

KANDIDIASIS

(MAAMBUKIZI YA CACHU)



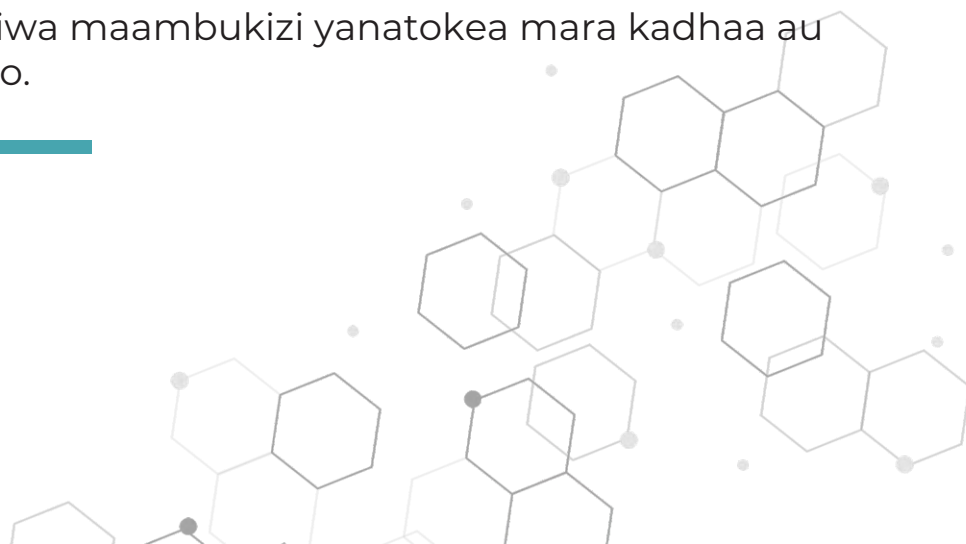
Maambukizi ya chachu ya (vulvovaginal) ni nini?

Chachu ya vulvovaginal, pia inajulikana kama Candidiasis ni maambukizi ya kawaida yanayosababishwa na aina mbalimbali za chachu. Zaidi ya 80% ya maambukizi ya chachu ya vulvovaginal husababishwa na *Candida albicans*, na 20% iliyobaki ya maambukizi husababishwa na aina nyingine za *Candida*. Neno lingine lililotumiwa hapo awali kwa hali hii ni thrush. Zaidi ya nusu ya wanawake watakuwa na Candidiasis ya vulvovaginal angalau mara moja katika maisha yao na karibu 5% ya wanawake wana matukio ya mara kwa mara.

Dalili ni zipi?

Hizi ni dalili na ishara za maambukizi ya chachu ya vulvovaginal:

- **Kuwashwa sehemu za siri** - hii ndiyo dalili ya kawaida ya Candidiasis. Kuwasha kunaweza kuwa mbaya zaidi kabla ya kipindi chako.
- Utokaji usio wa kawaida ambao mara nyingi huwa mnene na nyeupe kwa rangi.
- Mabadiliko ya harufu ya ute wa uke wako.
- Uwekundu na kuvimba kwa ngozi ya sehemu za siri nje ya uke (vulva).
- Maumivu au kuungua kwenye uke na/au uke wakati au baada ya kujamiiana.
- **Maumivu** - haswa ikiwa maambukizi yanatokea mara kadhaa au hayajatibiwa ipasavyo.



Je, inatambuliwaje?

Utambuzi wa maambukizi ya vulvovaginal yeast mara nyingi hufanywa kulingana na mambo kadhaa ikiwa ni pamoja na dalili zako, uchunguzi wa kimwili, uchunguzi wa usiri wa uke chini ya darubini, na utamaduni wa vulvovaginal. Kuna hali nyingine nyingi za uke na uke ambazo zinaweza kuchanganyikiwa na Candidiasis. Ikiwa kuna swali lolote kuhusu kama maambukizi ya Candidia yapo au la, hasa yanapotokea mara kwa mara, mtoa huduma wako wa afya anapaswa kupata usufi wa kutokwa na damu na kuutuma kwa utamaduni. Ikiwa utamaduni ni chanya kwa maambukizi ya chachu, antifungal iliyotolewa inategemea aina ya Candida inayopatikana kwenye utamaduni.

