JAMUHURI YA MUUNGANO WA TANZANIA

WIZARA YA AFYA

MPANGO WA TAIFA WA KUDHIBITI KIFUA KIKUU NA UKOMA, TANZANIA

MWONGOZO WA MATIBABU YA WAGONJWA WA KIFUA KIKUU MAJUMBANI

Dar es Salaam, **September, 2005**

Kifua Kikuu ni nini?

Kifua kikuu au TB ni ugonjwa unaosababishwa na vimelea.Vimelea vya Kifua kikuu wanaweza kukaa sehemu yeyote katika mwili, mara nyingi hukaa kwenye mapafu. Wakati mapafu yanapoathirika mtu hushindwa kupumua kwa urahisi. Kifua kikuu husambaa kwa urahisi wakati kikiwa katika mapafu.

Kifua kikuu huponywa kwa matibabu sahihi. Watu ambao hawapati matibabu sahihi huweza kufa kwa Kifua kikuu.

Dalili za Kifua kikuu ni zipi?

Dalili za Kifua kikuu zinategemea vimelea wa Kifua kikuu wapo kwenye sehemu gani ya mwili. Dalili kuu za Kifua kikuu ni:

- Homa
- Kutoka jasho wakati wa usiku hata kama hali ya hewa ni ya baridi
- Kupoteza hamu ya kula na kupungua uzito
- Uchovu

Wakati Kifua kikuu kikiwa katika mapafu, dalili kuu ni kikohozi ambacho huendelea kwa muda mrefu (zaidi ya wiki 2 hadi 3). Pia mgonjwa hutoa kiasi kikubwa cha makohozi ambayo huweza kuwa na damu.

Baadhi ya dalili za Kifua kikuu ni kama dalili za magonjwa mengine, hivyo ni muhimu kwa mtu kufanya uchunguzi wa afya katika kituo cha tiba.

Watu wenye Kifua kikuu wanaweza kuwa na dalili mbalimbali. Dalili kuu ya Kifua kikuu kilichopo kwenye mapafu ni kukohoa kwa zaidi ya wiki mbili. Ni vizuri kwenda kituo cha tiba kwa uchunguzi wa afya.

Kifua kikuu kinaambukizaje?

Kifua kikuu kilichopo kwenye mapafu ni hatari kwa watu wengine kwa sababu huambukiza kwa urahisi kutoka kwa mtu mmoja hadi mwingine. Wakati mgonjwa wa Kifua kikuu anapokohoa au kupiga chafya, vimelea vya Kifua kikuu

husambaa hewani. Vimelea hivyo huingia katika mapafu ya mtu mwingine anapovuta hewa yenye vimelea hivyo. Ni rahisi kuambukiza vimelea hivyo kwa wanafamilia wengine wakati watu wengi wanaishi katika chumba/nyumba ndogo na ambayo haina hewa safi ya kutosha. Yeyote anaweza kuambukizwa Kifua kikuu.

Kifua kikuu huambukiza watu wengine wakati mgonjwa wa Kifua kikuu anapokohoa au kupiga chafya.

Kwa nini ni muhimu kwa mgonjwa wa Kifua kikuu kutumia dawa sahihi za Kifua kikuu kwa kipindi chote wa matibabu?

Kifua kikuu huweza kuponywa kama wagonjwa wakitumia dawa za Kifua kikuu mara kwa mara, kwa kufuata ratiba, kwa kipindi chote cha matibabu, hata kama watajisikia nafuu baada ya kupata matibabu kwa muda fulani.

Kifua kikuu huweza kusababisha kifo kama hakitatibiwa kwa usahihi na kuponywa kabisa.

Wagonjwa wataendelea kuambukiza Kifua kikuu kwa watu wengine katika familia na jumuiya kama hawatumii dawa zote za Kifua kikuu.

Kutumia tu baadhi ya dawa au kutomaliza matibabu yote hakutotibu Kifua kikuu.

Ni hatari kupata matibabu yasiyosahihi na kutumia baadhi tu ya dawa za Kifua kikuu kwa sababu ugonjwa huweza kuwa sugu.

Ni muhimu kwa mgonjwa wa Kifua kikuu kutumia dawa zote za Kifua kikuu mara kwa mara, kwa kufuata ratiba, kwa muda wote wa matibabu vinginevyo ugonjwa unaweza kuwa sugu.

