

COVID-19

Ramani ya Chanjo



NM HEALTH
SCIENCES

NMDOH

NEW MEXICO DEPARTMENT OF HEALTH

Jinsi ya Kuongea na Mtu Kuhusu Chanjo

Utangulizi

"Habari! Nafanya kazi na Idara ya Afya na ningependa kusikia maoni yako kuhusu chanjo ya COVID. Je, una muda kiasi wa kuongea?"

Uhalalishaji

"Kuwa na wasiwasi ni kawaida! Ni nini inakupea wasiwasi haswa na ni nini inaweza kufanya uhisi vizuri kuihusu?"

Kufahamu

"Nilikuwa na wasiwasi kuhusu hiyo pia! Je, naweza kushiriki baadhi ya mambo ambayo nilijifunza yakafanya nihisi vizuri?"

Maelezo

"Haya ni baadhi ya mambo yaliyofanya nihisi kuwa na ujasiri zaidi katika chanjo!"

Sampuli ya Maandishi

Mitindo ya kawaida ya kujaribu kushawishi mtu kupokea chanjo kama kushauri, kugombanisha au kuaibisha mara nyingi inaweza kukosa kufanya kazi. Stadi za mahojiano ya kutoa nasaha zinaweza kusaidia watu kwa kuwasikiliza kwa huruma na bila kuhukumu. Hii hapa ni sampuli ya maandishi.

Mteja: Nimesikia mengi kuhusu chanjo ambayo hufanya nihisi kuwa ni wazo bya.

Wewe: Naam, umesikia baadhi ya mambo ambayo hukufanya kuwa na wasiwasi na bila uhakika? *(Sikiliza masuala yao bila kuwahukumu na kisha utoe huruma. Heshimu mtazamo wao na uwafahamisha kuwa unajali maslahi yao)*

Mteja: Kweli. Sijui jambo la kufanya. Sitaki kuambukizwa COVID lakini chanjo hiyo huenda si salama.

Wewe: Sawa, hivyo huna uhakika. Unataka kuwa salama kutokana na Covid, lakini una wasiwasi kuhusu chanjo na unataka uhakikisho? *(Kuwahakikishia wengine kuhusu chanjo, anza kwa kuwazia wasiwasi wao. Wafahamisha kuwa unasikiliza na unafahamu ni kwa nini wana wasiwasi)*

Mteja: Ndiyo, haswa. Nataka kuwa na uhakika kwamba nitakuwa salama nikipokea chanjo hiyo.

Wewe: Wasiwasi ni kawaida! Ni nini inakutishia haswa? Ni nini itafanya uhisi afadhali kuihusu? *(Kuuliza swali la kutaka kujua bila kutishia na kusikiliza jibu kutakusaidia kutatua wasiwasi wao baadaye katika mazungumzo)*

Mteja: Chanjo inaonekana kuwa imeharakishwa mno; pengine hawakuipima ya kutosha, wajua. Ni vipi tutajua kwamba hawakutumia njia ya mkato?

Wewe: Nilikuwa na wasiwasi kuhusu hiyo pia. Je, naweza kushiriki mambo yaliyofanya nihisi vizuri? *(Hii inahalalisha wasiwasi wao, na kuuliza ruhusa kabla ya kutoa maelezo. Inaheshimu mtu huyo na kuhakikisha kuwa wako tayari kusoma.)*

Mteja: Naam, sawa.

Wewe: Je unakumbuka mkurupuko wa SARS mwaka wa 2003? Ulisababishwa na virusi vinavyofanana na COVID. *(Jibu hili linaongezea maarifa yaliyopo tayari)*

Mteja: Hmm... hivyo unasema kuwa walianza kutengeneza chanjo hii wakati huo?

Wewe: Naam! Na njia ambayo huwa wanatumia kujua kuwa chanjo ni salama ni ya kufurahisha mno. Je, unajua mengi kuhusu njia hiyo?

Mteja: Ummm...pengine wanalinganisha kama watu zaidi huwa wagonjwa kutegemea kama watu hao wamepokea chanjo au la?

Wewe: Bila shaka. Waliangalia watu waliopokea chanjo na wale hawakupokea chanjo na kubainisha walioambukizwa COVID na madhara waliyokuwa nayo. Ni vyema, au sio?

Mteja: Hiyo inafanya nihisi afadhali. Pengine ni hatari zaidi ya kuambukizwa COVID kwa sababu mimi ni mdogo na mwenye afya nzuri.

Wewe: Ndiyo, nilijali watu wenye afya nzuri pia, na nikagundua kuwa tuna uwezekano mkubwa zaidi wa kuchapwa na radi ikilinganishwa na kuwa na mizio michache ya sindano ya chanjo. Je, hiyo inasaidia?

Mteja: Ndiyo, nahisi afadhali. Chanjo hiyo haionekani ya kutishia mno tena. Huenda nikapokea chanjo hiyo. Asante kwa kuongea na mimi.

Wewe: Bila shaka. Nina furaha kwa sababu unawazia hili. Nina furaha kuongea zaidi wakati wowote ukitaka.

Kingamwili: Protini ambayo mwili wako hutengeneza kama namna ya kukabiliana na virusi. Mwili wako hufanya hii ili kukulinda.

mRNA: Molekuli katika chanjo ambayo hufunza mwili wako namna ya kutengeneza kingamwili. Molekuli hii si virusi vilivyo hai na haiwezi kukuambukiza. Haibadilishi DNA yako. Ipo tu katika mwili wako kwa kipindi kifupi cha muda. Seli zetu husaga mRNA na huiondoa ndani ya siku chache baada ya kupokea chanjo.

Aina Mpya ya Virusi: Aina tofauti ya virusi, kumaanisha kuwa inaweza kuzingira ulinzi ambao mwili wako hujenga kutokana na virusi asili.

Protini ya Suke: Sehemu ya nje ya seli ya virusi vya COVID-19, inayoonekana kama suke. Suke hizi ndizo hukwama kwenye mwili wako ili virusi viweze kukuambukiza.

Chanjo ya mRNA: Chanjo ambayo hutumia mRNA kujenga kingamwili katika mwili wako.

Chanjo ya Vekta: Chanjo ambayo hutumia toleo lisilo hatari la virusi tofauti ili kujenga kingamwili.

Madhara: Mizio ambayo mwili wako huenda ukawa nayo baada ya kupokea chanjo.

Shirika la Dawa la Shirikisho (FDA): Shirika linalowajibikia kulinda afya ya umma kwa kuhakikisha kuwa dawa za binadamu na wanyama zikiwemo chanjo, ni salama na zinafanya kazi. Pia wanaangalia vifaa vya kimatibabu, usambazaji wetu wa chakula, mafuta ya urembo na bidhaa zilizo na mnururisho.

Vituo vya Udhhibiti na Uzuiaji wa Ugonjwa (CDC): CDC ndiyo shirika la kitaifa la afya ya umma Marekani. Afya ya umma inamaanisha afya ya watu wote. Lengo la CDC ni kulinda afya ya umma na usalama kupitia udhibiti na uzuiaji wa ugonjwa, maumivu, na ulemavu, Marekani na kote duniani.

Mfumo wa Kuripoti Tukio Baya la Chanjo (VAERS): Mfumo wa kutoa ripoti ambao humpa mtu yeyote nafasi ya kutuma ripoti za mizio yoyote mibaya baada ya kupokea chanjo.

NM HEALTH SCIENCES

NMDOH
NEW MEXICO DEPARTMENT OF HEALTH

COVID-19 ni nini?

Chanjo ya COVID ni Salama kwa Kiasi Gani?

Kwa sasa Tunaweza Kupata Chanjo zipi Marekani?

Naweza Kupokea Busta Gani na Lini?

Je, Nahitaji Dozi ya Ziada ya Chanjo?

Chanjo ina Nini?

Chanjo ya mRNA ina Nini?

Ni Nini Ipo katika Chanjo ya Vekta ya Virusi?

Chanjo hiyo Inafanya Kazi kwa Kiasi Gani?

Mambo Mazuri Kuhusu Kupokea Chanjo ni Gani?

Je, naweza kupata Chanjo wapi?

Je, Nitakuwa Mgonjwa kwa kiasi Gani Baada ya Kupokea Chanjo?

Je, nafaa kupokea Chanjo hiyo iwapo mimi ni Mjamzito?

Je, Naweza Kuamini Taasisi ya Huduma ya Afya?

Je, Dini Langu Linanishauri Nisipokee Chanjo?

Je, nafaa kupokea Chanjo hiyo Nikiwa Mgonjwa au Nikiwa na Mafua?

Kwa Nini Baadhi ya Watu Pekee Ndio Huwa na Madhara?

Hakuna Aliyetaja Madhara ya Muda Mrefu ya Chanjo.

**Je, Nahitaji Chanjo Hiyo Kwa Kweli??
Je, COVID ni Mbaya Sana kwa Hivyo?**

Je, na nikiwa na kingamwili kutoka kwa virusi vya COVID?

Je, Nahitaji Zaidi ya Dozi 1?

Je, Ni Kweli kuwa Serikali Inatumia Chanjo Kuwafanya Watu Kuwa Tasa?

Je, Ni Kweli kuwa Serikali Inatumia Chanjo Kuwafuatilia Watu?

Je, Ni Kweli Kuwa Serikali Inataka Kuwaua Watu Wazee?

Nafaa Kufanya Nini Nikiwa na Madhara?

Je, Ni Salama kwa Mtoto Wangu Kupokea Chanjo?

Protini ya Suke ni Nini?

Je, Chanjo Itampa Mtoto Wangu Matatizo ya Moyo?

Aina Mpya Ni Nini?

Chanjo ya COVID Ilitengenezwaje Kwa Haraka Hivyo?

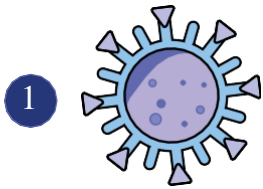
Je, Nafaa Kuwa na Wasiwasi Kuhusu Aina za COVID?

Je, Chanjo Itanilinda Dhidi ya Aina Nyingine Mpya?

Je, Chanjo Husababisha Migando ya Damu?

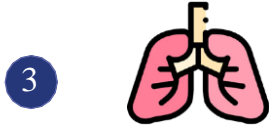
Naweza Kufanya Nini Ili Niwe Salama Dhidi ya Aina Mpya?

Je, Sitakosa Siku za Kazi Nikipokea Chanjo?



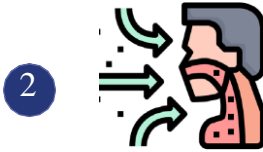
1

Ugonjwa wa kuambukizwa



3

Hulenga mfumo wa njia ya kupumua



2

Husambaa kupitia waasilani wa karibu

Dalili za COVID-19



Kikohozi kikavu



Kamasi puani



Homa



Maumivu ya kichwa



Kupoteza uwezo wa kuonja au kunusa



Kuchoka kabisa



Ugumu wa kupumua



Kutapika



Misuli iliyovimba zaidi



Vidonda vya koo



Kuhara - kinyesi cha majimaji

1. COVID-19 ni maambukizo ya virusi.

- COVID husambaa kupitia waasilani wa karibu.
- Ukiambukizwa, unafaa kujitenga na kila mtu kwa siku 10 kuanzia wakati ambapo dalili zimeanza kuonekana.

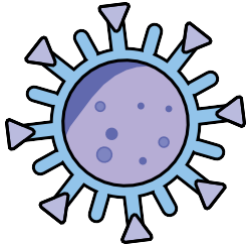
2. Dalili zinaweza kuanzia mgonjwa kiasi hadi mgonjwa sana.

- Dalili za kawaida ni: kikohozi kikavu, joto kali, kupoteza uwezo wa kuonja au kunusa, upungufu wa pumzi, maumivu ya misuli, kamasi puani, maumivu ya kichwa, uchovu, kutapika, vidonda vya koo, na kuhara.
- Watu wanaweza kuambukizwa na wasiwe na dalili zozote.

3. Madhara ya muda mrefu ya COVID yanaweza kujumuisha:

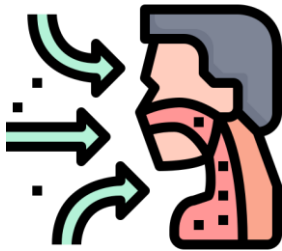
- uchovu wa kudumu, matatizo ya pafu, maumivu ya viungo, na kuandana kwa ubongo.

1



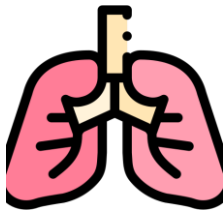
Ugonjwa wa kuambukizwa unaoweza kusambaa kutoka kwa mtu mmoja kwenda kwa mwingine

2



Husambaa wakati ambao tuko karibu na wengine

3



Hulenga mfumo wa njia ya kupumua

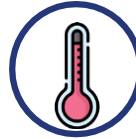
Dalili za COVID-19



Kikohozi kikavu



Kamasi puani



Homa



Maumivu ya kichwa



Kupoteza uwezo wa kuonja au kunusa



Kuchoka kabisa



Ugumu wa kupumua



Kutapika



Misuli iliyovimba sana



Vidonda vya koo



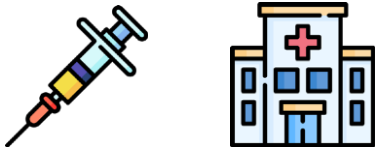
Kuhara - kinyesi cha majimaji

Wataalamu wa matibabu wanakubali kuwa chanjo ni salama



Zaidi ya Madaktari 96 kati ya 100 wamepokea njano

Kupokea chanjo kutakuwika salama dhidi ya COVID



Idadi kubwa ya watu waliolazwa hospitalini kwa sasa kwa sababu ya COVID hawajapokea chanjo

1. Wauguzi, madaktari, na wataalamu wa matibabu wanakubali kuwa chanjo ya COVID-19 ni salama na inafanya kazi.

- Zaidi ya madaktari 96 kati ya 100 wamepokea chanjo.
- Zaidi ya wahudumu wa afya 75 kati ya 100 wamepokea chanjo.

