TUAMBIE UNACHOFIKIRIA!

Unataka kujibiwa maswali gani kuhusu magonjwa ya macho ya kisukari?

Ushirikiano wa Kimataifa wa Kuweka Kipaumbele

James Lind Alliance
Priority Setting Partnerships

IAPB

The Fred Hollows Foundation

Lengo letu

Lengo letu ni kuboresha ustawi wa watu walio katika hatari ya kupoteza uwezo wa kuona kutokana na ugonjwa wa kisukari.

Tungependa kujua una maswali gani kuhusu afya ya macho ya watu wenye kisukari.

Tunatafuta maswali ambayo yataleta mabadiliko ya kweli kwa watu ambao wanaweza kupoteza uwezo wao wa kuona kutokana na ugonjwa wa kisukari.

Tunatafuta maswali kuhusu dalili, maisha ya kila siku, huduma za afya na matibabu.

Ulijua?

- Mtu mmoja kati ya watatu wenye kisukari duniani kote wana matatizo ya macho yanayotokana na kisukari.
- Kupoteza uwezo wa kuona kutokana na ugonjwa wa kisukari kunaweza kuzuiwa au angalau kudhibitiwa.

Kwa nini iwe wewe?

- Wewe ni mtu ambaye anaishi na kisukari; **AU**
- Wewe ni mtu ambaye unamtunza mtu anayeishi na ugonjwa wa kisukari; **AU**
- Wewe ni mtaalamu wa afya ambaye anafanya kazi na watu wenye ugonjwa wa kisukari.

Tutafanya nini na maswali yako?

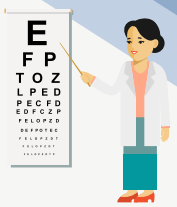
- Tutaunda orodha ndefu ya maswali ambayo ni muhimu kwako na wengine kutoka kote ulimwenguni.
- Kisha tutakuuliza wewe na watu wengine wenye ugonjwa wa kisukari, walezi wao, na wataalamu wa afya kuweka maswali haya kwa mpangilio tukianza na swali muhimu zaidi hadi swali lisilo muhimu sana.
- Kisha tutakuwa na orodha ya mwisho ya maswali 10 Bora kuhusu afya ya macho ambayo ni muhimu zaidi kwa watu kama wewe.

Sisi ni akina nani?

Mpango huu ni ushirikiano kati ya Kikundi Kazi cha Diabetic Retinopathy cha Shirika la Kimataifa la Kuzuia Upofu, Muungano wa James Lind, na Wakfu wa Fred Hollows. Tunafanya kazi kwa karibu na washirika kutoka Ethiopia, Fiji, Kenya, Nepal, Pakistani na Vietnam na tunatoa mwaliko wa kushiriki katika nchi za kipato cha chini na cha kati duniani kote.

Hebu tufikirie ni maswali gani unaweza kuwa nayo kuhusu afya ya macho?

Afya ya macho katika maisha yako ya kila siku kama mtu mwenye kisukari.



Ukaguzi wa macho wa mara kwa mara

Kupokea huduma wakati kuna tatizo la macho

Inaweza kusaidia kufikiria ni maswali gani unayo kuhusu afya ya macho katika maisha ya kila siku ya mtu mwenye kisukari, kwa mfano anapokuwa nyumbani.

Unaweza pia kuwa na maswali kuhusu uchunguzi wa macho wa mara kwa mara. Watu wenye kisukari wanapendekezwa kufanyiwa uchunguzi huu bila kujali wana matatizo ya macho au la.

Hatimaye, unaweza kuwa na maswali kuhusu kupokea huduma wakati mtu mwenye kisukari ana matatizo ya macho. Hii inaweza kujumuisha kuona madaktari zaidi na kupokea matibabu ya macho.

Lakini kumbuka, ni Sawa pia ikiwa huna swali kuhusu mambo haya yote au ikiwa una maswali kuhusu jambo lingine lolote linalohusiana na afya ya macho!

Afya ya macho katika maisha ya kila siku ya mtu mwenye ugonjwa wa kisukari.