Ni kwa jinsi gani mgonjwa wa Kifua kikuu anaweza kuzuia kueneza Kifua kikuu?

- Kwa kupata matibabu na kuponywa Kifua kikuu huzuia kusambaa kwa ugonjwa kwa watu wengine katika familia na jumuiya.

- Kwa kufunika mdomo na pua wakati wa kukohoa au kupiga chafya.
- Kuhakikisha kwamba watu walio karibu na mgonjwa wa Kifua kikuu, hususani watoto na watu wazima ambao wanakohoa, wanachunguzwa kama wana Kifua kikuu.

Zuia kuenea kwa Kifua kikuu kwa:

- *Kupata matibabu na kuponywa Kifua kikuu.*
- *Kufunika mdomo na pua wakati wa kukohoa au kupiga chafya.*

Wagonjwa wa Kifua kikuu wanaweza kuishi maisha ya kawaida

Wagonjwa wanaweza kuishi maisha ya kawaida wakati wa matibabu yao.

Wanaweza kufanya kazi mara tu wapatapo nafuu, mfano, kushiriki tendo la ndoa, kwenda shule, n.k.

Matibabu yasiingiliane na maisha ya kawaida na kazi.

Wagonjwa hawahitaji mlo maalumu lakini wanapaswa kula vizuri ili kurudisha uzito waliopoteza.

Hawahitaji vifaa maalumu (sahani, vijiko vyao peke yao).

Hawahitaji kulala katika chumba au kitanda cha peke yao.

Ni muhimu kwa wagonjwa kutovuta sigara au kunywa pombe wakati wote wa matibabu.

Kifua kikuu sio Ukimwi

Sio wagonjwa wote wa Kifua kikuu wameambukizwa Ukimwi.

Kifua kikuu kinaweza kutibika kwa waathirika wa Ukimwi.

Wagonjwa wanaweza kupata ushauri nasaha na kupima ili kujua kama wameathirika na virusi vya Ukimwi.

Kuna faida kwa wagonjwa kujua kama wameathirika na virusi vya Ukimwi.

- huwasaidia kupanga matunzo ya familia na watoto.
- humsaidia mfanyakazi wa afya kuweka mipango mizuri kwa mgonjwa ikiwemo upatikanaji wa dawa za kupunguza makali ya virusi (ARVs).
- husaidia kuzuia, kugundua aina ya ugonjwa na kutibu magonjwa yanayo ambatana na Ukimwi.

Wajibu wako kama Msaidizi wa Matibabu ya Kifua kikuu ni upi?

Mgonjwa amekuchagua uwe Msaidizi wa Matibabu ya Kifua kikuu na anakuamini. Wajibu wako mkubwa ni kuhakikisha mgonjwa anatumia dawa za kifua kikuu mara kwa mara, kwa kufuata ratiba, kwa kipindi chote cha matibabu. Ni muhimu kwamba mgonjwa ajisikie vizuri kuwa nawe na aweze kukuuliza maswali kuhusu mambo ambayo yangeweza kuwa magumu kuyaelewa. Mgonjwa anaweza kuwa katika hali mbaya sana na kuona aibu kwa kuwa na Kifua kikuu.

Utapaswa kumhakikishia mgonjwa kuwa upo pale kumsaidia apate matibabu na kupona kabisa Kifua kikuu. Kuwasikiliza na kuwatia moyo wagonjwa wa Kifua kikuu na familia zao ni namna nyingine ya kuwasaidia.

Wajibu mkubwa wa Msaidizi wa Matibabu ya Kifua kikuu ni kuhakikisha kwamba mgonjwa wa Kifua kikuu anatumia dawa za Kifua kikuu mara kwa mara, kwa kufuata ratiba, kwa kipindi chote cha matibabu. Pia utapaswa kumsikiliza na kumpa moyo mgonjwa kama sehemu ya msaada huo.

Ukiwa kama Msaidizi wa Matibabu ya Kifua kikuu kazi zako ni zipi?