2. Chanjo ya COVID ilipimwa ili kuona usalama wake zaidi ya chanjo yoyote nyingine katika historia ya Marekani.

3. Kupokea chanjo hiyo kutapunguza hatari yako ya kulazwa hospitalini au kufa kwa sababu ya COVID.

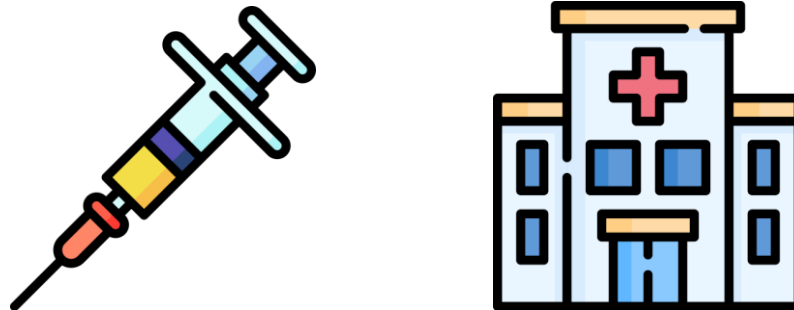
- Watu wengi ambao hulazwa hospitalini au hufa kutokana na COVID hawajapokea chanjo.

Wataalamu wa matibabu wanakubali kuwa chanjo ni salama

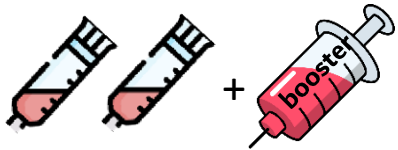


Zaidi ya madaktari 96 kati ya 100 wamepokea chanjo

Kupokea chanjo kutakulinda dhidi ya COVID

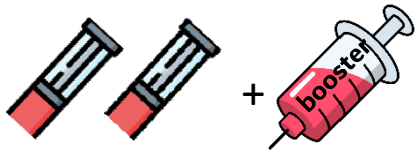


Watu wengi waliolazwa hospitalini kwa sababu ya COVID hawajapokea chanjo



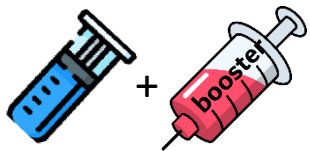
moderna

Unahitaji dozi 2 pamoja na busta ili chanjo ifanye kazi vizuri.



Pfizer

Unahitaji dozi 2 pamoja na busta ili chanjo ifanye kazi vizuri.



Johnson & Johnson

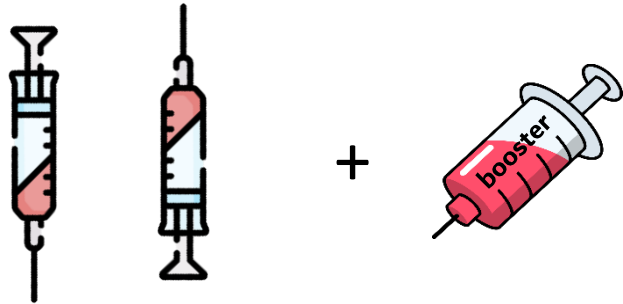
Unahitaji dozi 1 na zaidi za Pfizer au Busta ya Moderna ili chanjo ifanye kazi vizuri.

1.Chanjo za COVID tulizo nazo Marekani ni: Moderna, Pfizer na J&J

- Moderna inahitaji dozi 2 za chanjo na busta ili kufanya kazi zaidi.
- Pfizer pia inahitaji dozi 2 za chanjo na busta ili kufanya kazi zaidi.
- J&J inahitaji dozi 1 tu ya chanjo pamoja na busta ya Pfizer au Moderna ili kufanya kazi zaidi.

2.Chanjo zote tulizo nazo sasa zinafanya kazi vizuri zaidi ili kuzuia vifo na kuhitaji kwenda hospitalini kwa sababu ya COVID.

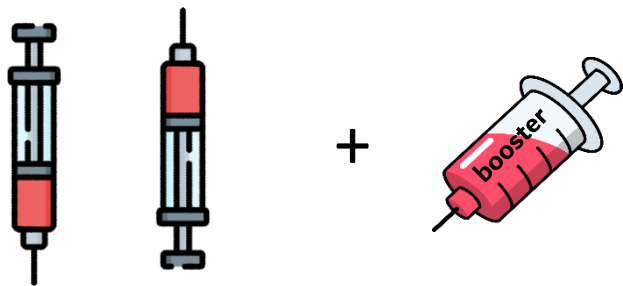
- Kufikia Oktoba 2021, watu ambao hawajapokea chanjo wana uwezo wa mara 20 zaidi wa kufa kwa sababu ya COVID-19.



moderna
Unahitaji dozi 2 za
chanjo pamoja na busta ili
kufanya kazi vizuri zaidi.

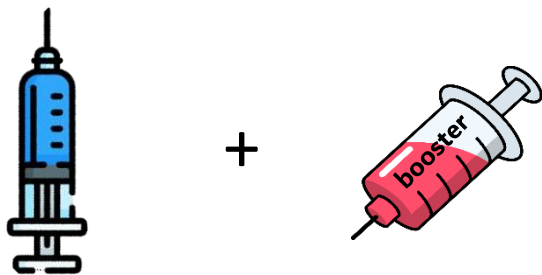


Inahitaji dozi 2 za chanjo
na busta ili kufanya kazi
vizuri zaidi.



Johnson & Johnson

Inahitaji dozi 1 pamoja na busta ya
Pfizer au Moderna ili
kufanya kazi vizuri zaidi.



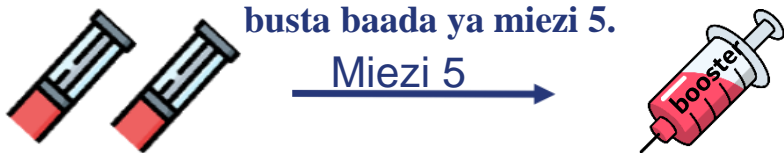
Chanjo zote zinahitaji wiki 2 hadi uwe umevilindwa kamili

moderna

Watu walio na umri wa miaka 18 na zaidi waliopokea chanjo ya Moderna wanaweza kupata busta baada ya miezi 5.

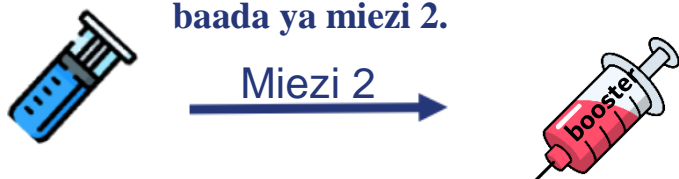


Watu walio na umri wa miaka 12 na zaidi waliopokea chanjo ya Pfizer wanaweza kupata busta baada ya miezi 5.



Johnson & Johnson

Watu walio na umri wa miaka 18 na zaidi waliopokea chanjo ya J&J wanaweza kupata busta baada ya miezi 2.



1. Kupata busta, unahitaji tayari kuwa umepokea dozi 2 za chanjo ya Moderna au Pfizer au dozi 1 ya chanjo ya J&J.
2. Iwapo miezi 5 imepita tangu ulipopokea dozi yako ya pili ya Moderna na una umri wa miaka 18 au zaidi, unaweza kupokea dozi ya busta.
3. Iwapo miezi 5 imepita tangu ulipopokea dozi yako ya pili ya Pfizer na una umri wa miaka 12 au zaidi, unaweza kupokea dozi ya busta.
4. Iwapo miezi 2 imepita tangu ulipopokea dozi yakomoja ya J&J, unaweza kupata chanjo ya busta.
5. Watu walio na mifumo duni ya kingamwili wanafaa kupata busta yao miezi 3 baada ya kupokea dozi yao ya ziada.
6. Unaweza kupewa aina yoyote ya chanjo katika busta yako. Si lazima iwe chanjo ile uliyopewa mara ya kwanza.
7. Kwa watu waliopokea J&J, madaktari wanasema kuwa unafaa kubadili na kupokea Pfizer au Moderna katika busta yako.



moderna
Watu walio na umri wa miaka 18 na zaidi waliopokea chanjo ya Moderna wanaweza kupata busta baada ya miezi 5.



Watu walio na umri wa miaka 12 na zaidi waliopokea chanjo ya Pfizer wanaweza kupata busta baada ya miezi 5.



Johnson & Johnson
Watu walio na umri wa miaka 18 na zaidi waliopokea chanjo ya J&J wanaweza kupata busta baada ya miezi 2.

Watu walio na umri wa miaka 18 na zaodo wanaweza kupata chanjo yoyote kama busta yao

Watu ambao wanafaa kupata dozi ya ziada ni watu waliopokea chanjo ya Pfizer au Moderna ambao:



Wanaugua saratani kwa sasa



Wamekuwa na uhamishaji wa kiungo au seli ya shina



Wanaishi na virusi vya UKIMWI



Wana mifumo ya kingamwili duni

1. Watu walio na mifumo ya kingamwili duni huenda wasipate mwitikio thabiti na wa kutosha wa kingamwili kutokana na dozi 2 na wanahitaji dozi ya ziada. Wakati mwingine watu huita hii "dozi ya 3."

2. Watwilio na umri wa miaka 5 na zaidi wanafaa kupata dozi ya ziada ikiwa:

- Wanaugua saratani kwa sasa.
- Wamekuwa na uhamishaji wa kiungo au seli ya shina.
- Wanaishi na virusi vya UKIMWI.
- Wana mifumo ya kingamwili duni

3. Watu wanaweza kupata "dozi ya 3" ikiwa tayari wamepokea dozi 2 za Pfizer au Moderna na angalau siku 28 zimepita tangu walipopokea dozi ya 2.

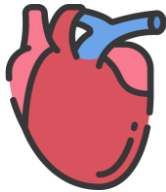
4. Watu waliopokea Johnson and Johnson hawawezi kupata dozi yao ya tatu lakini wanaweza kupata dozi ya busta.

5. Watu wanaohitaji dozi ya ziada wanafaa kupata busta yao miezi 3 baada ya kupokea dozi yao ya ziada.

Watu ambao wanafaa kupata dozi ya ziada ni watu waliopokea chanjo ya Pfizer au Moderna ambao:



Wanaugua saratani kwa sasa



Wamekuwa na uhamishaji wa kiungo au seli ya shina



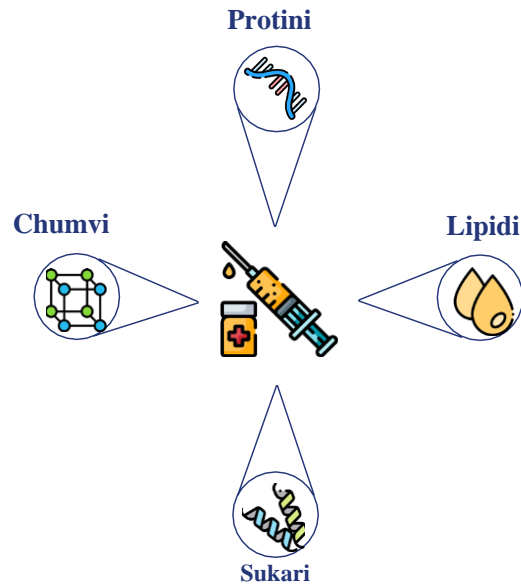
Wanaishi na virusi vya UKIMWI



Wana mifumo ya kingamwili duni

Watu walio na umri wa miaka 5 na zaidi wanaweza kupata dozi ya ziada

Chanjo zimeundwa kwa...



1. Chanjo ya COVID ina Nini?

- **Protini** ambayo huwa inaambia mwili jinsi ya kupigana na virusi
- Lipidi - mafuta ambayo hulinda protini na kuyasaidia kuingia kwenye seli zetu
- Chumvi na Sukari zinazofanya kazi pamoja ili huweka chanjo imara baada ya kuundwa



Protini -Huingia mwilini kwa muda mfupi ili kujenga kingamwili - vitu ambavyo hupigana na maambuklizo.
-Hazina virusi vilivyo hai na hazibadilishi DNA yako.



Lipidi Hutumia mafuta ambayo yanapatikana pia katika parachichi.