Ninaweza kufanya nini ili kujisaidia?

Matibabu na krimu au ovules (pessaries) kwenye uke, au matumizi ya tembe/kapsuli ya mdomo ya kuzuia ukungu ni njia bora za kutibu chachu ya uke. Kuna majina mengi tofauti ya creams hizi na ovules/pessaries (baadhi ya mifano ya kawaida ni miconazole na clotrimazole) na kwa kawaida huja na kupaka ambayo husaidia kuziingiza ndani kabisa ya uke. Hata kama kipindi chako kinaanza bado unaweza kutumia dawa hizi. Dawa hiyo inapatikana kutoka kwa maduka ya dawa na inaweza kutumika kutibu sehemu ya pekee ya maambukizi ya chachu ya vulvovaginal - hiyo ni moja ambayo hutokea zaidi ya mwaka mmoja tangu kipindi kilichopita (tazama hapa chini kwa matibabu ya maambukizi ya Candida ya mara kwa mara).

Candidiasis ya vulvovaginal pia inaweza kutibiwa kwa vidonge vya kuzuia fangasi au vidonge unavyotumia kwa mdomo, na dawa hizi zinasimamiwa vyema chini ya usimamizi wa daktari wako. Dawa za chachu ya mdomo hazipaswi kuchukuliwa na wanawake wajawazito.

Je, ni lini nipate ushauri wa matibabu?

Unapaswa kuona daktari ikiwa:

- Hii ni mara ya kwanza kupata dalili za chachu.
- Huna uhakika kama tatizo ulilolalo ni maambukizi ya chachu.
- Huu ni ugonjwa wa pili wa chachu kuwa nao kwa chini ya mwaka mmoja.
- Una mimba au unanyonyesha; au ikiwa haujajibu matibabu na hakuna uboreshaji.

Ikiwa dalili zitarudi chini ya mwaka mmoja, au majibu yako kwa matibabu hayaridhishi, usijitibu. Unapomwona mtoa huduma wako wa afya, hakikisha kwamba utambuzi umethibitishwa kwa usufi uliotumwa kwa uchunguzi wa kimaabara. Tafadhali kumbuka kuwa swabs haziwezi kutoa matokeo yoyote muhimu ikiwa matibabu yoyote yametumika katika wiki moja au mbili kabla ya mtihani.



Nilipataje Candidiasis ya uke?

Aina ya chachu ambayo husababisha maambukizo mengi ya vulvovaginal ni *Candida albicans*. Inaweza kuishi mdomoni na matumbo bila kusababisha shida yoyote. Inaweza kusafiri hadi kwenye uke kutoka kwenye njia ya haja kubwa. Aina nyingine za *Candida* mara nyingi huishi kwenye uke lakini hazisababishi madhara. *Candida albicans* husababisha ishara na dalili za mara kwa mara za maambukizi ya chachu ya vulvovaginal. Wanawake wana uwezekano mkubwa wa kupata Candidiasis ya vulvovaginal kati ya kubalehe na kukoma hedhi kwa sababu, chini ya ushawishi wa homoni ya estrogeni, seli zinazozunguka uke hutoa sukari. *Candida* hula sukari hizo. Ndiyo maana maambukizi ya *Candida* ni nadra kabla ya kubalehe, kwa wanawake wanaonyonyesha (ambao wana viwango vya chini vya estrogeni), na baada ya kukoma hedhi, isipokuwa kama mwanamke anatumia tiba ya uingizwaji wa homoni (HRT) au ana kisukari.

Ninawezaje kuzuia kupata maambukizo ya chachu ya vulvovaginal?

