

October 2021
Imehuishwa: April 2022
\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Majibu kwa Maswali yako yanayoulizwa mara kwa mara kuhusu chanjo za COVID-19
\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Vidokezo kwa Watangazaji**

Farm Radio International imezalisha taarifa mbalimbali zinazohusiana na COVID-19 ili kukusaidia kuzalisha vipindi vya kuelimisha na kujibu maswali ya wasikilizaji wako. Unaweza kupata rasilimali hizi zote hapa: <http://scripts.farmradio.fm/radio-resource-packs/covid-19-resources/>

Ili kuelewa ni masuala gani ni muhimu kwa hadhira yako, zungumza na wasikilizaji na viongozi wa jamii. Unapojitayarisha kujibu maswali ya wasikilizaji kuhusu chanjo za COVID-19, zungumza na wataalam wa afya ya umma wa eneo lako kwanza, hasa kuhusu upatikanaji wa chanjo.

Maswali Haya Yanayoulizwa Mara Kwa Mara (FAQs) yanaweza kusomwa kwa sauti kubwa hewani kwa manufaa ya wasikilizaji wako, iwe katika sehemu ya mwito, au kama sehemu ya programu ya kila wiki ya kujitegemea. Unapotayarisha programu hizi, tafadhali kumbuka kuwa kunaweza kuwa na tofauti ya chanjo zilizoizinishwa na Shirika la Afya Ulimwenguni na ambazo zimeidhinishwa na taasisi yako ya afya ya taifa.

Ili kupata Maswali haya yanayoulizwa mara kwa mara, bofya maswali yaliyoorodheshwa hapa chini kwenye jedwali la yaliyomo. Unapobofya, pia shikilia kitufe cha "ctrl" kwenye kibodi yako. Hii itakuleta moja kwa moja kwa swali ulilobofya.

Ili kupata tafsiri za lugha za Kiafrika za maswali haya na taarifa nyingine za FRI zinazohusiana na COVID-19, nenda: <http://scripts.farmradio.fm/radio-resource-packs/translations-available/>

**Jedwali la Yaliyomo**

[Taarifa za Msingi 3](#_Toc106362391)

[Ni chanjo gani za COVID-19 zinapatikana barani Afrika? 3](#_Toc106362392)

[Je, ni faida gani za kupata chanjo dhidi ya COVID-19? 4](#_Toc106362393)

[Je, chanjo za COVID-19 zinafanyaje kazi? 4](#_Toc106362394)

[Ni kwa namna gani chanjo za COVID-19 zilitengenezwa kwa haraka namna? 5](#_Toc106362395)

[Je, ni lini ninapaswa kupata chanjo dhidi ya COVID-19? 6](#_Toc106362396)

[Je, watu waliopewa chanjo wana kinga dhidi ya aina zote za virusi vya corona, ikijumuisha SARS na MERS? 6](#_Toc106362397)

[Je, watu waliopewa chanjo wana kinga dhidi ya aina zote za COVID-19? 6](#_Toc106362398)

[Je, bado unaweza kupata COVID-19 baada ya kuchanjwa? 6](#_Toc106362399)

[Je, niepuke kupata chanjo ili nisipate madhara kutokana na kupata chanjo? Je, madhara yoyote ni ya muda mrefu? 7](#_Toc106362400)

[Je, chanjo ya COVID-19 itanisababishia kuganda kwa damu? 7](#_Toc106362401)

[Vipi kuhusu watu ambao wamekufa baada ya kuchanjwa? 7](#_Toc106362402)

[Je, chanjo ya COVID-19 itaniambukiza COVID-19? 8](#_Toc106362403)

[Je, ni chanjo gani ya COVID-19 ninayopaswa kupata? 8](#_Toc106362404)

[Ikiwa nilikuwa na COVID-19 hapo awali, je, nipate chanjo ya COVID-19? 8](#_Toc106362405)

[Je, watoto na vijana wanaweza kupata chanjo dhidi ya COVID-19? 8](#_Toc106362406)

[Je, ninahitaji kuendelea kuvaa barakoa, kutumia hatua za kuzuia, na kuchukua tahadhari nyingine ikiwa nimechanjwa dhidi ya COVID-19? 9](#_Toc106362407)

[Je, ni salama kwangu kutumia antibiotics baada ya kupata chanjo ya COVID-19? 10](#_Toc106362408)

[Je, ni salama kwangu kunywa pombe baada ya kupata chanjo ya COVID-19? 10](#_Toc106362409)

[Kuna tofauti gani kati ya kinga unayopata kutokana na kupata COVID-19 na kinga unayopata kutokana na chanjo ya COVID-19? 10](#_Toc106362410)

[Je, watu waliopewa chanjo inawalinda dhidi ya COVID-19 kwa muda gani? 10](#_Toc106362411)

[Je, chanjo ya COVID-19 inaweza kusababisha matokeo chanya kwenye PCR au kipimo cha antijeni? 10](#_Toc106362412)

[Nina kisukari. Je, COVID-19 inaniathiri vipi kwa njia tofauti? 11](#_Toc106362413)

[Nina saratani sasa au nimekuwa na saratani hapo awali. Je, ninaweza kuchanjwa kwa usalama dhidi ya COVID-19? 11](#_Toc106362414)

[Mimi nina virusi vya UKIMWI (VVU). Je, ninaweza kuchanjwa kwa usalama dhidi ya COVID-19? 11](#_Toc106362415)

