INAMBALA SHA CIPATALA]
Ishina lya PI
Ishina lya Cipatala
Keyala ya Cipatala
Lamya

Ndondomeko yakafukufuku yofuna kudziwa momwe kaperekedwe ka mankhwala a tranexamic acid kudzera minyewa, m'msempha ndi kumwa kumathandizira azimayi omwe abereka kudzera munjira ya opareshoni ya sizileyani (kuchilira ku mpeni).

ZINTHU ZOYENERA KUDZIWA OTENGA MBALI

Mukupemphedwa kutengapo nawo mbali pakafukufuku wotchedwa WOMAN-PharmacoTXA

- Musanachiganizire kutengapo mbali mukafufukuyu tikufuna inu mudziwe chifukwa chake kafukufukuyu akupangidwa komanso zomwe ukhudze.

- Chonde werengani uthenga uwu. Mukhoza kuyankhula ndi ena zokhudzana ndi kafukufukuyu ngati mutafuna choncho.

- Mukhoza kufunsa a dotolo kapena anamwino amene akukuyang'anirani mafunso ochuluka m'mene mungathere okhudzana ndi kafukufukuyu m'mene mungakondere musanapange chiganizo chotenga nawo mbali kapena ayi.

- Zitengera inu kufuna kutenga nawo mbali kapena ayi. Ngati mwasankha kusatenga nawo mbali, a dotolo ndi anamwino apitilizabe kukupatsani chithandizo/ chisamaliro choyenera choperekedwa pa chipatala chino.

Zam'katimu

1. Kodi kafukufukuyu ndi wa chiyani?
2. Chifukwa chiyani mukundifunsa ine kutengapo mbali?
3. Kodi chingachitike ndi chiyani ngati mwatengapo mbali?
4. Ndi nthawi yaitali bwanji yomwe ndikuyenera kutenga nawo mbali mukafukufukuyu?
5. Kodi ndipindula nawo potengapo mbali?
6. Kodi ndikhoza kuvulala potenga nawo mbali?
7. Kodi ndikhoza kusintha maganizo okhudzana ndikutenga nawo mbali?
8. Kodi chichitike ndi chiyani pamapeto pake?
9. Kodi ndi uthenga uti ofunika kusunga chinsisi?
10. Kodi chichitike ndi chiyani ku magazi omwe atengedwe?
11. Kodi akupanga kafukufukuyu ndi ndani?
12. Kodi waunikira kafukufukuyu ndi ndani?
13. Kodi nanga ngati pangapezeke vuto?
14. Kodi palinso china chomwe ndikuyenera kudziwa?

1. Kodi kafukufukuyu ndi wachani?

Azimayi ena amataya magazi kwambiri pamene akupangidwa kapena akatha kupangidwa opareshoni yobereka munjira ya sizeliyani (kuchilira ku mpeni) (C-section). Tikudziwa kale kuti kupereka mankhwala otchedwa tranexamic acid kapena TXA m'msempha wa amayi amene ataya magazi kwambiri pobereka ukhoza kupulumusa miyoyo yawo. Ngakhale izi zili choncho, chithandizo cha chipatalachi chikuyenera kuperekedwa mwansanga ndiponso sichikuyenera kudutsa maola atatu atabereka. Ndikofunika kwambiri kusiyisa azimayi amene akutaya magazi ochuluka ngati chinthu choyambirira. Tikufuna tifufuze ngati kuwapatsa azimayi omwe apangidwa opaleshoni ya sizaliyani (kuchilira ku mpeni) mankhwala a tranexamic acid kungasiyese kutaya magazi ochuluka, makamaka azimayi amene ali pachiopsezo chotaya magazi ochuluka.

Tikufunanso kudziwa njira yoperekera TXA yomwe ingagwire bwino ntchito. Nthawi zambiri TXA amaperekedwa mujakisoni m'msempha, ndipo izi zimayenera kupangidwa ndi akadaulo azaumoyo omwe nthawi zina samapezeka pomwe azimayi akubereka kunyumba kapena kuchipatala chaching'ono.

TXA akhozaso kuperekedwa ngati jakisoni mu minyewa kapena ngati chakumwa, njira izi zopereka mankhwala ndi zosavuta komanso zachangu. Cholinga chathu ndikufuna kuona ngati kupereka TXA muchakumwa kapena kubaya minyewa kukhoza kutengedwa mthupi ndi kugwira ntchito bwino ngati m'mene amagwirira ntchito bwino ukaperekedwa msempha, uthengawu uthandiza azimayi amene ali pachiopsezo chozataya magazi mtsogolomu.