Ingawa mabadiliko mengi ya mtindo wa maisha yamependekezewa hapo awali ili kuzuia maambukizo ya chachu (k.m. kuepuka sukari, mavazi ya kubana na kubadilisha mila ya ngono), hakuna kati ya haya ambayo yamethibitishwa kuwa yenye ufanisi. *Candida albicans* kwa ujumla haifikiriwi kuwa inaambukizwa ngono. Dawa za viua vijasumu hukuza ukuaji wa *Candida* kwa kuharibu bakteria zinazoweza kulinda dhidi yao, kwa hivyo ni bora kuepukwa isipokuwa lazima kabisa. Ikiwa wewe ni mgonjwa wa kisukari, basi udhibiti mzuri wa kiwango cha sukari ya damu husaidia. Kinyume na imani maarufu, kidonge cha uzazi wa mpango cha kumeza hakileti tofauti kubwa kwa nafasi ya mwanamke kupata maambukizi ya uke. Vidhibiti mimba vya muda mrefu vya projestojeni, Depo-Provera TM (sindano) na Implanon TM (vipandikizi), hata hivyo, hupunguza matukio ya Candidiasis, kwa sababu hukandamiza uzalishwaji wa estrogeni kwenye ovari na hazina estrogeni zenyewe. Ikiwa uzazi wa mpango wa mdomo unahitajika, labda ni bora kuwa na moja ambayo ina kiwango cha chini cha estrogeni. Kunyonyesha kuna athari sawa, ndiyo sababu Candidiasis ni mara chache tatizo katika kunyonyesha wanawake.

Je, ikiwa maambukizi ya chachu ya vulvovaginal yanaendelea kurudi?

Idadi ndogo ya wanawake watapata maambukizi ya chachu mara kadhaa kwa mwaka au zaidi. Hii inaitwa candidiasis ya mara kwa mara na inasimamiwa vyema na mtoa huduma ya afya na maslahi maalum katika tatizo hili. Huyu si lazima awe mtaalamu - kuna watoa huduma wengine wa afya ambao wana nia maalum katika masuala ya afya ya wanawake na wana ujuzi sana kuhusu hali hii. Ikiwa una maambukizi ya mara kwa mara ya chachu ya vulvovaginal, unapaswa kamwe kujitibu. Daktari wako anapaswa kuchukua usufi ukeni na kila sehemu ya maambukizi ya chachu ili kufuatilia hali yako. Mara kwa mara vipimo vinahitaji kuchukuliwa ili kuona kama candidiasis ni sugu kwa matibabu unayotumia.

Chaguzi za matibabu kwa maambukizo ya kawaida ya chachu ya vulvovaginal ni pamoja na:

- Tiba ya azole ya mdomo na uke - hii inamaanisha kumeza vidonge pamoja na kutumia krimu za kukinga-candida zilizowekwa kwenye uke muda wa wastani (wiki 3 cream ya uke +/- dozi moja au mbili za matibabu ya mdomo ya antifungal).
- Asidi ya boroni imetengenezwa kuwa pessari za uke na duka la dawa.
- Matibabu ya muda mrefu (angalau miezi 6) na azole ya kumeza .
- Mabadiliko ya estrojeni iliyo na uzazi wa mpango hadi Depo-Provera au Implanon; na Mabadiliko ya kiwango cha chini cha estrojeni kwa wanawake wanaotumia tiba ya uingizwaji wa homoni (HRT)
- Candidiasis kwa ujumla si ugonjwa wa zinaa. Kawaida hakuna faida inayoonyeshwa kwa kutibu mwenzi wa kiume wa wanawake na Candidiasis ya uke wa uke inayojirudia. Matibabu yanapendekezwa kwa wanaume tu wakati wana dalili wenyewe, ikiwezekana baada ya swabs kuchukuliwa na maambukizi ya Candida kuthibitishwa.

**Jumuiya ya Kimataifa ya Utafiti wa Ugonjwa wa Vulvovaginal
Kamati ya Habari ya Mgonjwa
Iliyorekebisha 2021**

