

جدري القروود (Mpox)

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

احترس



- ينتشر مرض جدري القروود من خلال الملامسة المباشرة للجلد، بما في ذلك:
- الاتصال الجسدي الوثيق (مثل التقبيل أو الاحتضان أو النشاط الجنسي)، و
- ملامسة الأغراض/الأقمشة التي لامست الطفح الجلدي أو القشور أو سوائل الجسم المعدية.

- يتراوح الوقت من الإصابة إلى ظهور الأعراض من 3 أيام إلى 21 يومًا.
- 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.
- الطفح الجلدي أو التقرحات
- تضخم الغدد الليمفاوية
- الحمى/القشعريرة
- الإرهاق (انخفاض الطاقة)
- الصداع وآلام الجسم العامة
- أعراض الجهاز التنفسي

اعرف العلامات



- 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 بجدري القروود.

قلل المخاطر



إذا خالطت مصائبًا



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

إذا كنت مصابًا



- اعزل نفسك (ابق) في المنزل وراقب الأعراض. يستمر المرض عادة من 2 إلى 4 أسابيع.
- اتصل بمقدم 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.

للحصول على التحديثات، أرسل COSD MONKEYPOX إلى 311-468. للحصول على الموارد، تفضل بزيارة:

SanDiegoCounty.gov/monkeypoxSD



LIVE WELL
SAN DIEGO



01/12/2023