Kazi zako kama Msaidizi wa Matibabu ya Kifua kikuu ni muhimu sana. Ni lazima:

1. Ukubaliane na mgonjwa kuhusu muda na mahali pa kukutana. Usimfanye mgonjwa asubiri.
2. Mpe mgonjwa dawa za Kifua kikuu kila mara kulingana na ratiba. Angalia dawa kuhakikisha kuwa ziko sahihi. Mwangalie mgonjwa akimeza dawa zote.
3. Weka kumbu kumbu katika Kadi ya Matibabu ya Kifua kikuu kila wakati mgonjwa anapotumia dawa. (Angalia ukurasa wa 8).
4. Kuwa mwangalifu na athari za matumizi ya dawa hizo. Muhimize mgonjwa kula chakula pamoja na dawa kama ikibidi ili kupunguza kichefu chefu. Kama athari za matumizi ya dawa zinaendelea, mpeleke mgonjwa kituo cha afya,zahanati au hospitali.
5. Muhimize mgonjwa kupata matibabu mara kwa mara.

6. Chukua hatua haraka iwapo mgonjwa atakosa matibabu kulingana na ratiba. Tafuta sababu iliyopelekea kuvurugika kwa ratiba. Toa matibabu. Kama huwezi kumshawishi mgonjwa aendelee na matibabu, wasiliana na kituo cha afya bila kuchelewa kwa ajili ya msaada.
7. Nenda kituo cha afya kila wiki ukachukue dawa nyingine za Kifua kikuu. Onyesha Kadi ya mgonjwa ya Matibabu ya Kifua kikuu. Chukua chupa tupu kwa ajili ya kuhifadhia dawa za mgonjwa. Angalieni maendeleo ya mgonjwa na mjadili kama kuna tatizo lolote.
8. Kama wewe au mgonjwa hatakuwepo kwa siku chache, weka utaratibu mzuri na mwombe mtu mwingine amfanyie ufuatiliaji. Kama haiwezekani, mpe mgonjwa dawa za Kifua kikuu za kutosha wiki moja.
9. Hakikisha mgonjwa anaenda kwenye kituo cha afya wakati wa kipindi cha uchunguzi wa makohozi kinapofika.

Kama Msaidizi wa Matibabu ya Kifua kikuu, toa msaada endelevu kwa mgonjwa wa Kifua kikuu kwa:

- Kumwangalia mgonjwa akitumia kiwango sahihi cha dawa za Kifua kikuu.
- Kuweka alama kwenye Kadi ya Matibabu ya Kifua kikuu baada ya dawa kutumiwa.
- Kumuhimiza mgonjwa kuendelea na matibabu ya Kifua kikuu.
- Kuhakikisha siku zote kuna dawa kwa ajili ya mgonjwa.
- kumpeleka mgonjwa kwenye kituo cha afya kama kuna matatizo.
- Kuhakikisha mgonjwa anaenda kwenye kituo cha afya wakati wa kipindi cha uchunguzi wa makohozi kinapofika.

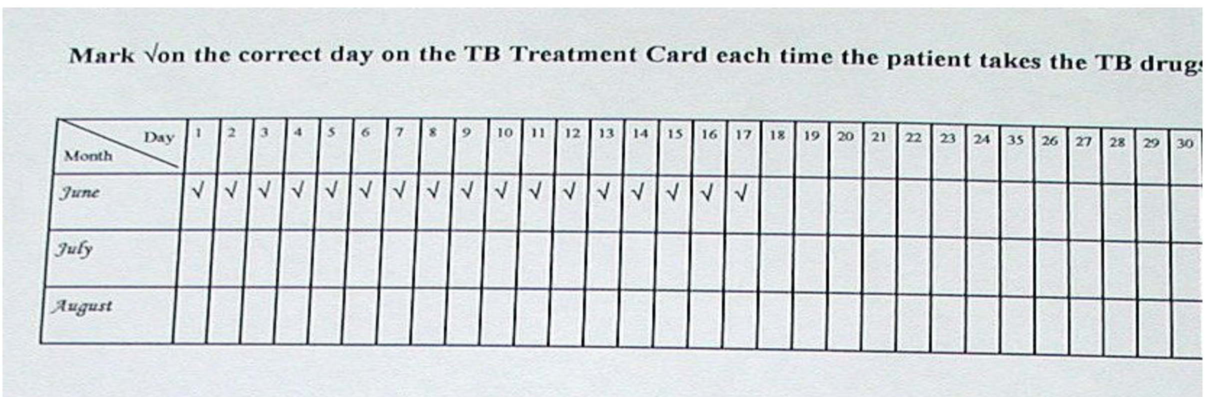
Unatumiaje Kadi ya Matibabu ya Kifua kikuu?

