Tume ya Kikristo ya Huduma za Jamii (CSSC)

AfyaMtandao Newsletter No 01 - April 2008

Karibu Afyamtandao!!

Bw. Petro Masatu Pamba,
Mratibu Afyamtandao

Kila kitu huanza kama wazo, hujengwa kwa kufikiri zaidi, pia hisia hatimaye utashi huhitajika kwa utekelezaji.
Tuna kila sababu za kuwashukuru wale wote ambao wameunga mkono juhudi hizi,kwa sasa tuko mahali safari tumeianza.Ombi langu tusimuangalie Rubani au Dreva peke yake,tukumbuke nasi kama abiria tunamchango mkubwa wa kuifanikisha safari hii.Mungu wetu ni yuleyule kwa Dunia nzima naamini atazibariki juhudi hizi.
KWA PAMOJA TUTAJENGA TAIFA JIPYA LENYE HUDUMA BORA ZA AFYA.
TEKNOHAMA inawezekana kinachohitajika ni kuchukua uamuzi na hatua!!
Mungu wetu aliyejaa neema awabariki kwa utayari wenu.

Fahamu kuhusu Afyamtandao

www.afyamtandao.org ni mtandao wa kompyuta ulioanzishwa na Tume ya Kikristo ya Huduma za Jamii (CSSC) kwa lengo la kuunganisha hospitali zote za CSSC katika mtandao wa tarakilishi ili kuwezesha ukusanyaji, uhifadhi na upashanaji wa taarifa na ubadilishanaji wa uzoefu na maarifa miongoni mwa watumishi wa afya na wadau wengine wa sekta ya afya.
Mradi huu ambao umeanzishwa kwa ufadhili wa Taasisi ya Kimataifa ya Uholanzi ya Mawasiliano na Maendeleo (IICD) ni sehemu ya mkakati wa CSSC wa kuimarisha ufanisi katika utoaji wa huduma za kinga na tiba katika hospitali zake kote nchini kwa kutumia teknolojia hii ya habarí na mawasiliano (TEKNOHAMA).
Ni katika muktadha huo wa kuongeza ufanisi na kuimarisha shughuli zake za utafiti, ushauri elekezi,,ushawishi na ratibu ndiyo maana CSSC iliamua kuanzisha Mradi wa Afyamtandao kwa ajili ya Sekta ya Afya pamoja na CSSC Public Website kwa ajili ya mawasiliano na umma na dunia kwa ujumla.Aidha, pamoja na mitandao hiyo ipo pia CSSC Intranet ambayo imeanzishwa mahsusi kwa ajili ya kuimarisha mawasiliano ndani ya CSSC pamoja na taasaisi zake kwa kutumia tekinolojia hii ya kisasa.
Chanzo cha www.afyamtandao.org ni Mkutano wa Pamoja wa Wadau wa Sekta ya Afya na Sekta ya Teknolojia ya Habarí na Mawasiliano uliofanyika mjini Mwanza Februari 2005 kujadili namna ya kuwezesha matumizi ya TEKNOHAMA katika mfumo wa taarifa za uendeshaji wa shughuli za afya katika ngazi ya Wilaya.
Mkutano huo uliandaliwa kwa pamoja na Wizara ya Afya na Ustawi wa Jamii, CSSC na Tume ya Taifa ya Sayansi na Tekinolojia (COSTECH) kwa ushirikiano wa IICD na

Kutoka Kushoto: Dkt. Ogilo, Dkt Mbwambo na Bw. Simalenga katika kikao cha ushauri Afyamtandao.

