

MTU MZIMA CHANJO

Hautawahi kukosa
kuhitaji chanjo.

Chanjo si ya watoto tu; watu wazima wanahitaji ulinzi pia! Bila kujali umri, watu wazima wanahitaji chanjo ili kuwa na afya. Muda unaposonga, kinga kutoka kwa chanjo ya utotoni Inaweza kuisha, ikikuacha kwa hatari ya kupata magonjwa. Utu uzima huja na majukumu, ikitia ndani uhitaji wa kujilinda na wanaokuzunguka. Zungumza na mhudumu wako wa afya kuhusu chanjo leo.

VACCINES

YOUR BEST SHOT AT PREVENTION

Ikiwa una maswali, tafadhali pigia
mhudumu wako wa afya au
Idara ya Afya ya Umma ya Iowa kwa

1-800-831-6293

**KWA HABARI ZAIDI KUHUSU
CHANJO NA MAGONJWA, TAFADHALI TEMBELEA:**

<https://idph.iowa.gov/immtb/immunization>
www.immunize.org • www.cdc.gov/vaccines
www.vaccine.chop.edu • www.aap.org

MTU MZIMA CHANJO

Chanjo kwa maisha bora



**IOWA
IMMUNIZATION
PROGRAM**

Chanjo ya watu wazima

Kudumisha afya njema ni muhimu kwa Watu wazima. Kingamaradhi ni hatua muhimu ya kuzuia magonjwa na kuwa mwenye afya

WATU WAZIMA WANAHITAJI CHANJO GANI?

Chanjo hususa unayohitaji kama mtu mzima hutegemea na mambo kama vile umri, hali ya maisha, hali zinazoweza kukuweka katika hatari na historia ya chanjo. Zifuatazo hupendekezwa mara kwa mara ni chanjo kwa watu wazima. Zungumza na mhudumu wako wa afya kuhusu kinachopendekezwa kwa ajili yako.



HOMA YA MAFUA (MAFUA)

Homa ya mafua ni maradhi yanayoambukizwa ya mapua, koo na mapafu yanayosababishwa na kirusi. Kwa ujumla mafua huwambukizwa wengine wakati mtu aliyeathiriwa anakohoa au kupiga chafya. Dalili za mafua zinatia ndani kikohozi, homa, mzizimo, uchungu kwenye koo, kuumwa na misuli au mwili, kutokwa na kamasi au kuziba pua, kuumwa na kichwa na uchovu. Chanjo la kila mwaka linapendekezwa kwa sababu virusi vya mafua hubadilika kila mwaka.

PEPOPUNDA, DONDAKOO, KIFADURO

Watu wazima wanapaswa kupokea mara kwa mara nyongeza ya chanjo ya pepopunda na dondakoo (Td) kila baada ya miaka kumi. Chanjo ya pepopunda, dondakoo na kifaduro inapendekezwa ili kuwa kinga watu wazima na wale wanaowazunguka dhidi ya kifaduro.

VIRUSI VYA PAPILOMA VYA BINADAMU

Chanjo ya HPV hukinga dhidi ya aina ya kawaida kabisa ya papillomavirus ya binadamu, ambazo husababisha asilimia 90 ya saratani ya kizazi na vidonda vya uzazi. Wanaume na wanawake wanapaswa kupata mfululizo kamili wa chanjo ya HPV kwa kinga kamili.

UPELE

Upele ni ugonjwa unaosababisha vipete vyenye maumivu mara nyingi vikiwa na lengelenge na inaweza sababisha maumivu ya neva ya muda mrefu. Umri na matatizo ya mfumo wa kinga yanaweza kuongeza hatari ya kupata upele.

PNEUMOCOCCAL

Ugonjwa wa nimakoka ni maambukizi ya bakteria ambayo yanaweza kuenea kutoka kwa mtu hadi kwa mtu kwa njia ya mawasiliano ya karibu. Inaweza kusababisha matatizo makali ya afya ikiwa ni pamoja na nimonja, maambukizi ya damu na Homa ya uti wa mgongo Ugonjwa wa Nimakoka ni chanzo kinachoongoza cha magonjwa ambayo yanaweza kuzuiliwa kwa chanjo Marekani. Kukaa ukijua chanjo zilizopendekezwa hivi karibuni ni njia bora ya kujikinga dhidi ya ugonjwa wa Nimakoka.



Baadhi ya watu wazima wanaweza kuhitaji chanjo ya ziada kulingana na historia yao ya matibabu na chanjo za awali.

- Surua- Matumbwitumbwi- surua ya rubella (MMR)
- Tetekuwanga
- Homa ya Manjano A
- Hepatitisi B
- Meningococcal

REKODI YAKO YA CHANJO

Ni muhimu kuweka rekodi zako za chanjo mahali salama. Uthibitisho wa chanjo unaweza kuhitajika maishani mwako. Iowa Idara ya Afya ya Umma haiweki rekodi ya karatasi ya historia ya chanjo. Hata hivyo, rekodi ya chanjo inaweza kuweka kwa Databasi ya kielektroniki ya kudumu inayoitwa Iowa's Immunization Registry Information System (IRIS). IRIS ina sehemu ya kupata rekodi za umma inayowaruhusu wazazi au watu wazima kutafuta rekodi zao za chanjo au za watoto wao kwa <https://iris.iowa.gov>. Ikiwa rekodi hazipatikani, zungumza na mhudumu wako wa afya kuhusu kuingiza rekodi zako za chanjo katika IRIS.

Zungumza na mhudumu wako wa afya kuhusu chanjo leo.