



## Maelezo juu ya dawa



### 3TC (Lamivudine, Epivir)

#### Kwa Nini Nimepewa Dawa Ya 3TC?

- 3TC (kwa jina lingine lamivudine au Epivir) ni dawa inayotumika pamoja na mchanganyiko wa dawa nyingine kutibu maambukizi ya vijidudu vya ukimwi.
- 3TC pia hupatikana kwenye dawa nyingine za kupigana na maambukizi ya vijidudu vya ukimwi zinazoitwa Combivir na Trizivir.
- 3TC husaidia kuzuia protini inayoitwa “reverse transcriptase.” Kutokana na kazi hii, dawa hii huwekwa kwenye kundi la dawa zinazoitwa Reverse Transcriptase Inhibitors (RTIs). Vijidudu vya maambukizi ya ukimwi huhitaji protini hii ili kuzaliana, kwa hiyo kwa kuwa dawa hii huzuia protini hii inasaidia kupunguza nguvu za ugonjwa wa maambukizi ya vijidudu vya ukimwi.
- Matumizi ya dawa hii huweza kupunguza wingi wa vijidudu vya maambukizi mwilini mwako. Pia husaidia kupunguza uwezekano wa kupatwa na magonjwa yanayoendana na ukimwi, na kukuwezesha kuwa na afya njema kwa muda mrefu au kukurudishia afya yako kabisa. Vilevile dawa hii husaidia kupunguza uharibifu wa mfumo wako wa kupigana na magonjwa.

#### Nitatumiaje Dawa Hii?

- 3TC hupatikana kwenye mfumo wa vidonge vya miligramu 150 na vile vile kama dawa ya kunywa (10 miligramu/cc).
- Kiwango cha kawaida cha matumizi cha 3TC ni miligramu 150 mara mbili kwa siku. Kama una matatizo ya figo, kiwango hiki hubadilika.
- 3TC huweza tumiwa kabla au baada ya chakula.



Canadian AIDS Treatment  
Information Exchange  
Réseau canadien  
d'info-traitements sida

[www.catie.ca](http://www.catie.ca)



[www.apaa.ca](http://www.apaa.ca)

**Maamuzi juu ya matibabu ya aina mbalimbali yanahitajika kufanywa kwa kushauriana na mtaalamu aliyehitimu kwenye mambo ya afya na mwenye ujuzi juu ya magonjwa yanayoendana na maambukizi ya vijidudu vya ukimwi na matibabu atakayoamuliwa kutumiwa.**

## 3TC (Lamivudine, Epivir)

- Myeyusho wa 3TC huwa na sukari, hivyo unashauriwa kusafisha meno yako mara kwa mara baada ya kutumia dawa hii kuweza kuzuia kuoza kwa meno. Kama u mgonjwa wa kisukari (diabetic), matumizi ya myeyusho wa 3TC yanaweza kusababisha madhara kadhaa kwenye kiwango cha sukari cha damu yako.
- Ni muhimu kuhifadhi 3TC kwenye joto la kawaida kwenye sehemu kavu. 3TC inahitajika kuwekwa kwenye joto chini ya nyuzi 25. Epukana na kuhifadhi dawa hii bafuni au jikoni, kwani unyevunyevu huweza ipotezea dawa hii nguvu yake.
- Hifadhi dawa hii mbali na watoto.

### Nifanye Nini Nikisahau Kunywa Vidonge Vyangu?

- Meza dawa zako ulizosahau mapema iwezekanavyo. Ikiwa ni karibu na saa mbili kabla ya muda wa kumeza dawa nyingine, endelea na ratiba yako ya kawaida. Usimeze dawa zako mara mbili ya kiwango utakiwacho ili kulipizia ile uliyosahau.
- Tafiti za kisanyansi zilizofanyika karibuni zimegundua kuwa ili dawa za kupigana na maambukizi ya vijidudu vya ukimwi ziweze kufanya kazi vizuri, dawa zote hazina budi kutumiwa mara kwa mara na kwa mfululuzo ilivyoelekezwa. Kuacha au kuruka kumeza dawa zako kunasababisha kupungua kwa nguvu za dawa hizi na kuvifanya vijidudu vya maambukizi kubadilika na kuwa sugu kwa dawa.

### Madhara Ya Yaletwayo Na Matumizi 3TC Ni Yepi?

- Madhara mengi yatokanayo na matumizi ya 3TC si makali. Madhara haya ni kama:
  - Kumwa na kichwa
  - Kuvurugika kwa tumbo
  - Kuhara
  - Homa
  - Upele mwilini
  - Uchovu wa mwili
  - Kunyonyokwa au kupoteza nywele
  - Kufa ganzi mikononi na miguuni
- Kama unasumbuliwa na adhari kadhaa kutokana na kutumia dawa hii, ongea na daktari au mfamasia wako juu ya dalili uzionazo.
- Usisitishie kutumia dawa zako au kubadilisha viwango ulivyopangiwa kutumia kabla ya kuongea na daktari au mfamasia wako. Wao wanaweza kuwa na mawazo mazuri ya jinsi gani unaweza kukabiliana na madhara unapatayo bila kusitisha matumizi ya dawa husika.