Netherlands Catholic Organization for Relief and Development Aid (CORDAID).
Mkutano huo ndio uliozaa mipango na maandalizi ya miradi ya ushirikiano miongoni mwa wadau hao kwa lengo la kushajiisha matumizi ya TEKNOHAMA katika kuleta mapinduzi ya kitekinolojia kwenye sekta ya afya.
Ingawa mradi wa Afyamtandao umeanzishwa na CSSC, matumizi yake ni kwa ajili ya wadau wote wa sekta ya afya ndiyo maana katika Katiba yake mradi huu una kipengere cha Uanachama na vikao vya Wamiliki na wadau ambavyo ndivyo vitakavyoelekeza kuhusu sera na uendeshaji wake
CSSC ni chombo kilichoundwa mwaka 1992 kwa pamoja kati ya Kanisa Katoliki Tanzania (TEC) na Baraza la Kikristo Tanzania(CCT) kwa lengo la Kusimamia huduma za afya na elimu zinazotolewa na Makanisa hapa nchini. CSSC ilisajiliwa Januari 1993 na mwaka 1994 ikaandikishwa chini ya Sheria ya Wadhamini.
CSSC ni chombo kikubwa zaidi cha Dini hapa Afrika Mashariki kwa sifa kwamba kina Dayosisi na Majimbo 83 na kinamiliki na kuendesha asilimia 40 ya huduma a afya na asilimia 24 ya huduma za elimu zitolewazo hapa nchini. Habarrí zaidi kuhusu CSSC zinapatikana katika tovuti kwa anuani: www.cssc.or.tz

AfyaMtandao
Newsletter
No 01 - April 2008

Huduma bora ya Afya kwa njia ya TEKNOHAMA.

Huduma ya Afya nchini Tanzania imepata neema ya kuzidi kuimarika zaidi baada ya kuzinduliwa na kuanza kufanya kazi kwa tovuti ya Afya inayojulikana kama Afya Mtandao, ambayo imelenga kuboresha utoaji wa huduma hiyo kupitia Teknolojia ya Habari na Mawasiliano (TEKNOHAMA).

Wadau mbalimbali wa Afya wanategemea kuanza kuitumia tovuti hii katika kushirikishana udhoefu na utaalam wao katika kazi,ni tovuti ya kipekee yenye habari kemkem za masuala ya Afya nchini Tanzania na inafadhiliwa na Shirika la moja la Kimataifa la Uholanzi linalojulikana kama International Institute for Communication and Development (IICD) www.iicd.org .

Afya mtandao kama huduma,kwasasa inafanya kazi chini ya Tume ya Kikristo ya huduma za jamii Tanzania (CSSC), huku ikikamilisha mipango yake ya usajiri na kuwa shirika kamili hapo mwezi June mwaka huu.

Bw. Dotto Bulendu Mkurugenzi wa Radio SAUT Mwanza anasema anaona Afya mtandao kama mkombozi katika idara ya Afya kwani inarahisisha utoaji huduma na kupunguza msongamano wa watu hospitalini hususani katika idara ya taarifa za wagonjwa.Hii inatokana na kutumia zaidi kompyuta katika kuhifadhi taarifa.

Huduma hii imeanza kwa kanda ya ziwa huku ikiwa na malengo ya kueneza nchi nzima ya Tanzania.

Tovuti ya Afya Mtandao yazinduliwa rasmi

Tovuti ya kipekee yenye habari za masuala ya Afya nchini Tanzania ya Afya Mtandao,imezinduliwa rasmi,kanda ya ziwa katika mji wa Mwanza,ambapo wadau mbalimbali wa masuala ya Afya,wametakiwa kuwa msitari wa mbele kuitumia ili kuboresha mawasiliano katika utoaji huduma za Afya.

Akizungumza katika uzinduzi huo ambao uliambatana na semina ya wadau wa Afya kutoka katika hospitali za Makanisa(Mission) kanda ya ziwa ambayo inajumuisha mikoa ya Mwanza,Kagera Mara na Shinyanga,Katibu Mkuu wa Kanisa la African Inland Church of Tanzania (AICT) Mchungaji Joseph Gisayi,amesema, ni wakati muafaka sasa umefika kwa wadau na Wananchi wote kwa ujumla kuona suala la Mawasiliano kuwa ni jambo la msingi katika utendaji kazi na Maisha kwa ujumla.