[Mimi nina virusi vya UKIMWI (VVU). Je, kuna hatua zozote maalum ninazopaswa kuchukua ili kujilinda dhidi ya COVID-19? 12](#_Toc106362416)

[Je, kupata chanjo ya chanjo ya Gamelaya (Sputnik V) kutanifanya kuwa na VVU? 12](#_Toc106362417)

[Nina changamoto za kutembea na ni ngumu kwangu kusafiri. Je, ninaweza kuchanjwa nikiwa nyumbani? 12](#_Toc106362418)

[Je, kuna tofauti yoyote katika athari za kiafya za COVID-19 kwa wanaume na wanawake? 12](#_Toc106362419)

[Janga la COVID-19 limekuwa la kuhuzunisha sana. Je, ninaweza kupata msaada? 13](#_Toc106362420)

[Afya ya masuala ya Uzazi na COVID -19 13](#_Toc106362421)

[Je, ninaweza kupata chanjo dhidi ya COVID-19 ikiwa ni mjamzito? 13](#_Toc106362422)

[Je, chanjo za COVID-19 zitanifanya kuwa tasa au kutokuwa na uwezo wa kuzaa? 13](#_Toc106362423)

[Je, ninaweza kupata chanjo dhidi ya COVID-19 ikiwa ninanyonyesha? 13](#_Toc106362424)

[Je, ni salama kwa wanawake walio katika hedhi kupata chanjo ya COVID-19? 13](#_Toc106362425)

[Dozi 14](#_Toc106362426)

[Je, dozi mbili za chanjo zitanilinda vyema kuliko dozi moja tu? 14](#_Toc106362427)

[Je, ni salama na inafaa kuchanganya chanjo—kwa mfano, kupata dozi ya kwanza ya chanjo moja na dozi ya pili ya chanjo tofauti? 14](#_Toc106362428)

["Dozi ya nyongeza" ya COVID -19 ni nini? 14](#_Toc106362429)

[Je, watu walio katika hatari kubwa ya COVID-19 wanahitaji dozi za ziada za chanjo? 14](#_Toc106362430)

[Acknowledgements 15](#_Toc106362431)

# Taarifa za Msingi

## Ni chanjo gani za COVID-19 zinapatikana barani Afrika?

Chanjo kadhaa za COVID-19 zinapatikana barani Afrika. Kufikia Aprili 2022, hizi ni chanjo zinazopatikana:

* Bharat Biotech (Covaxin)
* Gamelaya (Sputnik V)
* Janssen (Johnson & Johnson)
* Moderna
* Oxford/AstraZeneca
* Pfizer
* Sinopharm
* Sinovac

Upatikanaji wa chanjo maalum hutofautiana kutoka nchi hadi nchi. Chanjo hizi zote zilijaribiwa kwa uangalifu kabla ya kuidhinishwa kwa matumizi na zimethibitishwa kuwa salama na zinafaa katika kuzuia kuugua sana, kulazwa hospitalini na kifo kutoka kwa COVID-19.

## Je, ni faida gani za kupata chanjo dhidi ya COVID-19?

Kupata chanjo kunaweza kuokoa maisha yako. Chanjo za COVID-19 hutoa ulinzi kamili dhidi ya kuugua sana, kulazwa hospitalini, na kifo kutokana na virusi. Kuchanjwa pia kutapunguza uwezekano wa kusambaza virusi kwa wengine, ambayo ina maana kwamba uamuzi wako wa kupata chanjo pia hulinda kila mtu aliye karibu nawe.

## Je, chanjo za COVID-19 zinafanyaje kazi?

Ili kuelewa jinsi chanjo za COVID-19 zinavyofanya kazi, ni muhimu kuelewa maneno haya matatu: pathojeni, kinga za mwili na antijeni.

Pathojeni ni kiumbe kidogo ambacho husababisha ugonjwa. Virusi vinavyosababisha COVID-19 ni pathojeni.

Mfumo wa kinga ya binadamu hujibu kwa pathogens kwa kuzalisha kinga za mwili. Kinga za mwili husaidia miili yetu kutambua na kuua vimelea vya magonjwa.

Sehemu maalum ya pathojeni ambayo husababisha mwili wa binadamu kuunda kinga za mwili inaitwa antijeni. Wakati mwili wa mwanadamu unapokutana na antijeni kwa mara ya kwanza, mfumo wa kinga hujibu kwa kuzalisha kinga za mwili ambazo ni maalum kwa antijeni hiyo.

Kuna aina mbili za chanjo za COVID-19. Aina inayojulikana zaidi (inayowakilishwa na Bharat Biotech (Covaxin), Gamelaya (Sputnik V), Janssen (Johnson & Johnson), Oxford/AstraZeneca, Sinopharm, na Sinovac) ina sehemu dhaifu au zisizotumika za antijeni ya COVID-19. Wakati mtu anapokea aina hii ya chanjo, huchochea mwitikio wa kinga kwa antijeni iliyo dhaifu au isiyofanya kazi. Mwitikio huu wa kinga hutayarisha mwili kupambana na COVID-19.

Aina nyingine ya chanjo (inayoitwa chanjo ya mRNA na inayowakilishwa na chanjo za Pfizer na Moderna) haina antijeni ya COVID-19. Badala yake, ina taarifa za kimaumbile za antijeni. Mtu anapopokea chanjo ya mRNA, mwili hutumia taarifa hiyo ya kijenetiki kuanzisha mwitikio wa kinga dhidi ya COVID-19.

