

Uchunguzi wa awali wa afya kwa watu wakubwa wanaotafuta hifadhi

TAARIFA ZA AWALI AMA HISTORIA			
	JINA LA KWANZA NA JINA LA KWANZA		TAREHE YA KUZALIWA:
			NAMBA YA UMAREK:
Maelezo ya usuli	INCHI YA KUZALIWA: Umezaliwa nchi gani? Ingiza nchi ya kuzaliwa / Hakuna habari		NGAZI YA ELIMU: Ni kiwango gani cha juu cha elimu au digrii yako? Hakuna elimu kabisa AU Shule ya Awali / Ngazi ya chini ya msingi / Ngazi ya juu ya msingi / Ngazi ya sekondari / Kiwango cha chini cha elimu ya juu / Kiwango cha chuo kikuu cha chini / Kiwango cha chuo kikuu cha juu / Ngazi ya shule ya wahitimu / Ngazi ya elimu haijulikani
	TAALUMA NA KAZI: Ulifanya kazi katika nyanja gani hasa kabla ya kuja Finland? Askari / Wasimamizi / Wataalamu / Wataalam / Wafanyikazi wa ofisi na huduma kwa wateja / Wafanyikazi wa huduma na mauzo / Wakulima, wafanyikazi wa misitu, n.k. / Wafanyikazi wa ujenzi, ukarabati na utengenezaji / Wafanyikazi wa usindikaji na usafirishaji / wafanyikazi wengine / Haijulikani		KUSOMA NA KUANDIKA Je, unaweza kusoma vizuri kiasi gani? Ninaweza kusoma kila aina ya maandishi / Ninaweza kusoma maandishi rahisi / Ninaweza kusoma majina, maneno na sentensi rahisi sana / Sivyo kabisa
	MA ENEO YA KUISHI: Je, ulikaa katika nchi gani kabla ya kuja Finland? <i>Andika inchi zote ulizo tembelea</i>		MASHARTI: Je, umeishi mitaani, katika kambi ya wakimbizi, katika kituo cha kupokea wageni, au umekuwa kizuizini au gerezani? Hapana / Mtaani / Katika kambi ya wakimbizi / Katika kituo cha mapokezi / Katika kitengo cha kizuizini / Katika gereza / Hakuna habari
Magonjwa	AFYA ILIYO NA UZOEFU: Je, unajisikiaje kuhusu afya yako kwa sasa? Nzuri sana / Nzuri / Inaridhisha / Vbaya/ Vibaya sana		MAGONJWA YA MUDA MUREFU: Je, una ugonjwa wa muda mrefu au tatizo la kiafya? Magonjwa yanaweza kujumuisha, kwa mfano, shinikizo la damu, unyogovu, ugonjwa wa moyo au mzio. <i>Andika magonjwa / Hapana / Hakuna habari</i>
	HISTORIA YA KIFUA KIKUU: Je, wewe, mwanafamilia au mpendwa umewahi kuwa na kifua kikuu? <i>Ndiyo / Hapana / Hakuna habari</i>		MUDA ULIYOWEKWA KWA UPASUJJI KWA SOSPITALI: Je, umekuwa na uchunguzi wowote muhimu au matibabu, kulazwa hospitalini, au upasuaji? <i>Ndiyo / Hapana / Hakuna habari</i>
Dawa	MADAWA: Je, unatumia dawa gani kwa sasa? Je, una dawa ambazo umeandikiwa ambazo kwa sasa hautumii?		
Hali ya afya kwa sasa	DALILI: Je, umekuwa na dalili au malalamiko yoyote katika mwezi uliopita? Dalili zinaweza kujumuisha maumivu ya meno, maumivu ya kichwa au mgongo, tumbo, dalili za ngozi au kupunguza uzito bila kukusudia. <i>Ndiyo / Hapana / Hakuna habari</i>		
	TIBA YA JOTO: Je, umekuwa na homa ambayo ilidumu zaidi ya wiki tatu katika mwezi uliopita? <i>Ndiyo / Hapana / Hakuna habari</i>		VIKOHOZI: Je, umekuwa na kikohozi ambacho hutoa kamasi au damu katika mwezi uliopita? <i>Ndiyo / Hapana / Hakuna habari</i>
	UTENDAJI: Je, tatizo lolote la kiafya linakuzuia katika shughuli zako za kila siku? Chaguzi za majibu ni: Haizuii / Inazuia, lakini sio kwa ukali / Inazuia kwa ukali		

