. Daktari wako atakushauri jinsi ya kuepuka kuwaambukiza wengine. Hupaswi kubaguliwa kwa sababu ya hali yako ya kuishi na Ukimwi. Ukimwi umejumuishwa katika sheria dhidi ya ubaguzi chini ya ubaguzi kwa misingi ya ulemavu.

Shughuli za kitaalamu
Maambukizo ya Ukimwi kwa kawaida hayasababishi mapungufu ya kimasomo au shughuli zako za kikazi

Ujauzito na kunyonyesha
Unaweza kupata usaidizi ili wewe/mpenzi wako aweze kushika mimba kwa kiwango kidogo cha hatari ya maambukizo kwa mtoto wako na mpenzi wako. Wanawake walioambukizwa Ukimwi hawapasi kunyonyesha.

smittskyddsenheten
Centrallasarettet, 351 85 Växjö. ☎0470-588278

Watoto wenye Ukimwi
Mzazi/mlezi na mtoto wanapata maelezo ya umri sahihi ya kuzuia maambukizo kutoka kwa daktari wao. Watoto wanaoishi na Ukimwi wana haki sawa ya kimalezi na elimu kama watoto wengine, lakini wanaweza kuwa na mahitaji maalum ya kuzingatiwa. Daktari wao au daktari wa kudhibiti magonjwa ya kuambukiza anaweza kutoa taarifa ya mapema kwa shule kama wazazi/walezi wametoa ridhaa yao. Wakati mtoto anaanza shule, mhudumu wao wa afya anapaswa kufahamishwa.

Kutumia kondomu wakati wa ngono ya uke, ngono ya mkundu na ngono ya mdomo
Kondomu ni kinga nzuri dhidi ya Ukimwi na magonjwa mengine ya zinaa, na lazima itumike wakati wote wa ngono. Inawezekana kwamba kondomu ya kike / kondomu kwa wanawake pia hufanya kazi, lakini njia hii haijathibitishwa kisayansi. Hata wakati wa matibabu sahihi, kondomu lazima itumike wakati wa ngono ya mkundu na ya uke ili kupunguza hatari ya maambukizo ya Ukimwi kadri iwezekanavyo.

Madawa ya kuzuia
Ikiwa inawezekana kwamba umeambukiza mtu kupitia ngono ambapo kinga ya kondomu haijafaulu, kupitia mgusano na damu yako, au vinginevyo, inawezekana kutoa dawa za kuzuia, kinachojulikana kama proflilaksisi ya kabla ya kuambukizwa (post-exposure prophylaxis - PEP). Hii ni lazima iaanzishwe mapema iwezekanavyo. Wasiliana na daktari wako au kliniki ya magonjwa ya kuambukiza / wodi ya dharura haraka iwezekanavyo.

Mbinu ya kugundua maambukizo
Ni muhimu sana kupata watu ambao wameambukizwa Ukimwi ili waweze kupata matibabu na kuzuiamaambukizo yasienee kwa wengine. Kama una Ukimwi, ni muhimu utambue nani au nini huenda kilikuambukiza, au ni nani huenda umeambukiza . Inaweza kuwa watu ulioshiriki nao ngono ya uke au aina nyingine ya ngono, watu ulioshiriki nao sindano, na wakati mwingine pia wanafamilia. Daktari wako, mshauri, au muuguzi katika kliniki ataamua mbinu ya kupima maambukizo. Unayomwaambia mfanya mbinu ya kugundua maambukizo ni siri (siri). Watu unaomweleza daktari kuhusu hawatajua wewe ni nani. Wao tu wataambiwa kuwa ni lazima wapate kupimwa.