Kuwaua wadudu wa Kifua kikuu, mgonjwa lazima atumie dawa za Kifua kikuu kulingana na ratiba. Upo kwa ajili ya kutoa msaada na kuhakikisha mgonjwa anatumia dawa kwa usahihi. Kadi ya Matibabu ya Kifua kikuu itakusaida wewe na mfanyakazi wa afya kuhakikisha kwamba mnampa mgonjwa dawa sahihi za Kifua kikuu na kwa muda mwafaka. Ni muhimu kwako **kumwangalia** mgonjwa akitumia dawa za Kifua kikuu kulingana na ratiba na **weka alama** kwenye Kadi ya Matibabu ya Kifua kikuu. Utaenda na Kadi ya Matibabu ya Kifua kikuu kwenye

kituo cha afya kwa ajili ya kuchukua dawa zaidi. Mfanyakazi wa kituo cha afya ataangalia Kadi ya Matibabu ya Kifua kikuu ili kuona kama mgonjwa amekuwa akitumia dawa za Kifua kikuu kulingana na ratiba na atakupa dawa nyingine kwa ajili ya mgonjwa.

Weka alama ya vema (v) kwenye siku sahihi katika Kadi ya Matibabu ya Kifua kikuu kila mara mgonjwa atumiapo dawa za Kifua kikuu.

Weka alama kwenye Kadi ya Matibabu ya Kifua kikuu kila mara mgonjwa atumiapo dawa za Kifua kikuu. Acha wazi kisanduku iwapo mgonjwa hajatumia dawa katika siku husika. Kamwe usimpe mgonjwa dozi mbili kwa siku moja hata kama alikosa siku iliyopita.



Mark √on the correct day on the TB Treatment Card each time the patient takes the TB drug

Day / Month	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	35	26	27	28	29	30
June	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√													
July																														
August																														

Unatoaje dawa za Kifua kikuu?

Mfanyakazi wa afya ataandika kwenye Kadi ya mgonjwa ya Matibabu ya Kifua kikuu kiwango cha dawa za Kifua kikuu ambacho mgonjwa anapaswa kutumia kulingana na ratiba. Mgonjwa anapokuja kwako:

- Uwe tayari umeshaandaa Kadi ya mgonjwa ya Matibabu ya Kifua kikuu.
- Weka maji kwenye kikombe kwa ajili ya mgonjwa (mgonjwa ambaye ana kichefu kichefu anaweza kumeza dawa pamoja na chakula au kinywaji kama uji.
- Toa dawa zote za Kifua kikuu ambazo mgonjwa anapaswa kutumia kwa siku hiyo.
- Weka vidonge mkononi kwa mgonjwa halafu mwangalie wakati akivimeza vyote kwa wakati mmoja. Ikiwa ni vigumu kuvimeza vyote kimoja baada ya kingine, mpe mgonjwa mapumziko mafupi. Dawa za Kifua kikuu lazima

zitumiwe kwa pamoja ili kuhakikisha zinafanya kazi vizuri. Lazima umwangalie mgonjwa akimeza dawa zote za Kifua kikuu kila wakati.

- Weka kumbu kumbu kwenye Kadi ya Matibabu ya Kifua kikuu.

Athari za dawa za Kifua kikuu ni zipi?

Mwambie mgonjwa kwamba wagonjwa wengi hawapati matatizo yeyote watumiapo dawa za Kifua kikuu lakini wakati mwingine dawa zinaweza kuwa na athari. Mgonjwa anapaswa kukueleza kama athari yeyote itajitokeza. Baadhi ya athari hizi sio za hatari na unachopaswa kufanya ni kumtoa hofu mgonjwa. Athari nyingine ni za hatari hivyo ni lazima usimamishe matibabu na kumpeleka haraka mgonjwa kwenye kituo cha afya. Dawa za Kifua kikuu zinaweza kuwa na athari. Mgonjwa anapaswa akueleze kama kuna athari zozote ili ujue nini cha kufanya.

