RALLY POLYCLINIC | ELIMU YA AFYA KWA JAMII

VISABABISHI VYA PID NA MADHARA YAKE

Maswali na majibu kuhusu maambukizi ya via vya uzazi

Mada: Afya ya uzazi na ugonjwa wa PID (Pelvic Inflammatory Disease)

Mwandishi: Dr. Leonard Cornel

Mchapishaji: Rally Polyclinic

Tarehe ya kuchapishwa: 02/11/2026

1. Utangulizi

PID (Pelvic Inflammatory Disease) ni maambukizi yanayoathiri viungo vya uzazi vya mwanamke vilivyopo ndani ya nyonga, kama mfuko wa uzazi, mirija ya uzazi na wakati mwingine ovari. Mara nyingi maambukizi huanzia kwenye uke au shingo ya kizazi na kusambaa kwenda kwenye viungo vya ndani. Visababishi vikuu vinavyohusishwa na PID ni maambukizi ya zinaa, hasa kisonono (Gonorrhea) na klamidia (Chlamydia). Pia, maambukizi yanaweza kutokea baada ya baadhi ya taratibu za kitabibu zinazohusisha kizazi, hasa pale maambukizi yaliyokuwepo hayakutambuliwa au tahadhari za usafi hazikuzingatiwa. Baadhi ya wanawake wanaweza kuwa na dalili chache au kutokuwa na dalili kabisa, hivyo uchunguzi wa kitaalamu ni muhimu.

PID ni changamoto muhimu ya afya ya uzazi duniani. Nchini Tanzania, takwimu za Wizara ya Afya zinaonesha kuwa wagonjwa 165,469 waliripotiwa katika kliniki za afya ya uzazi mwaka 2024. Katika Afrika Kusini mwa Jangwa la Sahara, Afrika Magharibi ilikuwa na kiwango cha juu cha PID, kikikadiriwa kuwa visa 116.02 kwa kila wanawake 100,000 mwaka 2019. Kwa kiwango cha dunia, takribani wanawake milioni 1.05 walikuwa na PID katika mwaka huo.

PID isipotambuliwa na kutibiwa mapema inaweza kusababisha makovu na kuziba kwa mirija ya uzazi, hivyo kuongeza hatari ya utasa. Utafiti uliofanyika Dodoma mwaka 2020 kwa wanawake 168 waliokuwa wakitafuta matibabu ya utasa ulibaini kuwa asilimia 31.48 walikuwa na historia ya PID. Pia, wanawake wenye PID walikuwa na uwezekano mara 1.94 zaidi wa kuwa na utasa unaotokana na matatizo ya mirija ya uzazi. Kwa ujumla, takwimu hizi zinaonesha umuhimu wa kujikinga na maambukizi ya zinaa, kutambua dalili mapema, kupima na kupata matibabu sahihi kwa wakati ili kulinda afya ya uzazi na kupunguza madhara ya PID.

2. Maswali na majibu

Swali la 1: PID ni nini?

PID ni maambukizi ya viungo vya uzazi vya mwanamke vilivyo ndani ya nyonga. Huathiri zaidi mfuko wa uzazi, mirija ya uzazi na tishu zinazozunguka viungo hivyo. Maambukizi mara nyingi husababishwa na bakteria wanaoweza kusambaa kutoka ukeni au kwenye shingo ya kizazi. PID inahitaji kutambuliwa na kutibiwa na mtaalamu wa afya.

Swali la 2: Ni mambo gani yanaweza kusababisha PID?

Chanzo muhimu cha PID ni maambukizi ya bakteria ikiwemo maradhi ya zinaa, hasa kisonono na klamidia pamoja na maambukizi katika njia ya mkojo ya mwanamke kwa muda mrefu kama vile UTI ya muda mrefu, ambayo yanaweza kusambaa kutoka shingo ya kizazi kwenda kwenye viungo vya uzazi vya ndani. Hatari inaweza pia kuongezeka baada ya baadhi ya taratibu za uzazi, kama utoaji mimba au upasuaji unaohusisha kizazi, ikiwa bakteria wataingia kwenye njia ya uzazi. Maambukizi yaliyokuwepo kabla ya utaratibu na kutotibiwa yanaweza kuongeza hatari. Usafi wa vifaa na taratibu za kitabibu ni muhimu.

