

Chanjo Kwa Watu Wazima

Hata ukiwa mtu mzima, bado utahitaji chanjo.

Chanjo sio kwa watoto pekee. Bila kujali umri, watu wazima pia wanahitaji kinga! Kadri muda unavyosonga, kinga za chanjo za utotoni zinaweza kuisha nguvu na kuwaacha watu wazima katika hatari ya kupata magonjwa.

Chanjo haziwakingi tu watu wazima bali pia marafiki wao, familia, na jamii. Zungumza na mtoa huduma wako wa afya kuhusu chanjo leo.

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
- www.immunize.org
- www.cdc.gov/vaccines
- www.aap.org

Mtu Mzima Kuchanja

Chanja kwa maisha bora!



Health and
Human Services
Public Health



Health and
Human Services
Public Health

Chanjo Kwa Watu Wazima

HOMA YA MAFUA (FLU)

Homa ya mafua ni maradhi ya kuambukizana ya pua, koo na mapafu. Kwa jumla haya mafua huenezwa kwa watu wengine wakati mtu aliyeambukizwa anapokohoa au kupiga chafya.

Dalili za mafua zinajumuisha:

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

Kupata chanjo kila mwaka kunapendekezwa kwa sababu aina za mafua zinaweza kubadilika kila mwaka.

PEPOPUNDA, DONDAKOO, PERTUSSIS (KIFADURO)

Watu wazima wanapaswa kupokea kiongeza nguvu cha chanjo ya pepopunda na dondakoo (tetanus and diphtheria, Td) kila baada ya miaka 10. Chanjo ya Kifaduro inawakinga watu wazima na wale walio karibu nao dhidi ya kuugua ugonjwa wa kifaduro.

UGONJWA WA VIPELE KIUNONI (SHINGLES)

Shingles ni ugonjwa unaosababisha upele wa ngozi wenye maumivu ambao mara nyingi huambatana na malengenge na unaweza kusababisha maumivu ya muda mrefu ya mfumo wa neva. Hatari ya kupata shingles inaongezeka kulingana na umri na kwa walio na mfumo dhaifu wa kingamaradhi.

PNEUMOCOCCAL

Ugonjwa wa Pneumococcal ni maambukizi yanayoenea kutoka kwa mtu mmoja hadi kwa mtu mwingine kutokana na kukaribiana. Unaweza kusababisha hali mbaya za kiafya ikiwemo nimonia, maambukizi ya damu na uvimbe wa tando za uti wa mgongo na ubongo (homa ya uti wa Mgongo).

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. Mmenyuko mkali ni nadra. Yeyote anayepokea chanjo anapaswa kufahamishwa kikamilifu kuhusu manufaa na hatari zake. Maswali au wasiwasi wowote unapaswa kujadiliwa na mtoa huduma wako wa afya.

Baadhi ya watu wazima wanaweza kuhitaji chanjo za ziada kulingana na historia yao ya kimatibabu na chanjo za awali. Ikiwa hujapokea chanjo zifuatazo, zungumza na mtoa huduma wako wa afya.

- COVID-19
- Homa ya Ini ya A (Hepatitis A)
- Homa ya Ini ya B (Hepatitis B)
- Kirusi cha Papiloma cha Binadamu (HPV)
- Surua-Matumbwitumbwi-Rubela (Measles-Mumps-Rubella, MMR)
- Meningococcal
- Varicella (tetekuwanga)
- Kirusi cha sansitiamu ya pumzi (RSV)

REKODI YA CHANJO

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