Bila kujali ni aina gani ya chanjo unayopokea, chanjo za COVID-19 HAZITAKUSABABISHIA kuugua COVID-19. Badala yake, huchochea mfumo wako wa kinga kujibu kana kwamba unakumbana na kisababishi magonjwa halisi cha COVID-19. Wanafanya hivyo kwa kuchochea mfumo wa kinga kuunda kinga za mwili dhidi ya virusi.

## Ni kwa namna gani chanjo za COVID-19 zilitengenezwa kwa haraka namna?

Hapo awali, ilichukua miaka mingi kutengeneza chanjo na kuisambaza kwa umma. Lakini chanjo za COVID-19 zilipatikana kwa kipindi cha chini ya mwaka mmoja baada ya virusi kutokea. Kuna sababu nyingi kwa nini hii iliwezekana.

Zaidi ya miongo kadhaa ya kutengeneza chanjo, vikundi vya utafiti na mashirika ya afya ya umma waligundua kuwa utengenezaji wa chanjo ulikuwa wa polepole sana, na wameboresha ubora na kasi ya kazi yao. Pia, watafiti wamekuwa wakitafiti kuhusu virusi vya corona kwa miongo kadhaa na wamejifunza kutoka kwa virusi vingine viwili vya corona ambavyo viliathiri wanadamu katika miaka 20 iliyopita: SARS na MERS. Baada ya virusi vinavyosababisha COVID-19 kutambuliwa, wanasayansi walibainisha maelezo yake ya kijenetiki ndani ya wiki mbili. Hii iliwasaidia kutambua ni aina gani hasa ya chanjo ingefanya kazi dhidi ya COVID-19.

Pia, ushirikiano mwingi wa kimataifa uliundwa ili kukabiliana na janga la COVID-19. Wanasayansi na mashirika katika nchi nyingi walishirikishana taarifa na kujadili njia bora za kupambana na virusi.

Ulimwenguni, ufadhili wa chanjo za COVID-19 ulitoka kwa vyanzo vingi, ikijumuisha taasisi zisizo za serikali, serikali, watu binafsi na kampuni za dawa.

Hapo awali, mara nyingi imechukua miaka kufanya majaribio ya chanjo katika maabara. Kuandaa vipimo, kukusanya watu wanaojitolea kwa ajili ya majaribio, na kukamilisha awamu tatu tofauti za majaribio ya kimatibabu yanayohitajika ili kuhakikisha usalama na ufanisi ndiyo sehemu ndefu zaidi ya kutengeneza chanjo. Lakini kwa chanjo za COVID-19, awamu tofauti za majaribio zilifanywa kwa ratiba zinazoingiliana, na mashirika ya kuidhinisha chanjo yalichunguza taarifa za majaribio kila mara na kubaini kuwa chanjo hizo ni salama na zinafaa.

Pia, kampuni nyingi zilipewa fedha ambazo ziliwezesha kuanza kutengeneza chanjo kabla ya kuidhinishwa kikamilifu. Kwa zile chanjo ambazo ziliidhinishwa baadaye, hii ililipa kwa kupunguza muda uliochukua ili kutoa chanjo na kuzipeleka kwa umma mapema zaidi kuliko ilivyotarajiwa.

Ni muhimu kutambua kwamba chanjo za COVID-19 zilipitia majaribio mengi ya kisayansi, shukrani kwa makumi ya maelfu ya watu waliozijaribu. Chanjo za COVID-19 zilizoidhinishwa kutumika zinakidhi viwango madhubuti vilivyowekwa na mashirika ya afya ya serikali katika nchi zote ulimwenguni.

Kazi za kisayansi na udhibiti kwenye chanjo haijasimama. Yeyote anayepokea chanjo anaweza kushirikisha maelezo yake kuhusu uzoefu wake wa binafsi na kuchangia uelewa bora wa jinsi chanjo zinavyofanya kazi.

## Je, ni lini ninapaswa kupata chanjo dhidi ya COVID-19?

Unapaswa kupata chanjo dhidi ya COVID-19 haraka uwezavyo. Miongozo kuhusu muda wa chanjo hutofautiana kutoka nchi hadi nchi. Kwa maelezo zaidi, wasiliana na mtoa huduma wa afya aliye karibu nawe.

## Je, watu waliopewa chanjo wana kinga dhidi ya aina zote za virusi vya corona, ikijumuisha SARS na MERS?

Chanjo za COVID-19 zimeundwa ili kuongeza kinga dhidi ya virusi vya COVID-19 pekee, SI kwa virusi vingine kama SARS na MERS.

COVID-19 ni aina mojawapo ya virusi vya corona. Virusi vya Korona ni kundi la virusi vinavyohusiana vinavyosababisha magonjwa kwa ndege na mamalia, wakiwemo wanadamu. Mifano ya magonjwa yanayosababishwa na virusi vya corona ni pamoja na homa ya kawaida (ambayo pia husababishwa na aina nyingine za virusi), na virusi vyenye madhara makubwa zaidi kwa afya ya binadamu kama vile vinavyosababisha SARS, MERS na COVID-19.

## Je, watu waliopewa chanjo wana kinga dhidi ya aina zote za COVID-19?

Virusi vyote hubadilika kila mara kupitia mchakato unaoitwa mutation, na aina mpya huibuka mara kwa mara. Aina chache za virusi vya COVID-19, kama vile delta na omicron, vinaweza kuambukizwa zaidi kuliko virusi halisi vya awali. Aina nyingine za virusi vinaweza kusababisha athari mbaya zaidi za kiafya kuliko virusi vya asili vya COVID-19.

