JARIDA LA RHRP

EMPOWER TANZANIA

Habari kila mmoja! Heri ya mwaka mpya! Kama jarida la kwanza la mwaka 2020, napenda nisisitizie kazi nzuri na ya kushangaza unayofanya: jumla ya walimu 365 wamefundisha watoto zaidi ya 11,000 katika mitaala inayofanana kwenye mada za mahusiano, miili yao, idhini, balehe, uonevu na ubaguzi na afya ya uzazi. Hii imewezesha watoto kuwaambia, walimu wao, na familia zao kuhusu maswala ambayo wamekuwa nayo, na kutafuta msaada kutoka katika vyanzo vingi tofauti.Kazi mnayofanya ni kubadilisha maisha, sio tu kwa kuzuia mimba za utotoni, lakini pia kuwawezesha vijana kuwa na ujasiri zaidi juu ya miili yao, na kuwawezesha kujisaidia wao wenyewe katika siku zijazo.

Katika toleo hili, tutakuwa tukijibu maswali zaidi tuliyoyapata kutoka kwenye ziara za mashuleni (tafadhali ruhusu yaendelee kuja), na vile vile kuwa na sehemu ya kuzingatia inayolenga Kaswende – ugonjwa wa zinaa wenye athari mbaya. Tafadhali wasiliana nasi, kama utapenda mada fulani izungumziwe katika toleo lolote la siku zijazo.

HERI YA MWAKA MPYA!

UANGALIZI:

Tungependa kuongeza sehemu ya uangalizi ya mtu kila mwezi—tutumie taarifa zako unazofundisha kipindi taarifa chache za kwako binafs—unaweza ukajiona mwenyewe hapa katika toleo linalofatere!

MAELEZO KUTOKA KWA DR. JEFF...

Kuboresha uelewa na ufahamu wa wanafunzi kuhusu magonjwa ya zinaa (STI) ni sehemu muhimu ya Programu ya Afya ya uzazi na mahusiano. Magonjwa ya zinaa yanaweza kuenezwa kwa njia ya mdomo, sehemu za siri au sehemu ya haja kubwa na matokeo ya maambukizi yanaweza kutoka kwenye upele na vidonda mahali popote kwenye mwili hadi ugumba, uharibifu wa ubongo, uharibifu wa ini, saratani na kifo.Hata mtoto aliyezaliwa na mama aliyeambukizwa anaweza kuambukizwa na kuugua ugonjwa wa zinaa.Kwa kuongezea katika ugumu wa somo hili ni kwamba magonjwa mengine ya zinaa hayana dalili hata kidogo.

Jarida hili linajadili kuhusu kaswende, maambukizi ya bakteria ambayo huambukizwa kingono kupitia mawasiliano ya sehemu za siri, mdomoni au sehemu ya haja kubwa ya mtu aliyeambukizwa. Kaswende inaweza kuwa na dalili mbalimbali kutoka katika kidonda mdomoni katika hatua za awali hadi kuharibu meno na miguu kwa watoto waliozaliwa na mama ambaye ana aswende. Nadhani watu wengi kwanaopata kaswende kwa mara ya kwanza hutulia wakati kidonda cha kwanza au homa hupotea baada ya wiki chache na wanadhani ni wazima. Halafu, wanaweza kushangazwa wakati upele, kidonda kooni au mchanganyiko wa dalili zingine zinazotokea majuma machache baadae. Ugonjwa huu ni mgumu kuutambua bila kupima kwa sababu unaweza kuwa na dalili nyingi tofauti kwa nyakati tofauti, wakati mwingine miaka michache baadae.

Somo halisi hapa ni kujiepusha na hatari ya kupata magonjwa ya zinaa wakati wowote inapowezekana. Njia bora zaidi ya kuzuia magonjwa ya zinaa ni kutokufanya ngono kabisa, kama jinsi ambavyo mmekuwa mkiwafundisha wanafunzi. Njia ya kupunguza hatari ni kutumia kondomu wakati wa kufanya ngono kwa sababu kondomu hutoa kizuizi cha mwili dhidi ya kuenea kwa virusi, bakteria au vimelea. Kondomu hazifanyi kazi kila wakati, lakini ni nzuri zaidi ukilinganisha na ngono isiyo salama.

Ikiwa una maoni au mapendekezo juu ya jarida hili tafadhali tuma barua pepe kwa Jessica katika jhaw1@gmail.com yenye kichwa cha habari "jarida". Ikiwa unahitaji msaada wowote unaohusiana na masuala ya kufundisha tafadhali wasiliana na Catherine katika catherinewales17@gmail.com au Yoeza katika yoeza1mnzava@gmail.com

MASWALI YANAYOULIZWA MARA KWA MARA

Je mtoto chini ya miaka 18 anahitaji idhini ya mzazi Ili kupima VVU/UKIMWI?

