

# إجراءات السلامة والوقاية من مرض Mpox

قد تخفف القرارات المدروسة من انتشار مرض Mpox.

إن فيروس Mpox هو مرض يسبب الحمى والألم والصداع وتورم الغدد والطفح الجلدي الذي يبدو كالحبوب أو التقرحات. يصبح مرض Mpox معدياً من الوقت الذي تظهر فيه العوارض حتى يُشفى الطفح الجلدي بالكامل وتتكوّن طبقة جديدة من الجلد، الأمر الذي قد يستغرق بضعة أسابيع.

## من قد يُصاب بمرض Mpox؟

يمكن لأي شخص أن يُصاب بمرض Mpox بغض النظر عن عمره أو توجهه الجنسي أو هويته الجنسية.

## كيف ينتشر فيروس Mpox؟

- يمكن أن ينتقل فيروس Mpox إلى أي شخص من خلال:
- الاتصال الشخصي الوثيق مع شخص مُصاب بمرض Mpox، بما في ذلك الاتصال بين أفراد الأسرة.
- الاتصال بإفرازات الجهاز التنفسي من شخص مُصاب بمرض Mpox.
- لمس الأغراض التي احتك بها شخص مصاب بمرض Mpox.

لم يظهر فيروس Mpox على أنه ينتشر عبر التحدث لمرات قليلة أو المرور إلى جانب شخص مصاب بالفيروس.

## كيف يمكنني البقاء بصحة جيدة؟

احصر الاتصال الشخصي الوثيق مع الأشخاص الذين تعرفهم وتجنب الاتصال الشخصي الوثيق مع الأفراد الذين تظهر لديهم العوارض، بما في ذلك الحمى والطفح الجلدي. لا يقتصر الاتصال الشخصي الوثيق على الاتصال الجنسي. تشمل الأمثلة الأخرى:

- الاتصال بملامسة الجلد، بما في ذلك التقبيل والمعانقة.
- مشاركة المشروبات والأواني.
- لمس الملابس والمناديل وبياضات السرير الملوثة.

تحدّث عن مخاطر فيروس Mpox مع أشخاص وشركاء مقربين. اطرح أسئلة مثل "هل تعاني من أي عوارض لمرض Mpox؟"

اغسل يديك مراراً أو استخدم مطهرّ يحتوي على كحول، وبخاصة قبل تناول الطعام أو لمس وجهك وبعد استخدام المراحيض.

## ماذا أفعل إذا ظهرت لدي العوارض؟

إذا ظهرت لديك عوارض مرض Mpox، اتّصل بمقدّم الرعاية الصحية الخاص بك أو بإدارة الصحة المحلية واعزل نفسك عن الآخرين. تتوفر لقاحات وعلاجات للأشخاص الذين بخطر أكبر للتعرّض لفيروس Mpox.

أمثلة عن الطفح الجلدي الناتج عن مرض Mpox



صور منشورة بموافقة شبكة الأمراض المعدية عالية العواقب في إنجلترا التابعة لخدمة الصحة الوطنية.