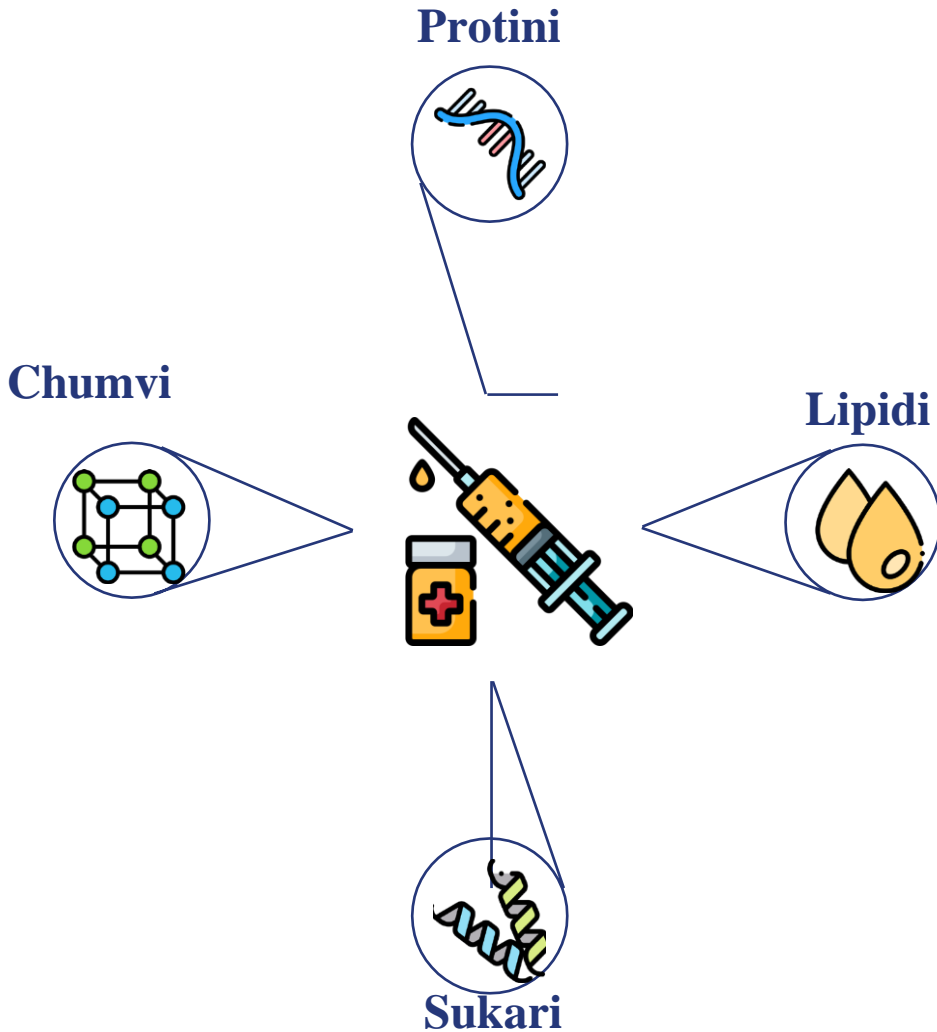


Sukari Kama sukari kwenye matunda.



Chumvi Kama chumvi ambayo hutumika kuleta ladha.

Chanjo zimeundwa kwa...



Protini



-Huingia mwilini kwa muda mfupi ili kujenga kingamwili - vitu ambavyo hupigana na maambuklizo.

-Hazina virusi vilivyo hai na hazibadilishi DNA yako.

Lipidi



Hutumia mafuta ambayo yanapatikana pia katika parachichi.

Sukari



Kama sukari kwenye matunda.

Chumvi



Kama chumvi ambayo hutumika kuleta ladha.

Kingamwili husaidia mwili wako kupigana na COVID

Chanjo zote za Pfizer na Moderna ni chanjo za mRNA

- 1. mRNA hunakili taarifa ambayo seli zako hutumia - ni wakala.**
- 2. Kuna uwezekano mdogo mno ya kwamba utakufa au kulazwa hospitalini baada ya kupokea chanjo.**
 - Kingamwili kutoka kwenye chanjo hukulinda dhidi ya virusi
- 3. Chanjo ya COVID inaweza kuwa na madhara, lakini karibu madhara yote hudumu kwa muda mfupi.**
 - Ikiwa unaweza kudhurika na chanjo, unafaa kumwuliza daktari wako kabla ya kupokea chanjo
- 4. Aina zote za chanjo husaidia mwili wako kutengeneza kingamwili za kukulinda.**

Kingamwili husaidia mwili wako kupigana na COVID

What is mRNA?

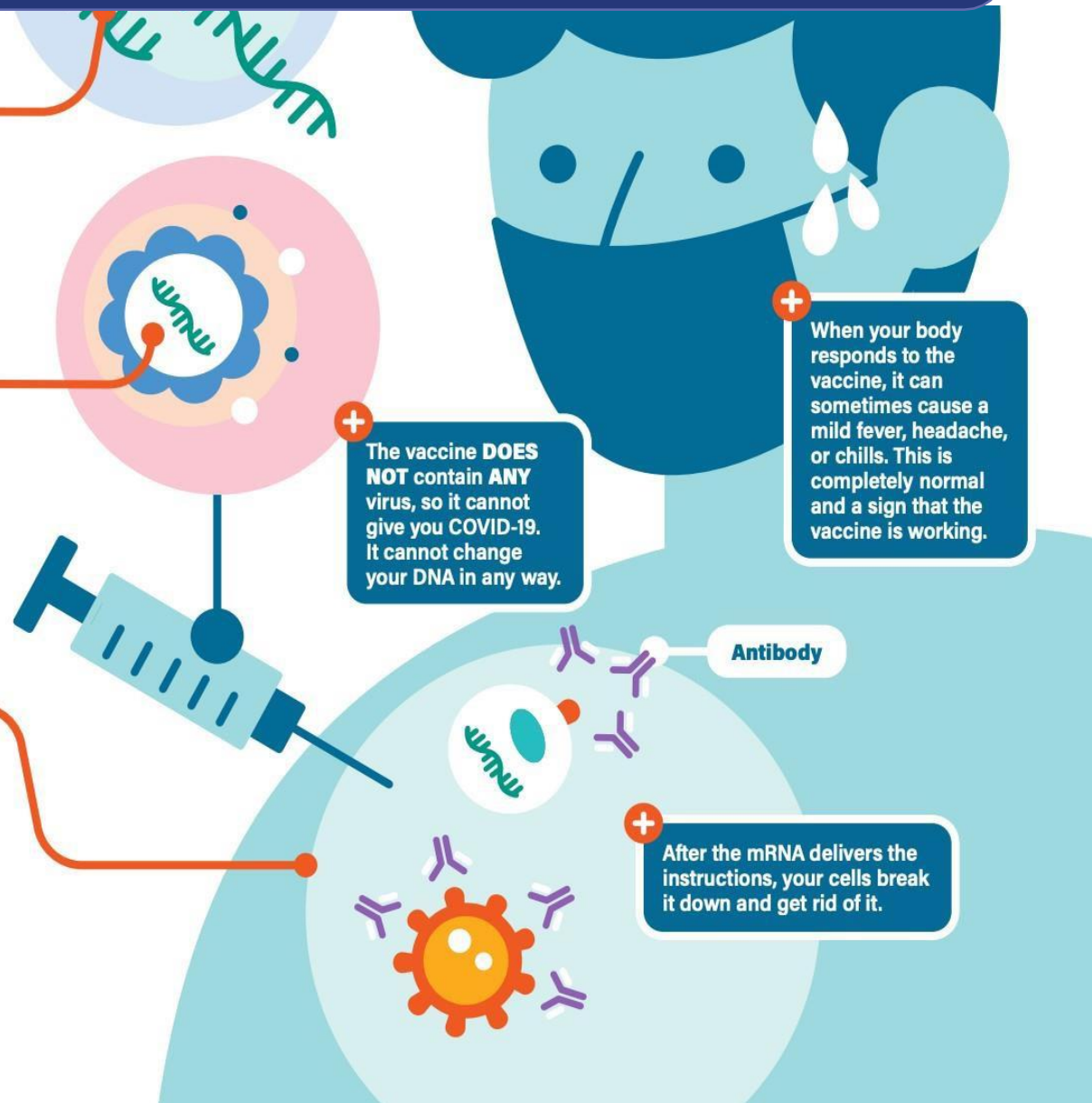
Messenger RNA, or mRNA, is genetic material that tells your body how to make proteins.

What is in the vaccine?

The vaccine is made of mRNA wrapped in a coating that makes delivery easy and keeps the body from damaging it.

How does the vaccine work?

The mRNA in the vaccine teaches your cells how to make copies of the **spike protein**. If you are exposed to the real virus later, your body will recognize it and know how to fight it off.



Chanjo zote za Pfizer na Moderna ni chanjo za mRNA

Kingamwili husaidia mwili wako kupigana na COVID

Chanjo ya vekta ya virusi hutumia toleo lisilo hatari la virusi tofauti, linaloitwa "vekta," kutoa habari kwa mwili kuhusu jinsi ya kuzalisha kingamwili kwa njia ya protini za suke.

Johnson & Johnson ni chanjo ya vekta ya virusi.

1. Chanjo ya vekta ya virusi, kama Johnson & Johnson, hutumia nakala isiyo hatari ya virusi tofauti ili kujenga kingamwili.

2. Una uwezekano mdogo zaidi wa kufa au kulazwa hospitalini kutokana na chanjo.

- Kingamwili ambazo mwili wako hutengeneza kutoka kwenye chanjo hukulinda tu dhidi ya virusi hivyo.

3. Chanjo ya COVID inaweza kuwa na madhara, lakini karibu madhara yote ni ya muda mfupi.

- Ikiwa unaweza kudhurika na chanjo, unafaa kumwuliza daktari wako kabla ya kupokea chanjo.

4. Chanjo zote husaidia mwili wako kutengeneza kingamwili za kukulinda.

Johnson & Johnson ni chanjo ya vekta ya virusi.

Ufaafu wa chanjo

Watu zaidi ambao huambukizwa COVID-19 hawajapokea chanjo.



1. Chanjo hiyo inafanya kazi - ina mafanikio. Ni salama zaidi ya kuambukizwa virusi vya COVID-19.

- **Chanjo zote za COVID-19 Marekani husaidia kuzuia maambukizo na husaidia kukulinda dhidi ya kuwa mgonjwa sana.**
- **Chanjo za COVID zimeangaliwa kwa umakini na FDA na CDC - na zimeidhinishwa.**
- **VAERS (Mfumo wa Kuripoti Tukio Baya la Chanjo) hufuatilia mzio wowote mbaya baada ya chanjo.**
 - Ni mfumo wa onyo la mapema ambao husaidia kuhakikisha kuwa chanjo ni salama.

Chanjo hiyo inafanya kazi katika kuzuia ugonjwa, kulazwa hospitalini, na vifo kutokana na COVID.

Ufaafu wa chanjo

Watu zaidi ambao huambukizwa COVID-19 hawakupokea chanjo.



Kupokea chanjo kutafanya kuwe salama kuwaona wapendwa wako ambao ni wazee na walio katika hatari zaidi ya virusi hivi.

Kupokea chanjo kutasaidia kutulinda dhidi ya aina mpya za COVID.

Njia bora ya kuwalinda wazee katika jamii yetu ni kupokea chanjo na kuwaambia kupokea chanjo pia.

1. Kupokea chanjo ya COVID-19 kutawalinda wazee katika jumuiya yangu walio na ufahamu muhimu zaidi wa utamaduni.

- Kupokea chanjo kutasaidia jamii kukusanyika salama zaidi.

2. Kupokea chanjo hufanya isiwe kawaida kabisa kuambukizwa COVID.

- Kupokea chanjo hufanya maambukizo kuwa kidogo, iwapo utaambukizwa.
- Kupokea chanjo pia hufanya iwe vigumu kwa COVID kusambaa.
- Watu waliopokea chanjo zao zote, na hawana dalili hawahitaji kukaa nyumbani iwapo walikuwa na mfiduo na mtu aliyeambukizwa.

3. Pindi jamii zetu zitakapopokea chanjo haraka, ndivyo tutakuwa tumelindwa zaidi kutokana na aina mpya.

Kupokea chanjo kutafanya kuwe salama kuwaona wapendwa wako ambao ni wazee na walio katika hatari zaidi ya virusi hivi.

Kupokea chanjo kutasaidia kutulinda dhidi ya aina mpya za COVID.



Njia bora ya kuwalinda wazee katika jamii yetu ni kupokea chanjo na kuwaambia kupokea chanjo pia.

Zinapatikana katika vituo vya kutoa chanjo kama famasia, na pia katika ofisi za utunzaji wa msingi.

1. Chanjo za COVID zinafaa kuwa za bila malipo.

2. Unaweza kupata chanjo katika vituo vya chanjo au matukio, katika famasia, na baadhi ya ofisi za madaktari wengine.

- Mpigie daktari wako simu leo ili kuona kama wanatoa chanjo.
- Pia unaweza kupiga simu kwa nambari ya dharura ya chanjo ya COVID-19 kupitia 1-855-600-3453 au nenda mtandaoni kwa vaccinenm.org ili kupata matukio ya chanjo karibu nawe.


Je, naweza kupata Chanjo wapi?











11


Piga simu kwa nambari ya COVID-19 kupitia 1-855-600-3453 au tembelea vaccinenm.org. ili kupata matukio ya chanjo karibu nawe.


Je, Nitakuwa Mgonjwa kwa kiasi Gani Baada ya Kupokea Chanjo?







