

I-MASK+ UZUIAJI NA ITIFAKI YA MATIBABU YA MAPEMA YA WAGONJWA WANAOTIBIWA BILA KULAZWA HOSPITALINI WA COVID-19

KANUNI ZA KUZUIA MSAMBAO (kwa ajili ya virusi aina ya Delta)

DAWA ZA KUZUIA VIRUSI NA MAAMBUKIZI

Ivermectin²

Kuzuia mara kwa mara

Miligramu 0.2/kilogramu kwa kila dozi (tumia pamoja au baada ya mlo) — mara mbili kwa wiki kadiri hatari ya ugonjwa inavyoongezeka katika jumuiya yako.

Uzuiaji wa COVID-19 wa baada ya hatari³

Miligramu 0.4/kilogramu kwa dozi — dozi moja leo, dozi ya 2 katika muda wa saa 48

Kisafisha-mdomo cha kusukutua

Mara 2 kila siku – sukutua (usimeze) kisafisha-mdomo cha kuzuia maambukizi kilicho na kloridi ya cetylpyridinium (kwa mfano Scope™, Act™, Crest™), myeyusho wa 1% povidone/iodini au Listerine™ iliyo na mafuta muhimu.

MATIBABU YA KUIMARISHA / KUSAIDIA KINGA

Vitami D3	1,000 hadi 3,000 IU/siku
Vitami C	Miligramu 500–1,000 mara mbili kwa siku
Quercetin	Miligramu 250/siku
Zinki	Miligramu 30–40/siku (zinki muhimu)
Melatonin	Miligramu 6 kabla ya kulala (husababisha kusinzia)

IVERMECTIN MBADALA

Nigella Sativa (mbevu nyeusi ya jira)

Miligramu 40/kilogramu kila siku⁴
Inatumika ikiwa ivermectin haipatikani au imeongezwa kwa ivermectin kwa uzuiaji bora.

KANUNI ZA MATIBABU YA MAPEMA → tazama ukurasa wa 2

Taarifa inayoambatishwa

Maswali kuhusu masharti zaidi kwenye kanuni za I-MASK+ za kukabiliana na virusi aina ya Delta yanapatikana katika ukurasa wetu wa Maswali Yanayoulizwa Sana www.flccc.net/new-i-mask-faqs. Hapa utapata majibu kuhusu usalama na hitaji la dozi ya juu www.flccc.net/flccc-information-evidence-for-safety-of-ivermectin, jukumu muhimu la tiba ya kupambana na androjeni na mwongozo kuhusu kanuni zinazopaswa kutumika katika matibabu ya mgonjwa mmoja.

Ufanisi wa Ivermectin

Ivermectin ni dawa maalum inayotumika kutibu COVID-19 kutokana na sifa zake za sasa zilizoelzwa, za kupambana na virusi na uvimbe.

Ufanisi wa ivermectin unathibitishwa na matokeo kutoka kwa majaribio 64 yaliyodhibitiwa, 32 kati yao bila utaratibu maalum, na 16 kati yao hayakuwatambulisha wahusika, kiwango cha juu cha utafiti madhubuti. Muhtasari (uchambuzi wa tafiti nyingi) wa majaribio haya yanaonyesha upunguaji mkubwa wa kitakwimu katika ueneaji, muda wa kupona, kulazwa hospitalini na kifo.

