

Chanjo za vijana wanaobalehe

## Chanjo ni hatua muhimu ya kuzuia maradhi na kudumisha afya ya vijana wanaobalehe.

Mara nyingi, kinga za chanjo za utotoni zinaweza kuisha nguvu na kuwaacha vijana wanaobalehe katika hatari ya kupata ugonjwa. Uchunguzi wa kiafya na uchunguzi wa kimwili wakati wa michezo au wa kupiga kambi ni fursa nzuri kwa vijana wanaobalehe kupata chanjo zinazopendekezwa. Chanjo haziwakingi vijana wanaobalehe pekee bali pia marafiki wao, familia, na jamii.

## Chanjo: Hatua bora kwako katika kujikinga.

Ikiwa una maswali kuhusu chanjo, muulize mtoa huduma wako wa afya.

**KWA TAARIFA  
ZAIDI KUHUSU CHANJO  
NA MAGONJWA, TEMBELEA**

- [hhs.iowa.gov/public-health/immunization](https://hhs.iowa.gov/public-health/immunization)
- [www.immunize.org](https://www.immunize.org)
- [www.cdc.gov/vaccines](https://www.cdc.gov/vaccines)
- [www.aap.org](https://www.aap.org)

## Balehe Kuchanja

Chanja kwa maisha bora!



Health and  
Human Services  
Public Health



Health and  
Human Services  
Public Health

## Chanjo za vijana wanaobalehe

### JE, VIJANA WANAObALEHE WANAHITAJI CHANJO GANI?

Chanjo zifuatazo kwa kawaida zinapendekezwa kwa vijana wote wanaobalehe kuanzia umri wa miaka 11. Ni muhimu kufuata ratiba iliyopendekezwa ya kupata chanjo kwa wakati unaofaa. Ikiwa kijana wako anayebalehe hajapokea chanjo zifuatazo, zungumza na mtoa huduma wa afya.

#### **Pepopunda (kukwama kwa taya), Dondakoo, Pertussis (Kifaduro)**

Chanjo ya Tdap inawakinga vijana wanaobalehe kutopata pepopunda, dondakoo na kifaduro. Mlipuko wa kifaduro hutokea kila baada ya miaka 3 hadi 5. Chanjo ya Tdap inawakinga vijana wanaobalehe na wale walio karibu nao wasiweze kuugua ugonjwa wa kifaduro.

#### **Meningococcal**

Viwango vya ugonjwa wa meningococcal huanza kuongezeka katika umri wa kubalehe. Homa ya uti wa mgongo ni maambukizi ya kibakteria yanayoweza kusababisha kuvimba kwa tando za uti wa mgongo na ubongo Kupata chanjo za meningococcal kwa wakati unaofaa ni kinga bora zaidi dhidi ya ugonjwa huo.

#### **Virusi vya Papiloma vya kibinadamu (Human papillomavirus, HPV)**

Chanjo ya HPV inazuia maambukizi mabaya zaidi ya virusi vya papiloma. Chanjo hii ni salama na yenye ufanisi na inapendekezwa kwa wavulana na wasichana kuanzia umri wa miaka 11, lakini inaweza kutolewa mapema katika umri wa miaka 9. Chanjo hii inafanya kazi vizuri ikitolewa mwanzoni mwa kipindi cha kubalehe, ili kutoa nafasi ya kinga kuundwa, jambo linalomaanisha kinga bora wakati vijana wanaobalehe wanavyozidi kukua.

#### **Homa ya Mafua (mafua)**

Homa ya mafua ni maradhi ya kuambukizwa ya pua, koo na mapafu yanayosababishwa na virusi. Kwa jumla mafua huenezwa kwa wengine wakati mtu aliyearchukiziwa anapokohoa au kupiga chafya.

Dalili za mafua zinajumuisha:

- kukohoa
- joto kali
- baridi kali
- maumivu ya koo
- kuumwa na misuli au mwili
- pua kutiririka kamasi au kuziba
- maumivu ya kichwa na uchovu

Kupata chanjo kila mwaka kunapendekezwa kwa sababu aina za mafua zinaweza kubadilika kila mwaka na chanjo hubadilishwa ili kuendana na aina zilizopo.

Vijana wanaobalehe wanapaswa kuwa walipokea chanjo zifuatazo zinazopendekezwa. Ikiwa kijana wako anayebalehe hakupokea chanjo hizi, zungumza na mtoa huduma wake wa afya.

- Homa ya Ini ya A (Hepatitis A)
- Homa ya Ini ya B (Hepatitis B)
- Surua-Matumbwitumbwi-Rubela (Measles-Mumps-Rubella, MMR)
- Varicella (tetekuwanga)

### JE, CHANJO NI SALAMA?

Chanjo nchini Marekani ni salama na zenye ufanisi. Madhara ya kawaida yanayotokana na chanjo ni madogo na zinajumuisha uchungu kwenye eneo lililodungwa sindano ya chanjo au joto la kiwango cha chini. Dalili hizi ndogo ni za kawaida na zinapaswa kutarajiwa wakati mwili unapotengeneza kinga. Mimenyuko mikali ya mzio ni nadra sana. Yeyote anayepokea chanjo anapaswa kufahamu kabisa manufaa na hatari zake. Maswali au wasiwasi wowote unapaswa kujadilina na mtoahuduma wa afya wako.

### REKODI ZA KUCHANJWA

Uthibitisho wa kuchanjwa unaweza kuwa na umuhimu katika maisha yote. Zungumza na mtoa huduma wako wa afya kuhusu kuingiza taarifa za kuchanjwa katika Mfumo wa Taarifa wa Rejesta za Chanjo wa Iowa (Iowa's Immunization Registry Information System, IRIS) na kupata nakala ya rekodi zako.