12

Dalili za COVID  Siku 7 hadi 14

 Kikohozi kikavu	 Kamasi puani
 Homa	 Maumivu ya kichwa
 Kupoteza uwezo wa kuonja au kunusa	 Kuhisi uchovu
 Ugumu wa kupumua	 Kutapika
 Misuli iliyovimba zaidi	 Vidonda vya koo

 Kuhara - kinyesi cha majimaji

Madhara ya Chanjo  1 hadi siku 2

 Homa	 Kuvimba kwa mkono kutokana na sindano
 Kichefuchefu	 Maumivu ya kichwa
 Vidonda vya koo	 Baridi kali

1. Watu wengine hawana madhara yoyote baada ya kupokea chanjo ya COVID.
2. Madhara ya chanjo yanaweza kujumuisha mkono uliovimba kutokana na sindano, uchovu, maumivu ya kichwa, maumivu ya misuli, baridi kali, joto kali, kichefuchefu - kuhisi ugonjwa kwenye tumbo lako. Madhara yanaweza kukaa kwa siku 1 hadi 2.
3. Madhara makali na mzio ni nadra sana.
4. Mzio unaweza kutokea katika saa 4 za kwanza baada ya kupokea chanjo. Unaweza kuwa na uvimbe, au kukokota pumzi - ugumu wa kupumua. Ikiwa una dalili hizi, piga 911.

Je, Nitakuwa Mgonjwa kwa kiasi Gani Baada ya Kupokea Chanjo?

12

Dalili za COVID



Siku 7 hadi 14



Kikohozi kikavu



Kamasi puani



Homa



Maumivu ya kichwa



Kupoteza uwezo wa kuonja au kunusa



Kuhisi uchovu



Ugumu wa kupumua



Kutapika



Misuli iliyovimba sana



Vidonda vya koo



Kuhara - kinyesi cha majimaji

ikilinganishwa na

Madhara ya Chanjo



Siku 1 hadi 2



Homa



Kuvimba kwa mkono kutokana na sindano



Kichef uchefu



Maumivu ya kichwa



Vidonda vya koo



Baridi kali

Madhara ya chanjo huanza ndani ya saa 1-24



Madhara hukaa kwa siku 1-2.



Madhara ni ya kawaida.



Kanda sehemu ambayo ulidungwa sindano ya chanjo.



Kunywa majimaji mengi.



Mwulize daktari wako ikiwa unaweza kutumia Advil, Motrin or Tylenol.

1. Madhara yanaweza kuanza ndani ya saa 1 ya kupata chanjo na yanaweza kukaa kwa siku 1 hadi 2 siku.

- Madhara ni ya kawaida, lakini pia ni kawaida kutokuwa na madhara yoyote baada ya kupokea chanjo.

2. Jambo la kufanya iwapo unahisi madhara:

- Kunywa majimaji mengi.
- Ikiwa una madhara, unaweza kuongea na daktari wako kuhusu kutumia Advil, Motrin (ibuprofen) au Tylenol kwa maumivu yoyote na hisia mbaya baada ya kupokea chanjo.
- Kanda sehemu ambayo ulidungwa sindano ya chanjo ili kusaidia na uvimbe, au weka nguo safi, baridi, na yenye unyevunyevu juu ya sehemu hiyo.

Madhara ya chanjo huanza ndani ya saa 1 hadi 24

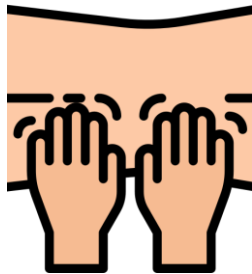


Madhara yanaweza kukaa kwa siku 1 hadi 2.



Madhara ni ya kawaida.

Kukabiliana na madhara ya chanjo



Kanda sehemu ambayo ulidungwa sindano ya chanjo.



Mwulize daktari wako iwapo unaweza kutumia Advil, Motrin (ibuprofen) au Tylenol.



Kunywa majimaji mengi.

Chanjo ya Pfizer ni:



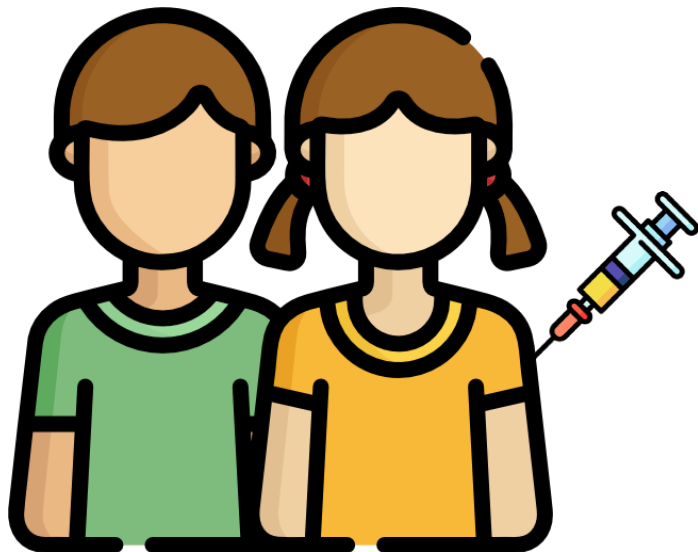
- Imeidhinishwa kwa watoto walio na umri wa miaka 5 na zaidi
- Ni salama na hufanya kazi vizuri ili kuwalinda watoto dhidi ya COVID-19.

- Kituo cha Udhhibiti na Uzuiaji wa Ugonjwa – CDC kinasema kuwa watoto walio na umri wa miaka 5 na zaidi wanafaa kupata chanjo ili kujilinda dhidi ya COVID-19.

- Pfizer ndiyo ilikuwa ya kwanza kufanya majaribio ya kimatibabu ya chanjo na watoto na kupata uidhinishaji wa FDA.
- Sehemu ya mwisho ya jaribio la Pfizer lilijaribu watu 2,260 walio na umri wa miaka 12 hadi 15 na watoto 2,268 walio na umri wa miaka 5 hadi 11. Katika vikundi vyote viwili, chanjo ilidhihirisha kuwa ni salama na inafanya kazi.

1. Majaribio ya kimatibabu yalionyesha kuwa Pfizer hufanya kazi vizuri kuwalinda watoto dhidi ya COVID-19.

Chanjo ya Pfizer ni:



- imeidhinishwa kwa watoto walio na umri wa miaka 5 na zaidi
- ni salama na hufanya kazi vizuri ili kuwalinda watoto dhidi ya COVID-19.



Mtoto wako yuko katika hatari ya juu ya kuambukizwa COVID zaidi ya kuwa uvimbe wa ukuta wa moyo au uvimbe wa ngozimoyo baada ya chanjo.



Uvimbe wa ukuta wa moyo au uvimbe wa ngozimoyo ni wa kawaida zaidi ukiambukizwa COVID-19; katika hali hiyo, hatari kwa moyo ni kali zaidi.



Visa vya uvimbe wa ukuta wa moyo au uvimbe wa ngozimoyo kutokana na chanjo mara kadhaa huwa kidogo, na watoto wengi hupata nafuu wao wenyewe.

1. Uvimbe wa ukuta wa moyo ni jeraha kwa misuli ya moyo na uvimbe wa ngozimoyo ni wakati ambapo ngozi ya moyo imeumia.

- Hii ni madhara nadra mno.
- Kati ya mamilioni ya chanjo zilizotolewa, watu wachache pekee walipata visa vichache vya uvimbe wa ukuta wa moyo au uvimbe wa ngozimoyo. Wengi walipona kivyao au walihitaji kiwango kiasi tu cha matibabu.

2. Uvimbe wa misuli ya moyo na uvimbe wa kuta za moyo ni wa kawaida zaidi ukiambukizwa COVID-19. Hatari kwa moyo ni hatari mno kutokana na COVID-19.

- Ikiwa wewe au mtoto wako ataambukizwa COVID, unaweza kuugua sana, utahitajika kwenda hospitalini, au hata kufa. Hata kama maambukizo yako si hatari, wewe au mtoto wako huenda mkakumbana na dalili za muda mrefu baada ya kuugua COVID19 kama vile matatizo ya ubongo au ya kupumua.

3. Madaktari, wauguzi na wataalamu wakuu wanakubaliana thabiti kuwa chanjo ya COVID-19 ni salama kwa watoto walio na umri wa miaka 5 hadi 17.



Mtoto wako yuko katika hatari ya juu ya kuambukizwa COVID zaidi ya kuwa uvimbe wa ukuta wa moyo au uvimbe wa ngozimoyo baada ya chanjo.



Uvimbe wa ukuta wa moyo au uvimbe wa ngozimoyo ni wa kawaida zaidi ukiambukizwa COVID-19; hatari kwa moyo ni kali zaidi ukiambukizwa COVID-19.



Visa vya uvimbe wa ukuta wa moyo au uvimbe wa ngozimoyo kutokana na chanjo mara kadhaa huwa kidogo mno, na watoto wengi hupata nafuu wao wenyewe.



Teknolojia iliyotumika katika chanjo tayari ilikuwa inaundwa, hata kabla ya janga.



Chanjo ilipitia majaribio kamili na miongozo imara.



Kikundi mbalimbali cha watu 116,000 walikuwa sehemu ya majaribio ya mapema ya chanjo hizo.



Chanjo itaendelea kufuatiliwa kwa karibu mno.

1. Teknolojia ya mRNA ambayo Pfizer na Moderna hutumia tayari ilikuwa inajaribiwa kabla ya janga.

- Tangu ilipopatikana mnamo 1965, wanasayansi wamekuwa wakijaribu teknolojia ya mRNA kwa chanjo nyingine na matibabu mengine ya saratani.

2. Chanjo ya COVID ilikuwa na majaribio makali ya kimatibabu.

- Majaribio yalikuwa na watu 116,000 walioshiriki, ambayo ni zaidi ya idadi ya watu wa Santa Fe NM.
- Chanjo ya COVID ilitimiza viwango vilivyowekwa na Utawala wa Chakula na Dawa (FDA).
- Hivi vinajumuisha viwango vya usalama, jinsi inavyofanya kazi vizuri, ilivyotengezwa vizuri.

3. Chanjo ya COVID itaendelea kuwa na ufuatiliaji wa makini zaidi wa usalama katika historia ya Marekani.

- Programu kama V-Safe na VAERS zinapatia kila mtu kuweka data za afya baada ya chanjo.

4. Hakuna njia za mkato ambazo zilichukuliwa kuhusu chanjo ya COVID.

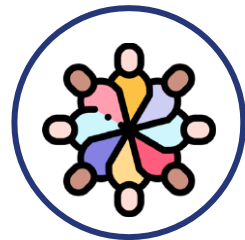
- Wanasayansi, madaktari, na wataalamu kutoka nje waliangalia jinsi ambavyo chanjo kutoka kila kampuni ilikuwa inafanya kazi vizuri, na jinsi ambavyo zilikuwa salama. Zaidi ya watu 62 kati ya 100 wamepokea chanjo kamili Marekani, kuonyesha kuwa ni salama na inafanya kazi.



Teknolojia iliyotumika katika chanjo tayari ilikuwa inaundwa, hata kabla ya janga.



Chanjo ilipitia majaribio kamili na miongozo imara.

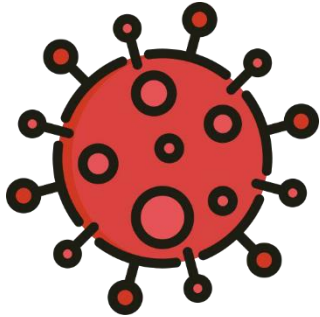


Kikundi mbalimbali cha watu 116,000 walikuwa sehemu ya majaribio ya mapema ya chanjo hizo.



Chanjo itaendelea kufuatiliwa kwa karibu mno.

Nafasi za kuwa na mgando wa damu baada ya kupokea chanjo ni chini zaidi



Una uwezekano mkubwa wa kuwa na mgando wa damu kutokana na COVID ikilinganishwa na kutokana na chanjo yoyote.



COVID-19: Wagonjwa 20 kati ya 100 wa COVID katika kitengo cha wagonjwa mahututi huwa na migando ya damu.



Chanjo: Kati ya watu milioni 17 waliopokea chanjo ya Johnson & Johnson, CDC ilipata 57 pekee walio na miando ya damu.

Mambo yaliyo na uwezekano zaidi wa kukupea migando ya damu



Kuvuta sigara



COVID-19



Kujilaza sana kitandani



Tembe za kuzuia



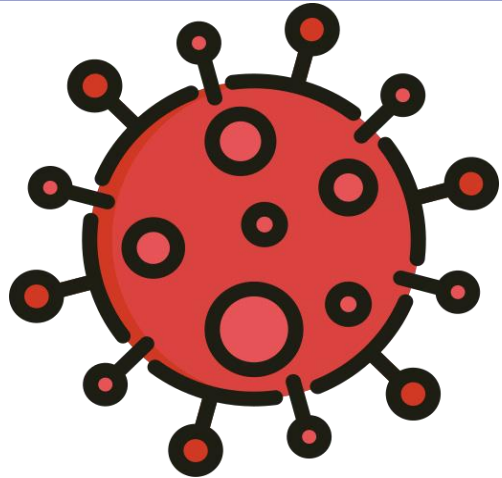
Ujauzito

1. Huku watu wengine walipata migando ya damu baada ya kupokea chanjo ya Johnson & Johnson, ni nadra sana.

- Kuvuta sigara ina uwezekano zaidi wa kukupea migando ya damu ikilinganishwa na kupokea chanjo ya J&J.
- Hakuna ripoti za migando ya damu kutoka kwa watu waliopokea chanjo za Pfizer au Moderna.
- Hatari ni chini ya mtu 1 kati ya watu 1,000

2. Una uwezekano mkubwa wa kuwa na mgando wa damu kutokana na virusi vya COVID ikilinganishwa na baada ya kupokea chanjo yoyote.

