4) JE UKIMWI UNA DAWA?

Hakuna dawa wala chanjo ya Ukimwi kwa sasa. Watafiti wamegundua dawa mbalimbali ya kuongezea muda wa kuishi kwa mtu mwenye virusi lakini zina gharama kubwa na madhara makubwa.

Kuna hadithi nyingi za matibabu kutoka kwa waganga wa jadi/ tiba za asili kuhusu matibabu ya ukimwi, kwa mfano kufanya mapenzi na msichana bikira au na mtoto mdogo. Hadithi hizi hazina ukweli wowote. Hakuna njia nyingine yoyote ya kuondokana na virusi vya ukimwi mara vinapoingia katika mwili wa binadamu.

Njia pekee ya kuondokana navyo ni kuzuia au kujikinga visiingie.

5) NI FANYE NINI ILI NISIPATE UAMBUKIZO?

- Njia kuu ni kuwa mwaminifu kwa mpenzi mmoja ambaye ni mwaminifu pia na hana maambukizo kwa maisha yote
- Kuacha kabisa kufanya mapenzi
- Kutumia njia salama za kufanya mapenzi k.m. kutumia mipira ya kiume(kondom). Hatari ya kupata uambukizo hupungua endapo utatumia kondom, Kondom haizuii kwa asilimia 100, kwani inaweza kupasuka au kuteleza/kutoka. Hivyo kusababisha virusi kupita au kupenya. Inasadikiwa kuwa hatari ya kupata virusi ni asilimia 15 kwa mwaka kwa wafanyao mapenzi mara mbili kwa wiki kwa kutumia Kondom. Kondom inaweza kusaidia kukinga endapo itatumiwa kwa usahihi na kila unapofanya tendo la ndoa.
- Damu aongezewayo mtu ni lazima isiwe na virusi. Hivyo ni lazima ipimwe. Mtu asiongezewe damu ovyo isipokuwa pale ambapo ni kwa kuokoa maisha ya mgonjwa. Ikiwezekana vidonge vya kuongeza damu vitolewe.
- Epuka kuchangia vitu kama nyembe, sindano hata kama imechemshwa, vitu vingine vinavyotumika kutogea masikio,kuchangia miswaki n.k.
- Tumia mipira ya mikononi (gloves) wakati wa kumhudumia mtu mwenye kidonda, kwani hujui ni nani mwenye virusi.

6) NITAFANYA NINI KAMA NIKIHISI NINA VIRUSI?

Kama una wasiwasi kwamba huenda umeambukizwa virusi vya ukimwi, njoo na upime ili kuishi maisha ya uhakika yasiyo na wasiwasi. Zipo sababu nzuri za kupima na kufahamu afya yako kama una uambukizo au hapana.

a) Kama una uambukizo

- Unaweza kuishi muda mrefu zaidi kwa kufuata ushauri utakaopewa, ikiwa ni pamoja na kutibu haraka magonjwa yatakayojitokeza na pia kula chakula bora.
- Unaweza kuzuia familia yako kutopata maambukizo kwa bahati mbaya na pia kuzuia kupata uambukizo zaidi.
- Unaweza kupanga mipango yako ya baadaye kuliko kukaa hivihivi k.m. Elimu kwa watoto, kuandika wosia, mambo ya urithi n.k.
- Unaweza kushukuru muda uliokaa na kupanga mipango na kufurahia mahusiano mazuri pamoja na familia yako, marafiki kuliko kukaa na kuacha maisha yajiendee yenyewe.
- Mama mwenye virusi anaweza kupanga uzazi hivyo kuzuia kuambukiza mtoto atakaye zaliwa.

b) Kama huna uambukizo

- Kuishi maisha safi ambayo yaatakufanya usiambukizwe
- Maisha yasiyo na wasiwasi

Kama unahitajji msaada na ushauri zaidi, tafadhali onana na Mshauri Nasahaa au Waganga wa Zahanti ya Mtakatifu Luka. Waatafurahi kukuhudumia

.

Kipeperushi hiki kimeandikwa na Dr Rachel Tarling na Mama Lina Chali kwa matumizi ya Zahanati ya Luka Mtakatifu, Ving'hawe, Mpwapwa.

Anwani: SLP 2, Mpwapwa
Simu: 026 232 0652
e mail: stlukes@tarlings.com

Kipeperushi kimefadhiliwa na Geneva Global

GENEVA GLOBAL INC

UKIMWI NI NINI?

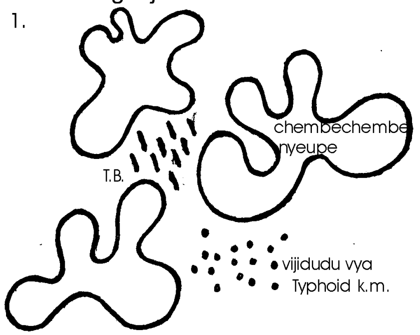
1) UKIMWI NI NINI?

Ukimwi husababishwa na virusi kuingia katika mwili wa binadamu, na kuziua chembechembe za damu nyeupe zinazopigana na magonjwa mbalimbali. Kwa hiyo mwili unakosa kinga na kuwa rahisi kushambuliwa na magonjwa mengine kama vile kifua kikuu (TB), homa ya Matumbo(Typhoid) n.k. na kusababisha kifo cha mtu.

