

Taarifa ya Afya ya Jamii

# Maji ya Chokaa

Maji ya chokaa (au “lye water” kama yaitwavyo hapa Australia) hutumiwa kwa kiwango kidogo sana kupikia nyama, mchele, tambi, mahindi, maharagwe na mboga za majani kama vile bamia na nyinginezo. Maji ya chokaa hutumika katika kupika ili kulainisha chakula na huongeza ladha kwenye chakula. Maji ya chokaa pia yanaweza kutumika kutengenezea sabuni .



Picha hizi zinaonyesha aina mbili za chupa ya maji ya chokaa zinazouzwa hapa Australia

Baadhi ya aina ya chumvichumvi au aina ya unga unaoweza kutumika kupikia na kufanya kazi sawa na maji ya chokaa ni:

- > Magadi soda
- > Baikabonate
- > chumvi za chokaa
- > majivu soda

## Je ni kitu gani natakiwa kufahamu kuhusu maji ya chokaa?

- > Maji ya chokaa yanayouzwa hapa Australia yanaweza kuwa makali kuliko yale yanayotumika kupikia kule Afrika au nchi nyingine.
- > Maji haya yanaweza kuleta madhara makubwa kama yakimezwa moja kwa moja toka kwenye chupa
- > Watoto waliokunywa maji ya chokaa kwa bahati mbaya wanahitaji huduma ya afya hospitalini haraka.
- > Majeraha yanayosababishwa na kuungua baada ya kunywa maji ya chokaa yanaweza kusababisha uharibifu wa kudumu.
- > Chupa za maji ya chokaa zina kifuniko maalumu ili kuzuia watoto wasiweze kufungua kwa urahisi, lakini tahadhari inahitajika kwani watoto wanaweza bado kuzifungua



*Ili uweze kufungua chupa ya maji ya chokaa, inabidi ubonyeze na kuzungusha kifuniko. Mara baada ya matumizi hakikisha kifuniko kimerudishiwa na kimekaza vizuri*

## Kwa nini maji ya chokaa ni hatari kwa afya?

> Maji ya chokaa yanaweza kutumika kwa kupikia, ila ni makali sana na ni hatari kwa sababu:

- Maji ya chokaa yakimezwa moja kwa moja kutoka kwenye chupa kwa bahati mbaya yanaweza kuunguza mdomo, koo na tumbo.
- Yakimwagika kwenye ngozi yanaweza kuunguza na kudhuru ngozi.
- Yakimwagikia kwenye macho yanaweza kuunguza macho na kuleta madhara makubwa sana.



## Jinsi ya kuwalinda watoto kuepuka madhara ya maji ya chokaa



**1. Usiweke maji ya chokaa sehemu ambayo watoto wanaweza kufikia kwa urahisi. Kama watoto watafikia ni rahisi kunywa maji ya chokaa na wakapata madhara.**

**\*\* ikiwa kwa bahati mbaya maji ya chokaa yamemezwa, piga simu namba 000 haraka kwa huduma ya gari la wagonjwa ( au kama unatumia simu ya mkono piga namba 112)**



**2. Kumbuka kwamba watoto wanaweza kupanda hadi juu kwenye kabati au jokofu (friji)**

**Kila mara hifadhi maji ya chokaa sehemu ambayo watoto hawawezi kufikia.**



**3. Usiweke maji ya chokaa kwenye kikombe au kijiko na kuacha juu ya meza ya jikoni, kwani watoto wanaweza kuyafikia na kunywa kwa bahati mbaya na wakadhurika.**

**Unapokuwa unatumia maji ya chokaa kupikia, ongeza moja kwa moja kutoka kwenye chupa yake.**



**4. Usihamishie maji ya chokaa kwenye chupa nyingine.**

**Chupa za maji ya chokaa zina vifuniko maalum ambavyo ni vigumu kwa watoto kufungua. Kwa njia hii watoto wanazuiliwa kunywa maji haya kwa bahati mbaya.**

**Unapotumia maji haya, hakikisha kwamba kifuniko kimefungwa na kimekaza vizuri.**

**Kwa maelezo zaidi kuhusu maji ya chokaa au kemikali nyingine za nyumbani wasiliana na:**

### **Carolyn Lewis**

**Idara ya Huduma za Sayansi:  
Huduma za Afya ya Jamii, Wizara ya Afya**

1st floor  
Citi Centre Building  
11 Hindmarsh Square  
Adelaide SA 5000

Tel 08 8226 7156  
Fax 08 8226 7102

[www.health.sa.gov.au](http://www.health.sa.gov.au)

**Kitengo cha Taarifa za Sumu  
Namba ya simu: 13 11 26**