2. Chifukwa chiyani mundifunsa kutenga nawo mbali?

Tikukufunsani inuyo kutenga nawo gawo chifukwa mukuyembekezereka kuzabereka kuzera munjira ya opareshoni ya sizeliyani (kuchilira ku mpeni) ndipo muli pachiopsezo chachikulu chozataya magazi pamapeto pake pobelekapo.

Tikupereka uthengawu kwa inu komanso kukufunsani inuyo kutenga nawo mbali. Ngati mungavomere kutenga nawo mbali gulu la kafukufuku lapachipatala chino likulowesani/likuonjezerani inu mu kafukufukuyu.

Simukuyenera kutenga nawo mbali ngati:

- Ndinu osakwanila zaka 18 zakubwadwa
- Muli ndikuthekera kozabereka bwinobwino
- Opareshoni yanu ya sizaliyani (kuchilira ku mpeni) izapangidwe mwachangu (osapitilira ola limodzi mutagonekedwa mu chipatala)
- Ngati thupi lanu siligwirizana bwino ndi mankhwala akugwirisidwa ntchito mukafukufukuyu
- Mukazayamba kutaya magazi kwambiri asanakupangeni opareshoni ya sizeliyani (kuchilira ku mpeni).
- Mwalandira tranexamic acid mumaola 48 musanapangidwe sizeliyani opareshoni (kuchilira ku mpeni).
- Impso zanu sizikugwira bwino ntchito
- Muli ndi vuto la chipatala lomwe limakupangisani kutaya magazi kwambiri

Azimayi okwanira 120 azatenga nawo mbali mukafukufukuyu. Zili ndi inu kupanga chiganizo ngati mukufuna mutatengapo mbali kapena ayi.

3. Kodi chingachitike ndi chiyani ndikatenga nawo mbali?

Kutenga nawo mbali mukafukufukuyu sikusintha chithandizo/chisamaliro chomwe chimapatsidwa kwa azimayi omwe apangidwa opareshoni ya sizaliayani (kuchilira ku mpeni) pachipatala chanu.

- Tikufunsani kuti mulembe zinthu mu fomu kusonyeza kuti mukufuna kutenga nawo mbali
- Tikufunsani mafunso okhudzana ndi umoyo wanu, tikuyezani kutalika ndi kulemera kwa thupi lanu, tikuyezani kuthamanga kwa magazi (BP), mtima ndi kapumidwe kanu.
- Tikutengani magazi ochepa m'msempha kuti tikawayeze kuti tikadziwe m'mene magazi anu amaumira/kuundana, tionanso momwe impso zanu ziliri komanso zikugwirira ntchito ndiponso ngati

ndinu operewera magazi kapena ayi. Izi zitengedwe mu singano yomwe imabayidwa m'msempha pokukonzekera kupita ku opareshoni choncho sipakhalaso ma singano ena otere.

- Kwa ola limodzi musanapangidwe opareshoni ya sizeliyani (kuchilira ku mpeni) tikubayani pa chala chaching'ono kuyeza magazi.

Tisankha imodzi mwa njira zinayi zokuthandizirani/zoperekera chithandizo. Chithandizo chomwe mulandire chisankhidwa ndi makina a compyuta ndipo a dotolo sangasinthe izi. Sadziwa kumayambiriro chithandizo chomwe mulandire. Munthu aliyense ali ndikuthekera kosankhidwa kupatsidwa imodzi mwa zithandizo zotere:

1. jekeseni wa tranexamic acid m'msempha
2. ma jekeseni awiri a tranexamic acid m'minyewa yosiyana
3. tranexamic acid m'chakumwa
4. Opanda tranexamic acid

