



THE REPUBLIC OF UGANDA  
**MINISTRY OF HEALTH**

**MASWALI  
YANAYOULIZA  
SANA JUU YA**

# EBOLA

**Septemba 2022**



*Yale Institute for Global Health*

### 1. Ebola ni nini?

Ebola ni ugonjwa hatari unaosababishwa na virusi. Ebola inasambazwa kwa kutangamana na popo na tumbili na pia kwa kutangamana na mtu mwenye virusi vya Ebola. Ebola inasambaa haraka kutoka mtu hadi mwingine, inaua katika muda mfupi LAKINI inaweza kuzuiliwa. Kwa kupata matibabu mapema, idadi ya wanaouawa kwa Ebola inaweza kupungua sana.

### 2. Je, mgonjwa wa Ebola anaweza kusambaza ugonjwa huo hata kama hajaonesha dalili zake?

Mwenye ugonjwa wa Ebola hawezi kusambaza ugonjwa huo kabla hajaonesha dalili zake. Mtu aliyeugua anachukua muda wa siku 2 hadi 21 kuanza kuonesha dalili za ugonjwa huo.

### 3. Dalili na ishara za ugonjwa wa Ebola ni zipi?

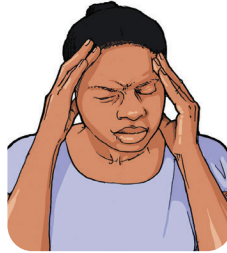
Mtu mwenye ugonjwa wa Ebola anaonesha ishara na dalili zifuatazo:

- Homa kali (hatari na inayodumu muda mrefu)
- Maumivi tumboni
- Maumivu ya viungo au mwili (hasa kufuani)
- Ugumu katika kumeza
- Kuumwa kichwa
- Kichefuchefu, kutapika (pengine kwa damu)
- Kuhara (pengine kwa damu)
- Kuishiwa maji mwilini (hana machozi, ulimi mkavu, macho yaliyozama)
- Upele
- Baadhi ya wagonjwa huvuja damu kinywani, machoni, puani na mkunduni. Ni muhimu kujua kwamba mgonjwa anasambaza ugonjwa pindi tu anapoanza kuonosha dalili moja au zaidi za ugonjwa huo.

## Ishara na Dalili za Ebola



Kuugua homa  
ya ghafla



Maumivu ya  
kichwa



Maumivu ya  
misuli



Udhaifu kali wa mwili



Koo yenye majeraha



Kutapika



Ekuhara au kukojoa  
damu



Kuvuja damu katika  
matundu ya mwili

#### 4. Mtu mwenye Ebola anaweza kupona?

**Ndiyo.** Fursa za kupona zinaongozeka zaidi mgonjwa akipata matibabu mapema.

#### 5. Mgonjwa wa Ebola akipona, anaweza kuendelea kusambaza ugonjwa?

**Hapana,** kabla hawajarudi nyumbani, wagonjwa wa Ebola WATAPIMWA damu maabarani ili kuhakikisha kwamba vile virusi havipo tena mwilini mwao. Hata hivyo, watu waliopona Ebola WASISHIRIKI ngono kwa angalau miezi mitatu isipokuwa tu kwa kutumia kondomu.

#### 6. Ebola inaweza kusambazwa kupitia mate?

**Ndiyo.** Virusi vya Ebola vinaweza kusambazwa kwa mate na maji mengine yatokayo mwilini kama vile kinyesi, mkojo, semeni, majimaji ya ukeni, makamasi puani, pamoja na damu. Maji hayo yanapotangamana na ngozi iliyojeruhiwa, macho au kinywa cha mtu mwingine, basi mtu huyo anaweza kuugua virusi vya Ebola.

#### 7. Ebola inaweza kusambazwa kupitia jasho?

**Ndiyo.** Maji yoyote yanayotoka mwilini mwa mgonjwa ikiwa ni pamoja na jasho yana virusi vya Ebola.

#### 8. Ebola inaweza kusambazwa kupitia kupeana mikono?

**Ndiyo,** kupeana mikono na mtu mwenye Ebola kunasambaza ugonjwa huo.

#### 9. Nitasalimianaje na watu kama kupeana mkono hakukubaliki?

Tuepuke kusalimiana kwa kupeana mikono kwani ni hatari katika wakati wa mkurupuko wa Ebola au kabla ya mkurupuko tarajiwa. Unaweza kusalimiana na watu kwa kuwapungia mkono au kuwaheshimu kwa kuinamisha kichwa. Ni muhimu kunawa mikono kwa sabuni na maji safi kila wakati.

## 10. Nahitaji umbali gani ili kujikinga kutokana na watu wanaokisiwa kuwa na Ebola?

Umbali maalumu haujalishi. Ebola inasambazwa kwa kutangamana na maji kutoka mwilini mwa mwenye ugonjwa huo. Hata hivyo, ikiwa unamjua mtu yeyote anayekisiwa kuwa na Ebola, tafadhali piga repoti mapema iwezekanavyo kwenye kituo cha afya kilicho karibu na vilevile fuata ushauri wa maafisa wa kiafya. Jiepushe na kugusa na kujishughulisha na vyombo vilivyotumiwa na anayeyekisiwa kuwa na Ebola.