Kufikia Aprili 2022, chanjo zote zilizoidhinishwa kutumika ni nzuri sana katika kuzuia kuugua, kulazwa hospitalini na kifo kutoka kwa aina zote za virusi vya COVID-19—ikiwa ni pamoja na delta na omicron.

Chanjo za COVID-19 hazifanyi kazi vizuri katika kuzuia uambukizaji wa virusi aina delta na hasa omicron. Lakini ikiwa utaambukizwa baada ya kuchanjwa, dalili zako zinaweza kuwa nyepesi kuliko mtu ambaye hajachanjwa, na kuna uwezekano mdogo wa kulazwa hospitalini au kufa.

## Je, bado unaweza kupata COVID-19 baada ya kuchanjwa?

Kuchanjwa na chanjo iliyoidhinishwa ya COVID-19 hutoa kiwango cha juu cha ulinzi dhidi ya kuugua sana, kulazwa hospitalini na kifo. Chanjo pia hupunguza uwezekano wa kuambukizwa na kuwaambukiza wengine COVID-19.

Inawezekana kwa watu waliopewa chanjo kamili kupata COVID-19 na kuisambaza kwa watu wengine. Hii ni kweli hasa kwa aina ya virusi vya omicron vinavyoambukiza zaidi.

Walakini, ikiwa utaambukizwa COVID-19 baada ya kuchanjwa, dalili zako zinaweza kuwa nyepesi kuliko mtu ambaye hajachanjwa, na kuna uwezekano mdogo wa kulazwa hospitalini au kufa.

## Je, niepuke kupata chanjo ili nisipate madhara kutokana na kupata chanjo? Je, madhara yoyote ni ya muda mrefu?

Hapana, hupaswi kuepuka kupata chanjo ili kuepuka madhara. Na hapana, madhara ya chanjo si ya muda mrefu.

Kuchanjwa na chanjo iliyoidhinishwa ya COVID-19 hutoa kiwango cha juu cha ulinzi dhidi ya kuugua sana, kulazwa hospitalini na kifo. Ulinzi huo unajumuisha ain azote za virusi, ikiwa ni pamoja na aina ya virusi vinavyoweza kuambukizwa zaidi vya delta na omicron.

Madhara kwa kawaida hutokea ndani ya siku chache za kwanza baada ya kupata chanjo ya COVID-19. Tangu mpango wa kwanza wa chanjo ya watu wengi uanze mnamo Desemba 2020, karibu dozi bilioni 11 za chanjo ya COVID-19 zimetolewa ulimwenguni kote bila athari za muda mrefu.

Madhara ya chanjo karibu kila mara ni madogo na kwa kawaida hujumuisha dalili zifuatazo: maumivu ya mkono, homa kidogo, uchovu, maumivu ya kichwa, na maumivu ya misuli au viungo. Dalili hizi ni ishara kwamba mwili wako unajenga ulinzi dhidi ya COVID-19. Hata hivyo, baadhi ya watu hawapati madhara baada ya chanjo, na wana kiwango sawa cha ulinzi.

Hatari ya kuambukizwa COVID-19 ni kubwa zaidi na mbaya zaidi kuliko hatari ya athari kutokana na kupokea chanjo iliyoidhinishwa.

## Je, chanjo ya COVID-19 itanisababishia kuganda kwa damu?

Kumekuwa na ripoti za kuganda kwa damu siku tatu hadi 30 baada ya chanjo ya AstraZeneca na chanjo ya Janssen (Johnson & Johnson). Kesi hizi ni mbaya lakini ni nadra sana.

Kwa hakika, tafiti zinaonyesha kuwa una uwezekano mkubwa wa damu kuganda kutokana na kuambukizwa COVID-19 kuliko unavyotokana na chanjo yoyote ya COVID-19.

## Vipi kuhusu watu ambao wamekufa baada ya kuchanjwa?

Chanjo za COVID-19 zimejaribiwa kikamilifu kwa ajili ya usalama, na zinafaa katika kuzuia kuugua sana, kulazwa hospitalini na kifo. Ripoti za matukio mabaya baada ya chanjo ni nadra. Kwa sababu tu mtu hupatwa na tukio lisilofaa baada ya kuchanjwa HAIMAANISHI kuwa chanjo ilisababisha tatizo. Badala yake, tatizo linaweza kutokana na hali ya afya iliyokuwepo hapo awali.

## Je, chanjo ya COVID-19 itaniambukiza COVID-19?

Hakuna chanjo yoyote kati ya ambazo zimeidhinishwa kutumika iliyo na virusi hai vinavyosababisha COVID-19. Kwa hivyo, haiwezekani kwa chanjo za COVID-19 kukufanya uugue COVID-19.

## Je, ni chanjo gani ya COVID-19 ninayopaswa kupata?

Chanjo zote zilizoidhinishwa za COVID-19 zinafaa sana katika kuzuia kuugua sana, kulazwa hospitalini na kifo kutokana na COVID-19. Mamlaka za afya ya umma hushauri watu kukubali chanjo wanayopewa kwanza na kupata chanjo haraka iwezekanavyo.

Usichelewe kupata chanjo isipokuwa umeshauriwa na mtoa huduma wa afya, kwa sababu kuchelewa huku kunaweza kukuweka katika hatari ya kupata COVID-19.

