KAULI YA MAELEZO YA CHANJO

Chanjo ya RSV (Virusi vya Mfumo wa Kupumua vya Syncytial): *Unachohitaji Kujua*

Many Vaccine Information Statements are available in Swahili and other languages. See www.immunize.org/vis

Kauli nyingi za taarifa ya chanjo zinapatikana katika Kiswahili na lugha nyinginezo. Angalia www.immunize.org/vis

1. Je, kwa nini uchanjwe?

Chanjo ya RSV inaweza kuzuia ugonjwa wa sehemu ya chini ya mfumo wa kupumua unaosababishwa na **virusi vya mfumo wa kupumua vya syncytial (RSV)**. RSV ni virusi vya kawaida vya mfumo wa kupumua ambavyo kwa kawaida husababisha dalili ndogo zinazofanana na mafua.

RSV inaweza kusababisha ugonjwa kwa watu wa umri wote, lakini inaweza kuwa kali hasa kwa watoto wachanga na watu wazee.

- RSV ndio sababu ya kawaida ya kulazwa hospitalini kwa watoto wachanga Marekani. Watoto wachanga wenye umri wa hadi miezi 12 (hasa wale wa miezi 6 na chini) na watoto waliozaliwa kabla ya wakati, au ambao wana ugonjwa mkali wa mapafu au moyo ,au mfumo dhaifu wa kinga, wako kwenye hatari kubwa ya kupata ugonjwa mbaya wa RSV.
- Maambukizi ya RSV yanaweza kuwa hatari kwa watu fulani wazima. Watu wazima walio katika hatari kubwa zaidi ya kupata ugonjwa mbaya wa RSV ni pamoja na watu wazima, watu wazima walio na hali mbaya zaidi za kimatibabu kama vile ugonjwa wa moyo au mapafu, mfumo dhaifu wa kinga, au hali nyingine za kimsingi za kiafya, au wanaoishi katika nyumba za utunzaji wa muda mrefu.

RSV huenea kupitia mtagusano wa moja kwa moja na kirusi hicho, kama vile matone kutoka kwa kikohozi au chafya ya mtu aliyeambukizwa kutagusana na macho yako, pua au kinywa. Pia inaweza kuenezwa kwa kugusa sehemu, kama vile kitasa cha mlango ambayo ina virusi hivyo, na kisha kugusa uso wako.

Dalili za maambukizi ya RSV zinaweza kujumuisha kutiririka kamasi, kupungua kwa hamu ya kula, kukohoa, kupiga chafya, joto kali, au kukoroma. Kwa watoto wachanga zaidi, dalili za RSV zinaweza pia kujumuisha kuwashwa (kuhangaika), kupungua kwa shughuli, au apnea (kusita kwa kupumua kwa zaidi ya sekunde 10).

Watu wengi hupona baada ya wiki moja au mbili, lakini RSV inaweza kuwa mbaya zaidi, na kusababisha kupungukiwa pumzi na viwango vya chini vya oksijeni kwenye damu. RSV inaweza kusababisha bronkiolitis (uvimbe wa njia ndogo za kupumua kwenye mapafu) na nimonia (maambukizi ya mapafu). RSV nyakati nyingine pia inaweza kufanya magonjwa mengine yawe mabaya zaidi, kama vile pumu au asthma, ugonjwa wa kudumu wa mapafu (ugonjwa wa kudumu wa mapafu unaofanya iwe vigumu kupumua), au kufeli kwa moyo (moyo unaposhindwa kupiga damu na oksijeni ya kutosha ndani ya mwili).

Watoto wachanga na wazee wanaougua sana kutokana na RSV huenda wakahitaji kulazwa hospitalini. Wengine hata wanaweza kufa.

2. Chanjo ya RSV

Kuna chaguo mbili za kuzuia watoto wadogo dhidi ya RSV: chanjo ya mama kwa yule mjamzito au kingamwili za kinga zinazotolewa kwa mtoto. Ni moja tu ya chaguzi hizi inahitajika kwa wengi wa watoto ili kulindwa.

CDC yapendekeza dozi moja ya chanjo ya RSV kwa **watu wajawazito kutoka wiki ya 32 hadi wiki ya 36 ya ujauzito** kwa kuzuia ugonjwa wa RSV kwa watoto wachanga katika miezi 6 za kwanza ya maisha yao. Chanjo hii inapendekezwa kutolewa kutoka Septemba hadi Januari kwa sehemu nyingi zaidi za Marekani. Hata hivyo, katika baadhi ya maeneo (kwa mfano, maeneo, Hawaii, Alaska, na sehemu za Florida), muda wa chanjo unaweza kutofautiana kulingana na wakati wa mwaka RSV inapozunguka katika eneo hilo.

CDC inapendekeza dozi ya mara moja ya chanjo ya RSV kwa **kila mtu mwenye umri wa miaka 75 na zaidi** na kwa **watu wazima wenye umri wa miaka 60 hadi 74 ambao wako katika hatari kubwa ya kupata ugonjwa mbaya wa RSV**. Watu wazima wenye umri wa kati ya miaka 60 hadi 74 ambao wako katika hatari kubwa ni pamoja na wale walio na ugonjwa sugu wa moyo au mapafu, mfumo dhaifu wa kinga, au hali zingine za kiafya sugu, na wale ambao ni wakaazi wa nyumba za wazee.

