Taarifa inayo husiana inaweza patikana katika lugha zingine nyingi kutoka:

Programu ya Manitoba ya Kukagua Saratani ya shingo la mfuko wa uzazi
5 –25 Sherbrook St
Winnipeg, MB
R3C 2B1
1-866-616-8805
204-788-8626
www.cancercare.mb.ca/MCCSP/

•

Alamisho
Kila Mwanamke Anachohitaji kufahamu kuhusu uchunguzi wa Shingo la Mfuko wa Uzazi

•

Vijitabu
Matokeo ya uchunguzi wa Shingo la mfuko wa uzazi – Kila Mwanamke Anachohitaji Kufahamu
Ofisi ya Msajili – Ukweli na Taarifa

•

Vidio
Matokeo ya Uchunguzi wa Shingo la Mfuko wa Uzazi – Kila Mwanamke Anachohitaji Kufahamu
Colposcopy - Kila Mwanamke Anachohitaji Kufahamu

Ukumbusho: Vidio zinapatikana kwenye maktaba ya umma katika Manitoba

Swahili *05/08*

Nani anayehitaji chanjo?
Chanjo ni ya wanawake ambao hawajapata mawasiliano na virusi vya HPV.

Ingawa wanaume wanaweza pata HPV ya viungo vya uzazi,haijulikani ikiwa hili chanjo lafaa kwao. Kusudi ya chanjo ni kupunguza saratani ya shingo la mfuko wa uzazi.

Chanjo itanikinga dhidi ya aina zote za HPV?
Hapana. Chanjo yaweza tu kukukinga dhidi ya aina fulani za HPV.

Na ikiwa tayari niko na HPV wakati ninapopata chanjo la kinga?
Chanjo haitatibu maambukizo ya HPV ambayo iko kwa sasa. Ikiwa hauna aina za HPV zilizo kwenye chanjo, kupata chanjo inaweza kukukinga dhidi ya aina hizo.

Nitapata Wapi Chanjo?
Uliza mtaalamu wako wa afya.

Ikiwa nimeshapata chanjo, bado nahitaji kufanyiwa uchunguzi wa shingo la mfuko wa uzazi?
Ndivyo, bado utahitaji kupata uchunguzi wa shingo la mfuko wa uzazi mara kwa mara kwa sababu:

- Chanjo haiwezi kukukingi dhidi ya aina zote za HPV
- inawezekana tayari ulikuwa na ambukizo la HPV wakati wa chanjo.
- Labda hauna kinga maalum kutokana na chanjo.

Wanawake ambao wameshawahi fanya tendo la ngono wanastahili kufanya uchunguzi wa shingo la mfuko wa uzazi mara kwa mara.

Wanawake wengi wanahitaji uchunguzi wa shingo la mfuko wa uzazi mara moja kwa miaka mitatu. Ikiwa matokeo yako ni sawasawa, basi unahitaji uchunguzi wa shingo la mfuko wa uzazi mara moja tuu kwa miaka miwili.

Uliza mtaalamu wako wa afya wakati gani utatarajia kufanya uchunguzaji wa shingo la mfuko wa uzazi tena.

Ikiwa niko na HPV, inamaanisha nitapata saratani?
Hapana. Mara nyingi HPV haiwezi kusababisha saratani. Aina zingine za HPV zinaweza sababisha mabadiliko katika shingo la mfuko wa uzazi ambayo inaweza leta saratani ya shingo la mfuko wa uzazi.

Yafaa kufanyiwa uchunguzi wa shingo la mfuko wa uzazi mara kwa mara. Uchunguzi wa shingo la mfuko wa uzazi unaweza gundua mabadiliko kwenye shingo la mfuko wa uzazi inayosababishwa na HPV.

HPV pia inaweza sababisha mabadiliko katika sehemu zingine za mwili, kwa mfano, mkundu, ume, uke na mdomo. Kulingana na shingo la mfuko wa uzazi, haya mabadiliko yaweza sababisha saratani.