Muhtasari wa hivi majuzi zaidi wa takwimu zinazoonyesha kwa ujumla ufaafu wa ivermectin katika kukabiliana na COVID-19 unapatikana hapa: www.flccc.net/flccc-summary-of-the-evidence-of-ivermectin-in-covid-19

Mwisho, katika mafanikio ya kihistoria ya afya ya umma, kufikia tarehe 16 Septemba, 2021, jimbo la Kaskazini mwa India la Uttar Pradesh llimekomesha COVID katika wakaaji wake watu milioni 241 baada ya kuongeza ivermectin kwenye kanuni zao za COVID-19: www.tinyurl.com/hindustantimes-101631267966925. Tafadhali angalia pia Matokeo ya Hivi Karibuni ya Mafanikio ya Ivermectin katika Kutibu Milipuko ya COVID-19: <https://flccc.net/ivermectin-in-covid-19/epidemiologic-analyses-on-covid19-and-ivermectin/>

Kwa muhtasari wa maendeleo katika kuzuia na kutibu COVID-19, tafadhali tembelea www.flccc.net/covid-19-protocols

! Tafadhali angalia sasisho za itifaki zetu mara kwa mara!
Mapendekezo yetu ya dawa na dozi zinaweza kusasishwa wakati tafiti zaidi za kisayansi zinaibuka.



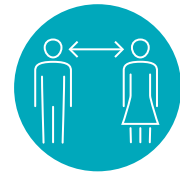
Wasiliana na Mtoa Huduma ya Afya

Jadili kanuni zote pamoja na umuhimu wa chanjo.¹



Vaa Barakoa

Vaa kitambaa, kinyago, au kinyago cha N95 ukiwa umefungiwa, hauna hewa ya kutosha, nafasi za ndani zenye msongamano wa watu wasio kaya.



Dumisha Umbali

Hadi mwisho wa janga la Covid-19, tunapendekeza kudumishwa kwa umbali wa takriban mita 2/ futi 6 unapokuwa katika maeneo ya umma na watu wasio wa familia yako.



Nawa Mikono

Tunapendekeza, baada ya kuwa na matembezi ya nje ya nyumba (kufanya ununuzi, kusafiri kwa reli nk.), kunawa mikono vizuri (sekunde 20 hadi 30 kwa sabuni), au kutumia pia kiu-vidudu vya mikono.

I-MASK+ UZUIAJI NA ITIFAKI YA MATIBABU YA MAPEMA YA WAGONJWA WANAOTIBIWA BILA KULAZWA HOSPITALINI WA COVID-19

KANUNI ZA MATIBABU YA MAPEMA⁵ (kwa ajili ya virusi aina ya Delta)

1. Matibabu ya Kwanza (tumia dawa yoyote au zote; zimeorodheshwa kulingana na kipaumbele/umuhimu)

DAWA ZA KUZUIA VIRUSI

Ivermectin²

Miligramu 0.4–0.6/kilogramu kwa kila dozi (tumia pamoja au baada ya mlo) — dozi moja kila siku, tumia kwa siku 5 au hadi utakapopata nafuu.

Tumia dozi ya juu ikiwa: **1**) uko katika maeneo yenye aina kali za virusi (kwa mfano Delta); **2**) matibabu yalianza mnamo au baada ya siku ya 5 ya kuwa na dalili au katika awamu ya mapafu; au **3**) magonjwa mengi/sababu za hatari na/au **Nitazoxanide**

Miligramu 500 mara 2 kwa siku, kwa siku 5 baada ya mlo. Tumia pamoja na ivermectin (inapendelewa) au mbadala ikiwa ivermectin haipatikani. (Nitazoxanide mara nyingi haipatikani au ni ya bei ghali)

DAWA ZA KUZUIA VIRUSI NA MAAMBUKIZI

Kisafisha-mdomo cha kuzuia virusi: Ukutua mara 3 kwa siku (usimeze; lazima iwe na klorheksidini, povidone-iodine, au kloridi ya cetylpyridinium). **Dawa ya pua ya iodini ya kunyunyiza/matone:** Tumia 1% ya povidone-iodine inayouzwa madukani, kulingana na maelekezo mara 2–3 kila siku. Ikiwa dawa maalum ya 1% haipatikani, **sharti uongeze maji/kioevu** kwenye myeyusho unaopatikana zaidi wa 10%⁶ na utumie matone 4–5 kwa kila pua baada ya siku 4. (Wanawake wajawazito hawapaswi kutumia zaidi ya siku 5.)

