

# Monkeypox (Mpox)

Magkaroon ng kamalayan at alamin ang mga palatandaan upang maprotektahan ang iyong sarili at ang iba

Mpox:

- Ay isang virus na maaaring magdulot sa iyo ng sakit.
- Mas madalas na kumakalat sa pamamagitan ng malapitan, pag-kotak sa balat sa balat.
- Ang panganiib sa publiko ay kasalukuyang mababa. Maaaring magkaroon ng mpox ang sinuman, kahit na karamihan sa mga kamakailang kaso ang naganap sa mga taong nagpapakilala sa sarili bilang bakla, bisexual, trans, at iba pang lalaking nakikipagtalik sa mga lalaki (MSM), gayundin ang mga pag-kontak sa bahay.



## Paano Ito Kumakalat

**Malapitan na pakikipag-ugnayan** sa isang taong may mpox, o mga taong nasa 21 araw na panahon ng pagsubaybay dahil sa nakaraang pagkakalantad, kabilang ang sa pamamagitan ng:



Direktang pagkakadikit ng balat sa balat na may mga sugat sa mpox, scabs, o likido sa katawan.



Pag-kontak sa mga pagtitilamsik sa paghinga, tulad ng laway, sa panahon ng matagal na pakikipag-kontak sa mukha, o sa panahon ng matalik na pisikal na pakikipag-ugnayan, tulad ng paghalik, pagyakap, o sekswal na aktibidad.



Pakikipag-ugnayan sa mga bagay/tela na dumampi sa mga nakakahawang pantal, langib, o likido sa katawan.

- Ang panahon mula sa impeksyon hanggang sa mga sintomas ay mula 3 hanggang 21 araw. Ang sakit ay karaniwang tumatagal ng mga 2-4 na linggo.
- Ang isang taong may mpox ay maaaring magpakalat nito sa iba mula sa [4 na araw bago](#) ang simula ng mga sintomas hanggang sa ang lahat ng mga sugat ay gumaling, ang mga langib ay bumagsak na, at ang isang sariwang layer ng balat ay nabuo na sa ilalim. Tanging ang mga tao na kalaunan ay nagkakaroon ng mga sintomas ang maaaring magpakalat ng mpox virus.

## Mga Palatandaan at Sintomas



Mga pagpapantal o pagsusugat



Namamaga na mga lymph node o kulani



Sakit ng ulo



Lagnat/mga panginginig



Pangkalahatang pananakit ng katawan



Para sa mga update, i-text ang COSD MONKEYPOX sa 468-311. Para sa mga mapagkukunan, bisitahin ang:

[SanDiegoCounty.gov/monkeypoxSD](https://SanDiegoCounty.gov/monkeypoxSD)

