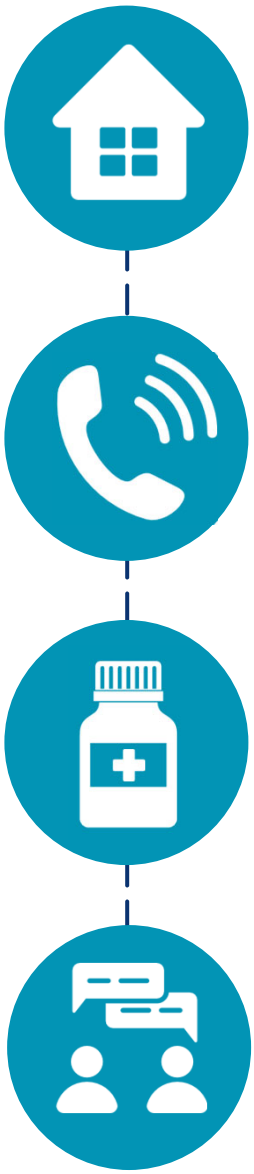
Kung Ikaw Ay
May sakit na Human Monkeypox (Mpox)

Ang Mpox ay kumakalat sa pamamagitan ng malapitan, pagkontak ng balat sa balat, kabilang ang matalik na pisikal na pakikipag-ugnayan (tulad ng paghalik, pagyakap, o sekswal na aktibidad), at paka-kontak mula sa mga bagay/tela na nahawakan ng mga nakakahawang pantal, langib, o likido sa katawan. Kung ikaw ay may sakit na mpox, sundin ang mga rekomendasyon sa ibaba at bisitahin ang www.SanDiegoCounty.gov/monkeypoxSD para sa mga update at patnubay.



Ihiwalay

- Humiwalay (manatili) sa bahay at i-monitor ang mga sintomas. Ang sakit ay karaniwang tumatagal ng 2-4 na linggo.
- Iwasang ibahagi ng mga gamit sa bahay at makipag-ugnayan sa mga hayop upang maiwasan ang pagkalat sa mga alagang hayop.
- Magsuot ng maskara at ang mga pantal ay dapat palaging natatakpan ng mabuti hanggang sa ganap na gumaling.

Makipag-ugnayan

- Makipag-ugnayan sa iyong healthcare provider upang masiyasat at masuri, kung kinakailangan.
- Tumawag sa 2-1-1 o 7-1-1* (may kapansanan sa pandinig), kung wala kang tagapagbigay ng pangangalagang pangkalusugan o para sa karagdagang impormasyon.

*I-dial ang 7-1-1 kung ikaw ay may kapansanan sa pandinig at hilingin na makakonekta sa 2-1-1 sa (858) 300-1211.

Magpagamot

- Karamihan sa mga tao ay gumagaling mula sa mpox nang hindi nangangailangan ng anumang mga gamot o iba pang paggamot.
- Gayunpaman, inaprubahan ng U.S. Food and Drug Administration (FDA) ang Tecovirimat (TPOXX o ST-246) bilang paggamot para sa mpox, at available ito mula sa mga healthcare provider.

Ipaalam sa Close Contacts o mga Malapitang Pakikipag-ugnayan

- Ipaalam sa (mga) kapareha at malalapit na contact na mayroon kang mga sintomas.
- Bisitahin ang www.TellYourPartner.org para gumawa ng anonymous o walang mapagkakakilanlan na notification ng partner.

COUNTY OF SAN DIEGO
HEALTH AND HUMAN SERVICES AGENCY

LIVE WELL SAN DIEGO

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

SanDiegoCounty.gov/mpox

PHAB Accredited Health Department

12/7/2023