

# Інформаційний лист про віспу мавп

## Тісний контакт з високим ступенем ризику

### Яка ситуація?

Відділ охорони здоров'я вважає, що у вас був контакт з віспою мавп **з високим ступенем ризику**.

### Що вам необхідно робити?

Спостерігайте за своїм здоров'ям протягом 21 дня після контакту. Спостерігайте за такими симптомами:

- Висипання на шкірі (навіть якщо це лише 1-2 плями) на будь-якій частині тіла
- Лихоманка
- Озноб
- Головний біль
- Біль у м'язах і спині
- набряклі лімфатичні вузли
- Відчуття втоми
- Респіраторні симптоми (закладеність носа, кашель або біль у горлі)



Висипання на шкірі



Відчуття втоми



Респіраторні симптоми

У вас можуть бути всі симптоми або лише декілька з них.

Відділ охорони здоров'я надасть вам вказівки щодо того, як спостерігати за своїм здоров'ям, і буде спілкуватися з вами щодня. Ви можете продовжувати своє повсякденне життя в цей період, якщо у вас немає симптомів. Для людей, які ведуть статеве життя, є два шляхи знизити ризик контакту або поширення віспи мавп. Див. [веб-сторінку CDC Безпечний секс і вечірки](#) для отримання додаткової інформації.

Виходячи з вашого контакту, рекомендована вакцинація для запобігання хворобі. Дія вакцини максимальна, якщо її ввести впродовж 4 днів з моменту контакту. Поговоріть про це зі своїм лікарем або з відділом охорони здоров'я. Відвідайте [веб-сайт CDC](#), щоб дізнатися більше про вакцинацію проти віспи мавп, а саме, кому слід вакцинуватися, де отримати вакцини, вартість та ін.

### Якщо у вас з'являться симптоми віспи мавп упродовж періоду спостереження:

- негайно зателефонуйте до відділу охорони здоров'я. Вони обговорять з вами наступні кроки, в тому числі тестування.
- Залишайтеся вдома і не наближайте до інших людей або тварин. Якщо не наближатися до інших людей і тварин неможливо, носіть маску, яка щільно прилягає до обличчя, і накривайте висипання на шкірі. Не ходіть на роботу або до школи.
- Якщо вам необхідна невідкладна медична допомога, телефонуйте 9-1-1 або попередньо зателефонуйте до своєї місцевої станції швидкої допомоги і попередьте персонал, що у вас був можливий контакт з віспою мавп.

### Де ви можете знайти детальнішу інформацію про віспу мавп?

- Веб-сторінка VDH стосовно віспи мавп: [www.vdh.virginia.gov/mpox](http://www.vdh.virginia.gov/mpox)
- Місцезнаходження відділів охорони здоров'я VDH: [vdh.virginia.gov/health-department-locator/](http://vdh.virginia.gov/health-department-locator/)