Damu lazima iainishwe kama kiambukizo
- Mtu yeyote ambaye anaweza kugusana na damu yako kupitia kutibu majeraha yako au mambo sawa na hayo lazima avae glavu.
- Vitambaa vilivyo na damu lazima viwekwe katika kifurushi kabla ya kutupwa. Nguo zinaweza kusafishwa kwenye mashine ya kuosha.
- *Iwapo mtu yeyote amepakwa damu yako kwenye macho yao, pua au mdomo, suuza mara moja kwa maji. Lazima umwambie huyo mtu kwamba damu yako imeambukizwa Ukimwi na kwamba lazima awasiliane kwa haraka na daktari wake, au kliniki ya magonjwa ya kuambukiza / wodi ya dharura.*

Hatua unazopaswa kufuata ili kuzuia kumwambukiza mtu mwingine
Ukimwi huanishwa katika daraja la magonjwa hatari chini ya Sheria ya Magonjwa ya Kuambukiza. Unahitajika kuzuia maambukizo kutoka kwako kwenda kwa mtu mwingine. Kama hatari ya kuambukizwa itatokea, lazima umuarifu mtu huyokuhusu hali yako. Hapa chini kuna orodha ya tahadhari za kuzuia maambukizo, kwa kuzingatia maeneo ya kushughulikiwa kisheria. Mengi yanahusu watu wote wenye Ukimwi, wakati wengine hutegemea hali zao, na pia yanaweza kubadilika baada na wakati. Daktari wako ataamua hatua gani zifuatazo zinazofaa kuchukuliwa kwako.

1. *Vikwazo kuhusu kazi au kushiriki katika shughuli nyingine ambapo kuna hatari ya kuwaambukiza watu wengine.*
2. *Huwezi kuchangia damu, viungo au tishu za kupandikiza.*
   Ikiwa unatumia sirinji / sindano / vifaa vingine vya kujidunga kwa ajili ya matumizi ya kimatibabu, usiwaruhusu wengine kuzitumia.

smittskyddsenheten
Centrallasarettet, 351 85 Växjö. ☎0470-588278

3. *Ikiwa unatumia sirinji / sindano kwa ajili ya kujidunga dawa au njia nyingine sawa na hayo, usiwaruhusu wengine kuzitumia.*
4. *Aidha, pia huwezi kutumia chombo cha kuchanganya dawa. Vifaa vyote vya kujidunga sindano lazima vihifadhiwe na kukusanywa katika namna ambayo haviwezi kuhatarisha kuwaambukiza watu wengine.*
5. *Wakati wa kutafuta huduma za meno, au huduma ya matibabu ambapo wafanyakazi wanaweza kugusana na damu yako, kwa mfano, maabara au chumba cha upasuaji /operesheni lazima uwafahamishe kwamba damu yako imeambukizwa.*
6. *Kama ungependa kuchomwa tojo au michoro ya ngozi, kutoboa masikio, au kupata operesheni nyingine yoyote ambayo inahusisha matumizi ya zana zenye ncha kali, na ambayo inaweza kusababisha kutokwa na damu, kama vile "kutogolewa", lazima uwafahamishe kwamba una "maambukizo yanayotokana na damu" kabla ya utaratibu kufanywa.*
7. *Lazima umjulishe mpenzi wako kuwa umeambukizwa Ukimwi kabla ya kushiriki ngono inayohusisha hatari ya kuambukizwa Ukimwi. Hatari ya kuambukizwa ipo katika kila aina ya ngono ya mdomo, na ngono ya uke na ya mkundu. Kwa sababu kondomu inaweza kupasuka, lazima umweleza mpenzi wakokuhusu hali yako ya Ukimwi hata kama una mpango wa kutumia kondomu. Unapaswa kutumia kondomu wakati wa kufanya ngono ambapo uume umetiwa ndani ya uke, mkundu au mdomoni. Wakati wa nnjia nyingine ya ngono, kondomu za kike zinapaswa kutumika. Hata kama unapata matibabu sahihi, kondomu lazima bado kutumika kwa ajili ya ngono ya ukeni na mkundu.*
8. *Unashauriwa kutoshiriki vitu vya kibinafsi, kama wembe au mswaki na vinginekama hayo.*
9. *Lazima uhudhurie miadi ambayo daktari wako ameshauri ni muhimu.*

Kama umefanyiwa hatua ya kimatibabu ambayo unafikiri ina makosa, unaweza kuwasiliana na daktari wa kuzuia magonjwa ya kuambukiza katika eneo lako.

smittskyddsenheten
Centrallasarettet, 351 85 Växjö. ☎0470-588278