

የዝንጆሮ ፈንጣጣ፡- እውነታዎቹን ይረዱ

መሰረታዊ ነገሮች

- የዝንጆሮ ፈንጣጣ (MPX) አልፎ አልፎ የሚከሰት የቫይረስ በሽታ ነው።
- ወሲባዊ ዝንባሌያቸው ወይም የጾታ ማንነታቸው ምንም ይሁን ምን፣ ማንኛውም ሰው-MPX ሊይዘው ይችላል።
- ከሜይ አጋማሽ 2022 ጀምሮ፣ ህመሞቹ በተለምዶ በማይከሰቱበት በአሜሪካ ውስጥ የ MPX በሽተኞች ተገኝተዋል።

እንዴት እንደሚሰራጩ

MPX የሚከተሉትን ጨምሮ፣ በቅርብ እና/ወይም በቆዳ ለቆዳ ንክኪ ወደ ማንኛውም ሰው ሊሰራጩ ይችላሉ፡-

- በ MPX በተያዘ ሰው የመተንፈሻ አካላት ብናኞች ወይም ፈሳሾች አማካኝነት።
- ከሽፍታ፣ ቁስሎች፣ ወይም የቆዳ ቅርፊቶች ጋር ቀጥተኛ የሆነ ንክኪ።
- እንደ መሳሳም፣ መተቃቀፍ፣ ወይም ግብረሰጋ ግንኙነት ያለ፣ ጥልቅ የሆነ የቅርብ ግንኙነት።
- በ MPX የተያዘ ሰው ተጠቅሞባቸው ከነበሩ ልብስ፣ አልጋ ልብስ፣ እና ሌሎች ነገሮች ጋር ንክኪ ማድረግ።

መከላከያ

- የወሲብ አጋሮችዎን ቁጥር ይገድቡ።
- MPX የሚመስል ሽፍታ ካለባቸው ሰዎች የቅርብ፣ የቆዳ ለቆዳ ንክኪ ከማድረግ ይቆጠቡ።
- MPX ያለበትን ሰው አልጋ ልብስ፣ ፎጣዎች፣ ወይም ልብስ አይንኩ።
- እጆችዎን በተደጋጋሚ በሳሙና እና በውሃ ይታጠቡ ወይም አልኮል ላይ የተመሰረተ የእጅ ማጽጃ ይጠቀሙ።
- ለአንዳንድ ሰዎች የተወሰነ ክትባት ይገኛል። [በሚኖሩበት ውስጥ ስለ ዝንጆሮ ፈንጣጣ ክትባት \(Monkeypox Vaccine in Minnesota\)](#) የበለጠ ይወቁ።

ምልክቶች

በፊት ላይ፣ በአፍ ውስጥ፣ እና እንደ እጆች፣ እግር፣ ደረት፣ የመራቢያ አካላት ወይም ፊንጢጣ ያሉ ሌሎች የአካል ክፍሎች ላይ የሚወጡ ብጉር ወይም ውሃ የቋጠረ የሚመስል ሽፍታ።

ሌሎች የዝንጆሮ ፈንጣጣ ምልክቶች የሚከተሉትን ሊያካትቱ ይችላሉ፡-

- ትኩሳት ወይም ብርድ ብርድ ማለት
- የሊምፍ ዕጢዎች ማበጥ
- ራስ ምታት
- ድካም
- የሰውነት ህመሞች (ጡንቻ እና ጀርባን ጨምሮ)

አንዳንድ ሰዎች አንድ ብቻ ቁስል፣ እብጠት፣ ወይም የቆዳ ርፊት ሊኖርባቸው ይችላሉ። ይህ አንላይን ከሚመለከቷቸው ምስሎች የተለየ ሊመስል ይችላል።

አዲስ ሽፍታ፣ ቁስሎች፣ ወይም ሌሎች ምልክቶች ካለብዎት

- የጤና እንክብካቤ አቅራቢ እስከሚጎበኙ ድረስ ከሌሎች ጋር የቅርብ ግንኙነት ከማድረግ ይቆጠቡ።
- የ MPX ምርመራ ስለማድረግ ከጤና እንክብካቤ አቅራቢዎ፣ ከአካባቢዎ ክሊኒክ፣ ወይም የ STI የምርመራ ጣቢያ ጋር ይነጋገሩ፡- [ይመርመሩ \(https://gettested.cdc.gov/\)](https://gettested.cdc.gov/)።
- ለእርስዎ የ MPX ምርመራ ለማድረግ፣ አቅራቢው ሽፍታዎን ወይም ቁስሎችዎን ይጠርጋል።
- ይህ ቫይረስ በቅርብ ጊዜ በጎበኙት ማህበረሰብ ውስጥ ወይም ሃገሮች ውስጥ እየተሰራጨ እንደሆነ ለአቅራቢዎ ያስታውሱ።

ተመርምረው ከሆነ

- የጤና እንክብካቤ አቅራቢ ምክሮችን ይከተሉ።
- ቁስሎችዎ እስኪድኑ እና አዲስ የቆዳ ሽፍታ እስኪፈጠር ድረስ ከሌሎች ጋር የቅርብ ንክኪ ከማድረግ ይቆጠቡ። ይህ ከ 3-4 ሳምንታት ሊወስድ ይችላል።

ለተጨማሪ መረጃ፣ [የዝንጆሮ ፈንጣጣ \(www.health.state.mn.us/diseases/monkeypox\)](http://www.health.state.mn.us/diseases/monkeypox) የሚለውን ይጎብኙ።

Minnesota Department of Health
www.health.state.mn.us

7/28/2022 (Amharic)

ይህን መረጃ በሌላ ቅርጽ ለማግኘት፣ በሚከተለው ቁጥር ይደውሉ፡- 651-201-5414።