

在与您同住的人患有 hMPXV (猴痘) 时保持健康

hMPXV (也称为猴痘) 可从感染它的人传播到与他们一起生活的人和宠物。

hMPXV 通常会通过亲密的皮肤接触, 在人与人之间进行传播。它还可以通过接触被褥、衣服或其他接触过患者疮口的物体或材料进行传播。比较少见的是, 如果有人经常或长时间待在病人身边, 它会通过大呼吸道飞沫进行传播。

任何人都可能感染 hMPXV, 但有些人的重症风险更大。其中包括免疫功能低下的人、儿童以及怀孕或哺乳人群。

如果您出现 hMPXV 症状或病毒检测呈阳性, 这些提示可以帮助保护您家中的其他人。



在家隔离

远离家中其他人, 直到您的皮疹愈合并结痂下形成新的皮肤, 或者直到您的结痂脱落。这通常需要 2-4 周的时间。

- 待在远离其他家庭成员、室友和宠物的房间或区域。
- 如果有人在您附近, 请戴上外科口罩。
- 用衣服或绷带盖住皮疹或疮口。
- 尽量不要触摸家里其他人用过的东西, 例如食物和饮料、盘子、电视遥控器以及淋浴时的肥皂或其他物品。
- 除医疗预约外, 请待在家里。
- 不要让家庭以外的其他人过来。
- 避免接触动物, 包括宠物。

照顾 hMPXV 患者的建议

如果您正在照顾 hMPXV 患者:

- 尽量少靠近病人。
- 当您在患者身边时, 请佩戴合适的外科口罩。
- 尽量不要触摸病人皮肤上的任何皮疹或疮口。
- 如果您正在帮助病人换衣服, 或者如果您要触摸病人使用的毛巾、床上用品、垃圾或其他物品, 请戴上手套。
- 不要和病人睡在同一张床上。
- 不要与病人共用器具或盘子。您可以使用病人用过, 但已清洗好的盘子。
- 在病人身边或触摸过他们的床上用品、衣服或其他物品后, 用肥皂和水洗手或使用洗手液。即使戴着手套也要洗手。

清洁小贴士

- 如果除病人外的其他人正在做清洁，他们应该在清洗时，包括在处理衣物时戴上手套和口罩。
- 在标准洗衣机中用温水和洗涤剂清洗衣物，包括床上用品、毛巾和衣服。不需要使用漂白剂。
- 不要摇晃病人用过的衣物。皮肤碎片或结痂会飘到空气中，使其他人生病。
- 不要将未洗过的衣物放在常用的表面上，例如桌子和台面。
- 即使您戴着手套，在处理未清洗衣物后也要洗手。
- 用洗碗机或洗洁精和温水清洗病人用过的盘子。
- 用消毒剂或漂白剂擦拭经常接触的表面。这包括电灯开关、台面、马桶把手、门把手和水龙头等。
- 将用过的绷带、纸巾、手套和其他一次性物品放入有衬里的垃圾桶。
- 清洁后，用肥皂和水洗手至少 20 秒，或使用含酒精的洗手液。

宠物

一些动物可以感染和传播 hMPXV。它们通过与人类相同的密切接触感染病毒，包括抚摸、搂抱、拥抱、亲吻、共用睡眠区和共用食物。如果您家中有宠物，并且有人感染了 hMPXV：

- 如果可以的话，让其他家庭成员或朋友照顾宠物。
- 让病人避免与您的宠物密切接触，包括睡在一起。
- 如果病人必须照顾宠物，请小心盖住皮疹部位。护理前后要洗手。护理时戴上手套跟合适的口罩。
- 不要让您的宠物舔舐任何疮口或皮疹。

观察症状



家里每个人都应该注意以下症状，包括发烧、发冷、身体疼痛和新的皮疹或脓疮。如果您出现任何症状，请致电医疗保健提供方进行检测。如果您没有医疗保健提供方，请致电 503-988-3700 联系摩特诺玛县诊所。

如果您认为自己已接触过病毒，并想了解疫苗选项，请致电 503-988-3406 联系卫生部门。请访问 multco.us/hmpxv 了解更多信息。