MAONO: Je, una tatizo la kuona ambalo linakwamisha shughuli zako za kila siku? <i>Ndiyo / Hapana / Hakuna habari</i>	KUSIKIA: Je, una tatizo la kusikia ambalo linakwamisha shughuli zako za kila siku? <i>Ndiyo / Hapana / Hakuna habari</i>
--	--

Ustawai wa akili	TENA YA KUTISHA: Wakati mwingine mambo hutokea kwa watu ambayo ni ya kukasirisha sana na yanaweza pia kuwa na athari za muda mrefu kwa afya na ustawi. Nitawauliza kuhusu matukio machache kama haya ijayo. Je, umekumbana na mambo yafuatayo ya kutisha: Umeteswa? Je, umekuwa mwathirika wa ukatili wa kijinsia? Je, umelazimishwa, umeshinikizwa au kulaghaiwa kufanya mambo ambayo hukutaka kufanya? Je, umepata matukio mengine ya kushtua? <i>Hapana / Aliteswa / Unyanyasaji wa kijinsia ama kubakwa/ Kulazimishwa / Matukio mengine ya kiwewe / Hakuna habari</i>	
	MAJEHURI: Je, una majeraha yoyote yanayosababishwa na vurugu au ajali? <i>Ndiyo / Hapana / Hakuna habari</i>	TISHIO LA UKATILI: Je, kwa sasa unakabiliwa na tishio la vurugu? <i>Ndiyo / Hapana / Hakuna habari</i>
	DALILI ZA AFYA YA AKILI (LINDA YA UTFATI): Ifuatayo, nitauliza kuhusu dalili ambazo, kwa mfano, uzoefu uliotajwa hapo juu unaweza kusababisha. Jibu maswali kulingana na wiki chache zilizopita: ☐ ugumu wa kulala ☐ hasira ☐ kupoteza maslahi ☐ jinamizi ama nightmares ☐ kumbukumbu na uchungu ☐ ugumu wa kuzingatiya ☐ maumivu ya kichwa ☐ hofu ☐ maumivu ingine ya mwili ☐ kusahau Linda alama: _____ / 10	
	KUJIANGAMIZA: Je, umekuwa na mawazo ya kujidhuru katika wiki chache zilizopita? <i>Ndiyo / Hapana / Hakuna habari</i>	

Tabia za kiafya	BIDHAA YA SIGARA AMA TUMBAKU Je, unavuta sigara au unatumia bidhaa zingine za nikotini kama vile sigara za kielektroniki au shisha, au umevuta sigara hapo awali na ukaacha kuzitumia? Tumbaku / Ugoro / E-sigara / Nyingine		MATUMIZI YA BIDHAA YA TUMBAKU: Mara ngapi? Kila siku / Mara kwa mara / Kamwe / Kusimamishwa		
	MATUMIZI YA POMBE: Je, Unatumia pombe? <i>Ndiyo / Hapana / Hakuna habari</i>				
	JARIBIYO LA UKAGUZI C: 1. Je, ni mara ngapi unakunywa bia, divai au vileo vingine? Pia jumuisha nyakati hizo unapotumia kiasi kidogo tu, k.m. Chupa ya bia ya kati au glasi ya divai? [] Kamwe (0) [] Karibu mara moja kwa mwezi au chini (1) [] mara mbili ama ine kwa mwezi 2-4 (2) [] mara mbili wala tatu kwa wiki 2-3 (3) [] mara ine kwa wiki ama mara nyingi (4)		2. Ulikuwa na vinywaji vingapi kwa siku ulizokunywa pombe? [] dozi moja ama mbili 1-2 (0) [] dozi tatu ama ine 3-4 (1) [] dozi tanu ama sita 5-6 (2) [] dozi saba ama tisa 7-9 (3) [] dozi kumi ama ya zaidi 10- (4)		3. Je, ni mara ngapi umekunywa vinywaji sita au zaidi kwa wakati mmoja? [] Sijawahi (0) [] Chini ya mara moja kwa mwezi (1) [] mara moja kwa mwezi (2) [] mara moja kwa wiki (3) [] Kila siku au karibu kila siku (4)
	Idadi ya pointi: ____/16				
MATUMI YA VITU VINGINE VYA KULEVYA: Je, umetumia vileo vingine kama vile bangi, mirungi au dawa nyinginezo au dawa kwa ajili ya kulewa? Hapana / Dawa za Afyuni / Vichangamshi / Vidonge vya kulala au dawa za kutuliza / Vimumunyisho / Vimumunyisho / Gamma au varnish / Bangi / Nyingine / Hakuna habari					