Nini itafanyika ikiwa niko na matokeo ya uchunguzi wa shingo la mfuko wa uzazi yasio ya kawaida na mabadiliko kwenye chembechembe?
Labla utahitaji marudio ya uchunguzi wa shingo la mfuko wa uzazi au utumwe kwa mtaalamu.Mtaalamu ataamua ikiwa unahitaji matibabu.Kutibu mabadiliko ya shingo la mfuko wa uzazi kwanza, inaweza zuia saratani ya shingo la mfuko wa uzazi. Lazima utilie maanani uteuzi wako wote kulingana na matokeo ya uchunguzi wa shingo la mfuko wa uzazi.

HPV
Human Papilloma Virus

Kitu Kila Mtu Yafaa Afahamu kuhusu HPV ya Viungo Vya Uzazi

PROGRAMU YA MANITOBA YA KUKAGUA SARATANI YA SHINGO LA MFUKO WA UZAZI
CancerCare MANITOBA
Action Cancer Manitoba
Manitoba

Programu ya Manitoba ya kukagua Saratani ya Shingo la Mfuko wa Uzazi ni programu ya Afya ya Manitoba Inasimamiwa na Hudhumifu wa Saratani wa Manitoba

All translated materials completed in partnership with Sexuality Education Resource Centre

HPV ni nini?
HPV ni virusi vya kibinadamu vya papilloma (Human papilloma virus). Zaidi ya aina mia moja(100) ya hivi virusi vinaweza ambukiza binadamu.

Huwa inafanya nini?
Aina ya HPV inasababisha madutu inayopatikana sanasana kwenye mikono na miguu.

Aina zingine za HPV (viungo vya uzazi) zinasababisha madutu ya viungo vya uzazi (ume, uke, rektamu au shingo la mfuko wa uzazi).

Aina zingine za HPV (viungo vya uzazi HPV) zaweza sababisha mabadiliko kwenye shingo la mfuko wa uzazi wa mwanamke ambayo inaweza sababisha saratani ya shingo la mfuko wa uzazi.

Aina za HPV zinazosababisha madutu kwenye mikono na miguu haziwezi ambukiza viungo vya uzazi.

Zile aina za HPV ambazo zaambukiza viungo vya uzazi haziambukizi mikono na miguu.

HPV iko mfuto?
HPV iko mfuto kabisa. Angalau watu watatu kati ya wanne watawasiliana na virusi vya kibinadamu vya pailloma(HPV) katika maisha yao. Sio lazima kila mtu atapata madutu au mabadiliko kwa shingo la mfuko wa uzazi.

Ninapataje HPV?
Unaweza pata HPV kwa urahisi kupitia kinywa, viungo vya uzazi, au ngono ya rektamu au kugusana kipenzi. Unaweza sambaza HPV ikiwa hauna fahamu ya dalili zozote (madutu, nundu au mabadiliko kwa shingo la mfuko wa uzazi).

Ikiwa nilifanya tendo la ngono na mtu wa jinsia sawa, yafaa niwe na wasiwasi kuhusu HPV?
Ndiyo, HPV inaweza sambazwa kati ya wapenzi wa kijinsia yoyote.

Nikipata madutu ya viungo vya uzazi au mabadiliko ya chembechembe kwa shingo la mfuko wa uzazi, inamaanisha mpenzi wangu wa mwisho alikuwa na HPV?
Sio lazima. Inamaanisha wakati moja maishani mwako uliwahi wasiliana na mtu aliye ambukizwa virusi.

Ninaweza tambua ni nani aliniambukiza HPV? Kawaida ni vigumu kutambua ni wakati gani au kutoka kwa nani umeambukizwa.

Ninaweza kuwa na HPV na sifahamu?
Ndiyo.HPV inaweza kuwa mwilini mwako na isijulikane kwako kwa miaka mingi. Madutu au mabadiliko kwenye shingo la mfuko wa uzazi yanaweza tambulika baada ya miaka mingi kuambukizwa na HPV.