Wizara ya Afya na Ustawi wa Jamii ya Tanzania ("MOHSW") na miongozo ya Mpango wa Kitaifa wa kudhibiti Ukimwi inaruhusu vijana ambao wameolewa, wazazi au wanaofanya ngono kukubaliana kwa hiari kupima VVU. Hii ni kwa sababu inadhaniwa kuwa wale ambao wameolewa, wanafanya ngono au wazazi, wana uwezo wa kuelewa matokeo. Ingawa ikiwa kijana ataonyesha hana uwezo wa kuelewa matokeo kabisa, mtoaji wa huduma ya afya anaruhuisiwa kuwasiliana na wazazi au walezi wa mtoto ikiwa matokeo ni mabaya, kwa idhini au bila idhini ya mtoto.

Utambuzi ni swala linalobadilisha maisha, na watu wengi, bila kujali umri wanaweza kuhitaji msaada kutoka kwa wale ambao ni watu wa karibu kwao. Matokea mabaya ya VVU kwa mtoto au kijana hii inamaanisha wanahitaji msaada wa wanafamilia ili kuelewa hali hiyo na kuwasaidia na matibabu.

Kama ni mtu mzima (zaidi ya 18) mtoa huduma ya afya hatakiwi kufichua matokeo ya vipimo vya VVU kwa mtu yoyote bila idhini ya wazi ya mgonjwa.

Je nisababu zipi zinazosababisha wanandoa/wenzi, washindwe kupata mtoto?

Kuna sababu nyingi zinazowafanya wanandoa/wenzi washindwe kupata mtoto. Sababu kadhaa zinahusiana na wanawake, na zingine zinahusiana na wanaume. Haiwezekani kuhisi/kudhani ni sababu gani kwa wanandoa/wenzi. Baadhi ni rahisi, na nyingine ni ngumu sana.Baadhi wanaweza kutibiwa, wengine hawawezi. Hili ni swali ambalo mtu maalum au wenzi wanatakiwa kujadili na mtoa huduma ya afya.

Ni nini athari ya kufanya mapenzi na wanyama?

Kufanya ngono na wanyama ni kinyume cha sheria. Kufanya ngono na wanyama ni ukatili kwa wanyama ambao hawawezi kutoa idhini na mara nyingi hujeruhiwa katika shughuli hii. Kwa hivyo ni aina ya ukatili wa wanyama. Kuumia sana kwa wanadamu kunaweza kutoka kwa kufanya ngono na wanyama kwa sababu ya mwitikio wa wanyama.Ingawa magonjwa mengi ya zinaa yanahusishwa na mawasiliano ya mtu na mtu, kuna maambukizi ambayo yanajulikana kuathiri wanadamu ambayo yanaweza kuenea kutokana na kufanya ngono na wanyama, kama vile minyoo, viroboto, upele/magojwa ya ngozi na aina nyingi za maambukizi ya bakteria na virusi.

SEHEMU YA KUZINGATIA: KASWENDE

Tunataka kujikita katika mada moja katika kila toleo ili kutoa maelezo y ziada. Hii itachaguliwa bila utaratibu, lakini kama una ombi, Tafathali wasiliana na Jessica!

Kaswende ni maambukizi ya bakteria kwa kawaida husambazwa na mawasiliano ya kingono. Ugonjwa huanza kama kidonda kisicho na maumivu - kawaida kwenye sehemu zakoza siri, sehemu ya haja kubwa au mdomoni.Kaswende inaenea kutoka kwa mtu hadi mtu kupitia ngozi au utando wa ute unapokutana na vidonda hivi. Unaweza pia kuambukizwa kutoka kwa mama kwenda kwa mtoto kabla au wakati wa kujifungua.

Baada ya maambukizo ya awali, bakteria za kaswende zinaweza kubaki bila kazi (dormant) mwilini kwa miongo kadhaa kabla ya kufanya kazi tena.Kaswende ya mwanzo inaweza kutibiwa, wakati mwingine na sindano moja ya penicillin. Bila matibabu, kaswende inaweza kuharibu vibaya moyo wako, ubongo au viungo vingine, na inaweza kuwa tishio kwa maisha.

Maambukizi ya Kwanza/Awali

Ishara ya kwanza ya kaswende ni kidonda kidogo ambacho huonekana papo hapo ambapo bakteria waliingia ndani ya mwili wako.Wakati watu wengi walioambukizwa kaswende hutokea kidonda kimoja tu, watu wengine hutokewa na vidonda vingi.Kidonda kwa kawaida hukua kwa wiki tatu baada ya kuonekana.Watu wengi ambao wana kaswende hawatambui kuwa na kidonda kwa sababu kwa kawaida hakina maumivu, na kinaweza kuwa kimejificha ndani ya uke au sehemu ya haja kubwa.Kidonda hupona chenyewe ndani ya wiki tatu hadi sita.

Maambukizi ya Pili

Ndani ya wiki chache za uponyaji wa kidonda cha asili, watu wanaweza kupata upele ambao huanza kwenye kiwiliwili chako lakini hatimaye huenea kwenye mwili wako wote - hata viganja vya mikono yako na nyayo za miguu yako.Upele huu kwa kawaida hauwashi na unaweza kuambatana na vidonda kama vidonda mdomoni au eneo la uke.Watu wengine pia huona nywele kupungua/kunyonyoka, maumivu ya misuli, homa, kidonda kwenye koo na kuvimba tezi.Ishara na dalili hizi zinaweza kutoweka ndani ya wiki chache au hurudia kuja na kuondoka kwa muda wa mwaka.