Aidha Mchungaji Gisayi ameeleza kuwa Afya Mtandao ni mfumo ambao utasaidia kwa kiasi kikubwa kutunza vizuri kumbukumbu za huduma za Afya na kurahisisha Mawasiliano kwa wataalamu wa Afya ambao wataweza kushirikishana uzoefu na utaalamu wao katika kazi.

Amebainisha kuwa huu ni mfumo bora,ambao pia utawawezesha wataalamu kuwasiliana kirahisi,katika kuhudumia wagonjwa,ambapo wagonjwa watapata huduma ya wataalamu wa rufaa sehemu yeyote ile walipo, na pengine bila hata ya kusafirishwa kwenda kwenye hospitali kubwa ambazo ni za rufaa kwa matibabu.

Amewasisitiza kutumia Afya Mtandao katika masuala ya Afya ili kutatua matatizo yao kirahisi na kufanya Tovuti hii kudumu kwa muda mrefu.

"Angalieni sana,namna Mtandao huu utakavyokuwa wa kudumu,maana miradi mingi imekuja na kupita kwa muda mfupi,leo tunazidua Afya Mtandao hivyo ninaimani kuwa mfumo huu utadumu na kuendelea kuimarika kadri siku zitakavyozidi kwenda."amesisitiza Mchungaji Gisayi.

Bw. Renatus Sona
Afisa habari
Afyamtandao

Uzinduzi huo uliambatana na Semina ambayo ilitoa muongozo wa mambo muhimu ambayo yanatakiwa kufanyika katika kupata huduma kupitia Afya Mtandao,ikiwa ni pamoja na kupata mafunzo ya awali kwa wadau jinsi ya kushirikishana utaalamu katika kutoa Tiba lakini pia kujua upatikanaji wa vifaa kama vile Komputa na namna ya kusaidia kwa kuviunganisha baadhi ya vituo vya Afya,Hospitali na Zahanati ambazo ziko mbali na mji hasa maeneo ya vijijini ambako kuna matatizo ya nishati ya Umeme.

Afya Mtandao ni Tovuti ambayo imelenga kumwezesha Mwananchi wa kawaida kujua namna ya kupata huduma ya Afya,elimu ya Afya kuhusu Kinga na Tiba ya magonjwa mbalimbali.Lakini pia sehemu vinapopatikana vifaa vya Mawasiliano mfano Komputa kwa bei nafuu.

Mafunzo kazini kwa nija za Elektroniki (E-Learning)

Mafunzo kwa njia za Electroniki (E-learning),ni moja kati ya miradi ambayo inatekelezwa katika sekta ya Afya ili kuinua kiwango cha utendaji kazi na utoaji huduma, ni mradi ambao unafadhiliwa na Taasisi ya Kimataifa ya Uholanzi ya Mawasiliano na Maendeleo (IICD),na utekelezaji wa mradi alianza Septemba 2006

Lengo la mradi huu ni kuhamasisha wataalamu kujisomea na kujiendeleza kitaaluma katika sehemu zao za kazi. Kwa kupitia warsha na mafunzo kazini na kujenga uwezo wa watendaji na viongozi kujiendeleza. Mipango midogo mitano ya kuendeleza azma hii imeanzishwa na maudhui ya mafunzo kuandaliwa katika taasisi mbalimbali. Sera zimewekwa na taratibu za kutunuku vyeti zimewekwa na walengwa wa mradi huu ni Taasisi za Mafunzo za Kanda.

Mradi huu unatekelezwa sanjari na mradi wa InWent(GTZ) katika sekta ya Afya na unasimamiwa na Chuo Kikuu cha sayansi na Tiba Muhimbili. Mategemeo makubwa ni kuwa na kada ya wataalamu wanaojiendeleza wakati wote wawapo kazini. Mratibu wa mradi huu ni Bw. Denis Mazali.