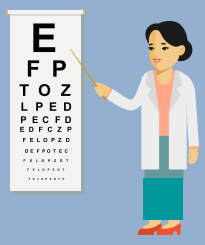
Je, kuna jambo ambalo huna uhakika nalo kuhusu AFYA YA MACHO na MAISHA YA SIKU KWA MTU MWENYE KISUKARI?

Hapa kuna mifano ya aina ya maswali ambayo unaweza kutaka kuuliza. Tunatumia maumivu ya kichwa kama mfano, sio kwa sababu maumivu hayo yanahusiana na afya ya macho.

- "Nimesikia kuwa msongo wa mawazo unakupa maumivu ya kichwa. Ni kweli?"
- "Je, kuna chochote ninachoweza kufanya ili kuzuia maumivu ya kichwa?"
- "Ni nini kinaweka mgonjwa wangu katika hatari kubwa ya maumivu ya kichwa?"
- "Ninawezaje kuhakikisha kwamba wagonjwa wangu wanaweza kusimamia maumivu ya kichwa nyumbani?"

Tafadhali andika mengi au machache upendavyo au nenda tu kwa swali linalofuata ikiwa huna uhakika ni nini cha kuandika hapa.

Ukaguzi wa macho mara kwa mara



Je, kuna jambo ambalo huna uhakika nalo linapokuja suala la UKAGUZI WA MACHO MARA KWA MARA?

Hapa kuna mifano ya aina ya maswali ambayo unaweza kutaka kuuliza. Tunatumia maumivu ya kichwa kama mfano, sio kwa sababu maumivu hayo yanahusiana na afya ya macho.

- "Je, nahitaji kwenda hospitali ya rufaa kwa uchunguzi ikiwa siumwi na kichwa?"
- "Sina maumivu ya kichwa, kwa nini ninahitaji kuchunguzwa?"
- "Je, ni salama kwa wafanyakazi wa chini katika kliniki yangu kuwajaribu watu wenye maumivu ya kichwa?"

Tafadhali andika mengi au machache upendavyo au nenda tu kwa swali linalofuata ikiwa huna uhakika ni nini cha kuandika hapa.

Kupokea huduma wakati kuna tatizo la macho.

Je, kuna jambo ambalo huna uhakika nalo linapokuja suala la kupata huduma wakati kuna tatizo la macho?

Hapa kuna mifano ya aina ya maswali ambayo unaweza kutaka kuuliza. Tunatumia maumivu ya kichwa kama mfano, sio kwa sababu maumivu hayo yanahusiana na afya ya macho.

- "Je, ni aina gani ya vipimo ninafaa kufanya ninapopata maumivu ya kichwa?"
- "Siwezi kumudu dawa zote nilizoandikiwa kwa ajili ya maumivu ya kichwa. Je, maumivu ya kichwa yataondoka ikiwa nitameza dawa nusu tu?"
- "Je, ni salama kwa wafanyakazi wa chini katika kliniki yangu kuwajaribu watu wenye maumivu ya kichwa?"
- "Sina vifaa vinavyopendekezwa vya kutambua maumivu ya kichwa katika kazi yangu. Je, kuna njia mbadala za ufanisi?"
- "Je, kuna vipimo vya kuaminika ambavyo ni nafuu zaidi kuliko MRIs kufanya uchunguzi?"

Tafadhali andika mengi au machache upendavyo au nenda tu kwa swali linalofuata ikiwa huna uhakika ni nini cha kuandika hapa.

Jambo jingine lolote?

Je, kuna jambo linguine lolote ambalo huna uhakika nalo kuhusiana na matatizo ya afya ya macho?

Hapa kuna mifano ya aina ya maswali ambayo unaweza kutaka kuuliza.
Tunatumia maumivu ya kichwa kama mfano, sio kwa sababu maumivu hayo yanahusiana na afya ya macho.

- "Kwanini naumwa na kichwa, lakini ndugu zangu hawaumwi?"
- "Ni dalili gani zinazoashiria kwamba maumivu ya kichwa yangu yanahitaji matibabu?"

Tafadhali andika mengi au machache upendavyo au nenda tu kwa swali linalofuata ikiwa huna uhakika ni nini cha kuandika hapa.