Maambukizi Mwisho/Mabaya (Uliofichika/Siri)

Ikiwa haujatibiwa kaswende, ugonjwa huhama kutoka hatua ya pili kwenda hatua ya siri (mwisho), wakati huna dalili. Hatua ya mwisho inaweza kudumu kwa miaka mingi.Ishara na dalili zinaweza kamwe zisirudi, au ugonjwa unaweza kuenea hadi hatua ya tatu (ya juu).

Maambukizi ya Kiwango Cha Juu (Kuchelewa)

Karibia asilimia 15% hadi 30% ya watu walioambukizwa kaswende ambao hawapati matibabu watapata shida zinazojulikana kama kiwango cha juu cha (kuchelewa) kaswende.Katika hatua ya juu kabisa, ugonjwa huu unaweza kuharibu ubongo wako, mishipa, macho, moyo, mishipa ya damu, ini, mifupa na viungo.Shida hizi zinaweza kutokea miaka mingi baada ya maambukizi ya asili, maambukizi yasiyotibiwa.

Watoto Walio na Kaswende

Watoto waliozaliwa na wanawake ambao wana kaswende wanaweza kuambukizwa kupitia placenta au wakati wa kujifungua. Watoto wachanga wengi walio na kaswende ya kuzaliwa hawana dalili, ingawa wengine hupata upele kwenye viganja vya mikono yao na nyayo za miguu yao.Ishara na dalili za baadae zinaweza kujumuisha ukiziwi, upungufu wa meno na pua iliyosambaa- ambapo daraja la pua hupotea/anguka.Ingawa, watoto waliozaliwa na kaswende wanaweza pia kuzaliwa mapema sana, kuzaliwa wamekufa(kabla ya kuzaliwa) au kufa baada ya kuzaliwa.

UANGALIZI

Omari Magongo, BA-Ed, MA-Ed
Mkuu wa Shule ya Sekondari Kibacha

Mafunzo ya afya ya uzazi na mahusiano kwa vijana hasa wanafunzi ni muhimu kwa kipindi hiki kuliko kipindi chochote kingine cha kuwepo kwa taasisi rasmi za elimu.

Shirika la Empower Tanzania limeunda mtaala wenye mambo ya msingi ya kufundishwa na kushirkishwa wanafunzi hatua ambayo imefungua macho makundi mengi yenye wajibu wa malezi ikiwemo walimu.

Ushahidi unadhihirisha kuwa wanafunzi wanaopata elimu ya afya ya uzazi na mahusiano, licha ya kufahamu namna ya kuishi kiafya na maadili, pia wanakuwa huru kuwasiliana na walimu au wazazi kuhusu afya zao na maadili.

Utafiti niliofanya shuleni kwangu Kibacha sekondari, imedhihirika kuwa wanafunzi wamekuwa huru na karibu zaidi na walimu wao katika kujieleza na kuweka bayana changamoto zao za kiafya na mahusiano zinazowakabili kuliko kabla ya Mtaala wa elimu ya afya ya uzazi na mahusiano kwa wanafunzi haujatekelezwa shuleni hapa.

Ni kupitia mpango huo wa elimu ya afya ya uzazi na mahusiano, shule ya sekondari ya Kibacha imewagawa wanafunzi katika makundi ya wanafunzi 15 mpaka 20 ambapo kila mwalimu amekabidhiwa kama familia na kuwapatia elimu na ushauri kuhusu afya na mahusiano katika jamii walipo.

Hatahivyo, changamoto ninayoiona katika utekelezaji wa mpango huu, ni kutokuwepo kwa vyumba au ofisi maalumu kwa ajili ya mwanafunzi na mwalimu kukutana kwa usiri na kujadili changamoto zinazowakabili katika maisha yao ya kila siku wakiwa nyumbani, njiani na shuleni.

Kuna maswala na changamoto ambazo huhitaji faragha mno wakati wa kujadili au mwanafunzi kutoa taarifa kwa mwalimu. Changamoto kama mwanafunzi kubakwa, kunajisiwa, kulawitiwa na hasa inapotokea anayefanya ufedhuli huo ni ndugu na jamaa wa karibu mno katika familia.

Shirika la Empoer Tanzania kwa kushirikiana na wadau wengine wa elimu ya afya ya uzazi na mahusiano, kukiwa na makusudi ya dhati, changamoto zinazowakabili vijana hasa wasichana, ikiwemo mimba za umri mdogo, maambukizi ya magonjwa ya ngono yatakuwa yamepungua kama siyo kwisha kabisa katika jamii.

Ni kupitia tu katika mkakati kabambe na endelevu wa elimu ya afya ya uzazi na mahusiano, ndipo Tanzania itakuwa na jamii adilifu na yenye maendeleo yenye tija kwa kila sekta ikiwemo elimu, afya, uchumi, na kijamii.