AfyaMtandao
Newsletter
No 01 - April 2008

Kubadilishana utaalamu kwa njia ya Mtandao

Katika kuboresha utoaji wa huduma ya afya nchini Tanzania, Taasisi ya Kimataifa ya Uholanzi ya Mawasiliano na Maendeleo (IICD),inaendesha mradi wa utoaji wa Tiba na uchunguzi wa kidaktari kwa njia ya mtandao wa kompyuta(Telemedicine) mradi ambao unatarajiwa kuwa wa mfano kwa taasisi nyingine za tiba Tanzania.

Wakizungumza na Afyamtandao,baadhi ya Madaktari wameelezea kuanza kutumia mpango huu. Dkt.Leonard Washington Mganga mfawidhi wa hospitali ya Biharamulo Mkoani Kagera anasema, alijikuta akiingia katika mfumo wa "Telemedicine" pale alipokuwa akitoa huduma ya upasuaji (Operation) kwa Mgonjwa ambaye alikuwa ni mtoto.Anasema, akiwa katika upasuaji huo alikutana na vitu vigeni kabisa na ambavyo si vya kawaida na hajawahi kuviona tangu alipoanza kazi yake ya udaktari.Anaelezea kuwa vitu hivyo vilimchanganya sana,ndipo alipopata wazo la kuwasiliana na madaktari bingwa na wenye udhoefu wa muda mrefu pengine wangeweza kufahamu tatizo hilo.Akapiga simu kwa Daktari mmoja ambaye ni bingwa kutoka hospitali ya Rufaa ya Muhimbili,baada ya kumpa maelezo Daktari huyo aligundua tatizo na alimuelekeza kitu cha kufanya na Dkt.Washington alifuata maelekezo hayo kwa kina,hatua kwa hatua na hatimaye kufanikiwa kutatua tatizo kwa kufanya upasuaji salama na Mgonjwa kupona.Dkt.Washington anasema hali hii ilisaidia sana kwanza, kuokoa maisha ya Mgonjwa kwa haraka zaidi lakini pia iliokoa gharama kubwa kwa kwani kulingana na tatizo lake angeweza kusafirishwa kwenda kwenye huduma ya Rufaa kitu ambacho kingemgharimu sana.

Akizungumzia mradi huu, Dkt.Mauri Niemi ambaye ni mratibu wa mradi anasema, Mpango huu una malengo mengi ikiwemo; Kukabiliana na upungufu wa wataalamu wa fani ya tiba, Kuongeza ubora wa huduma za afya vijijini, Kuanzisha mtindo wa rufani katika tiba vijijini, Kupunguza gharama za matibabu na umelenga hasa kwa wakazi wa maeneo ya Vijijini na pembezoni.Tayari mradi huu umeanza kutekelezwa katika Kanda ya kaskazini Mkoani Arusha.

Linda Afya yako!

- Punguza kiasi cha chai ambacho unachotumia
- Usitumie mkate ambao umekaushwa tu.
- Kaa mbali na simu yako wakati unachaji
- Kunywa maji mengi wakati wa asubuhi na kiasi kidogo wakati wa usiku.
- Usinywe kahawa mara mbili kwa siku
- Punguza kiasi cha mafuta kwenye chakula unachotumia
- Muda mzuri wa kulala ni kuanzia saa 4 usiku hadi saa 12 asubuhi.
- Usile chakula kingi sana baada ya saa 11 jioni
- Usinywe pombe zaidi ya glasi moja kwa siku
- Usimeze dawa kwa maji ya baridi sana
- Usilale chini mara baada ya kumaliza kumeza dawa kabla ya kulala
- kulala chini ya masaa 8 kunaathiri afya yako
- Watu wanaolala kwa masaa nane siku zote hawazeeki mapema
- Wakati simu ikiwa inaelekea kumaliza chaji, hutakiwa kuitumia itakudhuru sababu radiation ni kubwa mara 1000
- Pokea simu kwa sikio la kushoto,ukitumia sikio la kulia itaharibu ubongo wako.
- Usitumie "headphone" kwa muda mrefu, pumzisha masikio yako baada ya saa 1

