Mwongozo wa Marejeleo ya Chanjo ya COVID-19 kwa watu wote wenye kinga hafifu

Watu wenye kinga hafifu wako kwenye hatari zaidi ya kupata maambukizi ikiwemo COVID-19. ***Ikiwa una yoyote kati ya hali zifuatazo za kimatibabu, unachukuliwa kuwa kinga yako imeathiriwa kwa kiwango kidogo hadi kikubwa na unaweza kufaidika kutokana na dozi ya ziada ya chanjo ya COVID-19.*** **Hii inajumuisha watu:**

- Ambao wanapokea matibabu amilifu ya saratani ya damu
- Waliopandikizwa viungo vya mwili na wanatumia dawa ili kukandamiza mfumo wa kingamwili
- Waliopandikizwa seli za shina ndani ya miaka 2 iliyopita au wanaotumia dawa ili kukandamiza mfumo wa kingamwili
- Walio na ukosefu wa kingamwili ya kutosha kwa kiwango cha wastani au zaidi (kama vile DiGeorge syndrome, Wiskott-Aldrich syndrome)
- Walio na maambukizi makali ya VVU au yasiyotibiwa
- Wanaopokea matibabu amilifu na dozi ya juu ya corticosteroids au dawa nyingine ambazo huenda zikarudisha chini mwitikio wao wa kingamwili.

Orodha hii haijumuishi hali zote za kingamwili hafifu, tafadhali zungumza na mtoa huduma wako wa matibabu ili kutambua iwapo dozi za ziada zitakuletea manufaa. Ikiwa una kinga hafifu, kagua chati iliyopo hapo chini ili kujua ni kiasi gani cha dozi ambazo unastahili kupokea ili kuendelea kujikinga dhidi COVID-19:

Iwapo ulipata...	**Kikundi cha Umri**	**Mfululizo wa Msingi**	**Je, nafaa kupata DOZI YA ZIADA YENYE VALENSI MOJA?**	**Je, naweza kupata KIONGEZA NGUVU?**
Moderna	Miezi 6 hadi miaka 4	Dozi mbili hutolewa kwa kupishana siku 28	Ndiyo, unapaswa kupata dozi ya ziada siku 28 baada ya dozi yako ya pili.	Ndiyo, Watoto wenye umri wa miezi 6 hadi miaka 4 wanafaa kupokea dozi yenye valensi mbili iliyosasishwa ambayo ni saw ana chapa ya misururu ya msingi
	Umri wa miaka 6	Dozi mbili hutolewa kwa kupishana siku 28	Ndiyo, unapaswa kupata dozi ya ziada siku 28 baada ya dozi yako ya pili.	Watu walio na miaka 5 na zaidi wanafaa kupokea busta yenye valensi mbili iliyosasishwa ya Pfizer au Moderna
	Miaka 6 na zaidi	Dozi mbili hutolewa kwa kupishana siku 28	Ndiyo, unapaswa kupata dozi ya ziada siku 28 baada ya dozi yako ya pili.	Ndiyo, kiongeza nguvu cha valensi mbili iliyosasishwa ya Pfizer au Moderna mRNA kinapendekezwa miezi 2 baada ya dozi ya mwisho kwa watu wenye umri wa miaka 6 na zaidi ili kupata dozi zote. Watu wenye umri wa miaka 18 au zaidi ambao hawakupokea kiongeza nguvu cha awali wanaweza pia kuchagua kupokea kiongeza nguvu cha Novavax miezi 6 baada ya kumaliza mfululizo wao wa msingi iwapo hawataweza au hawatapokea dozi zote za kiongeza nguvu cha mRNA.
Pfizer	Umri wa miezi 6 hadi miaka 4	**Dozi tatu:** Dozi mbili za mwanzo hutolewa kwa kupishana siku 21; dozi ya tatu wiki 8 baadaye.	Hakuna dozi ya msingi ya ziada wakati huu.	La, dozi yenye valensi mbili iliyosasishwa haijaidhinishwa kwa walio na miezi 6 hadi miaka 4 ambao tayari wamekamilisha misururu ya msingi ya Pfizer kwa wakati huu.
	Umri wa miaka 5	Dozi mbili hutolewa kwa kupishana siku 21	Ndiyo, unapaswa kupata dozi ya ziada angalau siku 28 baada ya dozi yako ya pili.	Ndiyo, Watoto walio na umri wa miaka 5 waliopokea Pfizer wanaweza kupokea busta ya Pfizer yenye valensi mbili pekee.
	Miaka 6 na zaidi	Dozi mbili hutolewa kwa kupishana siku 21	Ndiyo, unapaswa kupata dozi ya ziada siku 28 baada ya dozi yako ya pili.	Ndiyo, kiongeza nguvu cha valensi mbili iliyosasishwa ya Pfizer au Moderna mRNA kinapendekezwa miezi 2 baada ya dozi ya mwisho kwa watu wenye umri wa miaka 6 au zaidi ili kupata dozi zote. Watu wenye umri wa miaka 18 au zaidi ambao hawakupokea kiongeza nguvu cha awali wanaweza pia kuchagua kupokea kiongeza nguvu cha Novavax miezi 6 baada ya kumaliza mfululizo wao wa msingi iwapo hawataweza au hawatapokea dozi zote za kiongeza nguvu cha mRNA.
Johnson & Johnson	Miaka 18 na zaidi	Dozi moja	Ndiyo, unapaswa kupata dozi ya ziada ya chanjo ya mRNA siku 28 baada ya kupata dozi yako ya kwanza ya J&J.	Ndiyo, kiongeza nguvu cha valensi mbili iliyosasishwa ya Pfizer au mRNA kinapendekezwa miezi 2 baada ya dozi ya mwisho ili kupata dozi zote. Watu wenye umri wa miaka 18 au zaidi ambao hawakupokea kiongeza nguvu cha awali wanaweza pia kuchagua kupokea kiongeza nguvu cha Novavax miezi 6 baada ya kumaliza mfululizo wao wa msingi iwapo hawataweza au hawatapokea dozi zote za kiongeza nguvu cha mRNA.
Novavax	Miaka 12 na zaidi	Dozi mbili hutolewa kwa kupishana siku 21	La, watu walio na kingamwili duni kwa kiwango wastani au kali hawafai kupokea dozi ya msingi ya ziada kwa wakati huu.	Ndiyo, kiongeza nguvu cha Pfizer au mRNA kinapendekezwa miezi 2 baada ya dozi ya mwisho kwa watu wenye umri wa miaka 12 au zaidi ili kupata dozi zote. Watu wenye umri wa miaka 18 au zaidi ambao hawakupokea kiongeza nguvu cha awali wanaweza pia kuchagua kupokea kiongeza nguvu cha Novavax miezi 6 baada ya kukamilisha mfululizo wao wa msingi iwapo hawataweza au hawatapokea dozi zote za kiongeza nguvu cha mRNA.

Maswali Yanayoulizwa Mara kwa Mara

Kuna tofauti gani kati ya dozi ya ziada na kiongeza nguvu chanjo?

Dozi ya ziada ni ya wagonjwa wengine (tazama jedwali lililo hapo juu) waliokamilisha misururu ya chanjo ya msingi lakini hawakuwa na kingamwili thabiti ya kutosha.

Dozi ya busta inapeanwa ili kuwezesha au kurejesha kinga na/au kingamwili baada ya misururu ya chanjo ya msingi baada ya muda.

Ni hali gani za kimsingi za kiafya hukuweka katika hatari kubwa ya kuumwa sana kutokana na COVID-19?

Mtu mwenye umri wowote mwenye hali zilizoorodheshwa hapa chini ana uwezekano mkubwa wa kuumwa sana kutoka na COVID-19.

Chanjo za COVID-19 (dozi za kwanza na dozi za ziada) na njia nyingine za kinga za COVID-19 ni muhimu, hasa ikiwa wewe ni mzee au una hali kadhaa au hatari za kiafya ikiwa pamoja na zilizopo kwenye orodha hii. Orodha hii haijumuishi hali zote zinazoweza kutokea zinazokuweka katika hatari ya juu ya maradhi makali ya COVID-19. Ikiwa una hali ambayo haijajumuishwa hapa, ongea na mhudumu wako wa afya kuhusu njia bora ya kudhibiti hali yako na kujilinda dhidi ya COVID-19.

