

جاري القرود (Mpox)

جري القرود هو فيروس يمكن أن يتسبب في مرضك. ينتشر الفيروس في كثير من الأحيان من خلال الملامسة المباشرة للجلد.

ينتشر مرض جاري القرود من خلال الملامسة المباشرة للجلد، بما في ذلك:

- الاتصال الجسدي الوثيق (مثل التقبيل أو الاحتضان أو النشاط الجنسي)، و
- ملامسة الأغراض/الأقمصة التي لامست الطفح الجلدي أو القشور أو سوائل الجسم المعدية.

احترس



اعرف العلامات



- الطفح الجلدي أو التقرحات
- تضخم الغدد الليمفاوية
- الحمى/القشعريرة
- الإرهاق (انخفاض الطاقة)
- الصداع وألم الجسم العامة
- أعراض الجهاز التنفسي

- يتراوح الوقت من الإصابة إلى ظهور الأعراض من 3 أيام إلى 21 يوماً.
- يمكن للأشخاص المصابين أيضًا نقل الفيروس إلى الآخرين ابتداءً من 4 أيام قبل ظهور الأعراض.
- الأشخاص الذين تظهر عليهم الأعراض في النهاية هم فقط الذين يمكنهم نقل الفيروس.

قل المخاطر



- قلل الاتصال الوثيق مع الأشخاص الذين تظهر عليهم الأعراض، مثل القروح أو الطفح الجلدي، والأشخاص الذين خالطوا مريضًا ولا يزالون في فترة المراقبة البالغة 21 يومًا.
- تفقد جسمك واسأل شريكك (شركائك) عن أي طفح جلدي أو مرض مؤخرًا.
- تجنب لمس الطفح الجلدي/القشور أو ملامسة الأغراض والمواد (مثل الملابس والمفارش والمناشف) التي استخدمها شخص مصاب بجري القرود.

إذا خالطت مصاباً



- استمر في ممارسة أنشطتك الروتينية اليومية (مثل العمل والمدرسة).
- احصل على التطعيم في غضون أول 14 يومًا بعد التعرض أو عند تلقيك إخطارًا من إدارة الصحة.
- يوصى بشدة بمراقبة العلامات والأعراض وتتجنب الاتصال الجنسي مع الآخرين لمدة 21 يومًا.

إذا كنت مصاباً



- اعزل نفسك (ابق) في المنزل وراقب الأعراض. يستمر المرض عادة من 2 إلى 4 أسابيع.
- اتصل ب يقدم الرعاية الصحية لإجراء الاختبار إذا ظهر عليك طفح جلدي.
- احصل على العلاج، إذا لزم الأمر.
- إبلاغ الأشخاص المقربين. تفضل بزيارة www.tellyourpartner.org لإرسال إشعار مجهول الهوية إلى الأشخاص المقربين.