Kupata chanjo kunaweza kuokoa maisha yako. Chanjo bora zaidi ya COVID-19 ndiyo hiyo inayopatikana.

## Ikiwa nilikuwa na COVID-19 hapo awali, je, nipate chanjo ya COVID-19?

Ndiyo, inapendekezwa kwamba watu ambao wameambukizwa COVID-19 hapo awali wapokee dozi kamili ya chanjo—idadi kamili dozi inayohitajika. Watu ambao wameambukizwa COVID-19 hupata kinga fulani dhidi ya COVID-19, lakini ni vigumu kusema ni muda gani kinga hii itadumu na itakuwa na nguvu kiasi gani.

Chanjo ndiyo njia salama na bora zaidi ya kuzuia kuugua sana, kulazwa hospitalini na kifo kwa sababu ya COVID-19.

Kwa sababu hii, Shirika la Afya Ulimwenguni na mamlaka zingine za afya hushauri watu kupata chanjo kamili haraka iwezekanavyo.

Unaweza kupewa chanjo pindi tu unapokuwa huna dalili zozote za COVID-19.

## Je, watoto na vijana wanaweza kupata chanjo dhidi ya COVID-19?

Majaribio ya chanjo ya COVID-19 kwa watoto na vijana yanaendelea. Kufikia sasa, nchi kadhaa zinatoa chanjo ya COVID-19 kwa watoto na vijana, ingawa umri wa chini wa kupata chanjo hutofautiana kati ya nchi.

Watoto ambao hawasumbuki na hali sugu za kiafya kwa ujumla wana uwezekano mdogo wa kuugua sana kuliko watu wazima kutokana na COVID-19, kwa hivyo lengo kuu la kuwachanja watoto ni kupunguza maambukizi.

Lakini chanjo za COVID-19 zinaonekana kuwa na ufanisi mdogo katika kupunguza maambukizi ya virusi aina ya omicron. Kwa hiyo, pamoja na kupata chanjo, njia bora zaidi ya kuwalinda watoto ni kwa kila mtu kuendelea kuvaa barakoa inayofunika pua, mdomo, na kidevu chako; kudumisha angalau umbali wa mita moja kutoka walipo watu wengine; kukohoa na kupiga chafya kwenye kiwiko chako; na osha mikono yako mara kwa mara kwa sabuni na maji.

Wazazi na walezi wanapaswa kufuata miongozo ya kitaifa kuhusu watoto kukaa nyumbani na kutokwenda shuleni ikiwa wanaugua. Pia wanapaswa kuzingatia miongozo ya kitaifa kuhusu kuwafanya watoto wao kupimwa COVID-19 wanapoonyesha dalili na ikiwa vipimo vinapatikana.

## Je, ninahitaji kuendelea kuvaa barakoa, kutumia hatua za kuzuia, na kuchukua tahadhari nyingine ikiwa nimechanjwa dhidi ya COVID-19?

Ndiyo, unapaswa kufanya hivyo. Chanjo za COVID-19 hutoa ulinzi mzuri sana dhidi ya kuugua sana, kulazwa hospitalini, na kifo. Pia hupunguza maambukizi na uenezaji wa virusi, ingawa hazina ufanisi katika kuzuia uambukizaji wa virusi aina ya omicron. Kwa sababu hii, na kwa sababu watu wengi bado hawajachanjwa kikamilifu, ni muhimu kuendelea kutumia njia zingine za kujikinga mwenyewe na kuwakinga wengine.

Ili kujiweka wenyewe na watu wengine salama, watu waliopewa chanjo wanapaswa kuendelea:

* Vaa barakoa inayofunika pua, mdomo na kidevu chao,
* Kudumisha angalau umbali wa mita moja kutoka kwa wengine,
* Kukohoa na kupiga chafya kwenye kiwiko chao, na
* Kuosha mikono yao mara kwa mara kwa sabuni na maji.

Hatua hizi ni muhimu hasa katika maeneo ya ndani, yenye watu wengi, au yenye njia duni za kupitisha hewa.

Barakoa za matibabu zenye ubora mzuri na zinazoweza kutumika ni bora zaidi kuliko barakoa za vitambaa zinazoweza kutumika tena katika kukukinga na maambukizo na kuzuia kuenea zaidi kwa COVID-19. Ni lazima barakoa yako ikae vizuri dhidi ya mashavu na pua yako na juu ya kidevu chako ili kukulinda dhidi ya kuambukizwa na kukuzuia kuwaambukiza wengine.

Iwapo huna uwezo wa kupata barakoa za matibabu zinazoweza kutumika, endelea kuvaa barakoa za kitambaa zinazokufunika vizuri na zinazoweza kutumika tena kwenye pua, mdomo na kidevu chako. Kuvaa barakoa ya kitambaa ni bora zaidi kuliko kutokuwa na barakoa hata kidogo.

Kila wakati fuata mwongozo wa afya ya umma kutoka kwa mamlaka za serikali.

Kwa maelezo zaidi kuhusu hatua za kuzuia, soma *Habari za msingi kuhusu ugonjwa wa virusi vya corona (COVID-19):* <http://scripts.farmradio.fm/sw/radio-resource-packs/rasilimali-kuhusu-ugonjwa-wa-corona-covid-19/habari-za-msingi-kuhusu-ugonjwa-wa-virusi-vya-corona-covid-19/>

## Je, ni salama kwangu kutumia antibiotics baada ya kupata chanjo ya COVID-19?

Ikiwa mtaalamu wa afya alikuandikia antibiotics kabla au baada ya chanjo yako, unapaswa kutumia dozi kamili. Ikiwa una homa, hupaswi kupata chanjo dhidi ya COVID-19 hadi uhisi nafuu.