ANTI-COAGULANTS / KUIMARISHA KINGA

Aspirini

Miligramu 325/siku (isipokuwa imekatazwa)

Vitamini D

Vitamini D3: IU 5,000 kila siku. **Inapendelewa ikiwa inapatikana:** Calcitriol mikrogramu 0.5 kwa siku ya 1, kisha mikrogramu 0.25 kila siku kwa siku 7

Melatonini

Miligramu 10 kabla ya kulala (husababisha kusinzia)

TIBA YA LISHE

(kwa siku 14)⁴

Curcumin (bizari)

miligramu 500 mara 2 kila siku

Nigella Sativa

miligramu 80/kilogramu kila siku

Asali

gramu 1/kilogramu kila siku

MATIBABU YA USHIRIKIANO

Quercetin

Miligramu 250 mara mbili kwa siku

Zinki

Miligramu 100/siku (zinki muhimu)

Vitamini C

Miligramu 500–1,000 mara mbili kwa siku

OKSIMETA YA MPIGO WA MOYO

Ufutiliaji wa kukolea kwa oksijeni unapendekezwa (maagizo yanapatikana kwenye ukurasa wa 3)

2. Matibabu ya pili (listed in order of priority/importance)

Ongeza kwa matibabu ya kwanza yaliyotajwa hapo juu ikiwa: 1) ≥ siku 5 za dalili; 2) Matibabu yaliyotajwa hapo juu si faafu; 3) Magonjwa mengine makubwa.

TIBA YENYE DAWA MBILI DHIDI YA ANDROJENI

1. Spironolactone

Miligramu 100 mara 2 kila siku kwa siku kumi.

2. Dutasteride

Miligramu 2 kwa siku ya 1, kisha miligramu 1 kila siku kwa siku 10.

Ikiwa dutasteride haipatikani, tumia **Finasteride** miligramu 10 kila siku kwa siku 10.

FLUVOXAMINE

Miligramu 50 mara mbili kwa siku, kwa siku 10–14⁷

Unaweza kutumia **Fluoxetine** miligramu 30 kila siku kwa siku 10 kama mbadala (mara nyingi inastahimiliwa vyema). Epuka ikiwa mgonjwa tayari anatumia SSRI.

MATIBABU YA ANTIBODI MONOKLONI

Casirivimab/Imdevimab⁸

Miligramu 600 kila moja kwa sindano moja inayodungwa ndani ya ngozi. Tiba ya antibodi ni kwa ajili ya wagonjwa ndani ya siku 7 za kuonyesha dalili za kwanza na sababu moja au zaidi za hatari:

Umri > miaka 65; BMI > 25; ujauzito; ugonjwa sugu wa mapafu, moyo au figo; kisukari; kinga dhafu; ulemavu wa ukuaji; upasuaji wa koo; au mrija wa kula.

3. Matibabu ya Tatu

Ikiwa vigezo vilivyo chini vinafikwa, fikiria

CORTICOSTEROIDS

Prednisone au Methylprednisolone

1 mg/kg kila siku kwa siku 5 ikifuatiwa na kushuka polepole au kupanda kwa kasi kulingana na mmitikio wa mgonjwa.

Vigezo:

Baada ya siku 7–10 kutoka kwa dalili za kwanza na mgonjwa ana aidha: x-ray ya kifua isiyo ya kawaida, upungufu wa kupumua, au kujazwa kwa oksijeni kwa 88–94%.

Ikiwa mjazo wa oksijeni uko chini ya 88%, tathmini ya chumba cha dharura inapaswa kutafutwa.