Kenako tizabwerezanso kukubayani pa chala ndi singano ndi kutenga magazi m'msempha kuti tikawayeze. Timaonanso/kuyeza kuthamanga kwa magazi (BP), mtima ndi kapumidwe kanu, tikaonanso magazi amene mwataya komanso ngati mwayamba vuto kamba ka chithandizochi. Tikalowesa mu ndondomeko zonse zomwe taona pa makanda ongobadwa kumene mu ndondomeko yotchedwa APGAR score. Mwachangu, akangobadwa mwana (khanda) wanu, akadulidwa m'chombo, tizatenga magazi ochepa m'chombo. Makanda onse ali ndi satanesatane oyezedwa magazi akangobadwa powabaya pang'ono kuphazi. Nthawi yomweyonso izi zikuchitika, tikatengaso magazi ochepa kuchokera kwa mwana wanu. Tikayang'ananso inu ndi mwana wanu ngati pali vuto lililonse lomwe labwera muli mu chipatala. Komanso, ngati munalandira chithandizo cha jekeseni m'minyewa, tizaona ngati mukumva ululu/kuwawa, mwatemeka kapena muli ndi vuto lina lake.
Muona mu tebulo lomwe liri pansipa kuti ndi mowilikiza bwanji tikuyenera kumakuunikani.

Nthawi pakutha pa TXA kapena opanda TXA	Kubaya pa chala	Kuyeza magazi kuchoka mu singano wa m'msempha	Kuthamanga a kwa mtima, magazi ndi kapumidwe	Kutaya magazi	Kutolera uthenga okhudza chithandizo chomwe mwalandira	Kuyang'ana vuto lirilonse lomwe muli nalo	Kuona ngati muli ndi vuto ngati mwabayidwa jakeseni m'minyewa	Kuyang'ana vuto lina lirilonse lomwe mwana (khanda) lanu likhoza kukhala nalo
Mphindi khumi ndi zisanu	*x*		*x*	*x*	*x*	*x*	*x*	*x*
Mphindi makumi atatu	*x*		*x*	*x*	*x*	*x*	*x*	*x*
Maola awiri	x		x	x	x	x	x	x
Maola anayi	x	x	x	x	x	x	x	x
Maola asanu ndi atatu	x	x	x	x	x	x	x	x
Maola khumi ndi awiri	x	x	x	x	x	x	x	x
Maola makumi awiri ndi mphambu zinayi	x	x	x	x	x	x	x	x
Tsiku lirilonse musanatulusidwe kapena tsiku la chisanu n'chiwiri			x			x	x	x

4. Ndi kwa nthawi yaitali bwanji mukutenga nawo mbali m'kafukufukuyu?

Mukhala mukafukufukuyu mpakana pomwe mutatuluke m'chipatala, kapena kwa masiku asanu ndi awiri mukabereka mwana wanu (khanda lanu), paliponse pomwe pali poyandikirapo. Ngati mwatuluka m'chipatala komanso m'masiku asanu ndi awiri chibelekereni, inu kapena mwana wanu kupezeka kuti wadwala, chonde dziwitsani a dotolo omwe dzina lawo lalembedwa pa fomu kuti adziwe.

5. Kodi ndipindula potenga nawo mbali mu kafukufukuyu?

Sitikudziwa ngati kafukufukuyu akuthandizeni ngati mukutenga nawo mbali pa inu nokha kapena ayi. Chomwe tingadziwe ndi choti kudzera mukafukufukuyu a dotolo akhoza kuthandizidwa kuthandiza/kusamalira omwe akhale pa chiopsezo chozataya magazi akamazabereka mtsogolomo. Tili ndi chikhulupiliro kuti kupereka TXA asanapangidwe opareshoni ya sizaliyani azimayi omwe ali pachiopsezo chotaya kwambiri magazi, akhoza kupewa kutaya magazi kwambiri. Tilinso ndi chikhulupiriro kuti ngati TXA amagwira bwino mukaupereka m'minyewa kapena kumwedwa m'chakumwa, izi zikhoza kuthandiza azimayi ena mtsogolomu omwe azapezeke m'vuto lomweli pomwe kulandira jekiseni m'msempha sikumatheka.

6. Kodi ndingavulale potenga nawo mbali?

Tranexamic acid si mankhwala a chilendo (ongopangidwa kumene)ndiponso akahala akugwiritsidwa ntchito kuthandiza anthu omwe ali ndi mavuto osiyanasiyana otaya magazi, monga ukakhala ndi opareshoni kapena mwana akangobadwa. Mukafukufuku ambiri akusindika kuti mankhwalawa alibe vuto loopsa kwenikweni. Nthawi zina amapangisa mseru, kusanza kapena kutsegula m'mimba. Ngati mulandira jekeseni m'minyewa pali kachiopsezo chofiila khungu, kumva ululu (kuwawa), komanso kuthetheka (kutemekatemeka) pamene panabayidwira jakeseni m'minyewa komanso pali kachiopsezo chochepa kofalikila.

