Orodha ya hospitali na vituo vya afya vinavyotoa huduma ya bure ya Tohara ya Mwanaume

VITUO VYA TABORA

- Hospitali ya Mkoa - Kitete
- Hospitali ya Wilaya - Nzega
- Hospitali ya Wilaya - Igunga
- Hospitali ya Nkinga
- Hospitali ya Wilaya - Urambo
- Kituo cha Afya Kaliua

VITUO VYA IRINGA

- Kituo cha Afya Ngome
- Hospitali ya Mkoa Iringa
- Hospitali ya Tosamaganga (DDH)
- Hospitali ya Ilula(DDH)
- Hospitali ya Wilaya Mafinga
- Kituo cha Afya Usokami
- Kituo cha Afya Kasanga
- Hospitali ya Lugoda

[Sikiliza radio ili kujua vituo vingine zaidi.]

Tohara ya Mwanaume

Maisha ni Sasa! Wahi Tohara!
Kuwa Msafi. Pata Kinga.

Wanaume wenye umri wa miaka 20 na kuendelea watapewa kipaumbele.

Kwa walio chini ya umri wa miaka 18 ni lazima waambatane na wazazi au walezi wao.

Ili kujua zaidi kuhusu Tohara na faida zake tuma neno **TOHARA** kwenda **15014**
Ili kujua vituo vitoavyo huduma tuma neno **TABORA** au **IRINGA** kwenda **15014**

USAID KUTOKA KWA WATU WA MAREKANI
Wizara ya Afya na Ustawi wa Jamii
MCHIP Maternal and Child Health Integrated Program
JOHNS HOPKINS BLOOMBERG SCHOOL of PUBLIC HEALTH
Center for Communication Programs
TANZANIANS AND AMERICANS IN PARTNERSHIP TO FIGHT HIV/AIDS

KIPEPERUSHI CHA WANAWAKE

ni huduma BILA MALIPO

Tohara ya Mwanaume

Maisha ni Sasa! Wahi Tohara!
Kuwa Msafi. Pata Kinga.

BFWMC2013

mamboambayo **mwanamke** anapaswa**kufahamu**

kuhusu tohara ya wanaume

Siku hizi, mambo mengi yanaongelewa kuhusiana na tohara ya wanaume na jinsi inavyoweza kupunguza maambukizi ya Virusi Vya UKIMWI (VVU) kwa wanaume.

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 inafanyika kwa wanaume wenye nia ya kupunguza uwezekano wa kupata VVU.

Kuchukua uamuzi wa kufanyiwa tohara ni hatua ya muhimu kwa mwanaume.

Ni vema kumuhimiza mwenzi wako katika kufikia maamuzi kwani hurahisisha mambo kwenu wote.

Kama mwenzi wako anahitaji huduma ya tohara kwa wanaume, au unapenda kupata maelezo zaidi, tafadhali tembeleeni 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 zilizotajwa nyuma ya kipeperushi hiki].

Tohara ya wanaume hupunguza maambukizi ya VVU kwa kiwango cha asilimia 60, kwa hiyo haiwezeshi kinga kwa asilimia 100. Hivyo basi wanaume waliotahiriwa bado wanahitaji kutumia njia nyingine za kujikinga na maambukizi ya VVU.

Tohara pia husaidia kujikinga dhidi ya baadhi ya magonjwa ya zinaa, maambukizi ya njia ya mkojo, na kansa ya uume. Wanaume wengi huelezea kuwa, pia ni rahisi zaidi wa kujifanyia usafi baada ya tohara.

Ni muhimu kwako kufahamu ya kwamba, ingawa tohara kwa mwanaume inaweza kupunguza hatari ya mwanaume kuambikizwa VVU kutoka kwa mwenzi wake ambaye tayari ana VVU, haisaidii kupunguza hatari ya maambukizi kutoka kwa mwanaume aliyeambukizwa VVU kwenda kwa mwenzi wake.

Hii ina maana kwamba tohara ya mwanaume haipunguzi uwezekano wa mwanaume ambaye tayari ana VVU kumuambikiza mwenzi wake.

Kwa sababu hii, wanawake bado wanatakiwa kuendelea kufuata njia nyingine za kupunguza maambukizi ya VVU, na pia kwenda kupima VVU pamoja na wenzi wao.

Je, **tohara** ya **wanaume** ina **faida zozote** kwa **wanawake?** NDIYO!

Mwanamke ambaye mwenzi wake ametahiriwa ana uwezekano mdogo zaidi wa kupata maambukizi ya HPV. HPV ni aina ya virusi ambavyo husababisha kansa ya shingo ya kizazi kwa wanawake.

Pia, mwanamke ambaye mwenzi wake ametahiriwa, ana uwezekano mdogo wa kupata maambukizi ya Chlamydia, vijidudu ambavyo huweza kusababisha ugumba iwapo hautatibiwa

Utafiti umeonyesha ya kwamba, tohara ya mwanaume haileti mabadiliko yoyote haipunguzi au kuongeza raha wakati wa kufanya ngono baada ya kupona kikamilifu. Wanaume waliotahiriwa na wenzi wao hawawezi kuona mabadiliko yoyote katika mahusiano yao.

Kama mwenzi wako anapenda kufanyiwa tohara, unapaswa kumhimiza ili aende kupata huduma salama ya tohara kwa wanaume katika kituo cha afya chenye wataalamu wenye ujuzi wa kutosha. Unaweza pia kumsindikiza na kama mkiona ni vyema, mnaweza pia kupima VVU kwa pamoja.

Baada ya kupata ushauri nasaha na kufanyiwa uchunguzi wa kiafya, mwenzi wako atapatiwa huduma ya tohara. Huduma itachukua takribani dakika 30. Baada ya hapo, atapumzika kwa dakika chache kabla ya kuruhusiwa kwenda nyumbani.

Kuna kanuni za msingi ambazo mwanaume aliyefanyiwa tohara anapaswa kuzizingatia ambazo wewe pia unaweza kumsaidia

1) Kwa siku mbili za kwanza anatakiwa kupumzika kabisa - asifanye kazi ngumu kama kunyanyua vitu vizito au kuendesha baiskeli.

2) Anapaswa kurudi tena katika kituo cha afya baada ya siku mbili ili kidonda chake kikaguliwe, kuondolewa bandeji na pia kupatiwa ushauri nasaha zaidi. Katika kipindi hiki, atapewa maelekezo zaidi kuhusu hatua za kufuata wakati kidonda kinaendelea kupona.

3) Ni lazima asifanye ngono kabisa kwa wiki sita kamili baada ya kufanyiwa tohara ili kutoa nafasi kwa kidonda kupona kabisa. Pia, iwapo mmoja wenu ana VVU, kuna hatari zaidi ya kumuambukiza mwenzi wako VVU iwapo mtafanya ngono isiyo salama kabla ya kidonda kupona kabisa.

4) Wiki sita za mwanzo baada ya tohara zitakapokwisha, bado mnapaswa kuendelea kutumia njia zingine za kupunguza maambukizi ya VVU. Mnashauriwa kutumia kondomu kwa kila tendo la ndoa hadi itakapotimia miezi sita baada ya tohara ili kujipatia kinga zaidi.