Afyu ya ngono na uzazi	MATATIZO YANAYOHUSIANA NA HEDHI AMA MENSTRUATION: Je, una matatizo na vipindi vyako? <i>Hakuna / Maumivu yanayosumbua wakati wa hedhi / Hedhi nzito / Hedhi isiyo ya kawaida / Malalamiko mengine, je!</i>		
	MIMBA: Una uja uzito? <i>Ndiyo / Hapana / Hakuna habari</i>	MEYEZI ILIYOPITA YA HEDHI: Je, hedhi yako ya mwisho ilikuwa lini?	IDADI YA MIMBA: Umewahi kuwa mjamuzito? Kama ndiyo, mara ngapi?
	IDADI YA WALIYOZALIWA: Umezaa? Kama ndiyo, wangapi?		
	Ifuatayo nitauliza maswali kuhusu washirika kwa ngono. Kwa njia hiyi, tunaweza kujadili kama unahitaji maelezo, vipimo na matibabu yanayohusiana na maswala haya. Ni muhimu kwamba hujibu maswali kulingana na hali yako mwenyewe bila kufikiriya juu ya kile kinachokubalika kwa jumla katika jamii yako. Nchini Finland, hakuna mutu anayeweza kubaguliwa kulingaa na jinsia au tabia ya ngono.		

NGONO: Je, ulifanya ngono kwa mwaka huu uliopita? Hakuna ngono kabisa / Ngono na jinsia tofauti / Jinsia na jinsia moja / Usitake kusema	IDADI YA WASHIRIKA WAKO: Je, umefanya mapenzi na watu wangapi katika mwaka uliopita? Moja tu / 1–10 / zaidi ya 10 / Sitaki kusema
--	---

KUJIKINGA: Je, unahitaji kujikinga uzazi wa mpango ili kuzuia mimba au magonjwa ya zinaa? Hakuna haja au matumizi / Haja lakini haitumii / Inatumia uzazi wa mpango / Sitaki kusema
TOHARA: Katika baadhi ya nchi, wasichana/wavulana wanatahiriwa, jambo ambalo linaweza kuwa na madhara kiasya. Je, umetahiriwa? <i>Ndiyo / Hapana / Hakuna habari</i>

TAARIZA NYINGINE ZA AWALI

MAELEZO YA HATARI (mufano. muzio wa dawa)

Hali ya sasa (status)	
NGOZI: Je, kuna jambo lisilo la kawaida katika uchunguzi wa ngozi? <i>Ndiyo / Hapana / Hakuna habari</i>	MUTIHANI WA KINYWA: Je, kuna jambo lisilo la kawaida katika uchunguzi wa kinywa? <i>Ndiyo / Hapana / Hakuna habari</i>

MAELEZO MENGINE JUU YA HALI YA SASA

VIPIMO VYA KISAILOLOJIA		
SHINIKIZO LA DAMU NA MAPIGO YA MOYO:	JOTO LA MWILI:	
UZITO, KG: Je, uzito wako umebadilika katika mwaka uliopita?	UREFU, CM:	BMI:

CHANJO
CHANJO ZILIZOPEWA AWALI: Je, ni chanjo gani umepokea/mtoto wako amepokea kabla ya kuja Finland? Hakuna chanjo / Baadhi ya chanjo / Chanjo zote kutoka nchi ya asili
MAELEZO A CHANJO: <i>Kuandika ku rekodi chanjo ulizopewa</i>

MUPANGO
MUPANGO WA BAADAYE
TIBA ZAIDI NA UCUNGUZI ZAIDI: Kipimo cha picha X-ray ya kifua / Uchunguzi wa vipimo vya damu / Uchunguzi wa awali wa matibabu na daktari / muuguzi wa VOK / Daktari / Daktari wa meno / Kliniki / Shule au huduma ya afya ya mwanafunzi / Mfanyikazi wa kijamii / Rufaa nyingine au miadi

KUDHIBITI: Huduma za afya / Kujitibu / Afya ya akili / SELI afya / Lishe / Afya ya kinywa / Mwongozo mwingine	
IDHINI YA KUHAMISHA: Idhini imetolewa / Idhini ndogo / Hakuna idhini	RIDHAA YA KUNUNUA: Idhini imetolewa / Idhini ndogo / Hakuna idhini
SAHIHI:	