## 3TC (Lamivudine, Epivir)

- Nyakati chache, 3TC inaweza kusababisha kupunguwa kwa chembechembe nyeupe za damu mwili mwako (jambo ambalo linaweza sababisha kuongezeka kwa mashambulizi ya vijidudu vya magonjwa), chembechembe ndogo za damu (platelets) zinazosaidia kuganda kwa damu ili kusitisha kutokwa kwa damu kunakoweza kusababishwa na ajali au mkato wowote mwilini (jambo ambalo linaweza kusababisha kutokwa kwa damu nyingi unapatwapo na ajali) au chembechembe nyekundu za damu (kunakoweza sababisha kujisikia uchovu na kupungukiwa na pumzi au hewa).
- Kwa upande wa watoto, 3TC nyakati kadhaa husababisha utendaji hafifu wa kongosho (pancreas). Dalili zake ni kama maumivu makali ya tumbo, kichefuchefu na kutapika. Dalili hizi zijitokezapo, wasiliana na daktari wako mapema iwezekanavyo.

### Je, Naweza Kutumia 3TC Na Dawa Nyingine?

- 3TC inaweza kuleta madhara kadhaa ikitumiwa pamoja na dawa nyingine. Ni muhimu kumweleza daktari wako au mfamasia wako juu ya dawa nyingine zote ulizoandikiwa na unazotumia, (ikiwa ni pamoja na vitamini na dawa za mitishamba).

### Je Naweza Kutumia 3TC Na Pombe Au Dawa Za Mitaani?

- Kwa ujumla inashauriwa kuepukana na unywaji mzito wa pombe na dawa za mitaani unapokuwa unatumia dawa za kupigana na maambukizi ya vijidudu ukimwi.
- Pombe huweza kuingiliana kiutendaji na baadhi ya dawa zako. Usiruke au kuacha kutumia dawa zako kama ulivyoelekezwa kwa kuwa unataka kunywa pombe.

### Je, Naweza Kutumia 3TC Kama Ni Mjamzito Au Nanyonyesha?

- Kama u mjamzito na unataka kutumia 3TC, tafadhali pata ushauri kutoka kwa daktari wako.
- Kwa kuwa vijidudu vya maambukizi ya ukimwi huweza kuambukizwa kwa kunyonyesha, wanawake wenye mambukizi ya vijidudu vya ukimwi hawashauriwi kunyonyesha.

### Natakiwa Kujihadhari Vipi Zaidi Ninapotumia 3TC?

- 3TC huweza kuadhiri figo zako. Ingawa hali hii hutokea mara chache, timiza mihadi yako ya kuonana na daktari wako kwa ajili wa vipimo vya damu kuweza chunguza kama ini na figo zako zinafanya kazi kama kawaida.



## 3TC (Lamivudine, Epivir)

- Hakikisha una dawa za kutosha kuendelea na matibabu yako.
- Kama una matatizo ya figo zako, hakikisha daktari wako anajuwa juu ya jambo hili kabla ya kuanza kutumia 3TC.
- 3TC haiui vijidudu vya maambukizi ya ukimwi au kutibu ukimwi. Pia haizui kusambaa au kuambukiza kwa vijidudu vya maambukizi ya ukimwi, hivyo tafadhali jaribu kuwa mwangalifu na kutumia kinga zihitajikazo unapotaka kukutana kimwili na mtu mwingine (tumia kondom) au kama unatumia madwa ya kulevya (tumia mabomba na sindano mpya na safi).

---

Shirika la kubadilishana maelezo juu matibabu ya ukimwi Kanada (The Canadian AIDS Treatment Information Exchange – CATIE) na Shirikisho la waafrika katika kupigana na ukimwi (Africans in Partnership Against AIDS - APAA) kwa nia nzuri kabisa wanatoa maelezo kwa watu wanaoishi na maambukizi ya vijidudu vya ukimwi/Ukimwi ambao wangependa kutawala afya zao wenyewe kwa kushirikiana na wataalamu wa afya wanaowapatia matibabu. Hata hivyo, maelezo haya yanayochapishwa au kutolewa na CATIE au APAA hayawezi kuchukuliwa kama ushauri wa kiafya. Hatushauri au kusisitiza juu ya tiba moja juu ya nyingine. Hivyo tunawashauri watumiaji ya maelezo yetu kupitia maelezo ya matibabu mengine yanayotolewa na vyanzo mbalimbali kwa upeo mkubwa iwezekanavyo. Tunawashauri watumiaji wa maelezo haya na kusisitiza kuwa ni muhimu kushauriana na wataalamu ya afya na tiba waliohitimu mafunzo yao kabla ya kuamua, kutumia au kuanza jambo lolote juu ya matibabu.

Vile vile, hatuthibitishi au kudhamini ukweli au ufarisi na ujuzi wa maelezo yanayochapishwa au kupatikana kutoka CATIE au APAA. Watumiaji wanaotumia au kutegemea maelezo haya wanafanya hivyo kwa kuthubutu wenyewe na matokeo yake yakiwa mabaya yatakuwa juu yao. Si CATIE wala APAA, au Wizara ya Afya Kanada, au wafanyakazi wao, wakurugenzi, maafisa au watu wanaojitolea wataweza kuhusishwa na uharibifu wa aina yeyote unaoweza kutokea kwa kutumia vizuri au vibaya maelezo haya. Mawazo na maelezo yaliyotolewa hapa au kwenye nakala yeyote au ilani/tangazo lolote.

**Copyright:** This Fact Sheet is made available through a collaboration between Africans in Partnership Against AIDS (APAA), Asian Community AIDS Services (ACAS) and the Canadian AIDS Treatment Information Exchange (CATIE). Original content developed by ACAS, 2001. Translation into Swahili and Hausa by APAA, 2004.

This information is also available in Chinese, Tagalog and Vietnamese

Funding has been provided by Health Canada, under the Canadian Strategy on HIV/AIDS

Supported by an unrestricted educational grant from GlaxoSmithKline in partnership with Shire BioChem



partnership  
in partnership with