Nafasi za kuwa na mgando wa damu baada ya kupokea chanjo ni chini zaidi



Una uwezekano mkubwa wa kuwa na mgando wa damu kutokana na COVID ikilinganishwa na kutokana na chanjo yoyote.



COVID-19: Wagonjwa 20 kati ya 100 wa COVID katika kitengo cha wagonjwa mahututi huwa na migando ya damu.

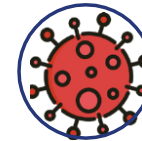


Chanjo: Kati ya watu milioni 17 waliopokea chanjo ya Johnson & Johnson, CDC ilipata 57 pekee walio na miando ya damu.

Mambo yaliyo na uwezekano zaidi wa kukupea migando ya damu



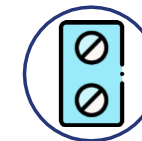
Kuvuta



COVID-19



Kujilaza sana kitandani



Tembe za kudhibiti uzazi

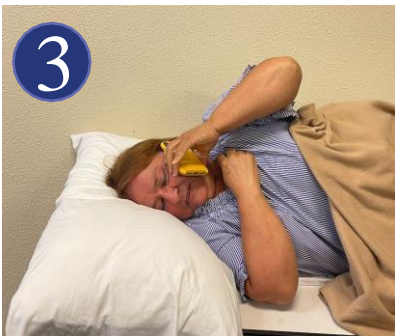
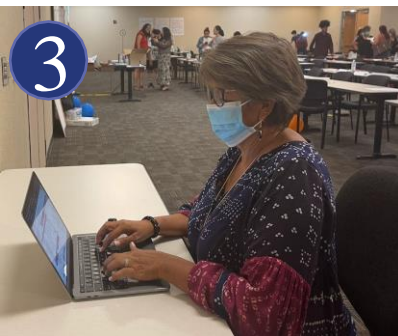


Ujauzito

Kupokea chanjo

Kutopokea chanjo

ikilinganish

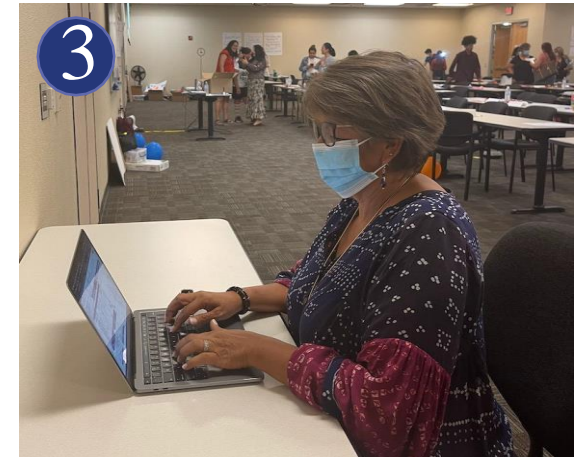
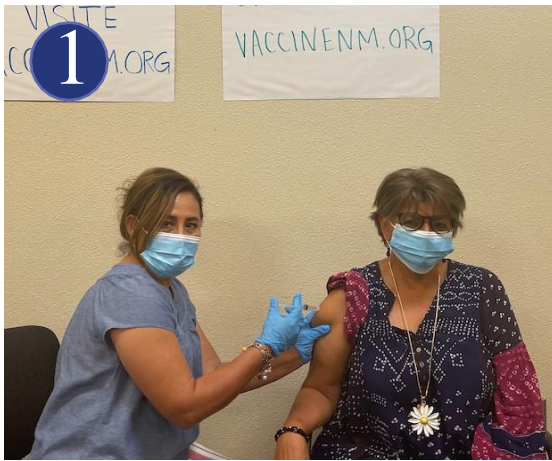


1. Utakosa siku chache kazini ukiwa na madhara ya chanjo zaidi ya utakavyokuwa ukiambukizwa COVID.

- Kupokea chanjo kunaweza kukuletea madhara ya siku 1 hadi 2 .
- Kuambukizwa COVID kunaweza kufanya uwe mgonjwa kwa siku 5 hadi 10 (au zaidi).
- Kuambukizwa COVID kutamaanisha kuwa utalazimika kukaa mbali na wengine, bila kujali unavyougua.

2. Ikiwa umepokea chanjo zako zote hutahitaji kukosa kwenda kazini ikiwa umekuwa karibu na mtu ambaye ameambukizwa COVID - isipokuwa ukipatikana na maambukizo.

Kukosa kwenda kazini kama umepokea chanjo:



Kukosa kwenda kazini kama hujapokea chanjo:



Je, nafaa kupokea Chanjo hiyo iwapo mimi ni Mjamzito?

19

Kuambukizwa COVID ni hatari ya ujauzito.



Jambo salama zaidi unaloweza kufanya kwa ajili yako na mtoto wako ni kupokea chanjo

1. Unaweza kupokea chanjo kama wewe ni mjamzito

- Kulingana na CDC, watu wajawazito wapo katika hatari ya kuwa wagonjwa sana kutokana na virusi vya COVID-19.
- Chanjo imeshapimwa na ni salama kabisa kwa watu wajawazito.

2. Wanawake wajawazito walioambukizwa COVID-19 wapo katika hatari ya mambo kuharibika katika ujauzito wao.

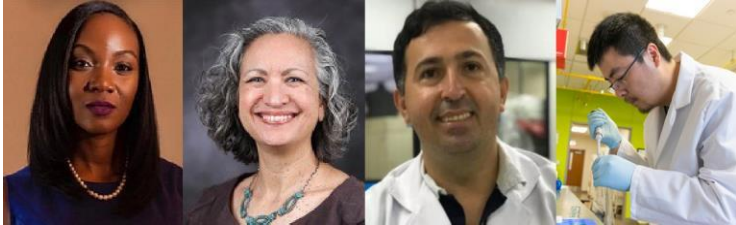
- Wanawake wajawazito walioambukizwa COVID-19 wapo katika hatari zaidi ya matatizo kama vile kuzaa mapema mno.
- Jambo salama zaidi unaloweza kufanya kwa ajili yako na mtoto wako ni kupokea chanjo.

Kuambukizwa COVID ni hatari ya ujauzito.



Jambo salama zaidi unaloweza kufanya kwa ajili yako na mtoto wako ni kupokea chanjo

Baadhi ya wanasayansi wanaoshughulikia chanjo



Dr. Kizzmekia
Corbett

Dr. Siobhan
Wescott

Dr. Gustavo
Cabral De
Miranda

Dr. Wang
Nianshuang

1. Makampuni ya kibinafsi yalitengeneza chanjo za COVID. Vikundi vya kiserikali vya FDA na CDC viliangalia kwa umakini zaidi kazi ya kutengeneza chanjo hizo.
2. Tafiti za chanjo ya COVID zilifanywa na watu wengi tofauti, wakiwemo maelfu ya Wamarekani Waafrika, Latino, Mmarekani Asili, na Mwasia.
3. Wanasayansi wengi wa rangi wanaongoza utafiti na kazi ya chanjo. Hawa ni wachache kati yao.
4. Je, kunaye mhudumu wa afya - daktari, muuguzi au msaidizi wa daktari unayeweza kuongea naye kuhusu chanjo?

Baadhi ya wanasayansi wanaoshughulikia chanjo



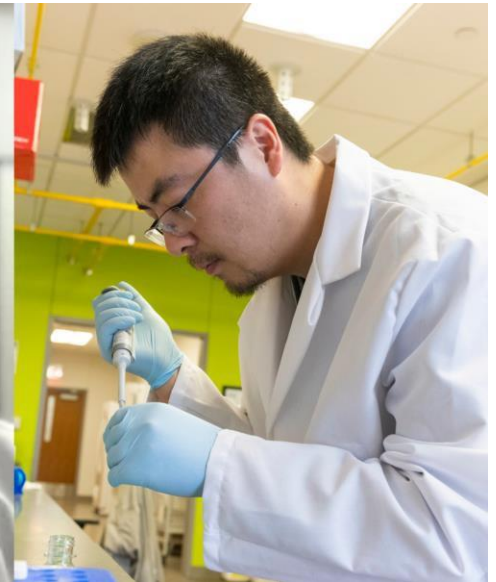
**Dr. Kizzmekia
Corbett**



**Dr. Siobhan
Wescott**



**Dr. Gustavo
Cabral De
Miranda**



**Dr. Wang
Nianshuang**

Viongozi Wengi wa Kidini tayari wamepokea chanjo



Papa Francis na Papa Benedict XVI
Aliyestaafu (Katoliki)



Kasisi Beatriz Schulthess (Rais, Baraza
la Roho ya Ukoo wa Watu Asili)



James David Greear
(Mbatizaji)



Rais Russell M. Nelson na Viongozi
Wengine 8 Wakubwa wa The Church of
Jesus Christ of Latter-day Saints
(Mormon)



Imamu Mohamed Magid
(Mwislamu)

1. Viongozi wengi wa kidini tayari wamepokea chanjo ya COVID. Baadhi yao ni:

- Papa Francis na Papa Benedict XVI Aliyestaafu (Katoliki)
- Kasisi Schulthess anayehudumu kama Rais wa Baraza la Roho ya Ukoo wa Watu Asili nchini Kostarika
- J.D. Greear (Rais wa Muungano wa Batizo ya Kusini)
- Viongozi 8 Wakuu wa The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints, Wanachama wote watatu wa Urais wa Kwanza na wanachama watano wa Idadi ya Mitume Kumi na Wawili na wachumba wao wengi (Mormon)
- Imamu Mohamed Magid, ambaye alikuwa rais wa Jumuiya ya Waislamu katika Amerika Kaskazini (Mwislamu)

2. Imani zote zinatambia tuwajali ndugu zetu. Tunaweza kuwajali ndugu zetu na wapendwa wetu kwa kupokea chanjo ili tusiwaambukize COVID.

Viongozi Wengi wa Kidini tayari wamepokea chanjo, baadhi yao ni:



Papa Francis na Papa Benedict XVI Aliyestaafu
(Katoliki)



Kasisi Beatriz Schulthess
(Rais, Baraza la Roho ya Ukoo wa Watu Asili)



James David Greear
(Mbatizaji)



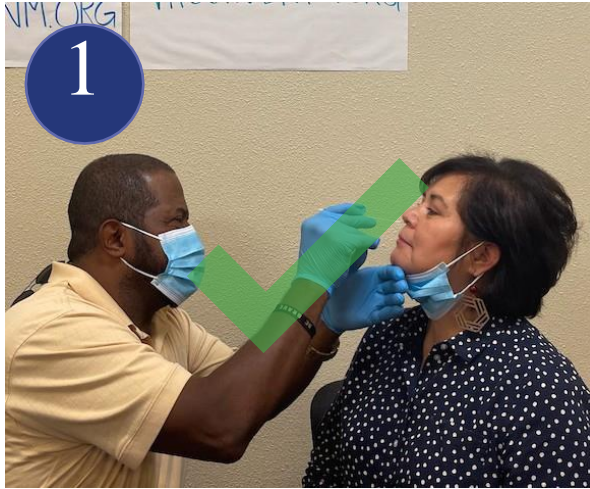
Rais Russell M. Nelson na Viongozi Wengine 8
Wakubwa wa The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints (Mormon)



Imamu Mohamed Magid
(Mwislamu)

Je, nafaa kupokea Chanjo hiyo Nikiwa Mgonjwa au Nikiwa na Mafua?