Mu akafukufuku ambuyomu amene anaperekapo mankhwala a tranexamic acid kwa a zimayi oyembekezera sanapeze chiopsezo chilichonse kwa mwana wosabadwayo. Mulingo ochepa kwambiri wa tranexamic acid ukhoza kukalowa m'kaka wa m'mawere. Mu akafukufuku ena sanapezeso chiopsezo chilichonse kwa makanda omwe amayamwa mkaka wa m'mawere wa amayi omwe anapatsidwa tranexamic acid. Adotolo

azakuyang'anirani inu ndi mwana wanu, ndi kukupatsani chithandizo/chisamaliro choyenera chopezekeratu ngati pali mavuto. Akawauzanso anthu akupangisa kafukufukuyu ngati muli ndi vuto lina lirilonse.

7. Ndikhoza kusintha maganizo pakutenga nawo mbali?

Inde. Mukhoza kudukiza/kuyimitsa kutenga nawo mbali, nthawi yina iliyonse. Mukungoyenera kunena kuti "ndaganiza kuti ndisatengenso nawo mbali m'kafukufukuyu". Dotolo wanu ndi ogwira ntchito mu chipatala azapitilizabe kukupatsani chithandizo mwa nthawi zonse. Ngati muli ndi vuto lina lirilonse mutasiya kutengapo mbali m'kafukufukuyu, tizakupemphani kuti mutiuze za iwowa.

8. Kodi chichitike ndi chiyani pa mapeto?

Tizakupatsani khadi la ma nambala a lamya la madotolo akafukufuku apachipatala chino. Chonde kasungeni khadili mosamala. Ngati mungatuluke muchipatala inuyo kapena mwana wanu (khanda lanu) nkudwala m'mkati mwa limodzi la mwa masiku asanu ndi awiri omwe mumabereka khandali, chonde lumikizanani/ayimbireni a dotolo akafukufuku amene alembedwa pa khadiyu. Komanso, onetsani khadili kwa wina aliyense wachipatala amene amakuthandizani mukadwala.

Ngati mukufuna mukhale nazo zosatira zomaliza za kafukufukuyu, chonde dziwisani a dotolo amene mumakambirana nawo za kafukufukuyu ndipo iwo azaonetsesa kuti mwalandira nawo zosatirazi akazazisindikiza.

9. Kodi ndi uthenga uti oyenera kusunga chinsisi?

Tizasunga zonse zomwe titenge zokhudzana ndi inu komanso mwana wanu (khanda lanu) mwachinsinsi komaanso kusunga mosamalisa. Anthu amene azaloledwe kuwona zomwe mwatiuza azakhala okhawo amene akugwira ntchito yothamangitsa kafukufukuyu ku nthambi ya London Coordinating Centre ndi oyimlira sukulu ya ukachenjede ya London School of Hygiene ndi Tropical Medicine (omwe apereka chithandizo chakafukufukuyu ku Zambia, komanso akuluakulu a nthambi yovomeleza kuti kafukufuku achitidwe ndi komiti yoyang'anira kafukufuku achitike komanso oyang'anira kuti akuchitidwa bwino/mwandondomeko. A London Coordinating Centre akhoza kutenga kapena kukopera nawo zina mwazinthu zomwe mwatiuza zomwe zizakhale ndi dzina lanu pa fomu yopempha chilolezo yomwe muzasayine. Ndipo izi azazifafaniza kapena zinthu zokhudzana ndi inuyo (zinsinsi zanu) zizachotsedwa akangotha kugwiritsa ntchito.

Tizasindikiza zosatira za kafukufukuyu mumabukhu aza chipatala kuti madotolo ndi anamwino athe kuphunzirapo. Sitizaphatikizamo zinthu zokhudzana inuyo mu zosatira zakafukufukuyu, kuti musakazindikiridwe. Gulu la kafukufuku likhoza kugawana zosatira zomwe lapeza mukafukufukuyu ndi akafukufuku ena komanso kugulu, koma zinthu zokhudzana ndi inuyo sakaziyikamo.

