

خطر آبله میمون بوده اید

آبله میمون از طریق تماس شخصی نزدیک با اشخاص و حیواناتی که علائم این مریضی در آنها دیده می شود و یا هم از طریق تماس مستقیم با کالاها، روی جایی، روی پاک، و یا وسایل دیگر شخص آلوده، به شخص دیگر منتقل می شود. اگر با اشخاص یا حیوانات مصاب به ویروس آبله میمون در تماس بوده اید، توصیه های ذیل را عملی کنید.

واکسین بزنید

- واکسین بزنید (این یک اقدام طبی و قایوی بعد از قرار گرفتن در معرض این ویروس است). اگر در معرض تماس با این ویروس بوده اید، در ظرف 14 روز واکسین بزنید.
- با تأمین کننده خدمات صحتان برای تطبیق واکسین گپ بزنید تا از پیشرفت مرض وقایه کنید.



نظارت داشته باشید

- بدن خود را تا 21 روز از نظر پیدا شدن علائم و نشانه های این مریضی تحت نظر داشته باشید. اگر علائم آن در وجودتان دیده نمی شود، می توانید فعالیت های هرروزه تان (مثل کار، مکتب، و غیره) را ادامه بدهید.
- مراقب علائمی مثل تب 100.4 درجه فارنهایت (38 درجه سانتی گراد) یا داغ تر از آن، لرزه، پندیدگی غدد لمفاوی، و/یا پیدایش دانه (های) جدید روی جلدتان باشید.
- حرارت بدن تان را دو مرتبه در روز اندازه گیری کنید، چراکه تقریباً تمامی کسانی که از ویروس آبله میمون مریض می شوند، دچار تب و دانه می شوند.



اگر علائم آن ظاهر شد

- خود را قرنطین کنید و فوراً با یک تأمین کننده خدمات صحتان تماس بگیرید.
- به شریک (های) جنسی و نزدیکان خود* بگویید که در معرض تماس با این ویروس بوده اید.
- اگر تأمین کننده خدمات صحتان ندارید و یا به معلومات بیشتر ضرورت دارید، به نمبر 1-1-2 و یا نمبر مخصوص کم-شنوایان: 1-1-7، زنگ بزنید.**
- برای آگاهی از آخرین معلومات و همچنین رهنمایی ها، از وب سایت SanDiegoCounty.gov/monkeypoxSD دیدن کنید.



*نزدیکان، یعنی کسانی که در یک خانه با آنها زندگی می کنید؛ تماس جسمی مستقیم، بشمول تماس جنسی، با آنها دارید؛ و تماس مستقیم و بدون استفاده از تجهیزات حفاظت شخصی، با دانه ها/افرازات جلدی و/یا مایعات بدن آنها دارید.

**اگر مشکل شنوایی دارید، نمبر 1-1-7 را دایل کنید و از آنها درخواست کنید که از طریق نمبر (858) 1211-300، ارتباط شما را با آپریتر 1-1-2 برقرار کنند.



برای دریافت آخرین معلومات، عبارت COSD MONKEYPOX را به نمبر 468-311 مسج کنید. برای معلومات بیشتر، از این صفحه دیدن کنید:

SanDiegoCounty.gov/monkeypoxSD