22

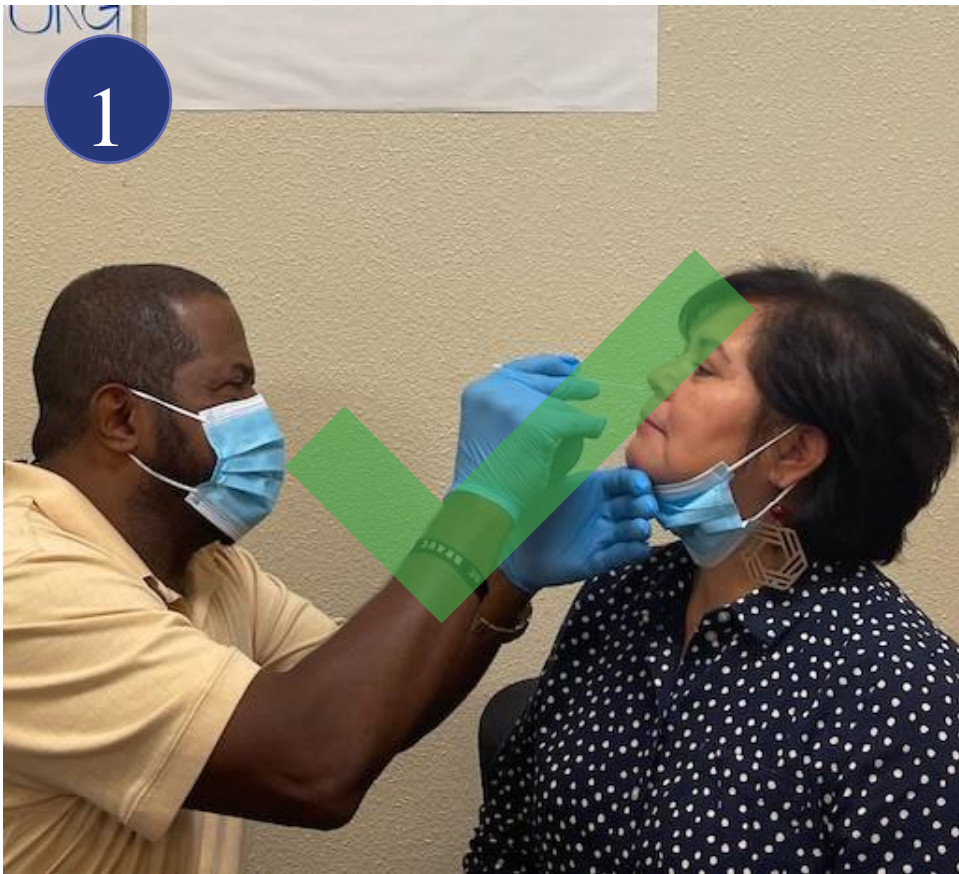


- 1. Ukiwa na dalili za COVID, unafaa kupimwa COVID kabla ya kupokea chanjo.**
 - Ikiwa kipimo chako kinaonyesha kuwa umeambukizwa COVID, CDC inasema kuwa unafaa kukaa mbali na wengine kwa angalau siku 5, na kuvaa barakoa kwa siku 10 kuanzia wakati ambao ulianza kuhisi ugonjwa.
 - Ni bora kusubiri hadi utakapopata nafuu ya ugonjwa wako na kisha kwenda kupokea chanjo.
- 2. Ikiwa wewe ni mgonjwa kiasi tu, kama mafua na umepimwa hujapatikana na maambukizo ya COVID, bado unaweza kupokea chanjo.**
 - CDC inasema kuwa hakuna ithibati kuwa ugonjwa kiasi, kama mafua, utazuia chanjo kufanya kazi.
- 3. Ikiwa wewe ni mgonjwa zaidi, kama mafua, unafaa kusubiri na kupata chanjo ukiwa afadhali.**
 - CDC inasema kuwa unafaa kusubiri ili upokee chanjo baadaye ikiwa wewe ni mgonjwa sana.

Je, nafaa kupokea Chanjo hiyo Nikiwa Mgonjwa au Nikiwa na Mafua?

22

Ikiwa wewe ni mgonjwa kiasi tu, kama mafua na umepimwa hujapatikana na maambukizo ya COVID, bado unaweza kupokea chanjo.

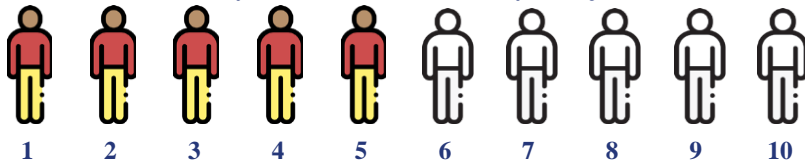


Kwa Nini Baadhi ya Watu Pekee Ndio Huwa na Madhara Baada ya Chanjo?

23

Madhara ya Pfizer na Moderna

Watu 5 kati ya 10 walikuwa na madhara ya chanjo.



Madhara ya Johnson & Johnson

Mtu 1 kati ya 10 walikuwa na madhara ya chanjo hii.



1. Unaweza kuwa na mzio tofauti baada ya chanjo kutegemea umri wako, na mfumo wa kingamwili wa kila mtu ni tofauti.

- Huenda ukawa na madhara katika dozi yako ya 1 au ya 2.
- Kuwa na dalili baada ya kupokea chanjo kunaweza kuwa dalili ya mfumo wako wa kingamwili kuingiliana na chanjo hiyo. Hata kama huna dalili zozote baada ya chanjo yako, mfumo wako wa kingamwili bado inaingiliana na chanjo. Inafanya kazi kukulinda.

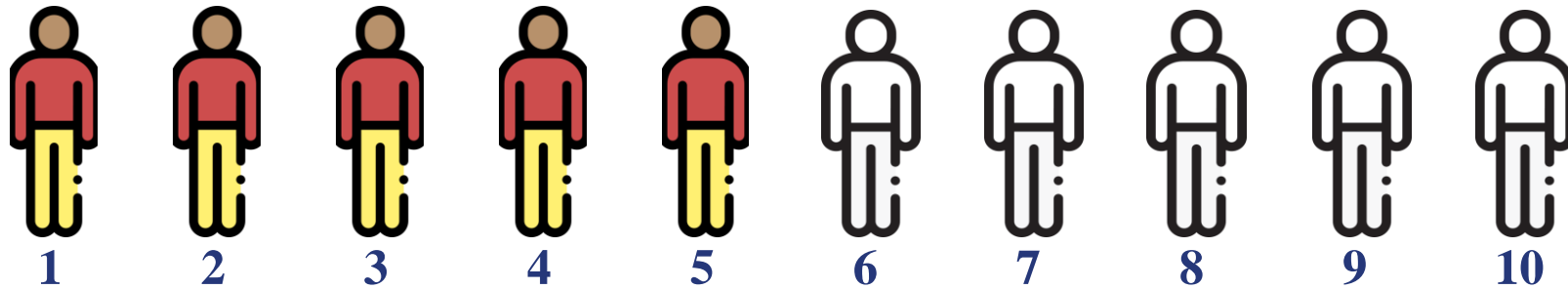
2. Kupokea chanjo ni salama zaidi ya kuambukizwa virusi vya COVID-19.

- Watu 5 kati ya 10 walikuwa na madhara ya Chanjo ya Pfizer na Moderna.
- Mtu 1 kati ya 10 walikuwa na madhara ya chanjo ya Johnson and Johnson.

Kwa Nini Baadhi ya Watu Pekee Ndio Huwa na Madhara Baada ya Chanjo?

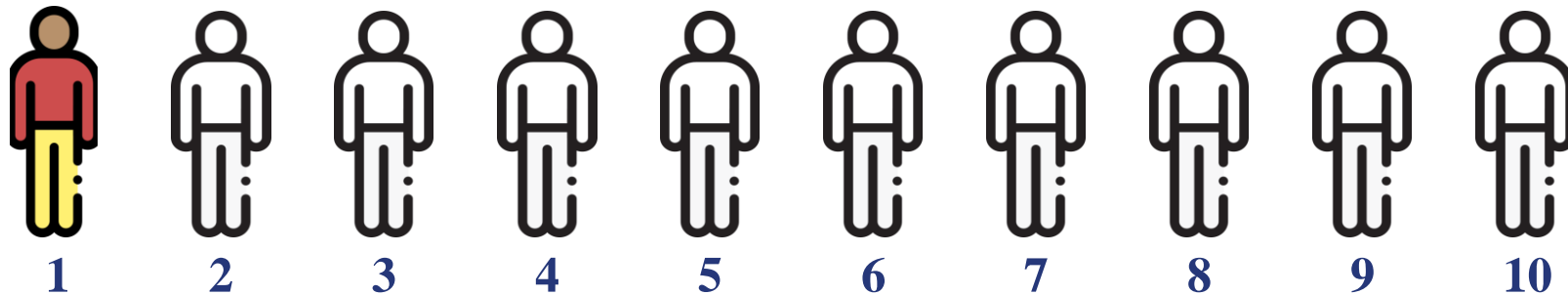
Madhara ya Pfizer na Moderna

Watu 5 kati ya 10 walikuwa na madhara ya chanjo.



Madhara ya Johnson & Johnson

Mtu 1 kati ya 10 walikuwa na madhara ya chanjo hii.



1. Madhara makali yanayoweza kusababisha matatizo ya afya ya muda mrefu ni nadra mno baada ya chanjo yoyote, ikiwemo chanjo ya COVID-19.

- Kwa chanjo, madhara ya muda mrefu mara nyingi hutokea ndani ya wiki 6 baada ya kupokea dozi ya chanjo.
- Kila mojawapo ya chanjo za COVID-19 ilifanyiwa utafiti kwa muda mrefu - kwa angalau wiki 8 baada ya dozi ya mwisho.
- Mamilioni ya watu wamepokea chanjo za COVID-19 salama.

2. CDC huendelea kufuatilia kwa karibu mno usalama wa chanjo ya COVID-19.

- Wanasayansi wakipata jambo linalowatia wasiwasi kuhusu usalama wa chanjo, serikali na muundaji wa chanjo watafanya kazi pamoja ili kutatua suala hilo.
- Wanasayansi walifuatilia usalama huu wa chanjo kwa karibu mno zaidi ya chanjo yoyote katika historia ya Marekani - na wataendelea kufanya hiyo.



Madhara ya muda mrefu mara nyingi hutokea ndani ya wiki 6 baada ya chanjo.



Mamilioni ya watu wamepokea chanjo za COVID-19 salama bila madhara yoyote ya muda mrefu.



CDC huendelea kufuatilia kwa karibu mno ili kuhakikisha kuwa ni salama.



Madhara ya muda mrefu mara nyingi hutokea ndani ya wiki 6 baada ya chanjo.



Mamilioni ya watu wamepokea chanjo za COVID-19 salama bila madhara yoyote ya muda mrefu.



CDC huendelea kufuatilia kwa karibu mno ili kuhakikisha kuwa ni salama.

Kupokea chanjo



Kuambukizwa COVID



1. COVID imeumiza na kubadilisha maisha ya mabilioni ya watu.

- Rais Biden na Rais Trump wanaunga mkono chanjo na wapokea umepokea chanjo. Chanjo iliundwa chini ya utawala wa Trumo na imetolewa na utawala wa Biden.

2. Zaidi ya watu milioni 72 wamepokea chanjo ya COVID-19 Marekani.

Kupokea chanjo kutasaidia kulinda wapendwa wetu na jamii zetu.

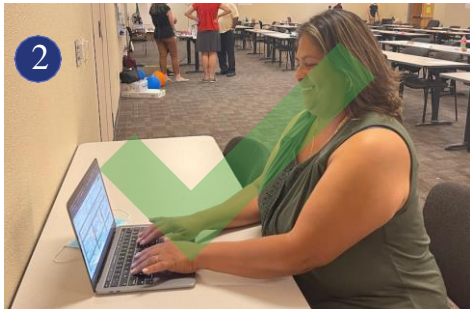
Kupokea chanjo



Kuambukizwa COVID



Kupokea chanjo



Kutopokea chanjo



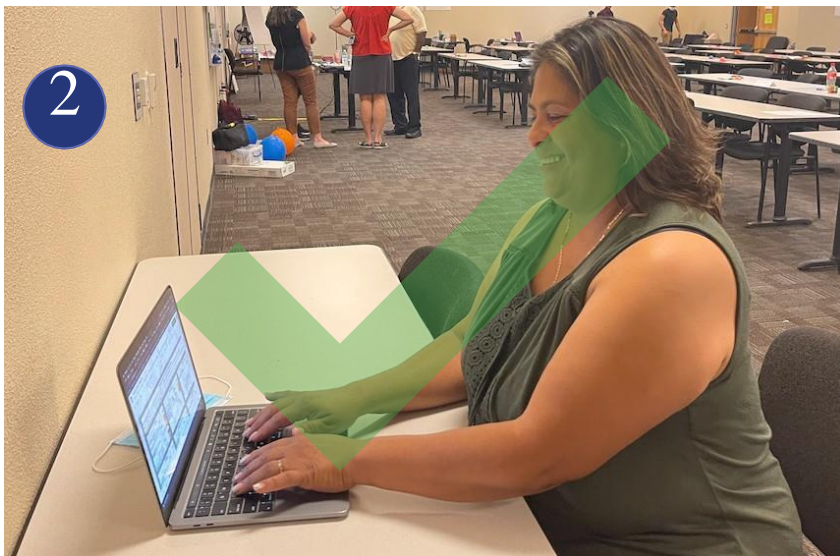
1. Hata kama mtu ana afya nzuri, wanaweza kuugua sana kwa sababu ya COVID-19.

2. Kupokea chanjo pia hupunguza hatari ya kusambaza virusi kwa wengine.

- Njia bora ya kuwalinda wazee, marafiki na familia katika jamii yetu ni kupokea chanjo na kuwaambia kila mtu kupokea chanjo pia.
 - a. Kila mtu kupokea chanjo haraka iwezzekanavyo kutasaidia kuzuia aina mpya.

Kila mtu kupokea chanjo haraka iwezekanavyo kutasaidia kuzuia aina mpya.

Kupokea chanjo



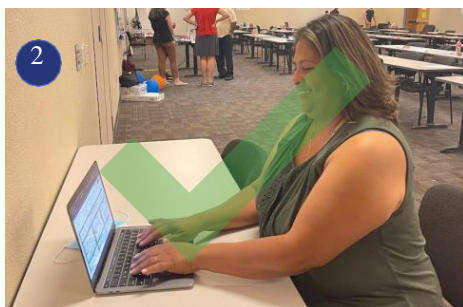
Kutopokea chanjo



Je, na nikiwa na kingamwili kutoka kwa virusi vya COVID?

27

Kupokea chanjo



Kutopokea chanjo



1. Hata kama tayari ulikuwa umeambukizwa COVID-19, unafaa kupokea chanjo.

- Kingamwili zinazotokana na kuugua virusi vya COVID zinaweza kukaa kwa siku 90 pekee.
- Kinga asili unayopata kutokana na COVID si thabiti hivyo. Ulinzi unaopata kutoka kwa chanjo hudumu kwa muda mrefu zaidi.

