VDH VIRGINIA DEPARTMENT OF HEALTH

Hulyo 2023

Mpox

Ano ang mpox?

Ang Mpox ay nakakahawang pantal na sakit na sanhi ng mpox virus. Ang Mpox ay maaaring magdulot ng maraming sintomas. Ang ilan sa mga tao ay nagkakaroon ng katamtamang mga sintomas, habang ang iba naman ay nagkakaroon ng malulubhang sintomas at nangangailangan ng pangangalaga sa pasilidad ng pangangalaga sa kalusugan. Kabilang sa may mas mataas na panganib ng malubhang sakit o kumplikasyon ang mga taong buntis, mga bata, at mga taong may mahinang panlaban sa sakit.

Noong lumaganap ang sakit nang 2022, ang mga kaso ay naganap sa maraming bansa o lugar kung saan ang impeksyon ay hindi karaniwang matatagpuan, kabilang na sa U.S. at Virginia. Ang bilang ng mga kaso ay bumaba simula noong Agosto 2022, pero ang mga kaso ay nagpatuloy na naganap sa U.S. Ang pagkalat ng mpox ay hindi pa natatapos. Karamihan, pero hindi lahat ng mga kaso ay sa bakla, biseksuwal, o iba pang lalaki na nakikipagtalik sa mga lalaki. Ang grupong ito, partikular na sa mga taong marami ang kapareha sa pakikipagtalik, ay kasalukuyang nasa pinakamataas na panganib.

Paano kumakalat ang mpox?

Sa pagkalat ng sakit na ito, karamihan ng mga tao ay nahawahan ng mpox nang magkaroon sila nang malapit na kontak sa taong may impeksyon. Ang pagkalat ay nagaganap mula sa paghipo sa mga sugat sa balat, mga likido ng katawan, o damit o kumot na nadikitan ng taong may impeksyon. Ang pagkalat ay maaaring maganap sa oras ng matagal at harap-harapang kontak. Ang ilan sa mga tao ay maaaring magpakalat ng mpox sa ibang tao mula sa isa hanggang apat na araw bago magsimula ang mga sintomas.

Ang Mpox **ay maaaring kumalat** mula sa isang tao patungo sa isang tao sa pamamagitan ng:

- Seksuwal o malapit na kontak (kabilang ang oral, anal, at vaginal sex)
- Pagyakap, paghalik, pagyayapusan, at pagmasahe
- Paggamit ng higaan, tuwalya, o mga damit na hindi pa nalalabahan.

Ang Mpox **ay hindi kumakalat** mula sa isang tao patungo sa ibang tao sa pamamagitan ng

- Karaniwang pakikipag-usap sa isang tao na may impeksyon
- Pagdaan sa isang tao na may impeksyon

Pagkilala sa kumuha ng larawan: UK Health Security Agency

Ano ang mga sintomas ng mpox?

Ang pantal sa balat sa alinmang parte ng iyong katawan (kahit na ito ay isa o 2 lugar lamang); para sa ilang tao, ang pantal na ito ay maaaring nag-iisa nilang sintomas

- 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)

Maaari mong maranasan ang lahat o ilang mga sintomas lang.
Ang mga sintomas ay karaniwang lumilitaw sa loob ng 3 linggo pagkatapos ng pagkalantad.

Ano ang dapat kong gawin kapag mayroon akong mga sintomas?

Kung mayroon kang mga sintomas, dapat mong ihiwalay ang iyong sarili mula sa ibang mga tao at alagang hayop, takpan ang iyong pantal, at kontakin ang iyong tagapaglaan ng pangangalagang pangkalusugan. Mahalagang tumawag muna bago magpunta sa pasilidad ng pangangalagang pangkalusugan at ipaalam sa kanila na nag-aalala ka tungkol sa mpox. Dapat mong iwasan ang malapitang pisikal na kontak sa ibang mga tao hanggang makausap mo ang iyong provider.

Paano maiiwasan ang mpox?

Magpabakuna. Ang dalawang dosis na bakuna laban sa mpox ay nirerekomenda sa mga tao na may kilalang pagkalantad sa isang taong may mpox o sa mga taong mataas ang panganib na malantad. Para sa pinakamainam na proteksyon, mahalagang magpabakuna ng parehong dosis ng bakuna. Para makita kung kwalipikado ka para sa pagbabakuna, bisitahin ang mpox webpage ng CDC. Kung kwalipikado ka bisitahin ang CDC vaccine finder.

Iwasan ang malapit, balat sa balat na kontak sa pantal o mga langib ng ibang tao. Iwasan ang paghalik, pagyakap, pagyapos o pakikipagtalik sa isang taong may impeksyon. Huwag ipagamit sa iba ang mga kagamitan sa pagkain at tasa. Huwag ipagamit sa iba ang mga higaan, tuwalya, o personal na gamit sa pag-aayos ng sarili.

Maghugas ng iyong mga kamay gamit ang sabon at tubig o gumamit ng hand sanitizer na may alkohol pagkatapos ng kontak sa mga may impeksyong indibidwal.

Magsuot ng mask kung sa tingin mo ay mayroon kang mpox at kailangang magkaroon ng harap-harapang kontak sa ibang mga tao o kailangang magkaroon ng malapit na kontak sa isang tao na maaaring may impeksyon.

Pag-isipan ang ang mga event na iyong dadaluhan at ang iyong pagkilos sa mga event na iyon. Kung mayroong malapit, matagal na balat sa balat na kontak, mas mataas ang panganib ng pagkalat ng mpox.

Paggamot para sa mpox

Ang mga antiviral gaya ng tecovirimat (TPOXX), ay maaaring irekomenda para sa mga taong mas posible na magkaroon ng malubhang sakit, gaya ng mga taong may mahinang panlaban sa sakit. Kausapin ang iyong tagapaglaan ng pangangalagang pangkalusugan tungkol sa paggagamot o pag-aralan ang Study of Tecovirimat (TPOXX) for Human Monkeypox Virus (STOMP) na pagsubok (trial) na nag-aalok ng libreng paggagamot at ang mga tao ay maaaring lumahok nang malayuan sa pagsubok. Ang mga na-diagnose na may mpox ay maaaring kailanganin din na gamutin para sa mga sintomas gaya ng kirot, pangangati, pakiramdam na naduruwal at pagsusuka.

Saan ko makukuha ang higit pang impormasyon tungkol sa mpox?

VDH website www.vdh.virginia.gov/mpox