Vidokezo

1 Kanuni za I-MASK+ ni daraja la kupata chanjo na njia ya usalama kwa wale ambao hawawezi au hawajachanjwa; au wamepewa chanjo na wana wasiwasi kuhusu kudhofofika kwa kinga dhidi ya virusi anuwai vinavyoibuka. Chanjo zimeonyesha ufanisi kati ka kuzuia matokeo mabaya zaidi ya COVID-19 na ni sehemu muhimu ya mkakati anuwai ambao sharti pia ujumuishe matibabu ya mapema. Uamuzi wa kupata chanjo unapaswa kufanywa kwa kushauriana na mtoa huduma wako wa afya.

2 Kipimo hiki huenda kikasishwa kadiri utafiti wa kisayansi unavyoibuka. Usalama wa ivermectin katika ujauzito haujabainishwa. Mazungumzo kuhusu faida dhidi ya hatari na mhudumu wako wa afya yanahitajika kabla ya matumizi, hasa katika miezi mitatu ya kwanza.

3 Itumiwe iwapo mshiriki wa familia ana COVID-19, au ikiwa umekuwa bila barakoa kwa kipindi kirefu pamoja na mgonjwa aliyenakuwa na COVID-19.

4 Kwa taarifa zaidi kuhusu matibabu ya lishe na jinsi yanavyoweza kutibu COVID-19 tafadhali tazama: flccc.net/covid-19-protocols/nutritional-therapeutics

5 Kwa awamu ya mwisho — wagonjwa waliolazwa — tazama Itifaki ya MATH+ ya Matibabu ya Hospitali ya COVID-19 ya FLCCC kwenye tovuti ya www.flccc.net

6 Ili kuunda 1% ya myeyusho wa povidone/iodini kutoka myeyusho wa povidone/iodini wa 10%, **lazima nguvu yake ipunguzwe kwanza.**

Mbinu moja ya kupunguza nguvu ni kama ifuatavyo:

- Kwanza mimina vijiko 1½ (mililita 25) ya myeyusho wa povidone/iodini wa 10% kwenye chupa cha mililita 250 cha kutia dawa puani.
- Kisha jaza hadi juu kwa maji yaliyosafishwa au kuchemshwa hapo awali.
- Inamisha kichwa nyuma, weka matone 4–5 kwa kila tundu la pua. Acha kiendeleo kuinama kwa dakika chache, hadi pua ikauke.

7 Watu wengine ambao wameagizwa fluvoxamine hupata wasiwasi mkubwa ambao unahitaji kufuatiliwa kwa uangalifu na kutibiwa na daktari anayeagiza kuzuia kuongezeka kwa nadra kwa tabia ya kujua au vurugu.

8 Dawa hii inahitaji kituo cha uingizaji.

I-MASK+ UZUIAJI NA ITIFAKI YA MATIBABU YA MAPEMA YA WAGONJWA WANAOTIBIWA BILA KULAZWA HOSPITALINI WA COVID-19

Taarifa ya ziada

Oksimeta ya Mpigo wa Moyo (maelekezo ya matumizi)

Kwa wagonjwa wanaonyesha dalili za ugonjwa, ufuatiliaji na oksimeta ya mpigo wa moyo inayotumiwa nyumbani unapendekezwa (kutokana na ku-kosa oksijeni bila kuonyesha dalili). Mipaka ya oksimeta za mpigo wa moyo zinazotumiwa nyumbani inafaa kutambuliwa, na vifaa vilivyothibitishwa vinapendekezwa. Vipimo vingi vinapaswa kuchukuliwa kadiri siku inavyo-songa, na kushuka kwa vipimo kunapaswa kuogofya. Upungufu chini ya 94% wa msingi au kiwango kifu unapaswa kuchochea kulazwa hospitalini. Mwongozo ufuatao unapendekezwa:

- Tumia kidole cha shahada au cha kati; epuka vidole vya miguu au ndewe;
- Kubali tu vipimo vinavyohusiana na ishara ya mpigo thabiti wa moyo;
- Chunguza vipimo kwa sekunde 30 hadi 60 ili kutambua kiwango cha kawaida zaidi;
- Ondoa mng'arisho wa kucha kutoka kwa kidole ambacho vipimo vina-fanywa;
- Pasha joto viungo baridi kabla ya kipimo.