Mambo machache kukuhusu wewe:

- Tunataka kuelewa maswali yanayoulizwa na makundi mbalimbali ya watu.
- Kwa hivyo tungependa kujua zaidi kidogo kukuhusu.
- Tutashukuru ikiwa unaweza kujibu maswali haya:

Je, kati ya zifuatazo ni kipi kinakuelezea vyema zaidi?

- ◯ Mtu anayeishi na ugonjwa wa kisukari
- ◯ Mlezi wa mwanafamilia au mtu anayeishi na kisukari
- ◯ Mtaalamu wa afya

Ikiwa wewe ni mtaalamu wa afya, ni nini kinachokufafanua vyema zaidi

- ◯ Muuguzi
- ◯ daktar mkuu
- ◯ Daktar wa kisukari/Endocrinologist
- ◯ Mtaalamu wa lishe
- ◯ Wafanyikazi Washirika wa Ophthalmic
- ◯ Daktari wa macho
- ◯ Ophthalmologist
- ◯ Nyingine (tafadhali taja):_____

Ikiwa wewe ni mtaalamu wa afya:

- ◯ Unatoa huduma ya kisukari
- ◯ unatoa huduma ya macho
- ◯ unatoa zote mbili

Ikiwa wewe ni mtu anayeishi na kisukari, uligunduliwa lini?

- ◯ Chini ya mwaka mmoja uliopita.
- ◯ Kati ya mwaka mmoja na miaka mitano iliyopita.
- ◯ Kati ya miaka mitano na kumi iliyopita.
- ◯ Zaidi ya miaka kumi iliyopita.
- ◯ Sina ugonjwa wa kisukari.

Ikiwa wewe ni mtu anayeishi na kisukari, je umewahi kupimwa macho tangu ulipogunduliwa?

- ◯ Ndio.
- ◯ Hapana.
- ◯ Sina ugonjwa wa kisukari.

Ikiwa ni mtu anayeishi kisukari, je, una matatizo ya afya ya macho?

- ◯ Ndiyo, lakini si kutokana na ugonjwa wa kisukari (k.m., nimekuwa nikivaa miwani lakini sio hapo awali nilikuwa na kisukari.
- ◯ Ndiyo, kutokana na ugonjwa wa kisukari - hiyo ina maana kwamba daktari alikuambia kuwa una retinopathy ya kisukari au ugonjwa wa jicho la kisukari.
- ◯ Hapana, macho yangu ni sawa.
- ◯ Sina uhakika.
- ◯ Sina ugonjwa wa kisukari.

Jinsia yako ni nini?

- ◯ Kiume
- ◯ Kike
- ◯ Nyingine (tafadhali taja):_____
- ◯ Napendelea kutosema.

Una umri gani?

- ◯ Chini ya 20
- ◯ 20-29
- ◯ 30-49
- ◯ 50-69
- ◯ 70-89
- ◯ 90+

Je, una kiwango gani cha elimu?

- ◯ Hakuna shule rasmi
- ◯ Alimaliza shule ya msingi
- ◯ Alimaliza shule ya sekondari
- ◯ Alimaliza digrii ya bachelor au zaidi

Unaishi nchi gani?

_____

Je, unaishi mjini au vinjijini?

- ◯ Minji
- ◯ Vinjijini

Utambulisho wako wa kitamaduni ni nini?

_____

Kwa kushiriki katika mpango huu, unakubali kwamba tunaweza kutumia na huenda tukachapisha baadhi ya maswali yako.
LAKINI HAKUNA ATAKAYEJUA KWAMBA NI WEWE UMEULIZA HAYA MASWALI.

Nini kinafuata?

Je, ungependa kutusaidia kuamua maswali 10 bora katika hatua inayofuata?

- Ikiwa ndio, tafadhali toa anwani yako ya barua pepe kwenye ukurasa huu.
- Hatutashiriki anwani yako ya barua pepe na mtu mwingine yeyote na tutatumia tu anwani yako ya barua pepe kuwasiliana nawe kuhusu mpango huu.
- Tutatenga anwani yako ya barua pepe na majibu yako ili utafiti huu usiunganishwe nawe.

Barua pepe yako: