



# USAID | DELIVER PROJECT

FROM THE AMERICAN PEOPLE



## KUWEZESHA MBINU ZA UZUIAJI MIMBA KATIKA SUHULA ZA AFYA: MASWALI 10 KWA VIKUNDI VYA JAMII KUZINGATIA



## Toleo la kwanza 2012

Mwandishi: USAID | DELIVER PROJECT

Wachangiaji: Gary Steele, John Snow, Inc. and Judith E. Brown, Brown Washauri wa Afrika

Wahariri: Amy Metzger, Kathy Erb, Mahusiano ya Wakristo kwa ajili ya Afya ya Kimataifa (Christian Connections for International Health)

© 2012 Christian Connections for International Health

1817 Rupert Street, McLean, VA 22101 USA simu: 703-556-0123

Barua pepe: [ccih@ccih.org](mailto:ccih@ccih.org) Wavuti: [www.ccih.org](http://www.ccih.org)

Huenda chapisho hili likatolewa upya na mandondoo kutoka kwake yanaweza kunukuliwa bila idhini, bora nyenzo zisambazwe bila malipo na Christian Connections for International Health ipewe sifa kama chanzo cha nakala zote, uzalishaji upya, usambazaji na ubadilishaji wa nyenzo.

*"Uchunguzi/ripoti/sauti/video/maelezo mengine/bidhaa ya vyombo vya habari (bainisha) imewezeshwa na ufadhili mkubwa wa watu wa Marekani kupitia Wakala wa Marekani wa Maendeleo ya Kimataifa (USAID). Maudhui ni ya Mahusiano ya Wakristo ya Afya ya Kimataifa na hayaangazii maoni ya USAID au Serikali ya Marekani. "*

Picha ya Mama Mzambia na Mtoto kwenye Jalada ©2009 Arturo Sanabria, Kwa hisani ya Photoshare

Picha ya Mama na Mtoto Mnaijeria kwenye Ukurasa wa 5 ©2012 Kim Blessing/JHU CCP, Kwa hisani ya Photoshare

Picha ya Familia ya Misri kwenye Ukurasa wa 10 ©2005 Amrita Gill-Bailey, Kwa hisani ya Photoshare

Picha ya Mtoto nchini Msumbiji kwenye Ukurasa wa 13 ©2011 Arturo Sanabria, Kwa hisani ya Photoshare

## Barua kwa watoa huduma ya afya wa jamii ulimwenguni kote:

Marafiki Wapendwa:

Katika miaka ya hivi karibuni, wanachama wengi wa **Christian Connections for International Health (CCIH)** wameanzisha au kupanua huduma za kuzuia mimba katika suhula zao za afya na mipango ya jamii duniani. Kuna sababu kadhaa za kwanini wanataka kutoa huduma hizi:

- Wenzi wengi wanataka kuweka mwanya kati ya watoto wao, kwa sababu wanajua kwamba muda wa kutosha kati ya ujuzito unafaa kwa akinamama na watoto.
- Baadhi ya wenzi wanataka watoto wachache zaidi ya jinsi wazazi au babu/bibi walivyopata, ili waweze kuwalisha, kuwavisha, na kuwaelimisha katika hali ngumu za siku hizi. Mawazo ya jadi yanaonekana kubadilika - kama vile mawazo ambayo watoto wengi walikuwa ishara ya uume, au kwamba watasaidia katika kazi ya shambani, au walihitajika ili kuwakimu wazazi wanapozeeka. Mawazo haya yanaonekana kupungua siku hizi. Kwa baadhi ya wanawake, ujuzito utakuwa na adhari, hata kutishia maisha. Kwao, kuzuia mimba kunaweza kuokoa maisha.

Matumizi ya upangaji uzazi yanaongezeka katika nchi nyingi za dunia. Mara kwa mara, watu wanajua kuhusu mbinu za kupanga uzazi na wanataka kuzitumia. Katika nchi nyingi za Afrika, "hitaji lisilofikiwa" la upangaji uzazi liko juu. Kwa kweli, chunguzi zinaonyesha kwamba kuna watu zaidi ambao wanaweza kutumia mbinu za kupanga uzazi kama wanaweza kuzipata zaidi ya watu ambao wanazitumia tayari. Kwa maneno mengine, kama aina mbalimbali za mbinu za kupanga uzazi ambazo watu wanataka kuzitumia zinapatikana kupitia mipango ambayo iko tayari kutoa huduma za hali ya juu, wenzi wengi watatumia upangaji uzazi.

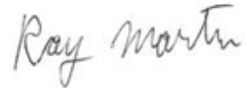
Lengo la mwongozo huu ni kukusaidia kupanga na kutekeleza mchakato wa kuhakikisha utoaji dhabiti wa bidhaa za upangaji uzazi katika eneo lako la kuwasilisha huduma, na kupata bidhaa za kuzuia mimba kwenye eneo lako na kwa wafanyikazi wako wa afya. Mchakato huu unahitaji upangaji madhubiti, uratibishaji, na usimamizi kwa jumla. Utahitaji kuhusika na mashirika mbia anuwai, kama vile wafadhili, serikali katika viwango vya mitaa na kitaifa, na mashirika mengine yasiyo ya serikali na ya jamii.

Mwongozo huu unaweza kubadilika, kwa kuwa kila nchi ni tofauti, na vikundi vya jamii vinafanya kazi chini ya hali tofauti. Hili ni toleo la kwanza. Unapokuwa ukichangia maarifa yako, mwongozo huu utakuwa wa maana zaidi.

Tunatumaini kwamba mwongozo huu utaifanya iwe rahisi zaidi kwako kutoa huduma za upangaji uzazi - huduma kuu ya afya - kwa watu unaowahudumia. Tafadhali turuhusu tusikie kuhusu maarifa yako na jinsi tunaweza kuboresha mwongozo huu. Unaweza kutufikia kwa barua pepe [ccih@ccih.org](mailto:ccih@ccih.org).

Tunatoa shukrani zetu kwa USAID | DELIVER PROJECT na Taasisi ya Afya ya Uzazi katika Chuo Kikuu cha Georgetown, ambao walitoa nyenzo na ujuzi wa kiufundi kwa utoaji wa mwongozo huu.

Wako mwaminifu,



Ray Martin, Mkurugenzi Mkuu, CCIH

# Faharasa

Namna ya kuanza	5
I. Je, wafanyakazi na wateja wanaweza kutueleza nini katika suhula zetu za afya?	8
II. Je, watu tayari wanapata mbinu za kupanga uzazi kutoka vyanzo vingine?	10
III. Ninawezaje kupata furushi la kuanza la bidhaa za kupanga uzazi?	12
IV. Je, ni nini tunachoweza kujifunza kutoka kwa mashirika mengine ambayo yana chanzo kizuri cha bidhaa za kupanga uzazi?	13
V. Je ni watu na mashirika yapi tunapaswa kuwasiliana nayo?	14
VI. Je, ni data gani tunayohitaji wakati tunapouliza dawa za kuzuia mimba?	15
VII. Je, ni mbinu zipi mwafaka za kupata bidhaa za kupanga uzazi?	16
VIII. Je, tunapaswa kujinga na kikundi cha kupanga Dawa za kuzuia mimba?	17
IX. Tutawezaje kufuatilia matumizi ya dawa za kuzuia mimba?	18
X. Tunawezaje kuzuia bidhaa za kupanga uzazi dhidi ya kuisha?	21
Mfano A: Hesabu katika Kliniki ya Sarah	23
Mfano B: Maombi ya Dawa za kuzuia mimba kwa afisa wa Wizara ya Afya	26
Vyanzo vya maelezo zaidi	28

Utangulizi

Ni nani hutumia Mwongozo huu?

Duniani kote, suhula za huduma ya afya za umma katika vitengo vyote hupokea dawa za kuzuia mimba. Hata hivyo kuna suhula za huduma ya afya za kibinafsi kama vile hospitali, vituo/kliniki za afya, wafanyakazi wa afya ya jamii ambao hawana muundo rasmi wa kupokea bidhaa za kuzuia mimba kutoka kwa sekta ya umma. Mwongozo huu huwasadia watoa huduma wote wa afya katika sekta isiyo ya umma kuchunguza njia mbadala za kufikia dawa za kuzuia mimba na ustadi wa kubainisha viwango vinavyohitajika na usimamizi wa akiba. Watoa huduma ya afya ni pamoja na wafanyakazi wa afya, wauguzi na wakunga, maafisa wa kliniki na madaktari.

## Namna ya Kuanza

Utaweza kunufaika zaidi kutoka kwa waraka huu kama utazingatia kweli kadhaa muhimu.

### Je, dawa za kuzuia mimba ni nini?

Dawa za kuzuia mimba huzuia kupata mimba. Mbinu mbalimbali zinapatikana duniani kote. Baadhi ni rahisi kwa wanawake na wanaume kutumia kivyao na zinaweza kutolewa na mfanyakazi wa afya wa jamii, na zingine lazima zitolewe na muuguzi au daktari.

Uamuzi kuhusu ni mbinu zipi za kupanga uzazi zinazokubaliwa hutofautiana sana kati ya mashirika ya Kikristo na watu.

### Vyanzo vya Bidhaa za Kupanga Uzazi

Mbinu za kupanga uzazi zinaweza kufikiwa kutoka kwa sekta ya umma, sekta ya kibinafsi, elimusoko ya jamii na kliniki za kibinafsi/maduka ya dawa .

### Ufikiaji kupitia Sekta ya Umma

Sekta ya umma hurejelea mfumo rasmi wa usambazaji wa serikali kwa bidhaa za upangaji uzazi. Huenda ukalazimika kuomba orodha ya dawa muhimu ya nchi ambayo suhula yako iko. Hii itakusaidia kujua aina ya dawa za kuzuia mimba zinazosambazwa katika sekta ya umma na kiwango cha suhula ambacho kinapendekezwa kwa vifaa. Huenda ukahitaji kung'amua uainishaji wa suhula yako ya afya kwa kiwango cha huduma ili ujue ni vifaa vipi suhula yako ya afya inaweza kufikia. Kwa kuongezea, unahitaji kufahamu maelekezo ya upangaji uzazi ya sekta ya umma.



Ungana na njia za kawaida za safu ya utoaji bidhaa za upangaji uzazi za nchi ili maeneo yako yapate kwa njia sawa kama maeneo ya Wizara ya Afya (MoH). FBO wengi wamefanikiwa kuungana, na inafafanya kazi vyema kwao, hasa kama nchi ina utoaji mzuri na dhabiti wa vifaa hivi.

<b>Manufaa</b>	<b>Vizuizi</b>
Dawa za kuzuia mimba zinaweza kuagizwa na kuwasilishwa katika njia za kawaida. Katika nchi nyingi, zinatolewa bila malipo kwa MoH na mipango ya upangaji uzazi ya jamii	Kama akiba ya kitaifa ya dawa za kuzuia mimba inaisha, huenda MoH ikatuma dawa za kuzuia mimba kwanza kwa hospitali na vituo vyao vya afya, na huenda FBO wasipate za kutosha.

### **Ufikiaji kupitia Sekta ya Kibinafsi**

Anzisha njia yako huru yako ya utoaji:

<b>Utoaji wa Moja kwa Moja</b>	<b>Maduka ya Kibinafsi ya Dawa/Maduka ya Dawa</b>
Huenda ukapata shirika la ufadhili ambalo litakutumia vifaa hivi kutoka nje ya nchi	Kulingana na mpangilio wa suhula yako ya afya na ufadhili unaopatikana, huenda ukapata dawa za kuzuia mimba kutoka kwa maduka ya kibinafsi ya dawa au maduka ya dawa kwa bei ya soko na kuziwasilisha kwa wateja kwa ada
<b>Mashirika ya Elimusoko ya Jamii</b>	<b>Kliniki ya Kibinafsi/Maduka ya dawa</b>
Mashirika ya elimusoko ya jamii yanauza dawa za kuzuia mimba zenye chapa kwa bei nafuu. Dawa za kuzuia mimba zenye chapa zinaonekana zinapendeza zaidi lakini zina ubora sawa kama dawa zingine za kuzuia mimba zisizo na chapa	Kwa sababu ya hitaji la kuongeza ufikiaji wa dawa za kuzuia mimba na uwezo wa kukimu kupitia sekta ya kibinafsi, miradi imepangwa na kutekelezwa katika nchi ili kukuza uwezo wa suhula za huduma ya afya za kibinafsi ili kutoa dawa za kuzuia mimba

Kama unafanya kazi na shirika la kutoa dawa la jamii ambalo linatoa vifaa vingine vya afya kwa suhula yako, zingatia kushauriana na uongozi ili ujumuishe bidhaa za upangaji uzazi.

Manufaa:	Vizuizi:
Chanzo hiki cha utoaji kinaweza kuwa nyongeza ya cha kwanza, hasa kama cha kwanza hakiwezi kutegemewa. Kwa kawaida ni vyema kuwa na angalau vyanzo viwili!	Unaweza kutarajia kulipa bei ya juu ukinunua kwa viwango vidogo tu kutoka kwa sekta ya kibinafsi nchini. Na ni lazima utambue chanzo chenye sifa ambacho kinaweza kuhakikisha bidhaa bora. (Bidhaa za kupanga uzazi ni nadra kati ya dawa ghushi, lakini inawezekana)

Himiza hospitali na vituo vyako vya afya kujua na kushirikiana na watoa huduma wengine wa upangaji uzazi katika maeneo yao. Huenda ukapata kwamba shirika au suhula yako haiwezi kufikia bidhaa zote tofauti za upangaji uzazi ambazo wateja wanataka. Kama hali ni hii, utahitaji kutambua maeneo ya kuwaelekeza wateja ili waweze kupata mbinu wanayotaka kwa bei wanayoweza kuimudu. Maeneo ya kuelekeza yanahitaji kuwa katika umbali unaofaa na yanahitaji kutoa huduma ya ubora wa juu ambao unafikia mahitaji na mapendeleo ya watu ambao unaoeuelekeza.

Manufaa:	Vizuizi:
Kama kituo kimoja cha afya kinaishiwa na bidhaa muhimu za kupanga uzazi, wanaweza kuazima kutoka kituo kingine. Wanaweza pia kuelekeza wateja wa kupanga uzazi kwa huduma maalum (kama vile uingizaji wa vibandikiza mkononi mwa mwanamke au utasa wa upasuaji), na vituo vingine vinaweza kuwaelekeza baadhi ya wateja wao kwenye vituo vyako.	Hakuna.

**Kupata vifaa vya dawa za kuzuia mimba sio kazi ya "wakati mmoja tu".** Punde tu unapoanza, bado itahitaji kazi ya udumishaji. Ni mchakato unaoendelea wa kubaki ukiwa na dawa na kuepuka kuishiwa. Baada ya muda, idadi na aina ya vifaa vya upangaji uzazi ambavyo mpango wako unahitaji utabadilika kulingana na ustadi wa mtoa huduma, mapendeleo ya mteja, uwezo wa mpango, na vifaa vinavyopatikana.

**Kukuza upangaji uzazi ni rahisi zaidi sasa kuliko zamani.** Huenda hata isihitajike. Karne iliyopita, changamoto ilikuwa kuwafahamisha watu kuhusu faida za upangaji uzazi na



kuongeza matumizi. Sasa changamoto ni kuwa na vifaa hakika na vya mara kwa mara vipatikane kwa watu wote wanaovitaka. Upungufu ni katika vifaa, sio wateja!

### **Huduma za upangaji uzazi zitakuwa na athari kuu kwenye afya ya watu**

**wanaohudumiwa.** Aina zote za manufaa zimeonyeshwa, kama vile maafa ya watoto kupungua, hali ya lishe, ukuaji, na hata pia hali ya kifedha ya familia. Kwa mfano, angalia ripoti "Upangaji Uzazi Huokoa Maisha" katika:

<http://www.prb.org/pdf09/familyplanningsaveslives.pdf>

**Huenda Vipengee Kumi katika kijitabu hiki vikatumika vitofauti na kila shirika.** Badhi vinaweza kutumika kwa pamoja, au katika mpangilio tofauti, au kutotumika kabisa. Utaamua ni gani inayotumika katika kikundi chako katika nchi unayofanya kazi.

**Kuna vyanzo kadhaa vya msaada vinavyopatikana kwa kazi hii.** Angalia orodha ya Vyanzo Vilivyofafanuliwa mwisho wa waraka huu.

**Kijitabu hiki hakishughuliki na idadi ya masuala muhimu, kama vile ushauri unaofaa wa upangaji uzazi au matoleo ya huduma.** Hizo ni mada muhimu, lakini zimeshughulikiwa kwa undani mahali pengine. Waraka huu unahusu kupata vifaa vya upangaji uzazi ili watu waweze kufikia vifaa wanavyovihitaji.

**Hakuna Bidhaa, Hakuna Mpango.** Hii ni muhimu, inayosisitizwa sana na wataalamu katika Usalama wa Vifaa na Usimamiaji Safu ya matoleo. Huna mpango wa upangaji uzazi ikiwa huna vifaa vya kupanga uzazi.

### **Swali la Kwanza.** Je, wafanyakazi na wateja wanaweza kutueleza nini katika suhula zetu za afya?

Ni wazo nzuri kila wakati kuanza na "watumiaji" badala ya ofisi ya katikati. Ukikosa kuongea na watu, ni rahisi kudhania kuhusu upangaji uzazi ambao sio sahihi, na vipande muhimu vya maelezo huenda vikakosekana. Kwa mfano, mapendeleo ya mbinu za upangaji uzazi kwa watu wanaopokea huduma katika kliniki za mashinani huenda yakawa tofauti na kliniki ya mjini. Kikundi kimoja cha jamii au cha dini huenda kikawa na hoji tofauti na kuhitaji ushauri tofauti na wengine. Huenda watu wengine wakaamini kimakosa kwamba unyonyeshaji hulinda dhidi ya ujauzito na wakose kugundua kwamba kuna kigezo muhimu kwa Mbinu ya Ukandamizaji Hedhi (LAM). Maelezo mengi mabaya yako kuhusu tembe pia. Wanawake wengine wa Kiislamu hawawezi kumeza tembe nyakati za mchana katika mwezi wa kufunga wa ramadhani. Wengine wanaamini tembe hujirundika tumboni mwa mwanamke na hazitoki kamwe. Njia zingine za uzuiaji mimba kupitia homoni zinaweza kuogopwa kwa sababu wateja wanaamini zinaweza kusababisha utasa. Wakati unazingatia CycleBeads®, huenda watoa huduma wakawa na maelezo mabaya kuhusu ubora wake au uwezo wa

wanawake kujifunza na kutumia mbinu vizuri. Haya ni baadhi ya mambo machache unayoweza kuyakosa ukiruka hatua ya kuongea na wafanyakazi na wateja.

Mchakato huu wa kukusanya maelezo mapema unaweza kufanywa katika njia tofauti, kama hizi:

- **Mazungumzo yasio rasmi na watoa huduma.** Wauguzi na wafanya kazi wa afya wa jamii wanajua mambo mengi kuhusu watu wanaowahudumia, na kwa kawaida wana maoni mazuri sana kuhusu mawazo, mahitaji, matatizo yanayowezekana, n.k. Huenda wakata na wazo kuhusu ni mbinu gani za kupanga uzazi zitahitajika sana. Wanaweza pia kukueleza kama mafunzo yao yamejumuisha tayari ushauri wa upangaji uzazi, na kama wanahitaji mafunzo ya kawaida au kukumbushwa tu. Unapokuwa ukianza kutoa huduma za upangaji uzazi, tegemea maarifa ya wafanyakazi wako. Je, ni watu wagani wanaopendezwa na upangaji uzazi? Ni wagani wasiopendezwa? Wanaweza kufikiwa aje?
- **Mazungumzo ya vikundi vidogo na wafanyakazi na/au wateja.** Uzito wa kikundi unaweza kutoa masuala yenye uwazi wa kweli. Huenda kikundi kikaweza kujadili kwa urahisi masuala ambayo huenda watu wajayataja. Je, ufahamu na idhini ya mume ni hoja kila mahali au katika wenzi wengine? Je, wateja watakuja katika kliniki kwa huduma za upangaji uzazi tu, au hao huja kwa urahisi siku ya chanjo ya mtoto, au siku ya soko?
- **Vidadisi vifupi na visivyokuwa rasmi.** Vidadisi vinapaswa kuwa rahisi na vya kawaida ili viwe halali kwa watu ambao wanawezakuwa na elimu kidogo au wasiokuwa na elimu. Je, ni mwanamke tu anayeweza kupeana kidadisi kama hicho kwa wanawake wengine? Je, maswali yanapaswa kugeuzwa kuwa mazungumzo yasio rasmi? Je, baoklipu au fomu zilizojazwa na mchunguzaji ni kizuizi ambacho kitapendelea majibu ya watu?
- **Usikilizaji wa Moja kwa Moja** Hii ni njia nzuri ya kuongeza mbinu zingine. wakati watu wametulia, wanaweza kutoa maoni sana.

Orodha ifuatayo huonyesha maswali unayoweza kutaka kuuliza kabla ya kuanza kutoa huduma za upangaji uzazi. maswali haya hasa ni ya wafanyakazi, sio ya wagonjwa/wateja. Tafadhali kumbuka kwamba katika tamaduni zingine, maswali ya moja kwa moja huenda yasikubaliwe. Tumia maswali kulingana na muktadha wa suhula zako.

1. Tunadhania watu wanaokuja katika kliniki hii wanajua kuhusu upangaji uzazi? Je, wanajua kuhusu \_\_\_\_ (mbinu mahususi) \_\_\_\_\_?
2. Wangependa kupata mbinu za upangaji uzazi hapa?
3. Je, tuna wazo kuhusu mbinu za upangaji uzazi ambazo wanawake hapa wangependa sana? (Tembe za CycleBeads®, sindano za kuzuia mimba, mipira ya kondomu, n.k.)
4. Je, baadhi ya wanawake wataogopa au kutotaka kuanza kutumia mbinu za upangaji uzazi? Kwa nini?

5. Je, bidhaa za upangaji uzazi zinapaswa kuwa bila malipo, au wateja wanapaswa kuulizwa walipe, angalau kiwango kidogo?
6. Je, kuna wagonjwa/wateja wetu wowote ambao tayari wanatumia mbinu za upangaji uzazi? (Kama ni hivyo, wanazipata wapi? Ni mbinu zipi wanazozipenda? Wanazilipia pesa ngapi?)
7. Je, ni nini tayari tunachokijua kuhusu kuwashauri watu na kuwapa mbinu za upangaji uzazi? Je, ni aina gani za mbinu ambazo uko tayari kuwafafanulia watu – (CycleBeads®, mipira ya kondomu, tembe, sindano za kuzuia mimba, IUD, n.k.) Unaweza kufafanua kuhusu athari za baadhi ya mbinu hizi?
8. Tunawezaje kufanya mbinu za upangaji uzazi zipatikane? Kwa mfano, zinapaswa kutolewa kila wakati katika kliniki za huduma ya watoto, kupitia wafanya kazi wa kijiji, siku za soko, katika maduka ya dawa? Njia nyingine ni ipi?)
9. Ikiwa hatuna bidhaa dukani ya upangaji uzazi hapa, ni wapi tunaweza kuwaelekeza watu waende kupata dawa za kuzuia mimba? (Kwa mfano, maduka ya kibinafsi ya dawa, hospitali, kliniki zingine, wapi? Ziko mbali wapi, na ni rahisi na nafuu aje kwa watu kufika hapo?)
10. Ni mambo yapi mengine tunayopaswa kuyafikiria kuyahusu kabla tuanze kutoa upangaji uzazi hapa, au tujaribu kutoa huduma kwa wanawake zaidi?



## Swali la Pili. Je, watu tayari wanapata mbinu za kupanga uzazi kutoka vyanzo vingine?

Katika hali zingine, huenda wafanyakazi wakafikiria hakuna wanawake ambao wanawapa huduma zingine wanatumia upangaji uzazi. Hata hivyo, hii inawezakuwa makosa, kwa kuwa huenda wafanyakazi hawajawahi kuuliza, na huenda wanawake hawajawahi kusema. Angali mifano hii kutoka nchi mbalimbali:

- Baadhi ya wanawake husafiri safari ndefu kila miezi mitatu kuelekea eneo la mjini ili kupata Depo-Provera, sindano ya kuzuia mimba. Safari kama hiyo huchukua muda na hugharimu, wakati pesa za familia zimepungua, wanajaribiwa kuruka safari. (Hadithi kama hizi huashiria hitaji la kweli. Kutoa sindano karibu na nyumbani kwao kunawezakuwa huduma nzuri kwa wanawake katika jamii.)
- Watu hununua tembe za kuzuia mimba zinazouzwa kinyume na sheria katika maeneo ya soko. (Tembe hizi huenda zimeisha muda wake au huenda zimehifadhiwa vibaya. Huenda ziliibiwa kutoka kwa hospitali au katika kliniki, au huenda zikawa ghushi.)

- Huenda wanawake wakanunua bidhaa za upangaji uzazi kutoka maduka ya dawa yenye leseni na ya kibinafsi. (Yanaweza kuendelea kufaa utoaji kwa jamii chini ya hali mbili: maduka ya dawa yako karibu na nyumba, na bajeti ya familia inaweza kushughulikia gharama.) Lakini huenda mpango wako ukaweza kutoa mbinu hizi sawa kwa watu wanaoishi mbali na maduka ya dawa au ambao hawawezi kumudu gharama ya maduka ya dawa.
- Mipira ya kondomu inapatikana katika maeneo mengi, katika baa, kwa bei ya chini kupitia mipango iliyofadhiliwa. (Mipira ya kondomu inaweza kuwasaidia watu kuepuka magonjwa yanayosambazwa kingono na mimba isiyotakikana. Hata hivyo, baadhi ya wenzi watapendelea kutumia mbinu tofauti ya kuzuia mimba, kama zitapatikana.)

Huenda wanawake wakatumia mbinu ya homoni ya upangaji uzazi kama vile tembe au sindano za kuzuia mimba lakini wakomeshe kutumia kwa sababu ya hoji kuhusu madhara. Kama mpango wako unajumuisha CycleBeads®, ambayo haina madhara yoyote, mahitaji ya wanawake hawa yanaweza kufikiwa. Faida ya kujua vyanzo vingine vya upangaji uzazi hukusaidia kupanga vyema kwa kuanzisha au kupanua huduma za shirika lako za upangaji uzazi. Ufahamu huu hukusaidia kuchunguza vipengele hivi:

- Wateja wanaowezekana wanapendezwa aje na upangaji uzazi?
- Vyanzo vya vifaa vya upangaji uzazi vinaweza kutegemewa aje?
- Je, watu wanaonekana wanataka kulipia? Kama sivyo, mpango huo utagharamia aje vifaa? Kama ni hivyo, ni pesa ngapi wako tayari kulipa, na kwa vifaa vipi? Kwa mfano, huenda wateja wasiwe tayari kulipia tembe au mipira ya kondomu ambayo inatolewa bila malipo na Wizara ya Afya, lakini huenda wako tayari kulipia sindano za kuzuia mimba au CycleBeads, ambazo hazipatikani kutoka vyanzo vingine. Maelezo haya yanaweza kukusaidia kuamua ni mbinu gani mipango yako inapaswa kutoa na ni zipi wateja wanapaswa kuelekezwa.
- Je, suhula zingine zinaweza kutumika kama rufaa kama suhula yako mwenyewe haiwezi kutoa mbinu zingine? Kwa mfano, huenda usiweze kufanya uingizaji wa IUD au utasa, lakini inawezakuwa muhimu kujua hospitali ambazo zinaweza, na hata kuweka miadi kwa wanawake wanaoenda huko. IUD na utasa zimeokoa maisha ya wanawake katika nchi nyingi wakati ujauzito mwingine ulitambuliwa kuwa wenye hatari sana. Je, baadhi ya vyanzo vya sasa vya dawa za kuzuia mimba vinaweza kuanza kuwaelekeza wateja kwako kwa mbinu za kuzuia mimba ambazo havitoi? Kwa mfano, kama wauguzi wako wa afya watajifunza kufanya uingizaji wa IUD, wasambazaji wa jamii wa tembe wanaweza kuwaelekeza wateja wa IUD kwao.
- Je, kunaonekana kuwa na hoja kuhusu faragha katika umati, yaani kutowaruhusu wenzi au shemeji kujua kuhusu kupata mbinu hizi?

Ukiwa na maelezo ya aina hii, ni rahisi zaidi kupanga huduma za baadaye za kuzuia mimba.

## Swali la Tatu. Ninawezaje kupata "furushi la kuanza" la vifaa vya kupanga uzazi?

Furushi la kuanza lina kiwango kidogo cha mbinu mbalimbali. Ni suhulisho na muda mfupi na la wakati mmoja tu, lakini linawezakuwa na manufaa fulani.

- Wakati una furushi la kuanza, unaweza kuchukua hatua mara moja kuwasaidia wanawake unaowajua hawapaswi kupata mimba nyingine.
- Kwa kufuatilia usambazaji - kwa kawaida katika aina kama Sajili ya Shughuli ya Kila siku inayotumiwa kwa bidhaa nyingine nyingi - unapata wazo la mbinu mbalimbali za kupanga uzazi zinazojumuishwa katika furushi lako la kuanza. Utajifunza, kwa mfano, kama mizunguko 100 ya tembe zinaweza kutosha kwa wateja wako kwa wiki au kwa miezi mitatu. (Kwa hakika, punde mtoaji anayetegemewa wa bidhaa anapopatikana, matumizi yatainuka sana. Lakini data yako ya kuanza itakusaidia kujua utaagiza kiwango kipi.)
- Furushi la kuanza ni njia nzuri ya kuamua "mchanganyiko upi wa mbinu" wa mahali hapa utakuwa. Je, pengine nusu ya wateja wako watataka sindano, asimilia 30 tembe, asilimia 10 CycleBeads®, na asilimia 10 mipira ya kondomu?
- Punde tu unapopata furushi la kuanza, unaweza kuboresha mfumo wako wa kuweka rekodi, kuangalia uridhishaji wa nafasi yako ya akiba, na kuweka mtiririko wa kindani wa bidhaa katika kliniki zako. Kwa mfano, je, wanachama wote wafanyakazi wanastahili kufunzwa kama watoa huduma ya upangaji uzazi na kujua jinsi ya kupokea vifaa? Kama wateja wataelekezwa kwa baadhi ya mbinu, kila mtu anafahamu mfumo wa uelekezaji?
- Wafanyakazi wako hivi karibuni wataweza kukueleza wanachokifahamu vizuri na kile wanachokihitaji ili kujifunza zaidi kuhusu kuhusiana na utoaji na ushauri wa huduma ya upangaji uzazi.
- Uliza "Furushi la Kuanza" lisilokuwa na malipo kutoka kwa Wizara ya Afya au mtoaji mwingine katika nchi unayofanya kazi. Huenda wasifahamu neno "Furushi la Kuanza," lakini jambo la maana ni kufanya makadirio ya msingi na kupata matoleo ya kuanzisha usambazaji. Angalia Mfano B mwisho wa kitabu hiki.
- Hata kama umenunua furushi la kuanza la dawa za kuzuia mimba, kiwango kidogo cha pesa kinaweza kuzindua huduma zako za kuzuia mimba. Kwa mfano, Dola \$1,000 za Marekani, zinaweza kununua kiwango kinachofaa cha tembe, CycleBeads®, sindano za kuzuia mimba, na mipira ya kondomu. Hata kama umenunua kutoka kwa mtoaji wa kibinafsi mara moja tu, utakuwa umeanza!
- Usisubiri "kuona jinsi itakavyokuwa." Anza mapema kuungana na watoa huduma wengine na mifumo ya utoaji unayotumaini kuungana nayo baadaye.

## Swali la Nne. Je, ni nini tunachoweza kujifunza kutoka kwa mashirika mengine ambayo yana chanzo kizuri cha vifaa vya kupanga uzazi?

Katika nchi yoyote, baadhi ya Mashirika ya Jamii au Mashiriki yasiyo ya Serikali tayari yamejifunza mengi ambayo yanaweza kukuokolea muda na nyenzo. Waulize! Hapa kuna baadhi ya maswali:

- Je, ni lini ulianza kutoa huduma za upangaji uzazi?
- Je, ni wapi unapopata bidhaa zako za upangaji uzazi? Je, unafurahia vyanzo vyako?
- Unaziagiza aje, na mara ngapi? Mfumo huo unafanya kazi aje? Je, unalazimika kukadiria kila wakati unachokihitaji? Au unaripoti tu bidhaa zako kichwani na data ya hivi karibuni ya matumizi, na kisha mtoaji huhesabu cha kukupa?
- Je, kuna sheria na masharti ya serikali ninayostahili kuyajua kuyahusu kabla ya kusambaza dawa za kuzuia mimba?
- Je, ni mbinu gani yako ya mchanganyiko wa dawa za kuzuia mimba (takriban asilimia ya wateja ambao wanatumia kila moja ya mbinu tofauti)?
- Je, unawaelekeza wateja kwa mashirika ambayo unayafurahia? Kwa mfano, kama hatutoi IUD, lakini baadhi ya wateja wetu wanazitaka, je kuna hospitali au kliniki ambayo ungependekeza?
- Je, matumizi ya bidhaa ni dhabiti kwa mbinu tofauti, au yanaongezeka? Je, unasambaza zaidi sasa kuliko mwaka uliopita au miaka michache iliyopita?
- Je, wafanya kazi wako wana mafunzo rasmi katika ushauri na usambazaji? Kama ni hivyo, waliyapata wapi? Je, unayapendekeza?
- Je, unapendekeza kuweka mabango ya aina fulani ili kutangaza huduma? Kama ni hivyo, una vyanzo vyovyote vya nyenzo nzuri na rahisi?
- Je, wanawake huja kwa upangaji uzazi kivyao, au wafanyakazi wanahitaji kutaja upangaji familia na kufafanua mbinu?
- Je, una wafanyakazi wa afya wa jamii ambao wanatoa mbinu za upangaji familia? Mbinu gani?
- Je, inawezekana kwa baadhi ya wafanyakazi wetu kuja kuwatembelea wafanyakazi wako ili kuona jinsi wanavyotoa huduma za upangaji uzazi?
- Je, kumekuwa na matatizo au changamoto gani katika kazi hii?
- Je, ni ushauri upi unaweza kutoa kwa shirika linalopendezwa katika kutoa huduma za kuzuia mimba?



## Swali la Tano. Je ni watu na mashirika yapi tunapaswa kuwasiliana nayo?

### 1. **The Christian Health Association (CHA) katika nchi unayofanya kazi.**

Huenda ukapata kwamba kliniki na hospitali nyingi za jamii tayari zinatoa huduma za kupanga uzazi. Wafanyakazi wa CHA wataweza kukushauri na kukusaidia kuanza haraka shughuli za kupanga uzazi. Wanaweza kupendekeza mipango mingine ya jamii unayoweza kuzuru au kuwatuma wafanyakazi wako kwa mafunzo halisi kwenye eneo. Watakuieleza kama unaweza kuanza kutoa upangaji uzazi chini ya CHA. Wanaweza kukushauri kama unahitaji kuwasiliana moja kwa moja na maafisa wa serikali au mawakala wa kimataifa (angalia chini) na jinsi unavyoweza kupokea dawa zilizotolewa za kuzuia mimba.

### 2. **Maafisa wa serikali katika kiwango cha kitaifa na/au mtaani**

Kama una kliniki, vituo vya afya, au hospitali 10 au zaidi, katika maeneo tofauti ya nchi, huenda ukahitajika kuwasiliana na maafisa katika Kitengo cha Upangaji Uzazi cha Wizara ya Afya kuhusu kuongeza huduma za upangaji uzazi. Kama una kliniki mbili au tatu tu, unaweza kufanya kazi na maafisa katika kiwango cha wilaya au kiwango cha kimaeneo.

### 3. **Wafadhali wa kimataifa wa serikali**

Mawakala wawili ambao wanatoa dawa nyingi zilizotolewa za kuzuia mimba duniani ni USAID (wakala wa serikali wa Marekani) na UNFPA (wakala wa Umoja wa Mataifa). Wafadhali wingine ni pamoja na Muungano wa Ulaya, DFID ya Briteni, CIDA ya Kanada, Msaada wa Irisi, SIDA ya Uswidi. Kwa kawaida hutoa dawa za kuzuia mimba moja kwa moja kwa Wizara ya Afya (MOH), badala ya vikundi kadhaa vidogo vidogo nchini. Benki ya Duniani ndiyo inayokopesha sana fedha, kwa kawaida kwa serikali, ili kununua dawa za kuzuia mimba.

Suhula za afya za kanisa yako zinaweza kuingia katika safu ya usambazaji wa MOH na kupokea baadhi ya vifaa hivi. Katika baadhi ya nchi, wafadhili pia hutoa dawa za kuzia mimba moja kwa moja kwa shirika kuu la NGO au FBO, kama vile Mashirika ya Jamii ya Kutoa Dawa katika baadhi ya nchi za Afrika.

### 4. **Mashirika ya Kimataifa yasiyo ya serikali (NGO)**

Shirikisho la Kimataifa za Uzazi Uliopangwa lina mashirika wanachama katika nchi nyingi ambapo FBO inafanya kazi. Cordaid, World Vision, Adventist Development and Relief Agency, the Institute for Reproductive Health, na Marie Stopes International ni mashirika na taasisi zingine ambazo zimefaulu kushirikiana na FBO katika nchi nyingi.

### 5. **FBO au NGO za mtaani**

Faida ya FBO na NGO za "mtaani" (nchini au sehemu moja ya nchi) ni kwamba kwa kawaida zina ufahamu mkubwa wa eneo na zina uhusiano wa karibu na jamii zao.

Zinaweza kushiriki mawazo ili kusaidia kuzindua uvumbuzi wako wa upangaji uzazi kwa haraka na vizuri. Wakati mwingine watakuwa na motisha ya kushirikiana ili kuhakikisha huduma za kawaida za kupanga uzazi kwa wanachama wao.

## **Swali la Sita. Je, ni data gani tunayohitaji wakati tunapouliza dawa za kuzuia mimba?**

Mwanzoni, ungeweza kukadiria tu, kwa sababu bado hukuwa na data sahihi kuhusu viwango au aina za bidhaa za upangaji uzazi zinazosambazwa kwa kipindi cha miezi.

**Mwongozo wa Ubashiri wa Dawa Mpya na Zisizotumiwa sana za Upangaji Uzazi** (Taasisi ya Uzazi ya Chuo Kikuu cha Georgetown, John Snow Inc., na Population Service International kwa Muungano wa Vifaa vya Afya ya Uzazi, 2012) ni nyenzo kuu ya kutumia wakati unauliza dawa za kuzuia mimba:

<http://www.k4health.org/toolkits/NUMs-forecasting-guide>.

Hapa chini kuna baadhi ya mifano ya maneno ya kusema wakati unapoomba vifaa hivi. Tumetumia hesabu "msingi" za kimataifa kwa asilimia (22.5%) ya wanawake wenye umri wa uzazi katika idadi ya watu, na nambari ya mipira ya kondomu inayohitajika na wenzi (120 kwa mwaka). Barua/barua pepe kamili ya sampuli imejumuishwa katika viambatisho vya waraka huu.

**Maneno ya sampuli:** "Suhula zetu za afya zilianzishwa mwaka wa 1980, na tunahudumia wateja na wagonjwa wote, wawe ni wanachama wa makanisa yetu au la. Suhula zetu ziko sanasana katika maeneo ya mashambani ambapo hakuna ufikiaji wa huduma zingine za afya. Kliniki yetu ya Lemu ni ya kawaida, suhula nyingine ya serikali iliyo karibu (Hospitali ya Wilaya ya Barako) iko umbali wa kilomita 70, na huduma chache za sekta ya kibinafsi zinapatikana au zinamudika kwa watu masikini, ambao tunawahudumia."

**Maneno ya sampuli:** Takriban watu 100,000 wanahudumiwa na kliniki zetu, na takriban asilimia 22 yao ni wanawake wenye umri wa uzazi. Takriban asilimia 80 ya wanawake hawa (17,600) wako katika uhusiano, inayomaanisha wanaweza kuwa wajawazito. Uchunguzi wetu hadi sasa unatueleza kwamba angalau asilimai 15 ya wanawake hawa wangependa kutumia upangaji uzazi ili kuweka nafasi au kupunguza idadi ya watoto ambao wanao. Hii inamaanisha takriban wanawake 2,640 wanataka huduma hizi sasa sasa.

**Maneno ya sampuli:** Tunaomba matoleo ya kwanza ya miezi mitatu ya dawa za kuzuia mimba li tuanzishe shughuli zetu. Wakati wa miezi hizi mitatu, tutaweka rekodi sahihi ili tuweze kukadiria hitaji halisi litakuwa lipi katika miezi ijayo. Mahojiano na ukusanyaji wetu wa maelezo hadi sasa unaashiria asilimia 50 ya wanawake 2,640 watataka sindano ya kuzuia mimba, asilimia 30 watataka tembe, asilimia 10 CycleBeads® na



asilimia 10 watataka mipira ya kondomu. Kulingana na makadirio haya, viwango mahsusi vitakuwa:

- Vipimo 1,320 vya dawa za kuzuia mimba za miezi mitatu zinaweza kudungwa wanawake 1,320 wanaokadiriwa kutaka mbinu hii.
- Mizunguko 2,376 ya tembe za kuzuia mimba (matoleo ya miezi mitatu kwa wanawake 792 wanaotaka mbinu hii).
- Seti 264 za CycleBeads® za matoleo ya maisha kwa wanawake 264 wanaokadiriwa kutaka mbinu hii.
- Mipira 7,920 ya kondomu (matoleo ya miezi 3 kwa wanawake 264 wanaotaka mbinu hii, kwa mipira 10 ya kondomu kwa mwezi).

**Maneno ya sampuli:** Tunaamini kwamba matoleo ya kwanza ya miezi hii mitatu itatuanzisha. Tutaanza mara moja kuweka rekodi sahihi za viwango vilivyosambazwa na bidhaa zinazosalia, ili kwamba mwisho wa mwezi wa kwanza tunaweza kuagiza agizo sahihi liwasili kabla ya bidhaa zetu kuisha. Ikiwa tuna viwango vidogo vya bidhaa kabla ya wakati huo, tutaagiza agizo la dharura ili tusiishiwe.

**Maneno ya sampuli:** Hatuna vyanzo vyovyote vya fedha kununua bidhaa za upangaji uzazi kwa wateja wetu. hatuwezi kuzituma kwa maduka ya kibinafsi ya dawa, ambayo yako mbali sana na yanagharimu sana. Mipango mengine tuliyowasiliana yametuelekeza kwako. Tungependa kuwa eneo lipya la huduma ya upangaji uzazi, kwa kuongezea maeneo 12 yaliyopo katika wilaya yetu.

**Kumbuka:** Unaweza kutoa maelezo zaidi ya kina, lakini hiyo inaweza kutoleta matokeo. Watoa maamuzi mara kwa mara hutaka vipengee muhimu viteuliwe, badala ya data ya kina. wanahitaji maelezo msingi juu ya kwanini unataka bidhaa za kupanga uzazi, kiwango unachokihitaji, na jinsi utakavyo ziripoti.

## **Swali la Saba. Je, ni mbinu zipi mwafaka za kupata vifaa vya kupanga uzazi?**

**Sisitiza.** Katika kiwango cha mtaani, ufanisi unaweza kuchukua miezi. Katika kiwango cha kitaifa, unaweza kuchukua muda mrefu zaidi. Huenda ukahitaji kuzuri mara kadhaa baadhi ya ofisi zilezile. Kuwatuma wanachama tofauti wa shirika lako kwa wakati tofauti kunaweza kuleta matokeo. Wakati mwingine raia wa nchini na mtaalamu kutoka shirika huwa mchanganyiko mzuri. Na katika nchi zingine, maafisa wa kike wanaweza kusaidia zaidi kwa maombi ya msaada wa kupata bidhaa.

**Ushindi-Ushindi.** Sisitiza kwamba juhudi zako ni sehemu ya mpango wa kitaifa wa kutoa huduma zaidi za kupanga uzazi kwa watu wanaozitaka na kwamba unatia nguvu na kutekeleza kazi hiyo. Maanisha katika njia ya kidiplomasia kwamba kukusaidia kutafanya maafisa na mipango yao kuonekana nzuri.

**Chagua data na maelezo yako.** Hakuna chochote kinachoshinda "data ya kutoa uamuzi," na hiyo ndio watoa maamuzi wanahitaji. Nambari huongea, bora tu ziwe nambari sahihi. Katika hali hii, nambari kuu ni watu wanaohudumiwa na viwango vya dawa za kuzuia mimba zinazohitajika (kuorodheshwa kwa aina ya dawa ya kuzuia mimba). Baada ya muda, unatumaini kwamba utaweza kuagiza maagizo ya kuongezwa upya dawa za kuzuia mimba, viwango vinavyoendelea kuongezeka ndivyo hitaji linavyoongezeka, na kudumisha akiba ya usalama, ili uweze kudhibiti bidhaa kuisha. Ni muhimu kuepuka data ya ziada (viwango vya mapato, kikundi cha jamii, viwango vya elimu, n.k.) ambayo haitasaia afisa kuzingatia ombi lako la dawa za kuzuia mimba.

**Mfahamu mfadhili au mtoa huduma.** Watu unaokutana nao hawatachukua manukuu tu na kisha kukupa bidhaa unazozihitaji Lazima waweke ombi lako katika mipango yao ya kila mwaka na mizunguko ya bajeti ya wafadhili wao wenyewe. Wanaweza kukueleza uende katika buni ya kimaeneo au wilaya kwa toleo la wakati mmoja. Huenda wakakuuliza uweke mpango wa mara kwa mara wa matoleo kutoka kwa buni ya kimaeneo au ya wilaya, na utahitaji kibali kilichoandikwa kufanya hivyo. Huenda buni ikawasilisha bidhaa kwako, au huenda ikakubidi uchukue bidhaa zako kila mwezi au kila robo mwaka. Kama MOH haina bidhaa za kutosha zinazolingia nchini ili kutoa kwa suhula za MOH na FBO kama yako, itakubidi uanzishe mfumo mwingine wa upataji, kwa kutumia nyenzo zako mwenyewe.

**Fuatilia ziara yako na barua pepe au barua.** Ukituma maelezo na data yako mapema, una nafasi kwamba itasomwa kabla ya ziara yako. Na mtu unayekutana na yeye atakuwa tayari na rekodi yako pepe, ambayo ni rahisi kusambaza kwa wafanyakazi ambao wanaweza kushughulikia ombi lako. Angalia barua ya sampuli katika Mfano B mwisho wa Mwongozo huu.

**Fuatilia ripoti za maendeleo.** Watoa maamuzi ambao hujibu wanapenda kusikia kwamba walichokupa kilisaidia. Taja idadi ya watu waliohudumiwa, viwango vilivyosambazwa, mbinu zinazopendelewa, na maongezeko katika matumizi. Kuwa chanzo cha habari nzuri. Ni wazo nzuri kuambatisha picha ya wateja wenye furaha wakihudumiwa (omba kibali kabla ya kupiga picha yoyote).

**Kumbuka:** Lengo lako la muda mrefu sio kushughulikiwa kama hali maalum, lakini kuwa kama huduma zingine za upangaji uzazi ambazo hupewa dawa mara kwa mara.

## **Swali la Nane. Je, tunapaswa kujinga na kikundi cha uratibishaji?**

Kwanza kabisa, kikundi cha uratibishaji ni nini? Kwa kawaida ni kikundi cha kitaifa chenye waakilishi wa wafadhili, NGO, FBO, na maafisa wa serikali ambao hukutana mara kwa mara kutathmini na kuchukua hatua kuhusu matoleo ya dawa za kuzuia mimba zinazolingia nchini. (Vikundi vingine vya uratibishaji uhusika katika bidhaa za

afya ya uzazi na hata pia kwenye vipimo vya HIV/UKIMWI na dawa za kukabiliana na virusi.)

Ijapokuwa jina la vikundi vya uratibishaji litatofautiana kutoka nchi moja hadi nyingine, jina la kawaida ni Kamati ya RHCS ya Uratibishaji. (RHS inasimamia Usalama wa Vifaa vya Afya ya Uzazi.)

Katika nchi nyingi, Wizara ya Afya, USAID, na UNFPA ni wanachama husika wa vikundi vya uratibishaji. Kikundi hiki kwa kawaida husimamiwa na afisa wa MOH. Huenda vikundi vikakutana kila mwezi, kila robo mwaka, au mara kwa mara. Nchi zingine pia zina vikundi vya uratibishaji dawa za kuzuia mimba vya kimaeneo au wilaya.

Lengo la muda mrefu la vikundi hivi ni "Usalama wa Dawa za Kuzuia Mimba" (wakati mwingine inaitwa "Usalama wa Bidhaa"). Maneno haya yanamaanisha kwamba kila mwanume na mwanamke anayetaka dawa za kuzuia mimba anapaswa "kuzichagua, kuzipata, na kuzitumia".

Unapaswa kujiunga na Kikundi cha Kuratibisha Dawa za Kuzuia mimba katika nchi unayofanya kazi? Hiyo itategemea mapendeleo yako na mahali suhula zako zipo. Sababu kadhaa za kwanini inawezakuwa muhimu kujiunga:

- Uanachama wako unaweza kusaidia kuhakikisha matoleo ya dawa za kuzuia mimba katika suhula zako mwenyewe.
- Unaweza kujifunza vipengele muhimu kutoka kwa watoa huduma wengine wa huduma za kuzuia mimba. (Kwa mfano, wanaweza kukushauri kwamba, kabla ya msimu wa kupanda wakati wanawake wanafanya kazi katika mashamba yaliyo mbali, wanaweza kutaka kuchukua mizunguko ya ziada ya tembe ili kudumu msimu wote.)
- Huenda ukaweza kutia nguvu mfumo wako wa uelekezo. (Kwa mfano, ni wapi katika eneo lako wanawake wanaweza kupata utasa wa upasuaji au Norplant?)
- Unaweza kuchangia uzoefu wako mwenyewe kwa uvumbuzi wa kitaifa.
- Utapata maarifa kuhusu vipaumbele na sheria za serikali. Kwa mfano, mipira ya kondomu na dawa zingine za kuzuia mimba zinazingatiwa "Dawa Muhimu" kwenye orodha za serikali? Je, kuna tembe mpya za kuzuia mimba ambazo haziko kwenye orodha ya kitaifa ya dawa?
- Utajifunza kama vikundi vingine vinawalipisha wateja kwa dawa za kuzuia mimba. Pesa ngapi? Je, ada hizi ni za juu sana kununua bidhaa tena (inayoitwa "urejeshaji gharama")? Au ada ni ya kawaida ("kushiriki gharama")?

## **Swali la Tisa. Tutawezaje kufuatilia matumizi ya dawa za kuzuia mimba?**

Unahitaji rekodi na data nzuri ili kuepuka kuishiwa na dawa za kuzuia mimba. Kuishiwa na dawa za kuzuia mimba kutasababisha mimba zisizokusudiwa. Itakuwa muhimu

kuweka mfumo wa kuripoti kwa kutumia fomu za watoa huduma. Mafunzo ya kutosha kuhusu fomu, na mpango wa ufuataji wa mara kwa mara lazima uanzishwe kabla ya fomu kutumiwa.

Ulinganisho mzuri ni tangi ya mafuta ya gari. Una wazo la umbali ambao gari lako linaweza kwenda kwa tangi ya mafuta (kiwango chako cha matumizi ya mafuta). Tuseme umehesabu kwamba lita 12 ya mafuta itakupekea mjini na kurudi. Lakini hutaki kujihatarisha, kwa hivyo unajaza mafuta tena kabla ya kisindano kwenye kipima mafuta kufika alama nyekundu. Unataka kuwa na mafuta ya ziada iwapo kitu chochote kitafanyika, kama vile daraja iliyoharibika au njia inayoongeza kilomita za ziada.

Wazo hilo hilo hutumika pia kwa dawa za kuzuia mimba. Kwa kila aina, unahesabu matumizi yako ya kila mwezi (kulingana na miezi ya hivi karibuni). Kisha, kwa kuangalia kiwango hicho cha dawa za kuzuia mimba ulizo nazo, unajua umbali kiwango hicho kinaweza kukuchukua, k.m., ni miezi mingapi kitadumu. Ukiwapa wateja takriban mizunguko ya tembe 80 kila mwezi, na una mizunguko 400 mkononi, una za kutosha kwa miezi mitano. Lakini utataka kuagiza na kupata bidhaa mpya kabla ya miezi mitano kuisha. Kama vile unahakikisha kwamba una mafuta ya kutosha katika tangi yako hadi upate kituo cha mafuta, unataka kuweka akiba ya kutosha ya dawa za kuzuia mimba mkononi.

Kanuni hizi rahisi ni msingi wa harakati nzima ya Usalama wa Dawa za Kuzuia Mimba, na kanuni za usimamizi wa utaratibu na safu ya utoaji. Angalia orodha ya mawazo muhimu hapa chini katika sura ifuatayo, na ugundue jinsi inavyohesabiwa. Kisha angalia jinsi zinavyotumika katika mfano "Hesabu katika Kliniki ya Sarah." (Maelezo zaidi ya kina kuhusu mawazo haya yanapatikana katika orodha ya Vyanzo mwisho wa kijikaratasi hii.)

**Mwezi wa Kawaida.** Hii inarejelea mwezi wakati matumizi ya dawa za kuzuia mimba ni zaidi au chini ya kawaida. Hakukua na ongezeko kubwa (kwa mfano, kwa sababu ya kampeni ya matangazo), wala upungufu mkubwa (kwa sababu ya viwango vidogo vya akiba, bidhaa kuisha, n.k.). Angalia nambari hizi sita za kila mwezi: 85, 75, 44, 122, 78, na 90. Nambari 44 na 122 sio za kawaida kwa sababu haziko katika kiwango kimoja au kikundi kama zile zingine.

**Matumizi Wastani ya Kila mwezi (AMC).** Unahitaji kujua kiwango unachowapa wateja katika mwezi wastani. Kwa kuwa hakuna mwezi ambao ni wastani vizuri, unapaswa kuchukua viwango vya dawa za kuzuia mimba zilizosambazwa katika miezi mitatu au zaidi ya hivi karibuni na utafute wastani. Katika mfano hapo juu, tumia nambari ya miezi minne ya kawaida: 85, 75, 78, na 90. Ziongeze na utafute wastani (gawanya jumla na 4). AMC ni 82.

**Miezi ya Akiba (MOS):** Hii humaanisha muda ambao akiba yako ya dawa za kuzuia mimba itadumu. Unahitaji kugeuza viwango unavyo mkononi ([wakati mwingine inaitwa uvumbuzi au akiba mkononi au akiba halisi](#)) kwa miezi ili uweze kujua kama una za kutosha kwa miezi miwili, miezi sita, au hata zaidi. Gawanya akiba yako iliyo mkononi na AMC yako ili upate MOS. (Usijumuishe bidhaa zilizoisha muda au kuharibika kama sehemu ya akiba yako iliyo mkononi.) Kwa mfano, kama una mizunguko ya tembe 160 mkononi (na hakuna yoyote iliyoisha muda au kuharibika) na AMC yako ni 50, una tembe za kutosha kwa zaidi ya miezi mitatu.

**Kiwango cha Kuagiza (QTO):** GTO ndiyo muhimu sana katika mahesabu, lakini ukikosa kuhesabu AMC na MOS kwa usahihi, hutakuwa na GTO sahihi. (Kama akronimi zingine, huenda QTO ikajulikana kwa majina tofauti kattika nchi tofauti.) Katika nchi nyingi, mtoaji dawa za upangaji uzazi atakupangia "Kiwango cha juu," au Kiwango cha Akiba cha Juu ambacho unaweza kupata. Kama kiwango chako cha juu ni 3 (hiyo inamaanisha miezi mitatu), unaweza kuweka akiba ya hadi mara tatu ya Matumizi yako Wastani ya Kila mwezi (AMC). Lakini kabla ya agizo lako, lazima kwanza uondoe akiba yako iliyo mkononi. (hutaki kuwa na "akiba kupita kiasi.") Tuseme sindano zako za AMC za kuzuia mimba ni 50, na Kiwango chako cha juu ni 150. Wakati ukifika wa kuagiza, hesabu yako ni 70 katika akiba yako uliyo nayo. Ondoa 70 kutoka kwa 150 ili uhesabu kwamba 80 ndiyo Kiwango chako cha Kuagiza (QTO).

**Mtindo:** Katika misururu ya utoaji, "mtindo" hufasiliwa kama miezi mitatu au zaidi ya kuongezeka au kupunguka katika matumizi. Kwa mfano, katika miezi minne iliyopita kiwango cha tembe zilizosambazwa kilikuwa 112, 118, 122, na 130. Katika hali hii mwongezeko ni imara. Kama mtindo (mzuri au mbaya) unafanyika, hutataka kutumia Matumizi yako Wastani ya kila Mwezi kwa miezi iliyopita, kwa sababu huenda isiweze kukueleza matumizi ya baadaye yatakuwa aje. Kama unatarajia mtindo kuendelea, huenda ukaamua kutumia mwezi wa mwisho tu kama AMC. Katika mfano wetu, tumia 130 kama ukadiriaji wako, kwa kuwa itakuwa vyema kuashiria ni nini kitakachofanyika katika miezi ijayo. Aina nyingine ya mtindo katika huduma za kuzuia mimba inaweza kufanyika wakati mbinu au chapa mpya inapoanzishwa; kwa mieze michache, unaweza kuona mbinu ya zamani ikipungua katika matumizi, kwa kuwa wateja hubadilisha na kutumia mbinu au chapa mpya zaidi.

**Hali ya msimu:** Kama utabadilisha matumizi kila mwaka kwa wakati mmoja, pengine una hali ya msimu. Kwa mfano, miamvuli nyingi huuzwa wakati wa msimu wa mvua, kwa hivyo wauzaji wanahitaji kuwa nazo mapema. Vivyo hivyo, dawa nyingi za kuzuia mimba zitahitajika kama umati wa wahamiaji watakuja katika eneo lako mara moja au mara mbili kila mwaka, au kama kuna kampeni ya kila mwaka ya huduma ya watoto ambapo akinamama hupewa huduma za kuzuia mimba. Utaagiza akiba ya ziada kila mwaka ili kuandaa kwa matukio haya.

Tufikirie tena juu ya mafuta katika gari lako. Fikiria Kiwango cha Kuagiza (GTO) kama mafuta unayohitaji katika tangi ili ufikie kituo kinachofuata cha mafuta. Tayari una mafuta kiasi katika tangi, lakini haitoshi. Unahitaji kununua kiwango kipi? Kama unajua matumizi yako wastani ni yapi, unaweza kuhesabu unachohitaji.

Tuseme kwamba katika mfumo wako wa utoaji dawa za kuzuia mimba, uagize kila miezi miwili (miezi miwili kati ya "vituo vya mafuta") na kila wakati unaweka Akiba Mkononi ya miezi miwili (SOH) iwapo utaongeza matumizi au bidhaa ifuatayo itachelewa. Hiyo inamaanisha kwamba umeagiza agizo ambalo "litaongeza" akiba yako hadi miezi minne (mara nne ya Matumizi yako Wastani ya Kila mwezi). Hiyo ndiyo "Kiwango chako cha Juu," au kiwango cha juu cha akiba, hutahitaji au kutaka kuzidisha kiwango hicho.

Mfano: AMC yako ya sindano za kuzuia mimba ni 21, na Kiwango cha Juu = 4 AMC. Unahesabu Kiwango cha Juu kama  $4 \times 21$ , au sindano 84. Lakini hautaagiza 84 (isipokuwa uwe "umeishiwa na akiba" na ulikuwa na 0), kwa sababu una Akiba Mkononi ya 47, na hupaswi kuweka akiba kupita kiasi. Kwa hivyo unatoa SOH ya 47 kutoka kwa 84 ili upate 37, ambayo ni Kiwango cha Agizo.

Fomula ni  $GTO = \text{Kiwango cha Juu} - SOH$ .

Katika mfano huu,  $GTO = 84 - 47 = 37$ .

Utaagiza mizunguko 37 ya tembe za kuzuia mimba.

## **Swali la Kumi. Tunawezaje kuzuia vifaa vya kupanga uzazi dhidi ya kuisha?**

Mfumo wowote wa utoaji lazima uepuke kuishiwa na tembe za kuzuia mimba, au "akiba kuisha." Kuishiwa kwa tembe za kuzuia mimba husababisha wanawake wengine kupata mimba zisizopangiwa. Mwongozo wa ubashiri uliotajwa hapo awali katika Swali la 6 utasaidia kuzuia akiba kuisha. Huu ni muhtasari wa vipengele vya awali katika Mwongozo huu.

**Usikadirie matumizi ya dawa za kuzuia mimba.** "Kukisia tu" ni sababu ya mara kwa mara ya akiba kuisha.

**Fuatilia ni ngapi wateja wako hutumia.** Tumia Sajili ya Shughuli ya Kila siku (sajili ya Upangaji Uzazi), karatasi ya tiki, au fomu kama hiyo ili kuweka nambari hizi. Ni bora kuweka jumla kamili ya kila siku ili iwe rahisi kupata jumla ya kila mwezi. Kama unajua unachotumia, unaweza kukadiria unachohitaji.

**Hesabu Matumizi yako Wastani ya Kila mwezi (AMC).** Tumia miezi mitatu au zaidi ya kawaida. Miezi ya kawaida ni miezi ambayo huonyesha hakuna ongezeko au upungufu katika matumizi. Zinawakilisha cha kawaida na wastani.

**Hesabu Miezi ya Akiba (MOS).** Je, akiba yako itadumu vya kutosha au itaisha kabla bidhaa mpya kuwasili? Gawanya akiba nzuri unayo mkononi na AMC yako ya sasa. Kwa mfano, kama una sindano 80 za kuzuia mimba, na AMC yako ni 20, MOS yako ni 4, inayomaanisha matoleo yako yatadumu miezi minne.

**Fuata sera za mfumo wako wa kawaida wa matoleo.** Kwa mfano, tuseme buni ya wilaya ya MOH inakuruhusu kuchukua dawa za kuzuia mimba mara moja kila mwezi na hukuwezesha kuweka mkononi bidhaa za miezi mitatu, pamoja na miezi miwili ya "akiba ya usalama." Unapaswa kujaribu kuweka bidhaa kamili ya miezi mitano katika akiba, na unapaswa kutumia fomu za MOH kufanya hivyo. Beba fomu yako ya ripoti na fomu yako ya agizo kwa buni mara moja kila mwezi ili kupata matoleo yako.

**tumia nafasi za mara kwa mara za agizo ili kuongeza bidhaa.** Kupata dawa za kuzuia mimba kwa nyakati na nafasi tofauti kutasababisha akiba kuisha. Mpango bora ni kujifunza na kufuata mfumo wa MOH (au pengine mtoaji mwingine). Ikiwezekana, tumia barua pepe au Faksi kutuma ripoti zako na maagizo yako. Tumia simu kufuatilia.

**Jua wakati wa kuagiza kwa dharura.** Katika mifumo mingi ya kuzuia mimba, unapaswa kuagiza kwa dharura wakati nusu ya kiwango chako cha "akiba ya usalama" kinapobakia. Kwa mfano, kama akiba yako ya usalama ni ya miezi miwili, agiza agizo la dharura wakati unapofikisha kiwango cha mwezi mmoja cha AMC. Usisubiri akiba iishe!

**Kuwa na sera ya kliniki ili utoe mbinu mbadala.** Kama akiba yako ya sindano za kuzuia mimba itaisha, wafanyakazi wako wanahitaji kujua kama watatoa tembe au mipira ya kondomu. Mbinu mbadala sio nzuri sana, lakini ni bora kuliko kutokuwa na chochote. Fanya chochote unachoweza ili kuepuka wateja kurudi bila chochote.

**Kuwa na chanzo chelezo cha dawa za kuzuia mimba, kama chanzo chako cha kawaida kitashindikana.** Mapema kabisa, unahitaji kutambua vyanzo vingine. Unaweza kuazima kutoka kliniki nyingine ambayo ina akiba ya kutosha; huenda ukajaribu kupata bei nzuri katika duka la dawa la kibinafsi ili uepuke akiba kuisha. Panga mapema!

**Kuwa na mfumo wa kuelekeza wateja, iwapo utawahi kuishiwa na akiba.** Ni wapi unaweza kuwatuma wateja wako kama umeishiwa na akiba? Kwa kawaida, eneo lako mbadala litagharimu kidogo na linapaswa kuwa karibu. Arifu eneo hilo kwamba utakuwa ukiwatuma wateja kupata bidhaa za muda, na utume ujumbe ulio na mteja unayemwelekeza.

## Mfano A: Hesabu katika Kliniki ya Sarah

Maneno yaliyowasilishwa kwenye kurasa mbili za mwisho hutumika katika mfano huu nadharia. Mwanamke anayesimamia kliniki ni Sarah, na anafanya mahesabu ili kuagiza.

**Atahesabu aje Matumizi yako Wastani ya Kila mwezi (AMC).** Sajili za Shughuli za Kila Siku za tembe za kuzuia mimba katika Kliniki ya Sarah ilionyesha kwamba muuguzi na muuguzi msaidizi kwa pamoja walitoa viwango vifuatavyo vya mizunguko ya tembe kuanzia Januari hadi Juni:

Pili					
Januari	Febuari	Machi	Aprili	Mei	Juni
21	19	17	5	22	24

Sarah alizingatia "5" katika Aprili kuwa "sio ya kawaida" (aidha kulikuwa na wateja wachache kwa sababu fulani au kulikuwa na upungufu wa bidhaa). Kwa hivyo anaondoa "5" na kuongeza miezi mingine mitano pamoja:  $21 + 19 + 17 + 22 + 24 = 103$ . Na wakati 103 inagawanywa na 5 (nambari ya miezi), wastani au AMC ni 21. Hii inamaanisha kwamba Sarah atahitaji kwa wastani mizunguko 21 kila mwezi.

Anapaswa bado kuhesabu upya AMC kila mwezi kwa sababu itaenda juu na chini, angalau kidogo. Atafanya hesabu hizo kwa kila aina na chapa ya dawa za kuzuia mimba zinazopatikana katika kliniki yake. Hapa kuna mifano ya miezi sita ya sindano za kuzuia mimba na mipira ya kondomu:

Sindano					
Januari	Febuari	Machi	Aprili	Mei	Juni
45	52	47	88	41	55

(Sarah anaondoa 88 kuwa si ya kawaida, anatumia mifano ile nyingine tano kuhesabu AMC ya 48.)

Mipira ya kondomu					
Januari	Febuari	Machi	Aprili	Mei	Juni
210	215	223	249	254	268



Sarah anagundua mtindo na mipira ya kondomu - kuna ongezeko dhabiti kila mwezi kwa miezi kadhaa. Kwa hivyo wakati huu atatumia 268 badala ya kuhesabu Matumizi Wastani ya Kila mwezi, kwa kuwa matumizi yanaweza kuendelea kuongezeka na 268 ni kishiraji bora zaidi cha baadaye kuliko wastani wa miezi sita iliyopita.

CycleBeads®					
Januari	Febuari	Machi	Aprili	Mei	Juni
5	8	3	4	7	5

Sarah anagundua hakuna wakazi au mitindo inayoongezeka kwa hivyo anahesabu AMC ya CylceBeads kama alivyofanya na tembe na kupatta AMC ya 5.

**Jinsi alivyohesabu Miezi ya Akiba (MOS) mkononi.** Sarah ana kadi ya rekodi sahihi na iliyosashwa ya kila aina ya tembe za kuzuia mimba, kwa hivyo hakulazimika kufanya hesabu au uvumbuzi upya. (Alikumbuka kuongeza nambari kwenye kadi za rekodi ya akiba mizunguko ya tembe, sindano, mipira ya kondomu, na CycleBeads® ambazo zilikuwa katika almari ya muuguzi na muuguzi msaidizi. Na hakujumuisha dawa zozote za kuzuia mimba ambazo zilikuwa zimeisha muda au kuharibika.) Sasa Sarah alikuwa na jumla ya akiba zote mkononi. Mwishowe, kwa kila mbinu, aligawanya Akiba Mkononi kwa Matumizi Wastani ya Kila Mwezi ili apate MOS.

	Akiba Mkononi	Matumizi Wastani ya Kila Mwezi	Miezi ya Akiba Mkononi
Mizunguko ya Tembe	67	21	Karibu 3
Sindano	102	48	Karibu 2
Mipira ya kondomu	268	125	Karibu 2
CycleBeads®	10	5	2

Kliniki ya Sarah ina akiba ya zaidi ya miezi miwili ya dawa zote za kuzuia mimba, kwa hivyo haihitaji kuagiza maagizo yoyote ya dharura. kwa kuwa anaongezewa upya kila mwezi, na ana angalau Miezi miwili ya Akiba kwa bidhaa zote tatu, kliniki haina hatari ya kuishiwa na dawa za kuzuia mimba.

**Jinsi alivyohesabu Kiwango cha Kuagiza (QTO).** Katika nchi ya Sara, kiwango cha juu cha bidhaa za kuzuia mimba ni za miezi mitatu (kulingana na Matumizi Wastani ya Kila mwezi). Kwa kuwa Sarah alijua kwa kila mbinu ya kuzuia mimba Matumizi Wastani ya Kila Mwezi (AMC) na Akiba yake Mkononi (SOH), anaweza kuhesabu Kiwango cha Kuagiza (QTO).

Hapa kuna fomula ya kuhesabu Kiwango cha Kuagiza:  $QTO = \text{Kiwango cha Juu kuondoa Akiba Mkononi (SOH)}$ .

	Akiba Mkononi	Matumizi Wastani ya Kila Mwezi	Kiwango cha Juu (3*AMC)	Kiwango cha Kuagiza (QTO)
Mizunguko ya Tembe	67	21	63	$63-67=-4$ 0*
Sindano	102	48	144	$144-102=42$
Mipira ya kondomu	125	268	804	$804-125=679$
CycleBeads®	10	5	15	$15-10=5$

\*Kumbuka kwamba kwa mizunguko ya tembe, QTO ya Sara ni namba chanya. Hesabu hii ilionyesha kwamba Sarah alikuwa ameagiza awali mizunguko mingi sana ya tembe na bado alikuwa na zaidi ya Kiwango chake cha Juu cha miezi 3. Kwenye fomula yake ya kuagiza, ataandika "0", ambayo inaonyesha amefanya mahesabu, aligundua kwamba akiba yake ya sasa ya tembe inatosha, na kliniki haihitaji tembe zaidi mwezi huu.

Baada ya Sarah kukagua upya mahesabu yake ili kuhakikisha hakufanya makosa, alituma agizo lake. Kwa kufuata utaratibu huu kila mwezi, alikuwa na uhakika kwamba hataishiwa na akiba - bora buni ya wilaya haikuwa imeishwa na akiba.

Kwa mwaka ufuatao, wateja zaidi wa upangaji uzazi wanavyokuja katika kliniki ya Sarah, Matumizi Wastani ya Kila mwezi ya dawa za kuzuia mimba iliongezeka pia, na hata pia Kiwango chake cha Juu na Kiwango chake cha Kuagiza. Sarah pia alihesabu asilimia 25 ya ziada ya kila dawa ya kuzuia mimba kabla ya kampeni ya kila mwaka ya huduma ya watoto. Akina mama wa watoto wadogo walikuwa na hamu ya kuanza kutumia dawa za kuzuia mimba. Na kwa wale ambao walikuwa wanawalea watoto wao, aliagiza bidhaa za tembe za progestin tu, kwa kuwa katika mafunzo yake alijifunza kwamba mbinu ya ukandamizaji hedhi ilikuwa nzuri kwa miezi sita tu baada ya kujifungua au hata mapema kama hedhi ya mama itarudi au atanza kumlisha mtoto chakula/maji kando na maziwa ya matiti.

Kwa zote, kwa kuweka rekodi nzuri ya matumizi na kuagiza kila mwezi, Sarah hakuishiwa na akiba na idadi iliyokuwa ikiongezeka ya wateja wenye furaha na wenye afya wa dawa za kuzuia mimba.

## **Mfano B: Maombi ya dawa za kuzuia mimba kwa afisa wa Wizara ya Afya**

*(Tumia kichwa cha barua cha shirika lako, ikiwa ni pamoja na anwani ya barua pepe, n.k. Tuma kwa kutumia barua pepe na faksi kama inavyofaa. Tumia utangulizi na mawazo kwa njia inavyofaa.)*

Mpendwa Dkt./Bi./Bw.:

Salamu kutoka kwa wanachama wote wa shirika letu na wateja wetu ambao tunawahudumia. Huenda unajua kwamba tumekuwa tukihudumia umati wa takriban watu 48,000 kwa zaidi ya karne tatu, na tunashukuru kwa msaada na ushauri uliotoa na ushirikiano mzuri tumekuwa nao.

Kwa wakati huu, tunataka kuongeza ushirikiano na kuhudumia umati vizuri zaidi. Hasa, tungependa kuchangia kwa Mpango wa Hatua ya Kitaifa ya Ufikiaji Uliopanuliwa wa Huduma za dawa za Kuzuia Mimba. Wagonjwa wetu hawana ufikiaji wowote wa huduma za kuzuia mimba katika umbali wa kilomita 30, na kaya nyingi hazina uwezo wa kusafiri umbali huo kwa huduma hizo.

Tunapendekeza kuanzisha huduma za kuzuia mimba zenye chaguo la mbinu tatu katika miezi michache ijayo katika kliniki zote tano zinazoendeshwa na shirika letu. Tunakuomba utujumishe katika mashirika ambayo yanapewa dawa za kuzuia mimba na Wizara ya Afya. Tumechunguza ripoti na fomu za kuagiza zinazotumiwa katika safu yetu ya utoaji, na tuko tayari kuzingatia kabisa sera na taratibu zote.

Kufafanua jinsi ushirikiano unaweza kufanya kazi, ingekuwa vyema kukutana na wewe dakika 30 kila wakati asubuhi ya \_\_\_ au \_\_\_\_\_, lakini tuko tayari kukimu mahitaji yako. Maelezo msingi yamejumuishwa hapa chini ili mazungumzo yetu yaweza kulenga zaidi.

