

患者使用：如果感染了猴痘 (MPOX) 您该怎么做？

人类猴痘 (MPOX) 病毒感染者的处理方法取决于染病程度以及最严重的感染部位。大多数人员可以在2至4周内完全康复，而无需任何治疗。

自我护理

- 用纱布或绷带盖住皮疹，防止传播他人以及在环境中播散。
- 请勿切开（刺破）皮疹或者抓挠皮疹所致的皮损部位。这样做不会加速愈合，且可能将病毒传播到身体其他部位、增加将病毒传染给他人的机会，并可能造成开放性皮损部位的细菌感染。
- 请勿对皮疹部位进行脱毛，直至该部位皮屑脱落并长出新皮层为止。除淋浴或洗澡外，应保持皮损/皮疹部位的清洁干燥。
- 经常用肥皂和水洗手，或者使用含酒精的洗手液，特别是直接接触皮疹后。如果手上出现皮疹：
 - 洗手或使用消毒液时应格外小心，避免刺激皮疹。
 - 接触公用物体或者触摸共用空间物体表面时，应戴上无刺激性手套。
 - 应使用用后即弃的一次性手套。
- 周围有其他人员时应佩戴合适的口罩，直到皮疹和所有其他症状消失为止。
- 应保持健康饮食和充分休息，让身体尽快痊愈。

症状处理

- 类似布洛芬 (Advil、Motrin) 和对乙酰氨基酚 (Tylenol) 的药物可以让您感觉稍好。
- 如果口腔内出现疹子，应每日用盐水漱口至少四次。可以使用处方药漱口水或者盐酸利多卡因等局麻药缓解疼痛。类似洗必泰漱口液的口腔杀菌液有助于保持口腔清洁。如果在家中感觉疼痛越来越严重且无法控制，请联系您的医疗保健人员。

皮疹缓解

- 最重要的是尽量不要触碰或抓挠皮疹。这样做可以将病毒传播到身体其他部位、增加将病毒传染给他人的机会，并可能造成开放性皮损感染细菌。如果不小心触摸了皮疹，请用肥皂和清水洗手，并避免接身体触敏感部位，如眼睛、鼻子、嘴巴、生殖器、直肠或肛门。
- 局部使用苯唑卡因/利多卡因凝胶可临时缓解症状。口服抗组胺药 (例如苯丙二醇) 以及外用乳剂 (例如卡胺乳液或凡士林) 可能有助于缓解瘙痒。
- 温水浸泡 (使用燕麦片或用于皮肤瘙痒的其他非处方洗浴用品) 可能有助于缓解皮疹所致的皮肤干燥、瘙痒。
- 患有肛门或生殖器 (阴茎、睾丸、阴道、阴道) 内侧或周围 (深色皮肤部位) 皮疹的人员也可以通过坐浴 (水量较少的温水盆浴) 缓解症状。您的医疗保健人员可能会开具一些诸如聚维酮碘之类的药物或其他产品添加到水中。在水中加入 Epsom 盐、醋精或小苏打可以舒缓症状。

一些免疫系统功能低下或者出现生殖器或直肠皮疹的人员可能需要药物治疗。治疗 MPOX 的药物需要处方，且必须由医疗保健人员开具。如果没有医疗保健人员，请致电 2-1-1 或者 7-1-1 (听力障碍人员)。