Chanjo ya RSV inaweza kutolewa wakati mmoja na chanjo zingine.

U.S. CENTERS FOR DISEASE CONTROL AND PREVENTION

3. Zungumza na mtoa huduma wako wa afya

Mwambie mtoa huduma wako wa chanjo ikiwa mtu anayepokea chanjo:

- Amekuwa na **mmenyuko wa mzio baada ya dozi ya awali ya chanjo ya RSV**, au ikiwa ana mizio yoyote **mibaya, inayohatarisha maisha**

Katika baadhi ya visa, mtoa huduma wako wa afya anaweza kuamua kuahirisha chanjo ya RSV hadi ziara ya hapo baadaye.

Watu walio na magonjwa madogo, kama vile mafua, wanaweza kuchanjwa. Watu ambao ni wagonjwa kidogo au wagonjwa sana wanapaswa kwa kawaida kungojea hadi wapone kabla ya kupata chanjo ya RSV.

Mtoa huduma wako wa afya anaweza kukupa habari zaidi.

4. Hatari za mmenyuko unaotokana na chanjo

- Maumivu, wekundu na uvimbe kwenye eneo linalodungwa sindano, uchovu (kuhisi kuchoka), joto kali, maumivu ya kichwa, kichefuchefu, kuhara, na maumivu ya misuli au viungo yanaweza kutokea baada ya chanjo ya RSV.

Matatizo mabaya ya hali ya mfumo wa neva, ikiwemo ugonjwa wa Guillain-Barré (GBS), yameripotiwa baada ya kupeana chanjo ya RSV kwa baadhi ya watu wazima wenye umri ya juu. Kwa wakati huu, ongezeko la hatari ya GBS kufuatia chanjo ya RSV kati ya watu walio na umri wa miaka 60 na zaidi haiwezi kuthibitishwa au kuondolewa.

Kuzaliwa kabla ya muda na shinikizo la damu wakati wa ujauzito, pamoja na hali ya kuwa na shinikizo la damu la kiwango cha juu, vimeweza kutangazwa miongoni mwa watu wajawazito ambao walipokea chanjo ya RSV. Haijulikani vizuri iwapo matukio haya yalisababishwa na chanjo hiyo.

Watu huzirai wakati mwingine baada ya taratibu za kimatibabu, ikiwemo kuchanjwa. Mwambie mtoa huduma wako ikiwa unahisi kizunguzungu au mabadiliko katika kuona kwako au kuhisi milio masikioni.

Kama ilivyo na dawa yoyote ile, kuna uwezekano mdogo sana kwa chanjo kusababisha mmenyuko mkali wa mzio, majeraha mengine mabaya, au kifo.

V-safe ni mfumo wa kufuatilia usalama ambao hukuwezesha kuielezea CDC jinsi wewe, au mtegemezi wako, unajihisi baada ya kupokea chanjo ya RSV. Unaweza kupata maelezo na kujiandikisha katika V-Safe katika vsafe.cdc.gov.

5. Je, itakuwaje ikiwa kuna tatizo mbaya sana?

Mmenyuko wa mzio unaweza kutokea baada ya mtu aliyechanjwa kuondoka kwenye kliniki. Ikiwa utaona dalili za mmenyuko mkali wa mzio (mabaka, kuvimba uso na koo, matatizo ya kupumua, moyo kupiga haraka, kizunguzungu, au udhaifu), piga simu **9-1-1** na mtu huyo apelekwe kwenye hospitali iliyo karibu.

Kwa dalili nyingine ambazo zinakupa wasiwasi, mpigie simu mtoa huduma wako wa afya.

Athari mbaya zinapasa kuripotiwa kwa Mfumo wa Kuripoti Matukio Mabaya ya Chanjo (Vaccine Adverse Event Reporting System, VAERS). Mtoa huduma wako wa afya kwa kawaida ataandikisha ripoti hii, au unaweza kufanya hivyo mwenyewe. Tembelea tovuti ya VAERS katika **www.vaers.hhs.gov** au piga simu **1-800-822-7967**. *VAERS ni ya kuripoti mizio pekee, na wahudumu wa VAERS hawapeani ushauri wa kimatibabu.*

6. Je, ninawezaje kujifunza mengi zaidi?

- Muulize mtoa huduma wako wa afya.
- Piga simu kwa idara ya afya ya eneo au ya jimbo lako.
- Tembelea tovuti ya shirika la Usimamizi wa Chakula na Dawa (Food and Drug Administration, FDA) ili kupata karatasi za kifurushi cha chanjo na maelezo zaidi kwenye **www.fda.gov/vaccines-blood-biologics/vaccines**
- Wasiliana na Vituo vya Kudhibiti na Kuzuia Magonjwa (Centers for Disease Control na Prevention - CDC):
  - Piga simu **1-800-232-4636** (**1-800-CDC-INFO**) au
  - Tembelea tovuti ya CDC katika **www.cdc.gov/vaccines**.

Swahili translation provided by Immunize.org