

Бережіть здоров'я та уникайте зараження, якщо хтось, з ким ви живете, заражений hMPXV (вірусом віспи мавп)

Вірус hMPXV (також званий віспою мавп) може передаватися від хворої людини людям та свійським тваринам, з якими проживає хворий.

hMPXV зазвичай передається від людини до людини за тісного тілесного контакту. Він також може поширюватися при контакті з постільною білизною, одягом або іншими предметами або матеріалами, які стикалися з виразками на тілі хворого. Рідше він може поширюватися повітряно-краплинним шляхом, якщо хтось часто або тривалий час знаходиться поряд із хворим.

Заразитися hMPXV може будь-яка людина, але деякі люди сильніше схильні до ризику тяжкого перебігу захворювання. Сюди входять люди з ослабленим імунітетом, діти, а також вагітні або жінки, що годують.

Якщо у вас є симптоми hMPXV або зафіксовано позитивний результат тесту на вірус, ці поради можуть допомогти захистити тих, хто мешкає з вами.



Дотримуйтесь режиму самоізоляції

Тримайтеся подалі від тих, хто проживає з вами, доки висип не заживе і під струпами не сформується нова шкіра або поки струпи не відпадуть. Зазвичай це займає 2-4 тижні.

- Тримайтеся подалі від інших членів сім'ї, сусідів по кімнаті та домашніх тварин.
- Носіть хірургічну маску у присутності інших людей.
- Прикривайте висип та виразки одягом або бинтами.
- Намагайтеся не торкатися речей, якими користуються інші, наприклад, їжі та напоїв, посуду, пульта від телевізора, мила та інших предметів у душі.
- Виходьте з дому лише для звернення за медичною допомогою.
- Не дозволяйте іншим людям, які не проживають з вами, відвідувати вас.
- Уникайте контакту з тваринами, у тому числі домашніми.

Поради щодо догляду за хворими hMPXV

If you are taking care of someone with hMPXV:

- Намагайтеся якнайменше перебувати поруч із хворим.
- Коли перебуваєте поруч із хворим, носіть хірургічну маску, що щільно прилягає.
- Намагайтеся не торкатися висипки або виразок на шкірі хворого.
- Одягайте рукавички, якщо ви допомагаєте хворому переодягатися або торкаєтеся до рушників, постільної білизни, сміття або інших предметів, якими користувався хворий.
- Не спіть в одному ліжку із хворим.
- Не користуйтеся одним посудом та іншими предметами з хворим. Ви можете користуватися посудом, яким користувався хворий, **тільки після** дезінфекції.
- Мийте руки з милом або використовуйте дезінфікуючий засіб для рук після перебування поруч із хворим або контакту з постільною білизною, одягом або іншими предметами. Мийте руки, навіть якщо під час контакту ви були у рукавичках.

Поради щодо прибирання

- Якщо в приміщенні, в якому знаходиться хворий, прибирання проводить хтось інший, ця людина повинна носити рукавички та маску під час прибирання, у тому числі при контакті з білизною.
- Прати білизну, включаючи постільну білизну, рушники та одяг, необхідно у звичайній пральній машині, у теплій воді з миючим засобом. Використання відбілювача не є обов'язковим.
- Не струшуйте білизну, якою користувався хворий. Шматочки шкіри та струпів з тіла хворого можуть розпорозитися в повітрі та заразити оточуючих.
- Не кладіть нестирану білизну на часто використовувані поверхні, наприклад столи.
- Мийте руки після роботи з нестираною білизною, навіть якщо при поводженні з нею ви були в рукавичках.
- Мийте посуд, яким користувався хворий, у посудомийній машині або вручну під теплою водою з господарським милом.
- Очищайте поверхні, яких часто торкаються, дезінфікуючим засобом або серветкою з дезінфікуючим засобом. До таких поверхонь відносяться вимикачі, стільниці, ручки унітазу, ручки дверей і змішувачі.
- Викидайте використані бинти, серветки, рукавички та інші одноразові предмети у сміттєвий пакет.
- Після прибирання протріть руки спиртом, що містить дезінфікуючий засіб для рук, або вимийте їх з милом.

Домашні тварини

Деякі тварини можуть заражатись і бути переносниками hMPXV. Вони можуть заразитись вірусом так само, як і люди, при тісному контакті. Вірус може передаватися при обіймах, поцілунках, спільному використанні спальних місць та спільному вживанні їжі. Якщо у вашому будинку є домашні тварини і в будинку мешкає хворий, заражений hMPXV:

- Якщо можливо, попросіть інших членів сім'ї або друзів на якийсь час забрати домашніх тварин.
- Попросіть хворого уникати тісного контакту з вихованцем, у тому числі не спати з ним разом.
- Якщо хворий повинен доглядати домашніх тварин, йому необхідно ретельно закривати будь-які шкірні висипання. Мийте руки до та після контакту з домашніми тваринами. Під час контакту з ними надягайте рукавички і маску, що щільно прилягає.
- Не дозволяйте вихованцю лизати виразки або висипи на шкірі хворого.

Слідкуйте за своїм станом



Висип
(у всіх випадках)



Підвищена температура



Озноб



Збільшені лімфатичні вузли



Виснаження



Біль у м'язах



Біль у спині



Головний біль

Всі, хто проживає в будинку, повинні стежити за своїм станом, щоб помітити можливий прояв симптомів, таких як лихоманка, озноб, біль у тілі, висип або виразки на шкірі. Якщо у вас з'являться симптоми, зателефонуйте до свого медичного закладу, щоб пройти тестування на наявність вірусу. Якщо ви не закріплені за жодною медичною установою, зателефонуйте до клініки округу Малтнома за телефоном 503-988-3700.

Якщо ви вважаєте, що заразилися, і хочете дізнатися про те, як можна пройти вакцинацію, зателефонуйте до Департаменту охорони здоров'я за телефоном 503-988-3406. Більше інформації можна отримати за посиланням multco.us/hmpxv.