



TANZANIANS AND AMERICANS  
IN PARTNERSHIP TO FIGHT HIV/AIDS



Kwa maelezo zaidi, tembelea kituo cha afya au piga simu:

**Piga: 0657 737340 / 0767 598888**



Kipeperushi cha  
wavulana na  
walezi wao



# ukweli kuhusu tohara kwa wanaume:

**Maelezo kwa wavulana na walezi wao**



Tohara ya wanaume ni ukataji wa ngozi ya mbele inayofunika kichwa cha uume. Hii ni moja ya njia za zamani sana za upasuaji katika historia ya mwanadamu. Tohara hufanywa kwa sababu mbali mbali za kiutamaduni, kidini, kuboresha usafi na pia kwa sababu za kitabibu.

Hivi karibuni, watafiti wamegundua ya kwamba, tohara ya wanaume husaidia pia kupunguza maambukizi ya VVU. Hii ni kwa sababu ngozi ya govi ni laini na rahisi kupata michubuko na vidonda na pia inazo seli maalumu ambazo huvutia virusi vya UKIMWI (VVU) kuingia mwilini kwa urahisi. Hivyo tohara husaidia kupunguza hatari hizi. Sasa tohara ya wanaume inafanyika kwa wavulana na wanaume wenye nia ya kupunguza uwezekano wa kupata VVU.

Wavulana wengi huelezea kuhusu faida ya kujifanyia usafi kwa urahisi iwapo wametahiriwa. Wengine pia hupenda kufanyiwa tohara kwa sababu ni mila yao na wenzao wengi wa rika moja tayari wametahiriwa.



Tohara ya wanaume inawasaidia wavulana kupunguza uwezekano wa kupata magonjwa ya zinaa na pia kansa ya uume.

Pia inapunguza uwezekano wa kuambukizwa VVU kwa takribani asilimia 60 ingawa haitoi kinga ya asilimia 100. Hivyo wavulana wanapaswa kuendelea kutumia njia nyingine za kujikinga na VVU.

Faida nyingine ya tohara ni kupunguza uwezekano wa maambukizi ya njia ya mkojo. Wavulana wanashauriwa kutokufanya kabisa ngono kama njia salama ya kujikinga na maambukizi ya VVU.



Kama ilivyo kwa upasuaji wa aina yoyote, tohara ya wanaume huambatana na matatizo madogo madogo kama kutokwa damu au jeraha na kupata maambukizi ya vijidudu kama bakteria.

Matatizo haya huweza kudhibitiwa kirahisi kwa kufuata vizuri maelekezo utakayopewa baada ya tohara, na pia kuwaona wahudumu wa afya pindi matatizo yanapojitokeza. Wavulana walio na umri chini ya miaka 18 wanahitaji kibali cha maandishi kutoka kwa wazazi / walezi wao ili waweze kufanyiwa huduma ya tohara.

## Huduma ya tohara hutolewa katika hospitali za mikoa, wilaya, na baadhi ya vituo vya afya.

### Kuna hatua kadhaa katika mchakato mzima wa kupatiwa huduma za tohara:

**Hatua ya kwanza:** Mvulana na mzazi/mlezi watashiriki katika ushauri nasaha wa kundi ili waweze kufahamishwa kuhusu faida na matatizo madogo madogo yanayohusiana na tohara na hivyo kuwapa nafasi ya kufikia uamuzi iwapo mvulana atahitaji kupata huduma hii.

**Hatua ya pili:** Mvulana na mzazi/mlezi watapewa ushauri nasaha binafsi wakiwa ana kwa ana na mhudumu wa afya mwenye ujuzi. Hapa watapata nafasi ya kumuuliza mhudumu maswali yoyote ya ziada walionayo na pia mvulana atapewa nafasi ya kupima VVU iwapo wataridhia. Mvulana atafanyiwa uchunguzi wa afya yake ili kufahamu iwapo inafaa kumfanyia upasuaji.

**Hatua ya tatu:** Mvulana atafanyiwa tohara na wahudumu wa afya wenye ujuzi. Tohara huchukua takribani dakika 30. Kabla ya upasuaji, atachomwa sindano ya ganzi panapostahili ili asipate maumivu wakati wa upasuaji. Baada ya tohara, kidonda kitafungwa vizuri kwa bandeji ili kukinga dhidi ya uambukizi wa vijidudu vya magonjwa.

**Hatua ya nne:** Baada ya tohara, atapelekwa katika chumba cha mapumziko kabla ya kuruhusiwa kwenda nyumbani, pia atapewa dawa za kumeza ili kupunguza maumivu



Baada ya kufanyiwa tohara ni muhimu mvulana apumzike kwa muda wa siku mbili. Hii ina maana asifanye kazi ngumu kama kubeba vitu vizito au kuendesha baiskeli. Anatakiwa kuvaa nguo zisizobana ili kuepuka kujitonesha na kupata uambukizo wa vijidudu kwenye kidonda.

Baada ya siku mbili atatakiwa kurudi katika kituo cha afya ili mhudumu aweze kutoa bandeji na pia kukagua kidonda chake. Vilevile anashauriwa kurudi katika kituo cha afya baada ya siku saba kwa uchunguzi na ushauri nasaha zaidi.

Pia atapatiwa ushauri zaidi wa jinsi ya kukitunza kidonda chake baada ya tohara hususani katika kipindi cha wiki sita zinazofuata.



Kwa muda wa wiki sita baada ya tohara,  
MVULANA HATAKIWI KABISA KUFANYA  
NGONO AU KUPIGA PUNYETO.

Hii ni kwa sababu eneo lililofanyiwa upasuaji halijapona kikamilifu, hivyo anaweza kujitonesha au kujiingiza katika hatari zaidi ya kuambukizwa VVU.

Baada ya wiki sita kupita, ni muhimu kuendelea kuzingatia njia nyingine za kujikinga dhidi ya maambukizi ya VVU.



Kuchukua uamuzi wa kufanyiwa tohara ni hatua ya muhimu katika maisha ya mvulana.

Tafadhali tembelea kituo cha afya kinachotoa huduma hizi kama vile hospitali ya mkoa, hospitali ya wilaya au kituo chochote cha afya ili uweze kufaidika na huduma hizi. Kwa maelezo zaidi kuhusu kituo kinachotoa huduma hizi kilichopo karibu na wewe, tuma ujumbe mfupi wa maandishi au piga simu kwenda namba 0657 737340 au 0767 598888.