Swali la 3: Je, matumizi ya kitanzi (IUD) yanaweza kusababisha PID?

Kitanzi (IUD) haisababishi PID moja kwa moja na kwa ujumla ni njia salama ya uzazi wa mpango. Hata hivyo, kuna ongezeko dogo la hatari ya maambukizi muda mfupi baada ya kuingizwa ikiwa mwanamke tayari alikuwa na maambukizi ya zinaa ambayo hayakutambuliwa. Ndiyo maana uchunguzi unaofaa na uwekaji wa kitanzi kwa kufuata taratibu za kitabibu ni muhimu. Usiondoe kitanzi mwenyewe; pata ushauri wa mtaalamu ikiwa una maumivu, homa au uchafu usio wa kawaida.

Swali la 4: Je, usafi mbaya wa sehemu za siri au muda mfupi kati ya uzazi mmoja na mwingine husababisha PID?

Usafi wa mwili ni muhimu, lakini usafi mbaya pekee si sababu kuu inayotambulika ya PID isipokuwa kwa maambukizi sugu ya mfumo wa mkojo (UTI) yanayotokana na uchafu. Vilevile, muda mfupi kati ya uzazi mmoja na mwingine si chanzo cha moja kwa moja cha PID. PID kwa kawaida huhusishwa na bakteria wanaopanda kutoka uke au shingo ya kizazi, mara nyingi kutokana na maambukizi ya zinaa au maambukizi sugu ya mfumo wa mkojo (UTI) kwa mwanamke. Epuka kujisafisha ndani ya uke kwa

dawa au kemikali, kwa kuwa kunaweza kuvuruga mazingira ya kawaida ya ulinzi ukeni. Tafuta ushauri wa afya badala ya kujitibu.

Swali la 5: Dalili za PID ni zipi?

Dalili zinaweza kujumuisha maumivu sehemu ya chini ya tumbo au nyonga, maumivu wakati wa tendo la ndoa, uchafu ukeni usio wa kawaida au wenye harufu isiyo ya kawaida, kuvurugika kwa mfumo/mzunguko wa hedhi au kutokwa damu baada ya tendo la ndoa, maumivu wakati wa kukojoa na homa. Baadhi ya wanawake hawana dalili zilizo wazi. Dalili hizi zinaweza pia kusababishwa na magonjwa mengine, hivyo uchunguzi wa mtaalamu unahitajika.

Swali la 6: PID inaweza kusababisha madhara gani?

PID isipotibiwa mapema inaweza kusababisha makovu na kuziba kwa mirija ya uzazi, jambo linaloweza kuleta ugumu wa kupata ujauzito au utasa. Pia huongeza hatari ya mimba kutunga nje ya kizazi (ectopic pregnancy), inaweza kusababisha maumivu ya muda mrefu ya nyonga, maumivu wakati wa tendo la ndoa na wakati mwingine mabadiliko ya hedhi. Madhara haya hayatokei kwa kila mgonjwa, lakini matibabu ya mapema hupunguza hatari.

Swali la 7: PID hugunduliwaje?

Mtaalamu wa afya atauliza maswali kuhusu dalili, historia ya afya na mwenendo wa hedhi na tendo la ndoa. Uchunguzi unaweza kujumuisha kupima mwili na nyonga, vipimo vya maambukizi ya zinaa kama kisonono na klamidia, vipimo vya ujauzito na wakati mwingine ultrasound au vipimo vingine. Si kila mgonjwa atahitaji vipimo vyote. Fuata maelekezo ya mtaalamu na toa taarifa sahihi ili kusaidia uchunguzi.

Swali la 8: PID inatibiwaje?

