

# نشرة معلومات جدري القروء

## التعامل عن قرب مع خطر تعرض مرتفع

### ما الموقف؟

ترى إدارة الصحة أنه لديك مستوى مرتفع من التعرض لجدري القروء.

### ما الذي ينبغي عليك فعله؟

راقب حالتك الصحية لمدة 21 يومًا بعد التعرض. راقب ظهور أي من هذه الأعراض:



أعراض الجهاز التنفسي

الشعور بالإرهاق

الطفح الجلدي

- الطفح الجلدي (حتى إذا كانت بقعة واحدة أو اثنتين فقط)
- على أي مكان في جسمك
- الحمى
- القشعريرة
- الصداع
- آلام العضلات والظهر
- تورم العقد الليمفاوية
- الشعور بالإرهاق
- أعراض الجهاز التنفسي (احتقان الأنف أو السعال أو ألم الحلق)

قد تعاني من كل الأعراض أو بعضها.

سوف تقدم لك إدارة الصحة توجيهات حول كيفية مراقبة حالتك الصحية وسوف يتحدثون معك يوميًا. يمكنك مواصلة أنشطتك اليومية المعتادة في الوقت الحالي إذا لم تكن لديك أي أعراض. بالنسبة للأشخاص النشطين جنسيًا، هناك طرق لتقليل خطر التعرض لجدري القروء أو نشره. ارجع إلى [صفحة CDC للجنس الآمن واللقاءات الاجتماعية](#) للمزيد من المعلومات.

وفقًا للتعرض، قد يوصى بتلقي اللقاح لمنع المرض. يعمل اللقاح بشكل أفضل إذا تم تقديمه خلال 4 أيام من التعرض. تحدث مع طبيبك أو الإدارة الصحية حول ذلك. قم بزيارة [موقع CDC](#) لمعرفة المزيد حول لقاح جدري القروء بما في ذلك من ينبغي عليه تلقي اللقاح وأين يمكن الحصول عليه والتكلفة والمزيد.

### إذا عانيت من أعراض جدري القروء خلال فترة المراقبة:

- اتصل بإدارة الصحة على الفور. سوف يتحدثون معك حول الخطوات التالية بما في ذلك الاختبارات.
- ابق في المنزل بعيدًا عن الأشخاص الآخرين والحيوانات الأليفة. إذا كان البقاء بعيدًا عن الأشخاص الآخرين والحيوانات الأليفة غير ممكن، فعليك ارتداء قناع مناسب وتغطية أي طفح جلدي. لا تذهب إلى العمل أو المدرسة.
- إذا كانت لديك حالة طوارئ طبية، فاتصل برقم 1-9-1 أو اتجه مباشرة إلى عيادة الطوارئ المحلية وأبلغ الطاقم الطبي أنه من المحتمل أنك قد تعرضت لجدري القروء.

### أين يمكنك الوصول إلى المزيد من المعلومات حول جدري القروء؟

- الموقع الإلكتروني لجدري القروء بإدارة فيرجينيا للصحة: [www.vdh.virginia.gov/mpox](http://www.vdh.virginia.gov/mpox)
- محدد موقع إدارة فيرجينيا للصحة: [vdh.virginia.gov/health-department-locator/](http://vdh.virginia.gov/health-department-locator/)