Wakunga wapigwa marufuku kuzalisha wajawazito

Wakunga wa jadi wametakiwa kuacha mara moja kuwahudumia wajawazito na badala yake wawasaidie kufika kwenye vituo vya afya.Hayo yamesemwa na kaimu Mganga Mkuu wa Mkoa wa Singida Dk Christopher Mgonde,wakati wa maonyesho ya picha ya juu ya uzazi salama kwenye ukumbi wa Mikutano wa Chuo cha Maendeleo ya Wananchi mkoani humo.

Dk.Mgonde amesema wakunga wa jadi hawaruhusiwi kufanya kazi ya kuzalisha kutokana na sababu mbalimbali ikiwemo ya kutokuwa na utaalamu wowote juu ya kazi hiyo.

Akifafanua zaidi Dk Mgonde amesema,wajibu wa wakunga hao ni kusaidia wajawazito kwa kuwafikisha kwenye vituo vya afya kwa wakati unaotakiwa ili waweze kuhudumiwa na watu wenye taaluma sahihi ya kuzalisha.

Aidha Kaimu Mganga huyo wa mkoa,amewataka wadau wote wa afya kuunganisha nguvu zao pamoja kuhakikisha kuwa vifo vya wajawazito vinapungua kama siyo kumalizika kabisa.

Dk Mgonde pia amehimiza jamii kuwapeleka mapema iwezekanavyo hospitalini wanawake na wasichana wanapogundulika kuwa na ugonjwa wa fistula.

"Huu ugonjwa ambao humnyima amani na uhuru kwa kiwango kikubwa mgonjwa husika,unatibika bila matatizo na napenda kutoa wito kuwa wagonjwa wote wanaogundulika na fistula waende haraka hospitali ili waweze kupatiwa tiba"amesisitiza Dk.Mgonde

Maonyesho ya picha juu ya uzazi salama yaliandaliwa na kufadhiliwa na shirika lisilo la kiserikali la Utu Mwanamke la Jijini Dar es salaam na kuratibiwa na shirika la HAPA la mkoani Singida.

AfyaMtandao
Newsletter
No 01 - April 2008

Filamu

Tume ya Kikristo ya huduma za Jamii (CSSC) kwa kushirikiana na Afyamtandao,wana kitengo maalum cha kutengeza filamu (Media unit).Kitengo hiki kinatengeneza filamu na vipindi mbalimbali vya Television vinavyohusu miradi, makongamano, warsha,semina na matukio mbalimbali.

Lengo la kuwa na kitengo hiki ni kuboresha huduma ya Afya kupitia mikanda mbalimbali ya filamu yenye kuonyesha mafanikio yanayotokana na sekta hiyo.

Vilevile kitengo hiki kinatengeneza vipindi vinavyohusu matukio ya kitaifa na kimataifa kuhusu Magonjwa mfano; Malaria,Ukimwi na TB kama jinsi yanavyoonekana kwenye tovuti ya Afyamtandao.Sambamba na miradi mingine ya Teknolojia ya Habari na Mawasiliano (TEKNOHAMA).

Wadau wote mnakaribishwa kutumia kitengo hiki ili kutangaza shughuli zenu.

iicd
People - ICT - Development

Utawala

Afyamtandao Tanzania, inaundwa na idara mbili ambazo ni idara ya kushirikishana maarifa na uzoefu “knowledge sharing”na idara ya huduma ya TEKNOHAMA “ICT support services”,

Bw. Petro Masatu Pamba.