## Je, ni salama kwangu kunywa pombe baada ya kupata chanjo ya COVID-19?

Hakuna ushahidi kwamba kula au kunywa chochote, ikiwa ni pamoja na pombe, kabla au baada ya kupata chanjo kutaathiri usalama au ufanisi wa chanjo ya COVID-19. Hata hivyo, kunywa pombe kunaweza kuzidisha madhara ya kawaida, madogo ambayo unaweza kupata baada ya chanjo, kama vile maumivu ya kichwa na uchovu. Kwa hiyo, wataalam wa afya wanapendekeza kwamba uepuke kunywa pombe hadi madhara yoyote kutokanana na chanjo yamepita.

## Kuna tofauti gani kati ya kinga unayopata kutokana na kupata COVID-19 na kinga unayopata kutokana na chanjo ya COVID-19?

Kinga ambayo watu hupata baada ya kupona COVID-19 inaweza kuwa na nguvu au dhaifu. Nguvu na muda wa kinga baada ya kupona hutofautiana kutoka kwa mtu hadi mtu, na kuifanya iwe ya chini sana kutabirika kuliko kinga inayopatikana kutokana na chanjo.

COVID-19 ni ugonjwa unaotishia maisha na matokeo yake mengi ya muda mrefu, na mabilioni ya watu wamechanjwa kwa usalama na chanjo zilizoidhinishwa za COVID-19. Kwa hivyo ni salama zaidi kupata chanjo kuliko kuhatarisha kupata COVID-19.

Pata chanjo punde tu chanjo zitakapopatikana na uendelee kufanya kila uwezalo ili kujilinda na kuwalinda wengine.

## Je, watu waliopewa chanjo inawalinda dhidi ya COVID-19 kwa muda gani?

Utafiti wa sasa unaonyesha kuwa watu wengi waliopewa chanjo wana ulinzi madhubuti dhidi ya kuugua sana, kulazwa hospitalini, na kifo kutokana na COVID-19 kwa kati ya miezi mitatu na minane baada ya kupata chanjo kamili, kulingana na chanjo waliyopokea.

Pia ni muhimu kutambua kwamba kipimo cha kwanza cha chanjo ya dozi mbili hutoa ulinzi mdogo kuliko kupokea dozi zote mbili.

## Je, chanjo ya COVID-19 inaweza kusababisha matokeo chanya kwenye PCR au kipimo cha antijeni?

Hapana, chanjo ya COVID-19 haitaleta matokeo chanya kwenye mojawapo ya majaribio haya. Hii ni kwa sababu vipimo hukagua vimelea vilivyo hai vya COVID-19 na si kama mtu ana kinga dhidi ya COVID-19.

## Nina kisukari. Je, COVID-19 inaniathiri vipi kwa njia tofauti?

Uchunguzi wa hivi majuzi unaonyesha kuwa watu walio na ugonjwa wa kisukari wana dalili kali zaidi za COVID-19 na wana uwezekano mkubwa wa kufa kwa sababu ya COVID-19 kuliko watu wasio na kisukari. Hii ni kwa sababu ugonjwa wa kisukari huharibu mfumo wa kinga, na pia kwa sababu watu wenye ugonjwa wa kisukari mara nyingi hupambana na hali nyingine za matibabu kama vile shinikizo la damu na kupungua mwili. Hali hizi hufanya iwe vigumu zaidi kwa mwili kupambana na COVID-19.

Kwa sababu hii, ni muhimu sana kwa watu walio na ugonjwa wa kisukari kupunguza hatari ya kuambukizwa COVID-19 kwa kupata chanjo na kuendelea kuchukua tahadhari.

Mbali na kupata chanjo dhidi ya COVID-19, watu wenye kisukari wanapaswa kuendelea:

* Vaa barakoa inayofunika pua, mdomo na kidevu chao;
* Kudumisha angalau umbali wa mita moja kutoka kwa wengine,
* Kukohoa na kupiga chafya kwenye kiwiko chao, na
* Kuosha mikono yao mara kwa mara kwa sabuni na maji.

Hatua hizi ni muhimu hasa katika maeneo ya ndani, yenye watu wengi, au yenye njia duni za kupitisha hewa.

Vinginevyo, watu wanaoishi na kisukari wanapaswa kuendelea kudhibiti lishe na mtindo wao wa maisha kama ilivyoshauriwa na daktari wao au mamlaka za afya ya eneo. Hii ni pamoja na uimarishaji wa mara kwa mara wa insulini na dawa zingine zilizoagizwa kama inahitajika.

## Nina saratani sasa au nimekuwa na saratani hapo awali. Je, ninaweza kuchanjwa kwa usalama dhidi ya COVID-19?

Watu wengine walio na saratani au historia ya saratani wanaweza kupata chanjo kwa usalama. Kuhusu mtu aliye na historia ya saratani kama anaweza kupata chanjo, inategemea aina ya chanjo, aina ya saratani, ikiwa mtu huyo bado anatibiwa saratani, na ikiwa mfumo wake wa kinga unafanya kazi vizuri.