Hesabu ya dozi ya ivermectin (miligramu 0.2 kwa kilogramu)

Uzito wa mwili		Dozi	
Ubadilishaji (kilogr. 1 ≈ 2.2 ratili 2.2)		miligr. 0.2 /kilogr. ≈ miligr. 0.09/ratili	
(dozi zinahesabiwa kwa kiwango cha juu cha uzito)		(Kila tembe = miligr. 3; dozi ilingane na nusu ya tembe ya karibu zaidi iliyo hapo juu)	
ratili	kilogramu	miligramu	
70–90	32–40	8	(3 tembe = 9 mg)
91–110	41–50	10	(3.5 tembe)
111–130	51–59	12	(4 tembe)
131–150	60–68	13.5	(4.5 tembe)
151–170	69–77	15	(5 tembe)
171–190	78–86	16	(5.5 tembe)
191–210	87–95	18	(6 tembe)
211–230	96–104	20	(7 tembe = 21 mg)
231–250	105–113	22	(7.5 tembe = 22.5 mg)
251–270	114–122	24	(8 tembe)
271–290	123–131	26	(9 tembe = 27 mg)
291–310	132–140	28	(9.5 tembe = 28.5 mg)

Kwa dozi za juu zinazotumika kwenye Kanuni zetu za I-MASK+ tafadhali zidisha thamani inayopatikana kwenye jedwali kwa miligramu 0.2/kilogramu, kwa mfano:

- Miligramu 0.4/kilogramu: mara mbili ya dozi ya miligramu 0.2/kilogramu
- Miligramu 0.6/kilogramu: mara tatu ya dozi ya miligramu 0.2/kilogramu

Vidonge vinaweza kufanywa nusu ili kupata dozi sahihi zaidi. Kisha sawazisha kulingana na nusu kidonge kilichotajwa hapa juu.

Kumbuka kuwa vidonge vya Ivermectin vinavyopatikana vina uwezo tofauti (k.m miligramu 3, 5 au 6) na jinsi ya kutumia dawa (vidonge, matone) inalingana na nchi (tafadhali rejelea taarifa kwenye kifurushi). Katika jedwali letu tunahesabu dozi kwa kutumia vidonge vya miligramu 3 (dozi maarufu zaidi kwa kila kidonge nchini Marekani).

Ikiwa vidonge vyako vina kiwango tofauti cha ivermectin kisichokuwa miligramu 3, lazima uhesabu idadi ya vidonge ili kusawazisha dozi ya ivermectin inayohitajika.

Kanusho

Itifaki ya Uzuiaji na Matibabu ya Mapema ya Wagonjwa Wanaotibiwa Bila Kulazwa Hospitalini wa COVID-19 ya I-MASK+ na Itifaki ya Matibabu ya Hospitalini ya COVID-19 ya MATH+ ni ya madhumuni ya kielimu tu kuhusu matibabu ya COVID-19 yanayoweza kuwa na faida. Usipuuze kamwe ushauri wa kitaalamu wa matibabu kwa sababu ya kitu ulichosoma katika tovuti na matoleo yetu. Haikusudiwi kuchukua nafasi ya mawaidha ya kitaalamu ya kimatibabu, utambuzi, au matibabu kuhusiana na mgonjwa yeyote. Matibabu kwa mgonjwa yanapaswa kutegemea uamuzi wa daktari wako au mhudumu mwingine wa afya aliyehitimu. Uwe ukitafuta ushauri wao pamoja na maswali yoyote unayoweza kuwa nayo kuhusu afya yako au hali yako ya kimatibabu.



Tafadhali angalia sasishe za itifaki zetu mara kwa mara!
Mapendekezo yetu ya dawa na dozi zinaweza kusasishwa wakati tafiti zaidi za kisayansi zinaibuka.