10. Kodi chichitike ndi chiyani ku magazi omwe atengedwewo?

Magazi anu amene titenge pokubayani pa chala azawalongosola ndi kuwanyamula mosamala kudzera mundondomeko ya pamwamba yonyamulira katundu kupita ku labu ya kusukulu ya ukachenjedwe ya Versailles Saint Quentin (France). Akayezamo kuchuluka kwa TXA mumagaziwo. Ogwira ntchito ku labu sakakhala ndi kuthekera kokuzindikirani inu. Magazi onse amene azatengedwe m'msempha akawayeza kaye ku labu ya mudziko lanu la Zambia. Magazi anu azatayidwa mwadongosolo/mosamala akazatha kuwaunikira kapena moyambirira chakumapeto akafukufukuyu.

11. Kodi akupanga kafukukuyu ndi ndani? Ndingalumikizane ndi ndani ngati pali mafunso kapena pali vuto?

Kafukufukuyu akupangidwa ndi gulu la azakafukufuku la London School of Hygiene & Tropical Medicine (University of London) ku United Kingdom.

Ngati muli ndi mafunso kapena madandaulo okhudzana ndi kafukufukuyu, mufunse ndi kuyankhulana ndi gulu la kafukufukuyu amene azayesese kukupatsani mayankho okwanira komanso olondola. Mukhozanso kulumikizana ndi dotolo wankulu wa kafukufuku pachipatala ichi:

Dzina	
adilesi	
Nambala ya lamya	
Imelo	

Ngati mukufuna kudandaula, mukhoza kutero kudzera mundondomeko za madandaulo apachipatalachi. Chonde funsani a dotolo kapena anamwino akafukufuku kuti mudziwe zambiri.

12. Kodi waunikira kafukufukuyu ndi ndani?

Potengera kuti zokhumba zanu zikwanilisidwe, kafukufukuyu wawunikiridwa bwino ndi bungwe loyang'anira makafukufuku lotchedwa Research Ethics Committee. Iwo anavomereza kuti tikhoza kupanga kafukufukuyu. Kafukufukuyu waunikiridwa ndipo wapatsidwa kuthekera koyenera kutengera chitetezo ndi ufulu wa otengapo mbali ndi bungwe la Research Ethics Committee lotchedwa:

Komiti ya Kafukufu:	
Adilesi:	
Wapampando:	
Nambala ya lamya:	
Imelo:	

13. Kodi ngati pali vuto?

Ngati pangapezeke kuti pabwera vuto/kapena china chake chachitika munthawi ya kafukufukuyu, a London School of Hygiene & Tropical Medicine azakhala woyimbidwa mlandu posatenga ndondomeko zoyenera zokutetezerani.

14. Kodi chinanso ndiyenera kudziwa ndi chiyani?

Ngati inuyo/wodwala wavulala chifukwa chotengapo mbali mukafukufukuyu, muyenera kulumikizana ndi dotolo wa kafukufuku. Zitatero kuti mwavulala kapena mwadwala Kamba ka zina mwa zinthu zathu zomwe tikugwiritsa ntchito mukafukufukuyu, eniwake othandiza azakulipirani moyenera ndi chithandizo choyenera chakuchipatala. Eniwake othandiza kafukufukuyu sazakhuzidwa ndi malipiro aliwonse akuchipatala omwe mavuto ake analipo kale, matenda ena aliwonse, kapena chithandizo china chilichonse mukulandira cha ku chipatala Kamba kakunyalanyaza kapena kusakhulupirika kwanu, kapena kunyalanyaza kapena kuchitira dala zolakwika kwa dotolo wa kafukufuku kapena malo ochitirapo kafukufuku kapena wina aliyense ongolowerapo. Simuzalandidwa ufulu wanu wokamang'ala/kukadandaula kubwalo ngati mukufuna chipepeso pomwe mwasayina fomuyi.

- Kafukufukuyu akupangidwa ndi London School of Hygiene and Tropical Medicine (LSHTM, University of London, UK) ndi chithandizo cha Wellcome.
- Ngati mwavomera kutengapo mbali, mukuyenera kusayinira fomu yapadera yopempha chilolezo. Tikupatsani imodzi mwa fomu yopempha chilolezo komanso chipepala ichi.
- Kafukufukuyu ndi wa ulere. Sazakuwonongerani ndalama/khobiri lirilonse mukatenga nawo mbali mukafukufukuyu.
- Ngati mwabweranso kuchipatala ndi vuto lokhudzana ndi kafukufukuyu, tizakupatsani ndalama yoyendera (transport).