Tunaomba "furushi la kuanza" la dawa za kuzuia mimba ili kuanza huduma hizi. Kulingana na mahojiano na mahesabu yetu, tunakadiria kwamba kwa kuanza, takriban asilimia 15 au 7,200 ya wanawake wenye Umri wa Uzazi (WRA) katika eneo letu wanataka dawa za kuzuia mimba. Tukikadiria kwamba asilimia 50 ya wanawake hawa watataka sindano ya kuzuia mimba ya miezi mitatu, asilimia 30 itataka tembe ya kuzuia mimba, asilimia 10 watataka mipira ya kondomu, na asilimia 10 itataka CycleBeads®, hapa kuna viwango tunavyoomba vya furushi la kuanza la miezi mitatu:

- Vipande 3,600 ya sindano za kuzuia mimba ya miezi mitatu - WRA 3,600 (asilimia 50 ya watumiaji wanaokadiriwa katika eneo letu)

- Mizunguko 6,480 ya tembe—WRA 2,160, mizunguko mitatu ya tembe kwa kila mwanamke kwa miezi mitatu ya kwanza (asilimia 30 ya watumiaji wanaokadiriwa)
- Mipira 21,600 ya kondomu — WRA 720, wastani ya mipira 30 ya kondomu kwa kila mwanamke kwa miezi mitatu ya kwanza (asilimia 10 ya watumiaji wanaokadiriwa)
- CycleBeads® 720—WRA, seti moja ya CycleBeads® kwa kila mtumiaji (asilimia 10 ya watumiaji wanaokadiriwa)

Kuna sababu ya kuamini kwamba hitaji la dawa za kuzuia mimba litaongezeka sana baada ya muda, lakini ni vyema sana kuanza na makadirio ya makini.

Kwa idhini yako, furushi hili la kuanza linaweza kupatikana kutoka kwa Buni ya Mkoa katika \_\_\_\_\_. Mwisho wa mwezi wa kwanza, tutaanza kuweka maagizo ya kuongezewa bidhaa kwa mpangilio ule mmoja wa mzunguko kama kliniki na mashirika mengine ambayo hupata bidhaa kutoka kwa Buni ya Mkoa. Kama unavyotaka, ripoti za kila mwezi au kila robo mwaka kuhusu matumizi na nambari ya wateja waliohudumiwa zitapelekwa kwa agisi yako kwa kuongezea ripoti/agizo la kawaida kwa Buni ya Mkoa.

Una ratiba iliyojaa kabisa, na ijapokuwa itakuwa vizuri kufanya kazi na wewe moja kwa moja, inaeleweka kama unahitaji kuelekeza ombi letu kwa mmoja wa wafanyakazi wako ambaye tunaweza kukutana.

Tafadhali usisite kuwasiliana na sisi kama una maswali yoyote.

Tena, tunashukuru sana kwa msaada na usaidizi wako, na tuna matumaini makubwa ya kushirikiana katika Mpango wa Hatua ya Kitaifa ya Ufikiaji Uliopanuliwa wa Huduma za Tembe za Kuzuia Mimba.

Tunatazamia kusikia kutoka kwako hivi karibuni kuhusu ombi letu.

Kwa heshima,

---

## Vyanzo vya maelezo zaidi

- Christian Connections for International Health ni mtandao wa mashirika na watu, wanaowakilisha wataalamu na mataifa mbalimbali. Wavuti hii ([www.ccih.org](http://www.ccih.org)) hujumuisha machapisho ya hivi karibuni ya CCIH kuhusu uzuiaji mimba, afya ya uzazi, na mipango ya upangaji uzazi ya jamii duniani kote.
- Wavuti hii [www.usaid.gov](http://www.usaid.gov) ina maelezo mengi kuhusu Wakala wa Marekani wa Maendeleo ya Kimataifa, (mpango wa Marekani wa msaada kwa nchi za kigeni ulimwenguni kote). Kazi nyingi za Wakala hujumuisha michango na usaidizi wa kiufundi kwa ngazi kuu za serikali, kama vile Wizara ya Afya, lakini maudhui yaliyotolewa kwenye wavuti yana maelezo mengi sana. Pia, unaweza kupata wavuti ya ofisi ya USAID katika nchi mahsus. Unahitaji kujua USAID inafanya nini na uzingatiaji wake wa sasa ni nini. Kumbuka: USAID haifadhili NGO ndogo, lakini huenda dawa za kuzuia mimba zipatikane katika nchi yako kupitia vikundi ambavyo havipokei ufadhili wa USAID.
- Wavuti huu [www.unfpa.org](http://www.unfpa.org) hufafanua usaidizi unaotolewa na Hazina ya Umoja wa Mataifa Kuhusu Idadi ya Watu, ikiwa ni pamoja na kazi ya nchi mahsus. Kumbuka kwamba il hali UNFPA ni mfadhili mkubwa wa dawa za kuzuia mimba, ufadhili huwa kwa kawaida katika ngazi kuu za serikali au mashirika makubwa ya NGO. Hata hivyo, katika matukio mengi, vikundi vinavyotoa huduma za upangaji uzazi vinaweza kupanga kupewa na wapokeaji wa nchini wa ufadhili wa UNFPA.
- Wavuti huu [www.deliver.jsi.com](http://www.deliver.jsi.com) hufafanua nyenzo za kiufundi zinazopatikana kupitia USAID | DELIVER PROJECT ya duniani, ikiwa ni pamoja na katika katika nchi mahsus. Mradi huu hutoa utaalamu na mafunzo kwa safu ya utoaji, lakini wenyewe hautoi dawa za kuzuia mimba. Vipengele vitatu hasa vitawavutia wanachama na tanzu wa CCIH.

1. **Mafunzo ya Utaratibu ya Mtandaoni:** Mafunzo katika Usimamiaji Utaratibu wa Bidhaa za Afya ni mfululizo wa vikao vitano ingiliani vya mafunzo ambavyo vinaweza kufikiwa mtandaoni au kupitia CD, kwa hivyo kuwaruhusu watumiaji kufanya kazi kwa wakati wao ili kujifunza misingi ya usimamiaji Utaratibu. Vikao vinajumuisha: Utangulizi wa Utaratibu, Mifumo ya Maelezo ya Usimamiaji Utaratibu, Kufikia Hali ya Akiba, Mifumo ya Udhhibiti Uvumbuzi ya Kiwango cha Juu-Chini, na Kuchagua Mifumo ya Udhhibiti Uvumbuzi ya Kiwango cha Juu-Chini. Ukipendelea kutochukua mafunzo mtandaoni, unaweza kuomba nakala ya CD kutoka kwa [askdeliver@jsi.com](mailto:askdeliver@jsi.com).
2. ***Kitabu cha mkononi cha Utaratibu: Mwongozo Halisi wa Usimamiaji Safu ya Utoaji ya Bidhaa za Afya*** hutoa msaada katika kusimamia Safu ya Utoaji, kwa kuzingatia bidhaa za afya. Imekusudiwa kuwasadia wasimamizi wa mpango wanaobuni, kusimamia, na kufikia mifumo ya utaratibu wa mipango ya afya. Kwa kuongezea, watoa sera, washikadau wa mfumo, na mtu yeyote anayefanya kazi katika utaratibu atapata kuwa ya msaada kama muhtasari wa mfumo na njia kuu.
3. **Mafunzo ya nchini:** Kulingana na nchi, nafasi katika masomo ya safu ya utoaji huenda yakapatikana wakati Mradi wa DELIVER unafunza vikundi vya wafanyakazi wa MOH na wafanyakazi wa NGO tofauti na mashirika mengine.

Masomo ni maalum kwa nchi, ingiliani sana, na yanategemea Nadharia ya Mafunzo ya Watu Wazima. Wanafunza wahusika jinsi ya kudhibiti safu ya utoaji na kuepuka akiba ya dawa za kuzuia mimba kuisha na bidhaa zingine za afya ya umma katika kliniki na ofisi za wilaya.

- **Mkono Mtupu: Kuitikia Hitaji la Dawa za Kuzuia Mimba.** Video hii nzuri ya dakika ishirini iliyotengenezwa na Population Action International na inapatikana bila malipo mtandaoni na ilitengenezwa Uganda. Huonyesha waziwazi utofauti katika maisha ya wanawake wakati wanapopata dawa za kuzuia mimba ikilinganishwa wakati wako katika hatari ya mimba isiyopangwa. Hadhira wa video hujumuisha wafanyakazi wa shirika wakati mipango ya utoaji dawa za kuzuia mimba zikitengenezwa. [www.populationaction.org/empty-handed](http://www.populationaction.org/empty-handed)
- **IAPHL** – Wataalamu wa Utaratibu wa Shirikisho la Kimataifa la Afya ya Umma ni shirika pepe, huru kujiunga, ambalo huzingatia usimamiaji wa safu ya utoaji kwa bidhaa za afya ya umma katika nchi zinazokua. <http://knowledge-gateway.org/IAPHL>
- **Shirika la Rejeleo la Idadi ya Watu** ([www.prb.org](http://www.prb.org)) hutoa data inayoweza kufikiwa kwa urahisi ya idadi ya watu ikijumuisha viwango vilivyoenea vya kuzuia mimba, kwa nchi za ulimwengu. Data ni muhimu sana wakati wa kupanga au kusasisha huduma.
- **Shirikisho la Kimataifa la Uzazi Uliopangwa** (<http://www.ippf.org/en>) ni kikundi kisicho cha serikali ambacho hutoa elimu, mafunzo na huduma katika nchi nyingi za ulimwengu. Katika nchi yako, unaweza kupata kwamba shirika la kitaifa la IPPF linaweza kutoa mafunzo kwa wafanyakazi wako, uchunguzi wa kansa kwa wagonjwa wako, elimu kwa vijana au vikundi vingine, au hata vifaa vya kuzuia mimba vya kliniki yako.
- **Mwongozo wa Ubashiri wa Mbinu Mpya na Zisizotumiwa sana za Upangaji Uzazi:** Cha Kufanya Wakati Hakuna Data ya Mtindo? 2012. Washington, DC: Taasisi ya Afya ya Uzazi ya Chuo kikuu cha Georgetown, John Snow Inc., na Population Service International ya Muungano wa Bidhaa za Afya ya Uzazi. (<http://www.k4health.org/tags/new-and-underused-methods-family-planning>)

=====

*Nukuu kwa wasomaji: Nyaraka kuhusu ushauri wa dawa za kuzuia mimba na ubora wa huduma hazijajumuishwa hapa, kwa sababu mada hizo ni zaidi ya uwezo wa Mwongozo huu. Uliza maelezo katika Wizara yako ya Afya. Vyanzo vingi vizuri vinapatikana pia mtandaoni.*