2. Ukiambukizwa COVID, kaa nyumbani na ukae mbali na wengine kwa angalau siku 5 na kisha ukapokee chanjo.

Je, na nikiwa na kingamwili kutoka kwa virusi vya COVID?

27

Ulinzi unaotoka kwa chanjo ni imara zaidi na hudumu kwa muda mrefu ukilinganishwa na ulinzi wa baada ya kuambukizwa COVID

Ulinzi baada ya chanjo

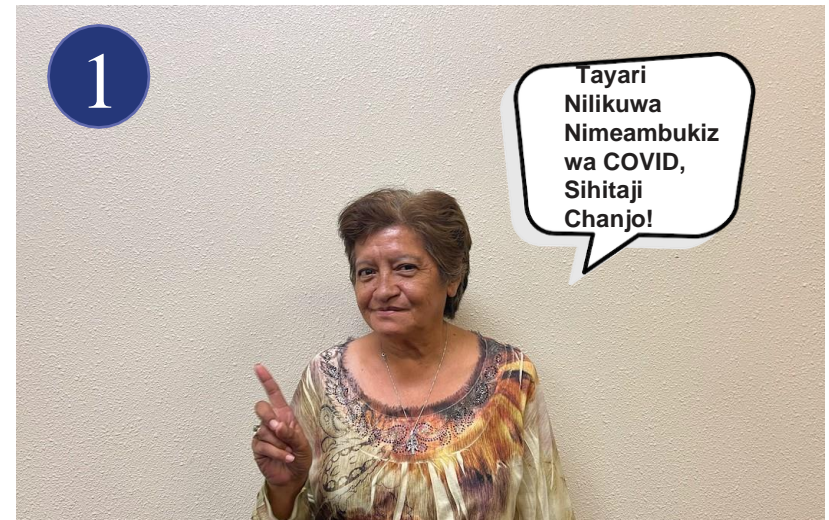
1

2

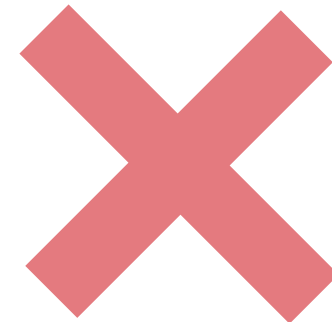


Ulinzi baada ya kuambukizwa

1



2



Ufaafu wa dozi 1



Ufaafu wa kupokea chanjo zako zote



1. Kupokea chanjo zako zote hukupatia ulinzi bora zaidi.

- Unapata ulinzi zaidi kwa kupokea chanjo kamili na busta.

2. Kupata zaidi ya dozi 1 hukupatia ulinzi zaidi dhidi ya COVID.

- Dozi ya 1 hufunza mwili wako kuzoea virusi na kujilinda dhidi yake.
- Dozi nyingine hukumbusha mfumo wa kingamwili wa mwili kuhusu virusi ili kuwa tayari zaidi ya dozi moja pekee.

3. Huhitaji kuanza upya na chanjo zako upipopokea dozi yako ya 2 kwa kipindi cha muda unaofaa.

Chanjo za Moderna na Pfizer hufanya kazi vizuri sana, lakini zinafanya kazi bora zaidi kwa dozi 2.

Ufaafu wa dozi 1



Ufaafu wa kupokea chanjo zako zote



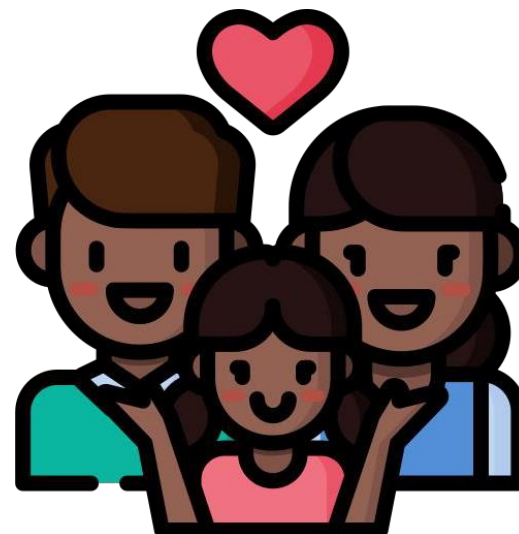
Chanjo haiathiri uzazi



1. Chanjo za COVID-19 hazikufanyi kuwa tasa. Kazi yao ni kufunza mfumo wa kingamwili wa mwili kupigana na virusi.

- Hakuna kitu cha kuonyesha kuwa chanjo ya COVID-19 itakuzuia kupata mimba.
- Isitoshe, hakuna kitu cha kuonyesha kuwa chanjo ya COVID au chanjo yoyote huwafanya wanaume gumba.

Chanjo haiathiri uzazi



Chanjo ina



-mRNA huingia mwilini ili kujenga kingamwili.
-Haina virusi vilivyo hai.



Sukari kama kwenye matunda.

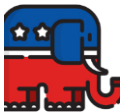


Mafuta yanayopatikana kwenye parachichi pia.



Chumvi ambayo pia tunatumia kufanya chakula kuwa na ladha nzuri.

Washirika wote wawili wanaunga mkono chanjo



1. Hakuna mikrochipu ya chanjo, na

chanjo haitawafuatilia watu au kuweka maelezo ya kibinafsi katika hifadhidata.

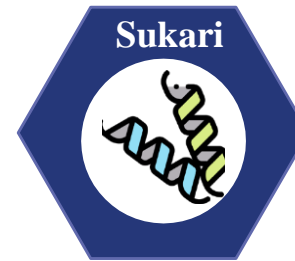
- Video inayosambaza maelezo haya ina klipu kutoka kwa Bill Gates na Jack Ma zilizotolewa kwenye rekodi nyingine ambayo haiongei kuhusu chanjo ya COVID hata kidogo.

2. Vyama vyote viwili vya kisiasa Marekani vinaunga chanjo mkono, na tunaweza kuona hilo kwa sababu Trump na Biden wato walipokea chanjo.

Chanjo ina



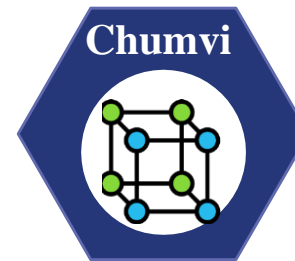
mRNA
-mRNA huingia mwilini ili kujenga kingamwili.
-Haina virusi vilivyo hai.



Sukari
Sukari kama kwenye matunda.

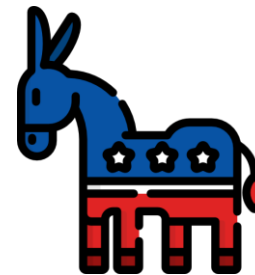
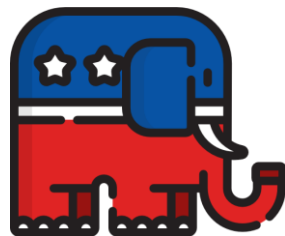


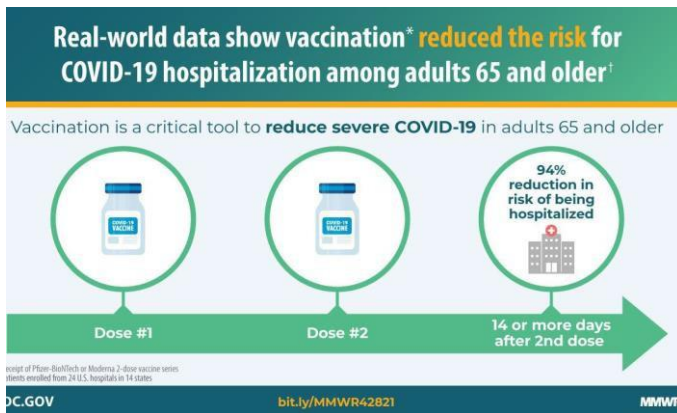
Lipidi
Mafuta yanayopatikana kwenye parachichi pia.



Chumvi
Chumvi ambayo pia tunatumia kufanya chakula kuwa na ladha nzuri.

Washirika wote wawili wanaunga mkono chanjo



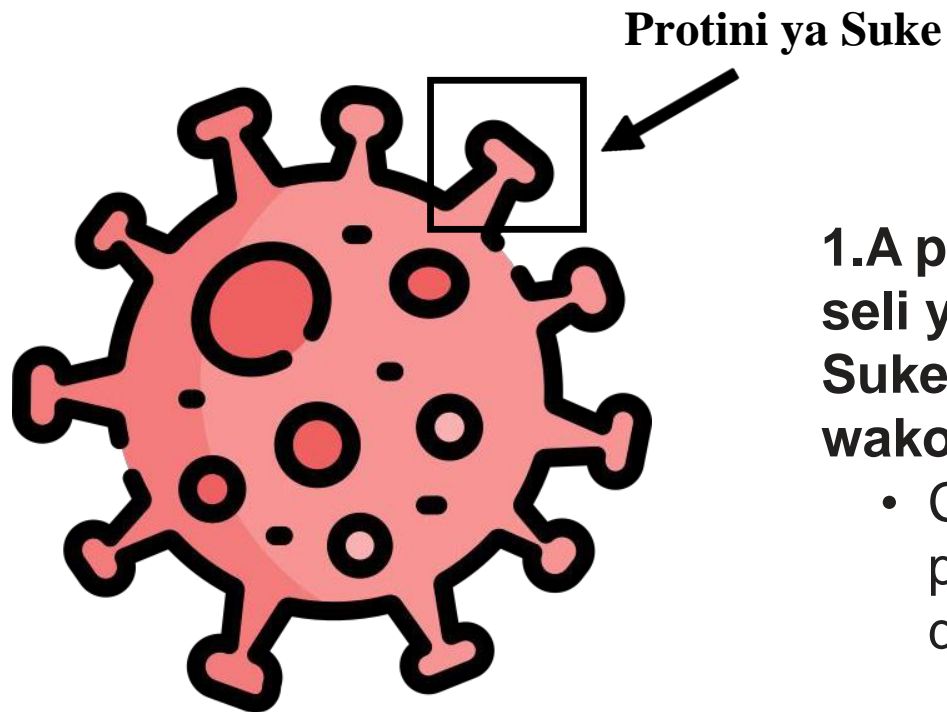


1. Watu wazima walio na umri wa miaka 65 na zaidi wapo katika hatari ya juu ya kufa kwa sababu ya COVID-19 ikilinganishwa na kikundi chochote cha umri.

- Watu wengi wazee tayari wamekufa kwa sababu ya COVID. Chanjo kwa hakika ilipunguza vifo vya watu wazee.
- Pia, serikali haikutengeneza chanjo.

2. Tunahitajika kuwapa watu wengi chanjo ili kuwa na vifo chache vya watu walio na umri wa miaka 65 na zaidi.

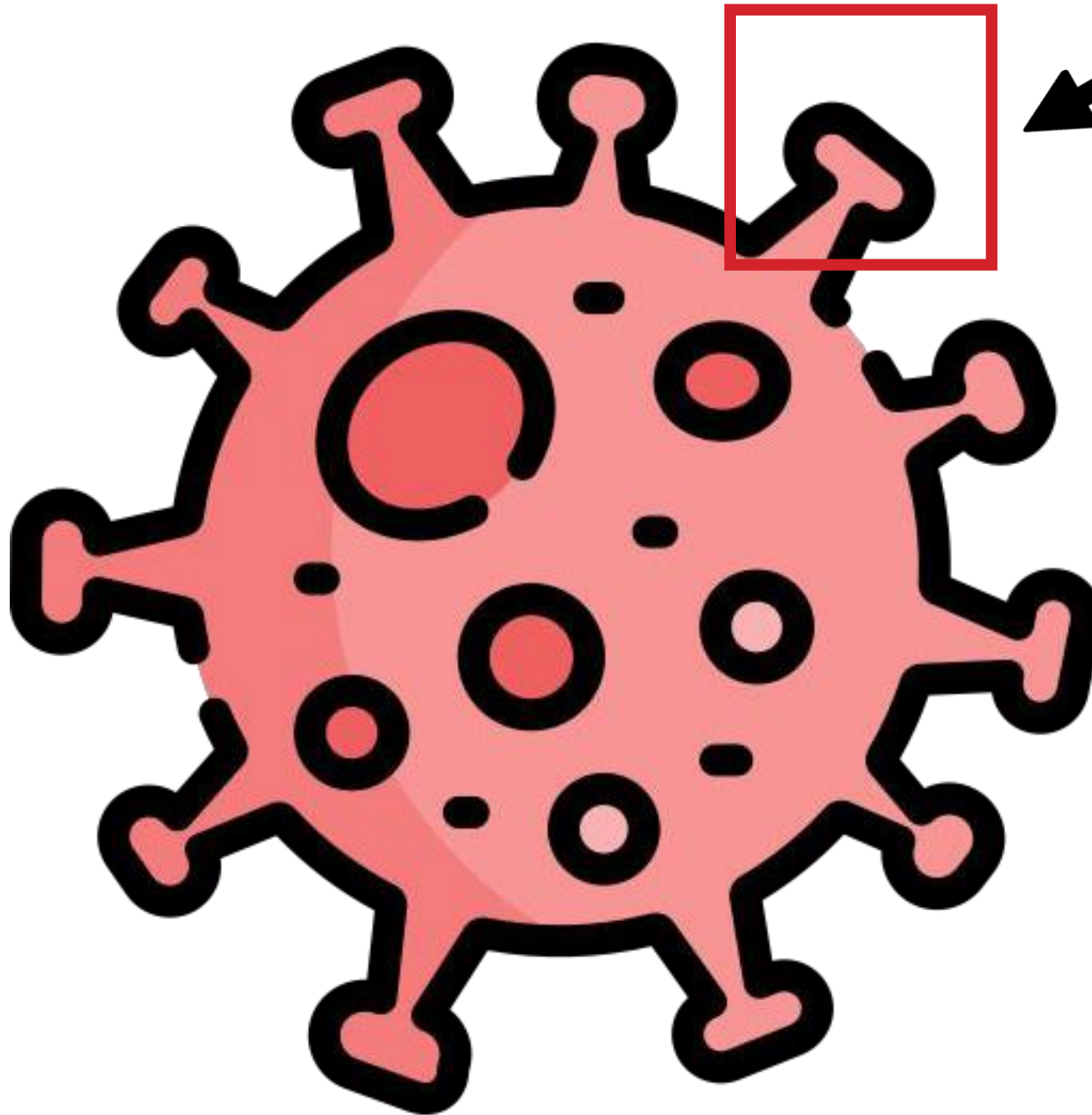
Je, Ni Kweli Kuwa Serikali Inataka Kuwaua Watu Wazee ili Wasilazimike Kuwatunza Tena?

