

## Берегите здоровье и избегайте заражения, если кто-то, с кем вы живете, заражен hMPXV (вирусом оспы обезьян)

Вирус hMPXV (также называемый оспой обезьян) может передаваться от больного человека людям и домашним животным, с которыми он проживает.

hMPXV обычно передается от человека к человеку при тесном телесном контакте. Он также может распространяться при контакте с постельным бельем, одеждой или другими предметами или материалами, которые соприкасались с язвами на теле больного. Реже он может распространяться воздушно-капельным путем, если кто-то часто или длительное время находится рядом с больным.

Заразиться hMPXV может любой человек, но некоторые люди сильнее подвержены риску тяжелого течения заболевания. Сюда входят люди с ослабленным иммунитетом, дети, а также беременные или кормящие женщины.

**Если у вас есть симптомы hMPXV или зафиксирован положительный результат теста на вирус, эти советы могут помочь защитить тех, кто проживает с вами.**



### Соблюдайте режим самоизоляции

Держитесь подальше от тех, кто проживает с вами, до тех пор, пока сыпь не заживет и под струпьями не сформируется новая кожа или пока струпья не отпадут. Обычно это занимает 2-4 недели.

- Держитесь подальше от других членов семьи, соседей по комнате и домашних животных.
- Носите хирургическую маску в присутствии других людей.
- Прикрывайте сыпь или язвы одеждой или бинтами.
- Старайтесь не прикасаться к вещам, которыми пользуются другие, например к еде и напиткам, посуде, пульту от телевизора, мылу и другим предметам в душе.
- Выходите из дома только для обращения за медицинской помощью.
- Не позволяйте другим людям, не проживающим с вами, навещать вас.
- Избегайте контакта с животными, в том числе домашними.

### Советы по уходу за больными hMPXV

Если вы ухаживаете за больными hMPXV:

- Старайтесь как можно меньше находиться рядом с больным.
- Когда находитесь рядом с больным, носите плотно прилегающую хирургическую маску.
- Старайтесь не прикасаться к сыпи или язвам на коже больного.
- Надевайте перчатки, если вы помогаете больному переодеваться или прикасаетесь к полотенцам, постельному белью, мусору или другим предметам, которыми пользовался больной.
- Не спите в одной постели с больным.
- Не пользуйтесь посудой и другими предметами совместно с больным. Вы можете пользоваться посудой, которой пользовался больной, только после дезинфекции.
- Мойте руки с мылом или используйте дезинфицирующее средство для рук после нахождения рядом с больным или контакта с его постельным бельем, одеждой или другими предметами. Мойте руки, даже если во время контакта вы были в перчатках.

## Советы по уборке

- Если в помещении, в котором находится больной, уборку проводит кто-то другой, этот человек должен надевать перчатки и маску на время уборки, в том числе при контакте с бельем.
- Стирать белье, включая постельное белье, полотенца и одежду, необходимо в обычной стиральной машине, в теплой воде с моющим средством. Использование отбеливателя не обязательно.
- Не встряхивайте белье, которым пользовался больной. Кусочки кожи и струпьев с тела больного могут распылиться в воздухе и заразить окружающих.
- Не кладите нестиранное белье на часто используемые поверхности, например столы.
- Мойте руки после контакта с нестиранным бельем, даже если при обращении с ним вы были в перчатках.
- Мойте посуду, которой пользовался больной, в посудомоечной машине или вручную под теплой водой с хозяйственным мылом.
- Очищайте поверхности, к которым часто прикасаются, дезинфицирующим средством или салфеткой с дезинфицирующим средством. К таким поверхностям относятся выключатели, столешницы, кнопки смыва унитаза, дверные ручки и смесители.
- Выбрасывайте использованные бинты, салфетки, перчатки и другие одноразовые предметы в мусорный пакет.
- После уборки протрите руки спиртосодержащим дезинфицирующим средством для рук или вымойте их с мылом. Мыть руки необходимо не менее 20 секунд.

## Домашние животные

Некоторые животные могут заразиться и являться переносчиками hMPXV. Они могут заразиться вирусом так же, как и люди, при тесном контакте. Вирус может передаваться при объятиях, поцелуях, совместном использовании спальных мест и совместном употреблении пищи. Если в вашем доме есть домашние животные и в доме проживает больной, зараженный hMPXV:

- Если возможно, попросите других членов семьи или друзей на время забрать домашних животных.
- Попросите больного избегать тесного контакта с вашим питомцем, в том числе не спать с ним вместе.
- Если больной должен ухаживать за домашними животными, ему необходимо тщательно закрывать любые кожные высыпания. Мойте руки до и после контакта с домашними животными. Во время контакта с ними надевайте перчатки и плотно прилегающую маску.
- Не позволяйте питомцу лизать язвы или сыпь на коже больного.

## Следите за появлением симптомов



**Сыпь**  
(во всех случаях)



**Повышенная температура**



**Озноб**



**Воспаление лимфоузлов**



**Усталость**



**Боль в мышцах**



**Боль в спине**



**Головная боль**

Все проживающие в доме должны следить за появлением симптомов, таких как лихорадка, озноб, боли в теле, сыпь или язвы на коже. Если у вас появятся симптомы, позвоните своему поставщику медицинских услуг, чтобы пройти тестирование на наличие вируса. Если вы не закреплены ни за одним поставщиком медицинских услуг, позвоните в клинику округа Малтнома по телефону 503-988-3700.

Если вы считаете, что заразились, и хотите узнать о том, как можно пройти вакцинацию, позвоните в Департамент здравоохранения по телефону 503-988-3406. Больше информации доступно по ссылке [multco.us/hmpxv](http://multco.us/hmpxv).