Ikiwa una saratani au umekuwa na saratani hapo awali, zungumza na daktari wako au mhudumu mwingine wa afya wa eneo lako kabla ya kupata aina yoyote ya chanjo, ikiwa ni pamoja na chanjo ya COVID-19.

## Mimi nina virusi vya UKIMWI (VVU). Je, ninaweza kuchanjwa kwa usalama dhidi ya COVID-19?

Tafiti nyingi zilizotathmini usalama na ufanisi wa chanjo ya COVID-19 zilijumuisha idadi ndogo ya watu wanaoishi na VVU. Tafiti hizi zinaonyesha kuwa chanjo za COVID-19 zilizoidhinishwa na Shirika la Afya Ulimwenguni ni salama kwa watu wanaoishi na VVU.

Hakuna chanjo yoyote kati ya zilizoidhinishwa kutumika iliyo na virusi hai vinavyosababisha COVID-19. Kwa hivyo, chanjo ni salama kwa watu walio na kinga dhaifu, kama vile watu wanaoishi na VVU, kama ilivyo kwa watu wengine.

Chanjo za COVID-19 haziingiliani na dawa za kurefusha maisha. Watu wanaoishi na VVU wanapaswa kuendelea kutumia dawa za kurefusha maisha baada ya kupewa chanjo na kama walivyoelekezwa na wataalamu wa afya.

## Mimi nina virusi vya UKIMWI (VVU). Je, kuna hatua zozote maalum ninazopaswa kuchukua ili kujilinda dhidi ya COVID-19?

Ni kweli kwamba watu wanaoishi na VVU wako katika hatari kubwa ya kuwa wagonjwa sana kutokana na COVID-19. Kwa hiyo, ni muhimu kwa watu walio na VVU, kama ilivyo kwa kila mtu, kuendelea kutumia tahadhari zifuatazo:

* Vaa barakoa inayofunika pua, mdomo na kidevu chao;
* Kudumisha angalau umbali wa mita moja kutoka kwa wengine,
* Kukohoa na kupiga chafya kwenye kiwiko chao, na
* Kuosha mikono yao mara kwa mara kwa sabuni na maji.

Wakati wa janga la COVID-19, watu wanaoishi na VVU wanapaswa kuendelea kutumia dawa za kurefusha maisha kama ilivyoelekezwa na wataalamu wa afya.

## Je, kupata chanjo ya chanjo ya Gamelaya (Sputnik V) kutanifanya kuwa na VVU?

Hapana. Haiwezekani kuambukizwa VVU kutoka kwa chanjo yoyote ya COVID-19.

Hata hivyo, kufikia Aprili 2022, Afrika Kusini haijaidhinisha chanjo ya Gamelaya (Sputnik V) kwa matumizi kwa sababu baadhi ya tafiti zinaonyesha kuwa inaweza kuongeza hatari ya kuambukizwa VVU. Wanasayansi wanaendelea kufanya utafiti huu.

## Nina changamoto za kutembea na ni ngumu kwangu kusafiri. Je, ninaweza kuchanjwa nikiwa nyumbani?

Kila nchi ina mpango wake wa wapi watu wanaweza kuchanjwa. Kwa maelezo zaidi kuhusu jinsi ya kupata chanjo katika eneo lako, wasiliana na mtoa huduma wa afya aliye karibu nawe.

## Je, kuna tofauti yoyote katika athari za kiafya za COVID-19 kwa wanaume na wanawake?

Wanasayansi hawajagundua tofauti zozote muhimu katika jinsi wanawake na wanaume wanavyopata athari baada ya kuambukizwa COVID-19. Lakini ni muhimu kutambua kwamba COVID-19 ni hatari kubwa ya kiafya kwa wanaume na wanawake, wavulana na wasichana. Kila mtu yuko katika hatari ya kuambukizwa, kuugua sana, kulazwa hospitalini, na hata kifo kutokana na COVID-19.

## Janga la COVID-19 limekuwa la kuhuzunisha sana. Je, ninaweza kupata msaada?

Janga la COVID-19 limekuwa likileta mafadhaiko na kiwewe sana. Iwapo unahisi huzuni, wasiwasi, mfadhaiko au vinginevyo, wasiliana na mtoa huduma wa afya aliye karibu nawe ili kuona ni huduma gani zinazopatikana. Huduma za afya ya akili na usaidizi wa kisaikolojia hutofautiana kati ya nchi na nchi na ndani ya nchi pia.

# Afya ya masuala ya Uzazi na COVID -19

## Je, ninaweza kupata chanjo dhidi ya COVID-19 ikiwa ni mjamzito?

Ndiyo, unaweza kupata chanjo ya COVID-19 kwa usalama ikiwa una mimba. Wanasayansi wanaendelea kutafiti usalama wa chanjo za COVID-19 kwa wanawake wajawazito, na hawajagundua maswala yoyote yanayohatarisha usalama.

Ni muhimu sana kwa wanawake wajawazito kupata chanjo kwa sababu, wakati wa ujauzito, wako katika hatari kubwa ya kuugua kutokana na COVID-19. Pia wako katika hatari kubwa ya kuzaa mtoto wao kabla ya wakati au kuwa na matatizo ikiwa wameambukizwa COVID-19 wakati wa ujauzito. Kupata chanjo dhidi ya COVID-19 ni njia salama na iliyothibitishwa kwa wanawake wajawazito ili kuepuka hatari hizi.