- Saratani
- Ugonjwa wa figo wa muda mrefu
- Ugonjwa wa ini wa muda mrefu
- Ugonjwa wa mapafu wa muda mrefu
- Dementia au hali nyingine za nyurolojia
- Kisukari (aina ya 1 au 2)
- Down syndrome
- Magonjwa ya moyo
- Maambukizo ya VVU
- Hali ya kingamwili dhaifu (mfumo wa kingamwili duni)
- Magonjwa ya akili
- Watu wenye uzani mkubwa na walionenepa kupita kiasi
- Ujauzito
- Ugonjwa wa seli mundu
- Uvutaji wa sigara wa sasa au hapo kabla
- Kiungo kigumu au upandikizaji wa seli ya shina la damu
- Kiharusi au ugonjwa wa neva za ubongo, unaoathiri mtiririko wa damu kwenye ubongo
- Matumizi mabaya ya dawa za kulevya
- Kifua kikuu

Je, dozi kamili/au kiongeza nguvu cha valensi mbili ni nini?

Dozi kamili/kiongeza nguvu cha chanjo ya COVID-19 ni mchanganyiko wa chanjo ambao unaimarisha kingamili dhidi ya kirusi cha awali cha korona na pia kukukinga dhidi ya aina mpya ya virusi ambavyo ndivyo vinachangia kwa kiasi kikubwa maambukizi mapya. Viongeza nguvu vilivyosasishwa vinalenga kukupatia kinga ya juu kabisa dhidi ya virusi na kutatua changamoto ya kupungua kwa ufanisi wa chanjo baada ya muda.

Je, watu ambao wana kingamwili dhaifu kwa kiwango cha wastani au kwa kiasi kikubwa wanahitaji dokezo/pendekezo la daktari au waraka wowote ili waweze kupokea dozi hizi?

La, watu wanaweza kujitambua na kupokea dozi zote mahali popote ambapo chanjo zinatolewa. Hii itasaidia kuhakikisha kuwa hakuna vizuizi zaidi vya kufikia watu hawa. Iwapo kuna watu walio na kingamwili dhaifu wenye maswali kuhusu hali yao maalum ya kimatibabu, wanaweza kujadiliana na wahudumu wao wa afya kama kupata dozi ya ziada kunawafaa.

Je, nikipata chanjo ya COVID-19, bado nitahitaji kuchukua tahadhari nyingine?

Ndiyo, hata kama utapokea chanjo, bado unaweza kutakiwa kuendelea kuvaa barakoa unapokuwa kwenye baadhi ya maeneo ya ndani ya umma. Pata maelezo zaidi kwenye ukurasa wetu wa ***Maswali ya Mara kwa Mara kuhusu Barakoa na Vitambaa vya Kufunika Uso*** (Kiingereza). Pia tunapendekeza uwe unanawa mikono mara kwa mara, ukae umbali wa futi sita kutoka kwa mtu mwingine, na ujiepushe na mikusanyiko.

Chanjo za COVID-19 zinafanya kazi vizuri, lakini hazina ufanisi wa 100%. Watu wengine wanaweza kupata COVID-19 hata kama wamepokea chanjo tayari. Kutokana na ongezeko ya aina ya virusi vinavyoweza kuambukizwa, ni muhimu kuwa watu wote wachukue tahadhari kwa mfano kuvaa barakoa ili kupunguza kusambaa kwa virusi.

Maswali zaidi? Tembelea: ***doh.wa.gov/covidbooster***

Washington State Department of Health

DOH 825-064 December 2022 Swahili

Ili kuomba hati hii katika muundo mwingine, piga simu kwa nambari 1-800-525-0127. Kwa wateja ambao ni viziwi au wasio na uwezo wa kuzungumza, tafadhali piga simu 711 (Washington Relay) au tuma barua pepe civil.rights@doh.wa.gov.