U - Ukosefu wa
KI- Kinga
MWI- Mwilini

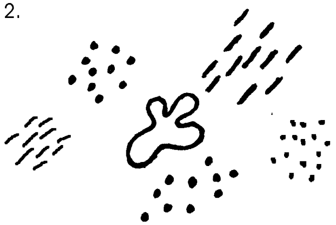
Kwa hiyo UKIMWI ni mchanganyiko wa magonjwa mbali mbali yatokanayo na mwili kukosa kinga yake ya asili ya kupigana na magonjwa.

1.



Kwa kawaida chembechembe za damu nyeupe hutumika kupigana na magonjwa au vijidudu vyovyote vinavyoingia katika mwili kwa kuvitafuna na pia kwa kutoa kemikali ambayo hutumika kuviua vijidudu hivyo

2.

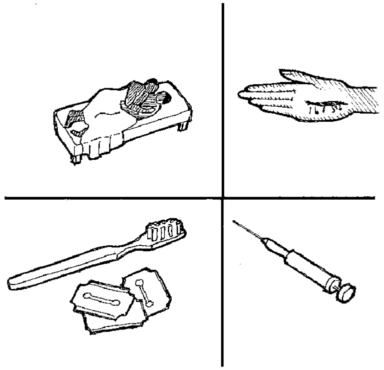


Virusi vya ukimwi huharibu chembechembe nyeupe kwa kuingia katika chembechembe hii na kuiharibu na kuiua kabisa. Jinsi chembechembe inavyoharibiwa na kufa, ndivyo mwili wetu unaposhindwa kupigana na magonjwa

2) JINSI UNAVYOAMBUKIZWA

Virusi vya Ukimwi hupendelea kuishi katika sehemu zenye majimaji za mwili wa binadamu, kama vile katika mbegu za kiume, maziwa ya mama, damu, ute kutoka katika sehemu za siri za mwanamke. Ili viweze kuleta athari kwa mtu mwingine ni lazima viingie katika mfumo wa damu yake, hivyo endapo utatokea mchubuko wowote katika sehemu hizo, virusi vitaweza kupenya moja kwa moja kwenye damu na kuanza kuharibu chembechembe nyeupe.
Kwa hiyo Ukimwi unasambazwa kwa njia zifuatazo;

- Kufanya mapenzi na mtu mwenye uambukizo (kwa sababu ngozi ni laini sana virusi vinapita kwa urahisi)
- Mama mjamzito kwa mtoto wake aliye tumboni au mtoto mchanga.
- Damu yenye maambukizo.(kwa kuongezewa damu, kuchangia nyembe kuchangia vitu vikali kama vya kutogea masikio)



Ukimwi hauambukizwi kwa kula pamoja, kugusana, kukumbatiana, kushikana mikono, kukaa pamoja, kuchangia mashuka, taulo, nguo, vyombo vya kunywea maji, sahani, vikombe, vijiko, kutumia pamoja vyoo (hata vya kukaa), mabwa ya kuogelea, bafu zinazotumiwa na watu wengi, kuumwa na mbu au kunguni na wadudu wengineo. n.k.

3) DALILI ZA UKIMWI

Zipo hatua tatu za ugonjwa wa Ukimwi

1) Mtu anapopata uambukizo kwa mara ya kwanza.
Hiki ni kipindi hatari sana kwani mtu aliyepata uambukizo huwa ni mwenye afya njema bila kuonyesha dalili zozote kwa muda mrefu. Na katika kipindi hiki mtu mwenye virusi anaweza kuambukiza mwenzi wake bila yeye mwenyewe au mwenzi wake kufahamu. Na mtu mwenye virusi anaweza akaishi hata miaka 10 bila kuwa na dalili yoyote ya ukimwi. Njia pekee ya kufahamu kama una virusi ni kwa kupima.

2) Hatua ya pili ni kipindi ambacho mtu mwenye virusi huanza kuonyesha dalili ndogondogo za ugonjwa.

Dalili zenyewe ni;
- Homa za mara kwa mara
- Mwili kuwa mchovu, maumivu ya misuli.
- Kuumwa na kichwa
- Utando mweupe mdomoni, midomo kukauka
- Upele mwilini (unaowasha)
- Kukohoa mara kwa mara zaidi ya mwezi mmoja
- Mkanda wa jeshi au wengine huita moto wa Mungu. (malengelenge)

Dalili hizi huweza kuonekana kwa mtu yeyote ambaye ana ukosefu wa kinga ambao unatokana na magonjwa mengine kama Utapiamlo, Kansa, umri mkubwa hivyo haviwezi kutumiwa kuwa ni ukimwi, ingawa mara nyingi huwapata watu wenye virusi.

Njia pekee ya kuwa na uhakika ni kwa kupima.

3) Jinsi kinga inavyozidi kupungua mwilini, ndivyo mtu mwenye virusi anavyozidi kushambuliwa na magonjwa mbalimbali. Na inapofikia hatua hii ni kwamba mwili unakuwa hauna kinga kabisa. Dalili zake ni kuwa na mbili kati ya hizi :-

- Kuharisha kwa muda mrefu zaidi ya mwezi 1
- Uzito kupungua kwa zaidi ya asilimia 10 (10%) kwa mwezi 1
- Homa kali zaidi ya mwezi 1
- Matatizo ya kifua: homa ya mapafu (pneumonia), kifua kikuu (T.B.)
- Saratani (Kansa) ya ngozi.