## Je, chanjo za COVID-19 zitanifanya kuwa tasa au kutokuwa na uwezo wa kuzaa?

Hapana, chanjo za COVID-19 HAZITAKUFANYA kuwa tasa au kutokuwa na uwezo wa kuzaa. HAKUNA ushahidi kwamba chanjo za COVID-19 husababisha utasa au upungufu wa nguvu za kiume kwa wanawake au wanaume.

## Je, ninaweza kupata chanjo dhidi ya COVID-19 ikiwa ninanyonyesha?

Ndiyo, unaweza kupata chanjo dhidi ya COVID-19 ikiwa unanyonyesha. Hakuna chanjo yoyote kati ya zilizoidhinishwa kutumika iliyo na virusi vya moja kwa moja vya COVID-19. Hii inamaanisha kuwa hakuna hatari ya wanawake waliopewa chanjo kuwaambukiza watoto wao COVID-19 kupitia maziwa ya mama. Inawezekana kwamba kinga za mwili katika maziwa ya mama aliyechanjwa zinaweza kupitishwa kwa watoto wao. Hii inaweza kusaidia kuwalinda watoto wanaonyonyeshwa dhidi ya COVID-19.

## Je, ni salama kwa wanawake walio katika hedhi kupata chanjo ya COVID-19?

Ndiyo, ni salama kwa wanawake walio kwenye hedhi kupata chanjo ya COVID-19. Ikiwa mwanamke yupo katika siku zake, siku ambayo amepata nafasi yake ya kupatiwa chanjo, anapaswa kwenda na kupata chanjo bila wasi wasi wowote.

Hedhi SI sababu ya kuchelewesha kupata chanjo ya COVID-19.

# Dozi

## Je, dozi mbili za chanjo zitanilinda vyema kuliko dozi moja tu?

Chanjo nyingi za COVID-19 zinahitaji dozi mbili kwa wiki kadhaa tofauti, ingawa chanjo ya Janssen (Johnson & Johnson) inahitaji moja pekee.

Kuchukua dozi moja tu kati ya mbili zinazohitajika za chanjo hutoa ulinzi mdogo sana dhidi ya maambukizi na ugonjwa.

Watu ambao wamechanjwa kikamilifu dhidi ya COVID-19 bado wanaweza kuugua COVID-19 na hata kuisambaza kwa wengine. Lakini kupata chanjo hupunguza sana hatari hizi.

Watu wanaopata dozi kamili ya chanjo wanakuwa hawana kinga kamilifu hadi wiki 2-4 baada ya chanjo yao ya mwisho. Wakati huu, miili yao inaunda kinga za mwili zinazohitajika kupambana na COVID-19.

## Je, ni salama na inafaa kuchanganya chanjo—kwa mfano, kupata dozi ya kwanza ya chanjo moja na dozi ya pili ya chanjo tofauti?

Wanasayansi wanatafiti ikiwa ni salama na inafaa kuchanganya chanjo za COVID-19. Miongozo kuhusu swali hili inatofautiana kutoka nchi hadi nchi. Fuata miongozo ya mamlaka ya afya ya kitaifa kila wakati.

## "Dozi ya nyongeza" ya COVID -19 ni nini?

Dozi kamili ya chanjo dhidi ya COVID-19 inamaanisha kupata idadi inayohitajika ya kipimo cha chanjo ili kuwa na kinga kamili dhidi ya virusi. Kwa chanjo nyingi, kama AstraZeneca na Moderna, dozi kamili ya chanjo ni dozi mbili. Kwa chanjo zingine, kama chanjo ya Janssen (Johnson & Johnson), dozi kamili ya chanjo ni dozi moja tu.

"Dozi ya nyongeza," au "booster shot," ni kipimo cha chanjo ya COVID-19 zaidi ya muda kamili wa chanjo. Kwa sababu ulinzi unaotolewa na chanjo za COVID-19 haudumu milele, baadhi ya nchi zinawapa raia wake chanjo za nyongeza ili kusaidia kudumisha ulinzi wao dhidi ya virusi.

## Je, watu walio katika hatari kubwa ya COVID-19 wanahitaji dozi za ziada za chanjo?

Watu walio katika hatari kubwa ya COVID-19, ikiwa ni pamoja na wale walio na mifumo ya kinga iliyoathiriwa, huwa hawapati kinga kamili baada ya chanjo kamili. Kwa hivyo wanaweza kuhitaji dozi ya ziada ili kuwalinda.

Dozi hii ya ziada ni tofauti na nyongeza ya dozi. Inachukuliwa kuwa sehemu ya dozi kamili ya chanjo kwa watu ambao hawawezi kupata ulinzi wa kutosha baada ya dozi moja au mbili. Dozi za ziada huwasaidia watu hawa kukuza ulinzi bora dhidi ya COVID-19.

# Acknowledgements

Contributed by: Vijay Cuddeford, Managing Editor, Farm Radio International and Hannah Tellier, Resources Coordinator, Farm Radio International

*This resource was supported with the aid of a grant from the German Federal Ministry of Economic Cooperation and Development through Deutsche Gesellschaft für Internationale Zusammenarbeit GmbH (GIZ) and its project “Green Innovation Center for the Agriculture and Food Sector” in Nigeria.*

*This resource was updated and translated thanks to funding by the Government of Canada through Global Affairs Canada as part of the Life-saving Public Health and Vaccine Communication at Scale in sub-Saharan Africa (or VACS) project.*