



# 환자분을 위한 안내: 원숭이 두창(MPOX)으로 몸이 아플 경우 해야 할 일

사람에게 발생한 원숭이 두창(MPOX) 치료 방법은 감염자가 얼마나 심각하게 아픈지 또는 감염자가 심각하게 아플 가능성이 얼마나 되는지에 따라 달라집니다. 대부분 사람은 치료를 받지 않고도 2~4주 이내에 완전히 회복됩니다.

## 스스로 관리하는 방법

- 발진은 거즈나 붕대로 덮어 다른 사람에게 전염되거나 주위 환경에 노출되지 않도록 합니다.
- 발진이 생긴 병변을 찌르거나(터트리거나) 긁지 않도록 해야 합니다. 그렇게 하더라도 회복이 빨라지지 않으며 발진을 신체의 다른 부위로 번지게 하거나 다른 사람에게 바이러스가 전염될 가능성이 높아질 수 있고, 또한 벗겨진 부위가 박테리아에 감염될 수도 있습니다.
- 발진이 생긴 부위는 딱지가 떨어지고 새 피부가 완전히 형성될 때까지는 면도하지 말아야 합니다.  
샤워나 목욕을 하지 못하는 동안 피부 병변/발진 부위를 청결하고 건조하게 유지합니다.
- 특히 발진에 직접 접촉했을 때는 물과 비누로 손을 자주 씻거나 알코올 기반 손 소독제를 사용하도록 합니다. 손에 발진이 생겼다면:
  - 손을 씻을 때나 손 소독제를 사용할 때는 발진에 자극을 주지 않도록 주의합니다.
  - 공용 물체를 다룰 때나 공유된 공간에 있는 표면을 만질 때는 자극이 없는 장갑을 착용해야 합니다. 한 번 사용한 후 폐기할 수 있는 일회용 장갑을 사용하도록 합니다.
- 발진과 기타 모든 증상이 사라질 때까지 다른 사람 주변에 있을 경우 잘 맞는 마스크를 착용합니다.
- 영양 섭취와 휴식을 충분히 하여 몸의 치유를 도와줍니다.

## 증상의 관리

- 이부프로펜(Advil, Motrin) 성분의 의약품과 아세트아미노펜(Tylenol) 성분의 의약품은 증상을 완화하는 데 도움될 수 있습니다.
- 입안에 발진이 생겼다면 소금물로 하루 최소한 네 번 이상 입안을 헹구어줍니다. 처방전이 요구되는 구강 세정제나 리도카인 비스코스와 같은 국소 마취제는 통증을 관리하는 데 사용될 수 있습니다. 클로르헥시딘 구강소독제와 같은 경구용 소독제는 입안 청결을 유지하는 목적으로 사용될 수 있습니다.
- 통증이 심해져 가정에서 관리할 수 없을 정도가 된다면 담당 의사에게 연락해주십시오.

## 발진의 완화

- 가장 중요한 것은 발진을 만지거나 긁으려고 하지 말아야 한다는 점입니다. 그럴 경우 발진을 신체의 다른 부위로 번지게 하거나 다른 사람에게 바이러스가 전염될 가능성이 높아질 수 있고, 또한 벗겨진 부위가 박테리아에 감염될 수도 있습니다. 우발적으로 발진을 만졌다면, 물과 비누로 손을 씻고 눈, 코, 입, 생식기, 직장 또는 항문과 같은 민감한 부위는 만지지 않도록 해야 합니다.
- 국소 벤조카인/리도카인 젤은 증상을 일시적으로 완화하는 데 사용될 수 있습니다. Benadryl과 같은 경구용 항히스타민제와 칼라민 로션 또는 바셀린과 같은 국소용 크림은 가려움을 완화하는 데 도움될 수 있습니다.
- 온수를 준비한 욕조에 몸을 담그는 것(오트밀이나 기타 가려운 피부용 일반 목욕 제품 사용)은 발진과 함께 올 수 있는 건조하고 가려운 감각을 어느 정도 완화해줄 수 있습니다.
- 항문이나 생식기(음경, 고환, 음순, 질) 내부 또는 주위나 회음부에 발진이 생긴 분들 또한 좌욕(온수, 낮은 수위에서 하는 목욕)을 통해 효과를 볼 수 있습니다. 담당 의사는 온수에 추가될 수 있는 포비돈 요오드와 같은 의약품이나 기타 제품을 처방해줄 수 있습니다. 앰솔염, 식초나 베이킹 소다를 온수에 추가하면 진정 효과를 볼 수 있습니다.

면역 체계가 약해진 분이나 생식기 또는 직장에 발진이 생긴 분들은 치료가 요구될 수 있습니다. MPOX 치료를 위해 사용되는 의약품은 처방전이 요구되며 의료 제공자에 의해 요구되어야만 합니다. 담당 의사가 없으신 분은 2-1-1 또는 7-1-1(청각 장애인)로 연락해주십시오.

