

آبله میمون (Mpox)

Mpox ویروسی است که می تواند شما را بیمار کند. این ویروس بیشتر از طریق تماس نزدیک پوست به پوست منتقل می شود.

آگاه باشید



Mpox از طریق تماس نزدیک پوست به پوست پخش می شود، از جمله:

- تماس فیزیکی نزدیک (مانند بوسیدن، بغل کردن، یا فعالیت جنسی) و
- تماس با اشیاء/ پارچه هایی که با نواحی خارش، زخم ها یا مایعات عفونی بدن تماس داشته اند.

علائم را بشناسید



- خارش یا زخم
- ورم غدد لنفاوی
- تب/ لرز
- خستگی (انرژی کم)
- سردرد و درد عمومی بدن
- علائم تنفسی
- مدت زمان بین عفونت تا علائم بین 3 تا 21 روز متغیر است.
- افراد همچنین می توانند ویروس را از 4 روز قبل از شروع علائم به دیگران منتقل کنند. فقط افرادی که در نهایت علائمی از خود بروز می دهند می توانند ویروس را منتشر کنند.

خطر خود را کاهش دهید



- تماس نزدیک را با افرادی که علائمی مانند زخم یا خارش پوستی دارند و افرادی که در معرض قرار گرفته اند و در دوره نظارت 21 روزه خود هستند، محدود کنید.
- خود را بررسی کنید و از شریک (شریک های) خود در مورد خارش و بیماری های اخیر سوال کنید.
- از دست زدن به نواحی خارش/ زخم ها خودداری کنید؛ و از لمس اشیاء و مواد (مانند لباس، ملحفه و حوله) که فرد مبتلا به mpox استفاده کرده است، خودداری کنید.

اگر در معرض قرار گرفته اید



- به فعالیت های روزمره (مانند کار، مدرسه) ادامه دهید.
- ظرف مدت 14 روز اول پس از قرار گرفتن در معرض یا در صورت اطلاع وزارت بهداشت، واکسینه شوید.
- نظارت کردن علائم و نشانه ها و اجتناب از تماس جنسی با دیگران به مدت 21 روز بسیار توصیه می شود.

اگر بیمار هستید



- در خانه بمانید و علائم را نظارت کنید. بیماری معمولاً 2 تا 4 هفته طول می کشد.
- اگر خارش دارید، با ارائه دهنده مراقبت های بهداشتی خود تماس بگیرید تا آزمایش دهید.
- در صورت نیاز تحت درمان قرار بگیرید.
- به فرد (افراد) دارای تماس نزدیک اطلاع دهید. برای اطلاع بی نام به شریک به www.tellyourpartner.org مراجعه کنید.

جهت دریافت اخبار، COSD MONKEYPOX را به شماره 311-468 پیامک کنید. جهت مشاهده منابع، مراجعه کنید به:

SanDiegoCounty.gov/monkeypoxSD