Athari	**Hatua za kuchukua**
Sio hatari	**Endelea na matibabu**
Kichefu chefu, kukosa hamu ya kula, maumivu ya tumbo, gesi	Mtoe hofu mgonjwa na mpe dawa pamoja na chakula au kinywaji
Mkojo wa manjano/mwekundu	Mhakikishie mgonjwa kuwa hali hiyo ni ya kawaida.
Maumivu ya viungo	Mpeleke mgonjwa kwenye kituo cha tiba .
Miguu kuwaka moto	Mpeleke mgonjwa kwenye kituo cha afya
Hatari	
○ Harara na mwasho wa ngozi ○ Ngozi na/au macho kuwa ya njano ○ Kutapika mara kwa mara ○ Kutosikia ○ Kizunguzungu ○ Matatizo ya kuona	**Simamisha matibabu na mpeleke haraka mgonjwa kwenye kituo cha tiba.**

Unaweza kuleta mabadiliko

Kwa kuhakikisha kwamba dawa za Kifua kikuu zinatumika kwa usahihi, itasaidia kumtibu mgonjwa wa Kifua kikuu. Kwa kumsikiliza na kumtia moyo mgonjwa

itasaidia kuimarisha nia ya mgonjwa kumaliza matibabu yote ya Kifua kikuu. Wakati mgonjwa anapotumia kwa usahihi dawa za Kifua kikuu, itasaidia kuzuia maambukizo ya Kifua kikuu kwa watu wengine katika familia na jumuiya.

Msaidizi wa Matibabu ya Kifua kikuu humsaidia mgonjwa kupata nafuu na kuzuia maambukizo ya Kifua kikuu kwa watu wengine katika familia na jumuiya.

UJUMBE MUHIMU

1. Kifua kikuu ni ugonjwa unaosababishwa na vimelea. Kuambukiza kwa urahisi wakati ugonjwa unapokuwa kwenye mapafu.
2. Wagonjwa wa Kifua kikuu wana dalili mbalimbali. Dalili kuu ya Kifua kikuu cha kwenye mapafu ni kukohoa kwa zaidi ya wiki 2 hadi 3. Ni vizuri kwenda kwenye kituo cha tiba kwa uchunguzi wa afya.
3. Kifua kikuu huambukiza watu wengine wakati mgonjwa wa Kifua kikuu anapokohoa au kupiga chafya.
4. Ni muhimu kwa mgonjwa wa Kifua kikuu kutumia dawa zote za Kifua kikuu mara kwa mara, kwa kufuata ratiba, kwa kipindi chote cha matibabu vinginevyo ugonjwa unaweza kuwa sugu, au hata mgonjwa kufa.
5. Zuia maambukizo ya ya kwa Kifua kikuu kwa:
    - Kupata matibabu na kuponywa Kifua kikuu.
    - Kufunika mdomo na pua wakati wa kukohoa au kupiga chafya.

6. Jukumu kubwa la Msaidizi wa Matibabu ya Kifua kikuu ni kuhakikisha kwamba mgonjwa anatumia dawa za Kifua kikuu mara kwa mara, kwa kufuata ratiba, kwa kipindi chote cha matibabu. Pia atapaswa kumsikiliza na kumpa moyo mgonjwa kama sehemu ya msaada.

- Kama Msaidizi wa Matibabu ya Kifua kikuu, toa msaada endelevu kwa mgonjwa kwa:
    - Kumwangalia mgonjwa akimeza dawa sahihi za Kifua kikuu.
    - Kumuhimiza mgonjwa kuendelea na matibabu ya Kifua kikuu.
    - Kuhakikisha kuwa siku zote kuna dawa kwa ajili ya mgonjwa.
    - Kumpeleka mgonjwa kwenye kituo cha tiba kama kuna matatizo yoyote.

- Kuhakikisha mgonjwa anaenda kwenye kituo cha tiba wakati wa kupima makohozi unapofika.
- Kuweka alama kwenye Kadi ya Matibabu ya Kifua kikuu kila mara mgonjwa anapotumia dawa za Kifua kikuu.
- Lazima amwangalie mgonjwa kila mara akimeza dawa zote za Kifua kikuu.

7. Dawa za Kifua kikuu zinaweza kuwa na athari. Mgonjwa anapaswa kukueleza kama kuna tatizo lolote ili ujue nini cha kufanya.
8. Msaidizi wa Matibabu ya Kifua kikuu humsaidia mgonjwa kupata nafuu na kuzuia maambukizi ya Kifua kikuu kwenye familia na jamii.