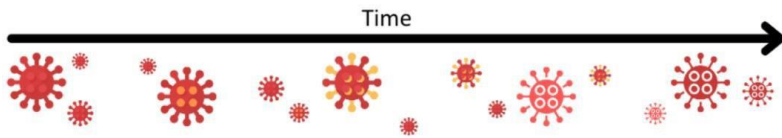


1. A protini ya suke ni sehemu ya nje ya seli ya virusi, inayoonekana kama suke. Suke hizi ndizo hukwama kwenye mwili wako ili virusi viweze kukuambukiza.

- Chanjo husaidia mwili wako kutambua protini za suke ili iweze kulinda mwili wako dhidi ya virusi katika siku za baadaye.

Protini ya Suke





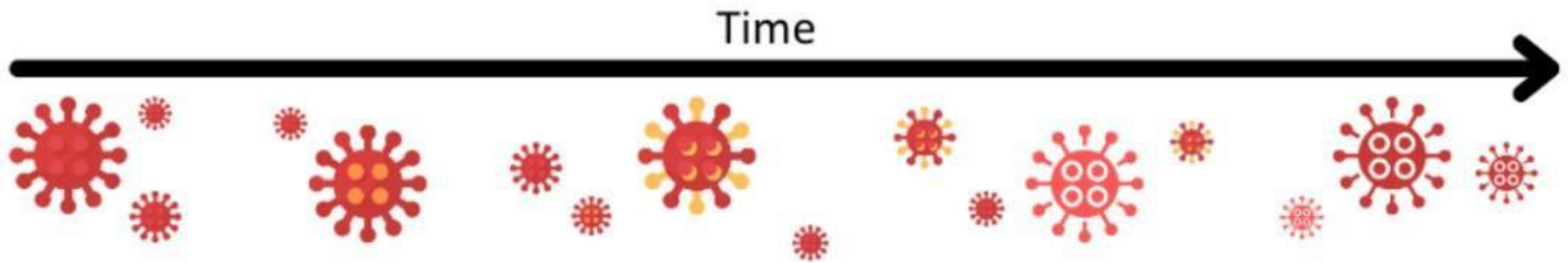
- Virusi, wadudu na viumbe hai hubadilika. Je, unaweza kuonyesha tofauti zozote katika virusi kwenye picha hii?

- Virusi vya COVID huongezeka baada ya muda, na kutoa nakala zake ili kusambaa.

1. Aina ni kirusi kilichobadilika.

- Sawa na wadudu wote, COVID hubadilisha wakati wa kuunda nakala zake zaidi.

2. Baada ya muda, virusi hubadilika na wakati mwingine protini ya suke hubadilika.

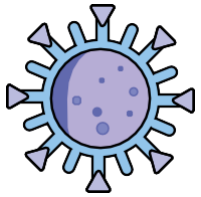


- **Virusi, wadudu na viumbe hai hubadilika. Je, unaweza kuona tofauti zozote katika virusi kwenye picha hii?**
- **Virusi vya COVID huongezeka baada ya muda, na kutoa nakala zake ili kusambaa.**



Aina ya Beta

1. Aina huwa zinafuatiliwa kote duniani.

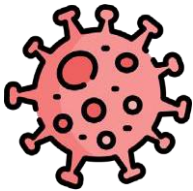


Aina ya Delta

(inaweza kusambaa mara mbili zaidi ya virusi vya kawaida vya COVID)

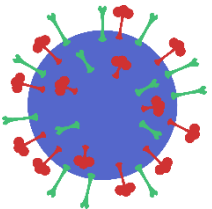
2. Baadhi ya aina husababisha:

- Msambao na maambukizo zaidi
- Ugonjwa mkali zaidi (ugonjwa zaidi, idadi zaidi ya wanaolazwa hospitalini, vifo zaidi)
- Ulinzi kiasi wa chanjo (lakini si na chanjo zote)

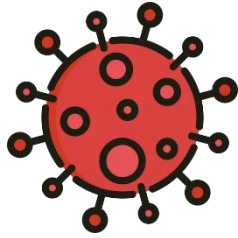


Aina ya Gamma

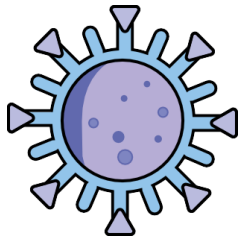
3. Chanjo zote zinazotumika Marekani zinafanya kazi vizuri sana dhidi ya aina zote tunazojua, hasa zilizo na busta.



Aina Mpya ya Omicron

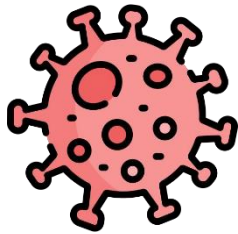


Aina ya Beta

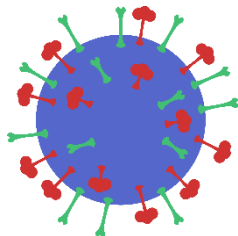


Aina ya Delta

(inaweza kusambaa mara mbili zaidi ya virusi vya kawaida vya COVID)

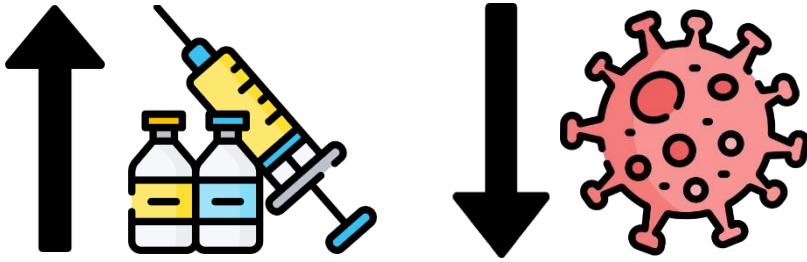


Aina ya Gamma



Aina Mpya ya Omicron

Chanjo zote zinazotumika Marekani zinasaidia kulinda dhidi ya aina zote tunazojua.

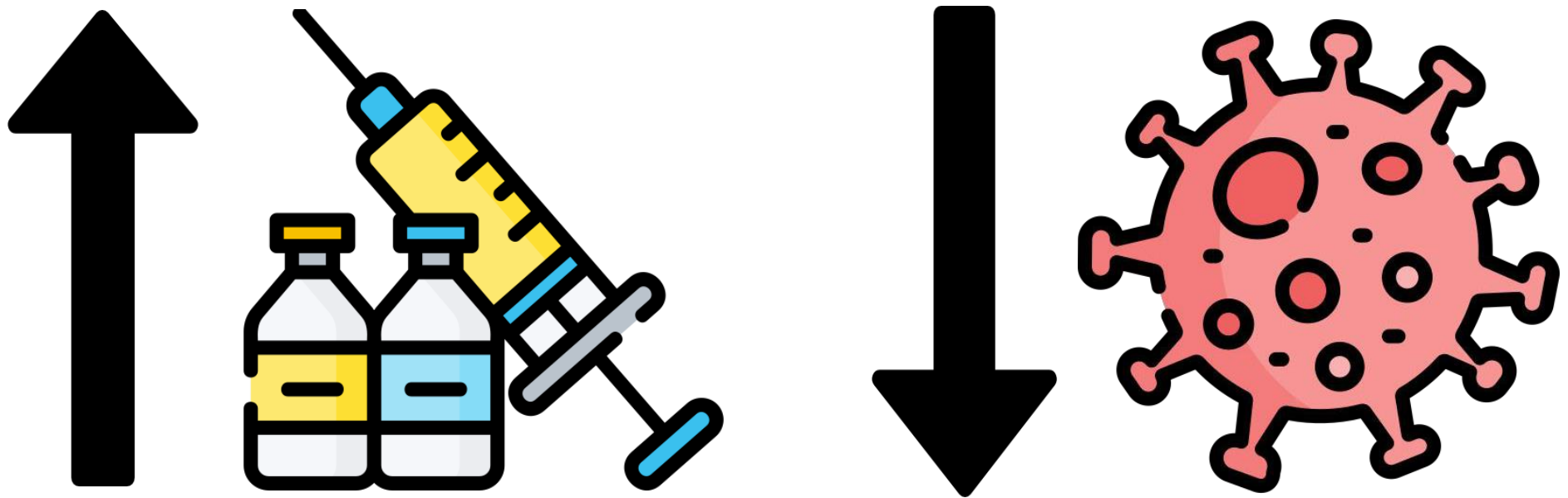


Haraka tunavyopokea chanjo, ndivyo tunavyoweza kusimamisha haraka msambao wa COVID, na ndivyo tunavyoweza kusimamisha zaidi aina mpya kutokea.

1. Ndiyo! Kuna maelezo mengi mazuri yanayoonyesha kuwa chanjo husaidia kulinda dhidi ya kuwa mgonjwa sana kwa sababu ya aina zote tunazojua.

2. Haraka tunavyopokea chanjo, ndivyo tunavyoweza kusimamisha haraka msambao wa COVID, na ndivyo itakavyokuwa vigumu zaidi kwa aina mpya kutokea.

- Aina kadhaa hutokea kukiwa na viwango vya juu vya COVID-19.



Haraka tunavyopokea chanjo, ndivyo tunavyoweza kusimamisha haraka msambao wa COVID, na ndivyo tunavyoweza kusimamisha zaidi aina mpya kutokea.

Kuchukua hatua zaidi za kujilinda dhidi ya aina

1. Kitu cha muhimu zaidi unachoweza kufanya ili kujilinda ni kupokea chanjo zako zote.

- Ikiwa watu wachache wataambukizwa COVID, virusi havitaweza kubadilika kwa urahisi.

2. Vaa barakoa inayokutoshea vizuri na iliyoundwa vizuri.

- Barakoa za upasuaji au N95 zinalinda vizuri dhidi ya COVID ikilinganishwa na barakoa za nguo.
- Aina za Delta
Aina mpya ya Omicron husambaa kwa urahisi mno. Hata kama umepokea chanjo, bado unafaa kuvaa barakoa, hasa ukiwa karibu na watu ambao hawajapokea chanjo.

3. Kaa nyumbani iwapo wewe ni mgonjwa na upimwe.

Chukua hatua zaidi za kujilinda dhidi ya aina

SHUKRANI

Ufafanuzi na picha zaidi ziliundwa na David C. Parajón na Margarita Downing, wafanyakazi wa Idara ya Afya katika New Mexiko (NMDOH) katika Majira ya joto ya 2021.

Uhalalishaji wa ramani hii ulikuwa juhudi za ushirikiano wa watu na mashirika yanayofuata: Timu ya Chanjo ya Usawa wa Afya ya NMDOH, Ofisi ya Wafanyakazi wa Afya ya Jamii ya NMDOH, Ofisi ya Maarifa ya Kiafya ya UNM, Ofisi ya wafanyakazi wa UNM ya Afya ya Jumuiya (OCH) na CHW, na CHW kutoka Las Cruces.

Marejeleo isipokuwa ikitajwa vinginevyo yalitoka:

Kituo cha Sera ya Umma ya UNM -- Kura ya Maoni ya Chanjo ya COVID-19 Marekani: Tovuti ya ya CDC ya Mawasiliano ya Chanjo katika Jimbo la New Mexico (covdvaccinepoll.com) (<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/index.html>)

Tovuti ya DOH ya COVID19 ya Jimbo la New Mexico (<https://cv.nmhealth.org/>)

Mbinu Iliyotumika: Kuundwa kwa ramani kulitegemea uundaji wa ujumbe wa mawasiliano ya hatari na uundaji ramani wa ujumbe kutoka kwa Mwongozo Uliopangwa kutoka kwa Mtandao wa Mawasiliano ya COVID-19: <https://breakthroughactionandresearch.org/covid-19-communication-network/>

Dondoo Zilizopendekezwa: Parajón, D.C.; Downing, M. na Mercer, L.(2021). Ramani ya Chanjo ya COVID19. Toleo #1. Albuquerque, NM. NMDOH, UNM Ofisi ya Afya ya Jamii (OCH)