Ni Mratibu Mkuu (Coordinator) wa Afyamtandao Tanzania ambaye pia ni Afisa wa kitengo cha mawasiliano katika Tume ya Kikristo ya huduma za Jamii (CSSC), mara baada ya kumaliza masomo yake ya uzamili katika sayansi ya mawasiliano, Chuo Kikuu cha Ulster, Irend ya Kaskazini-Uingereza,alijiunga na CSSC akitokea Geita ambako amefanya kazi kama Katibu Mkuu wa Dayosisi, kanisa la AICT kwa kipindi cha miaka minane.Ana uzoefu mzuri katika utawala,kwani amewahi kuwa mwalimu wa sekondari baada ya kumaliza Chuo Kikuu cha Dar es salaam.

Bw. Renatus J Sona

Afisa habari (Content Officer) Afyamtandao kitengo cha “knowledge sharing” anahusika na kuratibu habari na taarifa mbalimbali katika tovuti ya Afyamtandao,lakini pia anahusika na uzalishaji wa video kupitia kitengo cha “Media production”amejiunga na CSSC-Afyamtandao baada ya kuhitimu Shahada ya Mawasiliano ya umma Chuo Kikuu cha St.Augustine Tanzania (SAUT),pia amewahi kuwa Mhariri habari na Mtangazaji wa Radio SAUT fm Mwanza.

Bi.Doris Ninalwo

Mtendaji wa Ofisi (Office Management Secretary), anaratibu shughuli mbalimbali za kila siku, kabla ya kujiunga na Afyamtandao amewahi kufanya kazi sehemu mbalimbali ambapo, mafunzo ya Teknolojia ya Habari na Mawasiliano “ICTs”ameyapata katika vyuo tofauti vya ndani na nje ya nchi. .

Wasiliana na Afyamtandao:
S.L.P 9433
DAR ES SALAAM
TANZANIA
SIMU: +255 22 2112918; 2123730
MOBILE: 0755393624, 0754770866, 0784412091
BARUA PEPE: afyamtandao@afyamtandao.org
TOVUTI: www.afyamtandao.org

Ulaji wa soseji huongeza hatari ya kuugua kansa kwa asilimia 5

Wataalam wa afya wamebaini kuwa ulaji wa soseji moja kwa siku iliyozungushiwa vipande vitatu vya nyama juu yake, huongeza nafasi ya mtu kuugua saratani ya utumbo kwa asilimia 5.

Wataalama hao wameonyesha hofu yao juu ya mtu kula kila siku gramu 50 za nyama ya viwandani kwa kusema kuwa huongeza karibu asilimia 20 ya athari ya kupatwa na saratani ya utumbo.

Taasisi ya Mfuko wa Utafiti wa Saratani Duniani, imetaka kuwepo kwa mkakati madhubuti wa utoaji wa taarifa kwa watu wanaokula nyama za viwandani, kuwa wanahatarisha afya zao.

Tumbaku!!!

Matumizi ya tumbaku kwa njia ya kutafuna bidhaa za jamii ya “KUBER” yanahusishwa na asilimia 41 ya saratani za kinywa na koo kwa wanaume na asilimia 11 ya saratani za kinywa na koo kwa wanawake ulimwenguni. (Stewart and Kleihues, 2003).

Maradhi ya meno na fizi yatokanayo na utafunaji bidhaa za tumbaku yanajitokeza kwa asilimia kati ya 10 na 15 ya watu wazima ulimwenguni. Fizi zinatoa damu, meno yanalegea na kung’oka.

Imebainika kuwa bidhaa hizo sasa zinauzwa mijini na vijijini na hutumiwa na vijana, watoto wa shule na baadhi ya madereva. Bidhaa hizi zenye madhara, zinauzwa kwenye paketi zenye rangi mbalimbali na majina tofauti, ni hatari,ziepuke na Linda afya yako

AfyaMtandao
Newsletter
No 01 - April 2008

Matukio Mbalimbali ya AfyaMtandao katika picha

Sikiliza!!
96.1 Radio SAUT fm
Mwanza - Tanzania