### Usambazaji wa Ebola



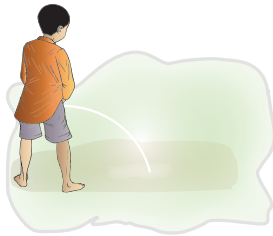
Damu



Mate



Kinyesi



Mkojo



Matapiko



Jasho



Vyombo ambavyo havijasafishwa Ebola huku ikiwa vimetumiwa na na mgonjwa wa Ebola



Okukwata ku nsolo, si nsonga oba nnamu oba ndwadde wazima au waliokufa



Nguo za mgonjwa wa zilizochafuka

## EBOLA NA USAMBAZAJI WAKE KUPITIA WANYAMA

### 11. Kwa nini nisile nyama ya wanyama pori?

Usile nyama ya wanyama pori katika wakati wa mkurupuko wa Ebola. Wanyama pori ndio chanzo cha virusi vya Ebola. Tumbili, masokwe, popo na wanyama wote waliokufa porini WASIGUSWE na WASILIWE.

### 12. Ikiwa nyama ya wanyama pori imepikwa au kuchomwa vizuri, ipo salama kuliwa?

**Hapana**, kwa sababu wakati wa kuwinda, kuchinja na kutayarisha nyama hiyo, watu wanatangamana na virusi vya Ebola. Hivyo ndivyo usambazaji unavyotimizika na pia ndiyo sababu watu wanafaa kujitahadhari na kula nyama ya wanyama pori.

### 13. Je, inanibidi kujitahadhari na nyama yote ya wanyama pori au ya tumbili na popo tu?

Katika mkurupuko wa Ebola, jitahadhari na nyama yote ya wanyama pori kwani ni hatari sana na inaweza kukuletea Ebola.

### 14. Ebola inaweza kupatikana kwa kuku, mbuzi au ng'ombe?

**Hapana**. Hakuna ushahidi unaohusisha Ebola na wanyama wa nyumbani kama vile kuku, mbuzi na ng'ombe. Ni nyama ya wanyama pori tu iliyo hatari.

### 15. Je, pia niache kula samaki?

**Hapana**, samaki wapo salama sana. Hakuna ushahidi unaohusisha Ebola na samaki.

### 16. Ninaweza kuugua Ebola kwa kutangamana na mkojo na kinyesi cha popo?

**Ndiyo**, popo wanasambaza virusi vya Ebola. Unaweza kuugua Ebola ukitangamana na mkojo na/au kinyesi cha popo wenye Ebola. Jitahadhari na kutangamana na popo na maji kutoka mwilini mwao, ikiwa ni pamoja na kinyesi hapo kabla ya au katika wakati wa mkurupuko wa Ebola.

### 17. Katika msimu wa mvua, kuna popo wengi na huwa wanakula maembe. Je, niache kula maembe?

Hapana, unaweza kuendelea kula maembe lakini yaoshe kabla ya kuyala. USILE maembe yale ambayo yameumwa na popo.

## KUTIBU EBOLA

### 19. Nifanyeje nikijifiria kuwa na Ebola?

Lazima uende mara tu kwenye kituo cha afya kilichopa karibu ili kupimwa na kutibiwa.

### 20. Ni wapi ninapoweza kununua dawa ya kutibia Ebola?

Hakuna dawa mahususi ya Ebola. Nende tu kwenye kituo cha afya kilicho karibu ikiwa unafikiri una Ebola. Kuna fursa zaidi za kupona na kuendelea kuishi, ukitafuta mapema matibabu na utunzaji wa maafisa wa kiafya waliofuzu. Utapata utunzaji na tiba ya kukusaidia dhidi ya dalili maalumu na huduma hizo zitakuwezesha kuishi.

### 21. Nimesikia kwamba watu wanadungwa sindano na kuuawa kwenye vituo vya afya. Je, ni kweli?

Hayo si kweli. Ingawa watu hufa Ebola, baadhi ya wagonjwa hupona. Kuna fursa zaidi za kupona ukipata matibabu mapema. Wogonjwa wote wa Ebola wanapewa matibabu bora na kutunzwa vizuri iwezekanavyo. Timu ya maafisa wa kiafya wanajitahidi kuwaponya wagonjwa wao na kuwafanya warudi kwa familia zao. Pale kwenye kituo cha afya timu ya maafisa wa kiafya wanaitibu Ebola kwa:

- Kupunguza homa
- Kupunguza maumivu
- Kutoa mlo mzuri
- Kuwaongezea wagonjwa maji mwilini
- Kuwapa wagonjwa usaidizi wowote mwingine unaohitajika.