PID kwa kawaida hutibiwa kwa antibiotiki za vidonge au sindano zilizoandikwa na mtaalamu wa afya. Ni muhimu kutumia dawa kwa muda na kipimo ulichoelekezwa hata kama dalili zimepungua. Mwenza au wenza wa kingono wanaweza kuhitaji kupimwa na kutibiwa kwa pamoja ili kuzuia kuambukizana tena. Epuka tendo la ndoa hadi wewe na mwenza/mwenza wako mmemaliza matibabu na mtaalamu ameshauri ni salama kuendelea. Usitumie antibiotiki au mitishamba bila ushauri (kiholela).

Swali la 9: Ninawezaje kujikinga na PID?

Punguza hatari ya maambukizi ya zinaa kwa kutumia kondomu kwa usahihi kila mara, kuwa na mwenza mmoja aliyepimwa na ambaye hamna maambukizi, na kupima maambukizi ya zinaa pale inapopendekezwa au unapokuwa kwenye hatari. Tafuta matibabu mapema ukiona dalili na hakikisha wenza wanapata huduma inapohitajika. Taratibu za uzazi na uwekaji wa vifaa kama kitanzi vifanywe na watoa huduma waliohitimu kwa kufuata kanuni za usafi. Usitumie dawa au sabuni kusafisha ndani ya uke au kwa matumizi yoyote ukeni isipokuwa kwa kushauriwa na mtaalamu wa afya.

Swali la 10: Ni lini nitafute huduma ya haraka?

Nenda kituo cha afya haraka ikiwa una maumivu makali ya tumbo au nyonga, homa kali, kutapika, au hali ya kudhoofika sana. Tafuta huduma ya haraka pia ikiwa una uwezekano wa ujauzito pamoja na maumivu ya tumbo au kutokwa damu, kwa sababu mimba kutunga nje ya kizazi ni hali hatari inayohitaji uchunguzi wa haraka. Usicheleweshe huduma kwa kusubiri dalili zipotee.

3. Mambo muhimu ya kukumbuka

- PID ni maambukizi ya viungo vya uzazi vya ndani ya nyonga na mara nyingi huhusishwa na bakteria wa maambukizi ya zinaa, hasa kisonono na klamidia au maambukizi sugu ya mfumo wa mkojo (UTI).
- PID inaweza kuwa na dalili chache au kutokuwa na dalili; maumivu ya nyonga, homa na uchafu usio wa kawaida ukeni vinahitaji tathmini ya mtaalamu.
- PID isipotibiwa inaweza kusababisha kuziba kwa mirija ya uzazi, ugumu wa kupata ujauzito, mimba kutunga nje ya kizazi na maumivu ya muda mrefu.
- Kitanzi (IUD) haisababishi PID moja kwa moja; hatari ya maambukizi huongezeka kidogo muda mfupi baada ya uwekaji ikiwa maambukizi ya zinaa yalikuwepo kabla.
- Tumia antibiotiki ulizoandikiwa kama ulivyoelekezwa, na wenza wapate uchunguzi au matibabu inapohitajika kwa pamoja. Pata matibabu toka kwa mtaalamu wa afya, usijitibu.

4. Hitimisho

PID ni tatizo la afya ya uzazi linaloweza kutibika, hasa linapotambuliwa mapema. Kutafuta huduma kwa wakati, kupima na kutibu maambukizi ya zinaa, kutumia kondomu kwa usahihi na kufuata ushauri wa mtaalamu husaidia kupunguza hatari ya madhara. Usione aibu kutafuta huduma, na epuka kujilaumu au kujitibu. Afya yako ya uzazi ni muhimu.

Wasiliana na Rally Polyclinic

Rally Polyclinic – For a Healthier Life

Mahali: Ubungo External, Darajani, Dar es Salaam

Tovuti: www.rallypolyclinic.co.tz

Barua pepe: info@rallypolyclinic.co.tc

Simu:

0716 469 787

0769 753 201

0786 240 204