Hatujui kwa nini watu wengine wanapata madutu au mabadiliko kwenye shingo la mfuko wa uzazi na wala sio wengine.

Nitajuaje kama niko na HPV?
Katika Manitoba, desturi ya kupima HPV haipatikani. Kupimwa kwa HPV kunaweza tambua ikiwa una aina ya HPV wakati wa kupima. Haionyeshi ikiwa uliambukizwa hapo awali.

Wanawake wanaweza fanya uchunguzi wa shingo la mfuko wa uzazi kugundua mabadiliko katika shingo la mfuko wa uzazi inayo sababishwa na HPV.

Wewe au mtaalamu wako wa afya munaweza mara nyingine kuona viungo vya madutu. Viungo vya uzazi vya madutu vyaweza onekana sawa na koliflawa ndogo au hata ubamba wa nundu.

Wanawake wastahili kuongea na mtaalamu wa afya wakigundua kinundu, au ongezeko inje au ndani ya uke au rektamu.

Wanaume wastahili kuongea na mtaalamu wa afya wakigundua nundu, au ongezeko, inje au ndani ya ume, kordani au rektamu.

Kondomu zitanikinga dhidi ya HPV?
Kondomu zinakukinga dhidi ya magonjwa nyingi ya zinaa (STIs). Sio lazima kondomu itakukinga dhidi ya HPV kila wakati.

Ninawezaje punguza hatari?
Kutofanya tendo la ngono ndio kinga la hakika.

Uliza mtaalamu wako wa ayfa ikiwa unahitaji chanjo la HPV.

Kawia tendo la ngono hadi upitishe ujana.

Kupata HPV mapema (miaka ya ujana) inaongeza uwezekano wa mwanamke kupata saratani ya shingo la mfuko wa uzazi.

Ikiwa unafanya tendo la ngono:
- Daima tumia kondomu.
- Punguza idadi ya watu unaofanya ngono nao katika maishani mwako.
- Jiweke katika hali nzuri na imara ili kupambana na maambukizo. Kula chakula bora, fanya mazoezi na pata pumziko ya kutosha.
- Epuka moshi wa sigara kwa sababu ina athiri chembechembe za shingo la mfuko wa uzazi wa mwanamke.

Kuna matibabu gani ya madutu ya viungo vya uzazi?
Madutu yanayo onekana yanaweza tibiwa. Mtaalamu wako wa afya anaweza tibu ngozi yako kwa ofisi au akupatie agizo la dawa ya kupaka.

Usitumie dawa ya duka kwa matibabu ya madutu. Hizi ni za madutu ya mikono au miguu pekee. Hizi zinaweza kudhuru zikitumia kwa viungo vya uzazi.

Kama nikiwa na madutu ya viungo vya uzazi, hiyo inamaanisha nina hatari kubwa ya kuwa na saratani ya mfuko wa uzazi?
Ndiyo na la. Ikiwa umepata madutu ya viungo vya uzazi, basi una angalau aina moja ya HPV. Aina za HPV ambazo zinasababisha madutu ya viungo vya uzazi ziliko kwa hatari ndogo ya kusababisha mabadiliko inayoweza leta saratani. Lakini unaweza pia kuwa umewasiliana na aina ya HPV ambao inaleta saratani.

Kufanya uchunguzi wa mfuko wa uzazi mara kwa mara ndiyo njia bora kabisa ya kupunguza hatari yako ya kupata saratanai kwenye mfuko wa uzazi.

Kuna tibu ya HPV?
Hapana. Hakuna tibu ya hivi virusi. Madutu na mabadiliko ya mfuko wa uzazi ambayo huletwa na hivi virusi yanaweza potea peke yao. Au yanaweza kutibiwa.

Kuna chanjo la HPV?
Ndiyo, chanjo linapatikana katika Kanada kwa aina zingine za HPV.