FOMU YOPEMPHA CHILOLEZO

KAFUKUFUKU WA WOMAN PHARMACO-TXA

MUTU WA KAFUKUFUKU	Ndondomeko yakafukufuku yofuna kudziwa momwe kaperekedwe ka mankhwala a tranexamic acid kudzera minyewa, m'msempha ndi kumwa kumathandizira azimayi omwe abereka kudzera munjira ya opareshoni ya sizileyani (kuchilira ku mpeni).		
VERSION NAMBALA	1.2 Zambia	**VERSION TSIKU**	28 OGASITI 2020
NAMBALA YACHIPHASO CHA MALO		**DZINA LA WOCHITA KAFUKUFUKU**	
NAMBALA YA CHIPHASO YA WOTENGA MBALI			

TSATANETSATANE WA MUNTHU WOPEREKA CHILOLEZO:

1. Ine ndikusimikiza/kusindika kuti ndawerenga/andiwerengera mfundo/ndondomeko muchipepalachi ya kafukufuku wam'mwambamo ndipo inali mu chiyankhulo choti ndimamva.
2. Ndakambilana ndi a dotolo mokhutisidwa ndiponso ndinali ndi mpata/kuthekera kofunsa mafunso.
3. Ndamvesesa kuti kutengapo mbali mukafukufukuyu ndi ulere. Ndauzidwa mokwanira zinthu zokhudzana ndi kafukufukuyu kuti ndikhale ndikuthekera kopanga chiganizo kuti ndikufuna kutenga nawo mbali.
4. Muli ndi ufulu wosiya kutenga nawo mbali nthawi ina iliyonse popanda kupereka chifukwa komanso izi sizizakhuza chisamaliro chanu ayi.
5. Ndamvesesa kuti ndiyenera kupatsidwa imodzi mwa fomu yopempha chilolezo komanso kuwonjezerapo chipepala cha zinthu zowonjezera zomwe ndikuyenera kukasunga ndekha.
6. Ndamvesesa kuti pa gawo lomwe azilemba zakudwala kwanga komanso pa mwana wanga/ana anga pazayang'anilidwa ndi munthu woyenera yemwe ali okhuzidwa mukafukufukuyu, mamonita, owerengera katundu ndi oyimilira komiti yowona zakafukufuku ndi wamkulu ovomereza kuti kafukufuku achitike akuyenera asimikize ndondomeko/dongosolo la kafukufu. Ndikuwapatsa chilolezo anthuwo kutsogolera kuwona ma lekodi angawo.
7. Ndamvesesa kuti zosatira zanga (momwe china chilichonse chachinsinsi changa chizachosedwa) zizaperekedwa kugulu.
8. Ndamvesesa kuti magazi nditengedwe azawatumiza kunja, ku dziko la France, kuwasindikiza osati kukasungidwa kuti azawagwiritse ntchito kafukufuku wamtsogolo. Magaziwa sazalembedwa dzina langa, azangowaptsa nambala ya chinsinsi ya kafukufuku kuti akadziwidwe.
9. Ndikupereka chilolezo pa fomu iyi, yopempha chilolezo, yomwe ili ndi zinthu zanga, kuti ikakhalepo pa kafukufuku ku Coordinating Centre ku London ngati kalondolondo chabe.
10. Ndikuvomera kutenga nawo mbali mukafukufuku, wa azimayi wa WOMAN PHARMACO-TXA

_____	_____	_____
Dzina la mzimayi	Tsiku	Kusayinila/kudinda ndi chala kapena chidindo (ngati samatha kusayina)
_____	_____	_____
Dzina la mboni	Tsiku	Kusayinila

(Mboni yosakhuzidwa ndi kafukukufu izafunika ngati wodwala/otenga mbali sangathe kuwerenga ndi kulemba)

TSATANETSATANE WA MUNTHU OKATENGA CHILOLEZO:

Ndafotokoza mokwanira za kafukufuku kwa amene akutenga nawo mbali ndi kumuuza zinthu zoyenera zokhuzana ndi ubwino komanso chiopsezo chakafukufuku kuti apange chiganizo choyenera/cholondola.

_____	_____	_____
Dzina	Tsiku	Kusayinila