## IMANI:

### 22. Ni kweli kuwa mchanganyiko wa tangawizi, asali, kitunguu sumu, vitunguu na siki unaweza kutibu Ebola?

Hapana, hilo si kweli. Lazima uende kwenye kituo cha afya kilicho karibu ili kuhudumiwa na kutibiwa kikamilifu ikiwa wewe au mwingine anakisiwa kuwa na ugonjwa wa Ebola. Fursa zako za kupona zipo juu zaidi unapokuwa kwenye kituo cha kutibia Ebola kuliko unapobaki nyumbani.



**23. Tumesikia kwamba kunywa pombe kunazuia usambazaji wa virusi vya Ebola. Hilo ni kweli?**

**Hapana,** hilo si kweli. Pombe haikuzuii kuugua Ebola ikiwa umetangamana na virusi vyake. Badala yake, kunywa pombe kupita kiasi kunahatarisha mwili wako.

**24. Ni kweli kwamba Ebola ni laana?**

Hapana, hilo si kweli. Ebola ni ugonjwa wa virusi vinavyosambazwa kwa binadamu kutoka wanyama wenye virusi hivyo. Ugonjwa huo pia unaweza kusambazwa kutoka kwa mtu mwenye virusi hivyo hadi mtu mwingine.

## KUPIGA REPOTI

**25. Ninaweza kupiga simu maalumu au kutuma SMS ili kupiga repoti juu ya mtu anayekisiwa kuwa na Ebola?**

**Ndiyo,** Simu za Kutolea Taarifa za EVD ni:  
**0762 640 374 (MTN) / 0708 062 203 (AIRTEL)**

**26. Je, kuna mfumo faafu wa kuchungua Ebola nchini Uganda?**

Kuna mfumo faafu wa kuchungua Ebola ambao unaweza kumtambua yeyote anayekisiwa kuwa na Ebola nchini. Pia, nchi ina uwezo wa kupima virusi vya Ebola katika Taasisi ya Kutafiti Virusi ya Uganda pale Entebbe.

**27. Ninaweza kumhudumia nyumbani mtu anayekisiwa kuwa na Ebola?**

Hapana, utakuwa unawahatarisha watu wako, maisha yako mwenyewe pamoja na jumuiya, kwani ugonjwa unaweza kusambaa kwa urahisi kutoka mtu mmoja hadi mwingine. Wagonjwa wa Ebola lazima watibiwe na kuhudumiwa katika kituo cha afya au hospitalini.



## UITIKAJI WA SERIKALI

### 28. Serikali imeweka mfumo gani wa kuwakagua watu wanaoingia nchini Uganda?

Wizara ya Afya inaandaa mpango wa kusambaza dodoso kwa wasafiri wanaoingia Uganda. Maafisa wa kiafya katika vituo rasmi wageni wanapoingilia nchini Uganda wamepewa mafunzo juu ya Ebola na wana uwezo wa kuwatambua wanaokisiwa kuwa na ugonjwa huo, wanapoingia na kuondoka nchini.

### 29. Serikali ina mpango gani wa kusambaza taarifa kuhusu Ebola kwa watu wa vijijini?

Serikali imeshirikiana na viongozi wa dini, shule na mashirika ya kijamii katika kuandaa mikutano ya kuwatolea taarifa mahususi wananchi. Hivyo, taarifa zitatolewa kwa watu wa vijijini kutoka vyanzo kadhaa. Nyenzo mbalimbali za kimawasiliano kama vile mabango na makaratasi yenye maelezo yameandaliwa na yanaendelea kusambazwa katika wilaya hatari zilizoathiriwa. Pia, Televisheni, Redio na SMS zinatumiwa kuwafikia wanajumuiya wa vijijini.

### 30. Serikali inapanga kufunga mipaka yake na nchi majirani?

Hapana. Kwa sasa hakuna mpango wa kufunga mipaka au kuweka vikwazo vya kiusafiri katika wilaya zilizoathiriwa. Hata hivyo, watu wanatolewa wito kuwa makini kwa kutekeleza tabia zile zinazozuia Ebola pamoja na kuwarepoti watu wowote wanaokisiwa kuwa na dalili na ishara za ugonjwa huo.

**Kwa taarifa zaidi kuhusu jinsi ya  
kuzuia Ugonjwa wa Virusi vya Ebola,  
wasiliana na: Idara ya Kuendeleza,  
Kuelimisha na Kusambaza Taarifa za  
Kiafya, Wizara ya Afya**

**Piga repoti mara tu juu ya wanaokisiwa kuwa na ugonjwa huu, kwenye  
kituo cha afya kilicho karibu. AU tuma SMS ya BURE kwa Ureport  
kwa: 8500 au piga simu ya bure kwa: 0800100066 / 0800 203 033**

**Elmeandaliwa na Idara ya Kuendeleza, Kuelimisha na Kusambaza Taarifa  
za Kiafya, Wizara ya Afya**