VDH VIRGINIA DEPARTMENT OF HEALTH

Impormasyon tungkol sa Mpox

Malapitang Contact na may Mababa o Di Tiyak na Panganib sa Pagkakalantad

Ano ang sitwasyon?

Sa tingin ng kagawaran ng kalusugan, mayroon kang **mababang antas** ng pagkakalantad sa mpox.

Ano ang dapat mong gawin?

Subaybayan ang iyong kalusugan sa loob ng 21 araw pagkatapos ng iyong pagkakalantad. Tingnan kung magkakaroon ng alinman sa mga sintomas na ito:

- Pantal sa balat (kahit na 1 o 2 butlig lang ito) sa anumang bahagi ng iyong katawan
- Lagnat
- Pangangatog
- Pananakit ng ulo
- Mga pananakit ng kalamnan at likod
- Mga namamagang kulani
- Pakiramdam na parang pagod
- Mga sintomas sa respiratoryo (baradong ilong, ubo, o namamagang lalamunan)

Pantal sa balat

Pakiramdam na parang pagod

Mga sintomas sa respiratoryo

Maaari mong maranasan ang lahat o ilang mga sintomas lang.

Maaari mong ipagpatuloy ang iyong pang-araw-araw na gawain sa panahong ito kung wala kang anumang mga sintomas.

Kung magkaroon ka ng mga sintomas ng mpox sa panahon ng pagsubaybay:

- Tawagan agad ang kagawaran ng kalusugan. Makikipag-usap sila sa iyo tungkol sa mga susunod na hakbang, kabilang ang pagpapa-test.
- Manatili sa bahay at malayo sa ibang mga tao at alagang hayop. Kung hindi maiiwasan ang pakikisalamuha sa ibang tao at mga alagang hayop, magsuot ng saktong sukat na mask at takpan ang anumang pantal sa balat. Huwag pumasok sa trabaho o sa paaralan.
- Kung mayroon kang medikal na emerhensya, tumawag sa 9-1-1 o tumawag nang maaga sa iyong lokal na emergency clinic at ipagbigay-alam sa kawani na posibleng nalantad ka sa mpox.

Saan ka makakahanap ng higit pang impormasyon tungkol sa mpox?

- Website ng VDH tungkol sa mpox: www.vdh.virginia.gov/mpox
- VDH Health Department Locator: vdh.virginia.gov/health-department-locator/