NAMNA YA KUFUNGA NA KUTUNZA CHANDARUA

Usingizi mnono bila malaria, lala kwenye chandarua chenye dawa kila siku

malaria haikubaliki

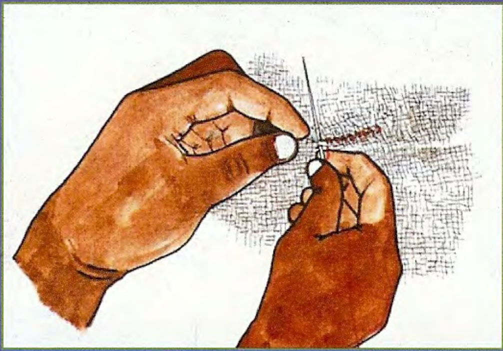
Tushirikiane Kuitokomeza

1. Kama upo tayari kufunga chandarua, hakikisha kipo katikati ya kitanda. Hakikisha umekifunga vizuri. Vyandarua vyote vya duara na pembe nne vimetengenezwa pamoja na kamba kwa ajili ya kufungia.

2. Wakati wa usiku, chomeka chandarua vizuri kwenye godoro au mkeka ili mbu wakose kabisa nafasi ya kupenya.

3. Malaria ni hatari zaidi kwa wajawazito, watoto walio chini ya umri wa miaka 5 na watu wanaoishi na virusi vya UKIMWI. Kila mtu kwenye familia inampasa alale kwenye chandarua chenye dawa kila siku.

4. Unapoamka asubuhi, kunja chandarua vizuri ili kisiharibike.



5. Pindi unapoliona tundu kwenye chandarua, hakikisha unalishona kabla halijakuwa kubwa.

6. Fua chandarua pale tu kinapochafuka.

Ni muhimu kulala kwenye chandarua kilichowekwa dawa kwa kuwa:

- **Utaokoa gharama za kutibu malaria kwenye familia yako.**
- **Utazuia mimba zinazoharibika na watoto kufia tumboni.**
- **Utazuia vifo vya watoto wadogo *(Malaria inaongoza kwa kusababisha vifo vya watoto walio na umri chini ya miaka 5 Tanzania)*.**
- **Utapata usingizi mnono!**

Chandarua chenye dawa pekee ndicho chenye uwezo wa kukukinga na malaria.

malaria haikubaliki

Tushirikiane Kuitokomeza

Shukrani kwa AFFORD - Uganda kwa kuturuhusu kutumia michoro

CDC Centers for Disease Control and Prevention

USAID FROM THE AMERICAN PEOPLE

President's Malaria Initiative

JOHNS HOPKINS BLOOMBERG SCHOOL of PUBLIC HEALTH

Center for Communication Programs

Wizara ya Afya na Ustawi wa Jamii