

Monkeypox: Thông tin cho những người tiếp xúc thuộc diện nguy cơ cao

Information for high-risk contacts

Vietnamese

Monkeypox là gì?

Monkeypox (bệnh đậu mùa khỉ) là bệnh nhiễm siêu vi gây nổi mẩn. Bệnh lây lan qua việc tiếp xúc da kề da với người bị monkeypox. Hầu hết những người mắc bệnh đều hồi phục trong vòng vài tuần.

Kể từ tháng Năm 2022, đã có báo cáo về sự gia tăng số ca nhiễm monkeypox trên toàn cầu từ nhiều quốc gia mà thường không có bệnh này. Hầu hết các ca nhiễm xảy ra ở đàn ông mà có quan hệ tình dục với đàn ông.

Trong khi hầu hết các ca monkeypox tại NSW là do nhiễm khi ở nước ngoài, một số nhỏ có thể đã bị nhiễm tại Úc.

Triệu chứng thường bắt đầu từ 7-14 ngày sau khi phơi nhiễm. Có thể bắt đầu sớm là vài ngày hoặc chậm là 21 ngày.

Triệu chứng của monkeypox có thể gồm:

- nổi mẩn, các vết đau hoặc vết lở giống như mụn, nhất là ở những chỗ khó thấy như bộ phận sinh dục, hậu môn hoặc mông và trên mặt, tay và chân
- lở loét, vết thương hoặc mụn rộp trong miệng
- có thể bị sốt, nhức đầu, đau cơ, đau lưng, sưng hạch bạch huyết, ớn lạnh và/hoặc mệt đuối trước khi khởi phát các nốt mẩn hoặc vết thương.

Các vết thương bắt đầu bằng nốt mẩn đỏ phẳng rồi phát triển thành mụn mủ sau đó cứng lại hoặc đóng vảy rồi tróc ra.

Nguy cơ mắc bệnh nặng và các biến chứng chẳng hạn như nhiễm trùng thứ cấp, nhiễm trùng máu và viêm não sẽ có thể gia tăng nơi những người suy yếu hệ miễn dịch, trẻ em và các thai phụ.

Muốn biết thêm thông tin, xem [NSW Health Monkeypox fact sheet](#) (tờ dữ kiện).

Monkeypox lây lan bằng cách nào?

Monkeypox chủ yếu lây lan từ người này sang người khác bằng cách tiếp xúc da kề da trực tiếp. Bệnh cũng có thể lây lan qua việc hít phải giọt bắn từ hơi thở do tiếp xúc gần và lâu dài với người bị monkeypox, nhưng việc này hiếm. Bệnh cũng có thể lây lan qua việc tiếp xúc dịch cơ thể của người bị nhiễm hoặc tiếp xúc các vật dụng đã bị nhiễm, như quần áo hoặc khăn trải giường.

Monkeypox có thể lây lan qua việc quan hệ tình dục. Hiện chưa được biết siêu vi monkeypox tồn tại bao lâu trong tinh dịch và các chất dịch khác của cơ thể. Những người bị monkeypox nên tránh quan hệ tình dục trong thời kỳ bị nhiễm. Những người đã hồi phục từ bệnh monkeypox nên dùng bao cao su (condom) khi có quan hệ tình dục trong 12 tuần sau khi hồi phục.

Những người bị monkeypox có thể lan truyền bệnh kể từ khi họ bắt đầu có triệu chứng cho đến khi tất cả các vết thương đã khô cứng, vảy đã tróc ra và lớp da mới đã hình thành bên dưới.

Tại sao tôi nhận được thông tin này?

Quý vị đã được xác định là có tiếp xúc với người bị monkeypox. Quý vị được xem là người tiếp xúc mà có nguy cơ cao bởi vì:

- đang sống với người bị monkeypox
- đã có tiếp xúc gần và trực tiếp qua da bị trầy rách hoặc qua màng nhầy, với người nào bị monkeypox trong khi họ có triệu chứng. Việc này có thể là tiếp xúc trực tiếp với chính ca nhiễm hoặc các vật liệu bị nhiễm (chẳng hạn như khăn trải giường), vảy da hoặc chất dịch cơ thể.

Những người tiếp xúc thuộc diện nguy cơ cao nên làm gì?

Những người tiếp xúc thuộc diện nguy cơ cao sẽ được Public Health Unit (Ban Y tế Công) cộng địa phương liên lạc mỗi ngày trong 21 ngày sau khi phơi nhiễm.

Trong 21 ngày kể từ lần chót quý vị đã phơi nhiễm (tiếp xúc) với người có monkeypox, quý vị phải:

- theo dõi để xem có dấu hiệu hoặc triệu chứng monkeypox nào như đã nêu trên.
- đo thân nhiệt hai lần mỗi ngày.
- *nên làm việc tại nhà vì điều này sẽ giúp quý vị giảm tiếp xúc với người khác. Nếu không thể làm việc tại nhà, trong hầu hết tình huống quý vị có thể đến nơi làm việc nếu quý vị không có triệu chứng, hãy cẩn thận theo dõi để xem có triệu chứng và nhớ mang khẩu trang y tế. Việc đi làm cần được thảo luận với Ban Y tế Công cộng địa phương của quý vị.
- tránh đến các cơ sở có nguy cơ cao (ví dụ cơ sở chăm sóc y tế, nơi giữ trẻ hoặc chăm sóc người cao niên), trừ khi cần tìm chăm sóc y tế khẩn cấp hoặc khi có lời khuyên nào khác từ Ban Y Tế Công cộng (chẳng hạn như đây là nơi làm việc thông thường của quý vị và quý vị đã được cho biết rằng mình được an toàn để tiếp tục đến nơi làm việc).
- tránh tiếp xúc gần với người khác. Quý vị nên luôn luôn giữ khoảng cách 1,5 mét đối với người khác. Việc này kể cả những người sống chung với quý vị.
- mang khẩu trang y tế khi ra khỏi nhà hoặc khi ở gần những người khác.
- **tránh tiếp xúc gần với những người có thể có nguy cơ lây nhiễm cao (ví dụ trẻ nhỏ, người già, những người suy yếu hệ miễn nhiễm, và các thai phụ).
- tránh sinh hoạt tình dục.
- thường xuyên rửa tay với xà phòng và nước, hoặc dùng dung dịch rửa tay khô có cồn.
- thường xuyên dùng chất tẩy trùng để lau chùi các bề mặt trong nhà.
- tránh tiếp xúc với loài vật, nhất là chó và thú nuôi thuộc loài gặm nhấm (ví dụ chuột đuôi cụt (hamster), chuột nhảy (gerbil), chuột nhắt, chuột, chuột Cô-bay (guinea pigs)).
- không hiến máu, tế bào, mô tế bào, sữa mẹ, tinh dịch hoặc bộ phận cơ thể.

*Nếu quý vị làm việc trong môi trường nguy cơ cao chẳng hạn như cơ sở chăm sóc y tế, cơ sở giữ trẻ, nơi chăm sóc người khuyết tật hoặc người cao niên, hoặc không thể làm việc từ nhà, Ban Y tế Công cộng sẽ hướng dẫn quý vị về những gì nên làm. Các cá nhân sẽ được thẩm định theo từng trường hợp riêng rẽ.

**Nếu quý vị không thể tránh tiếp xúc gần với những người trong hộ gia đình và họ có nguy cơ cao lây nhiễm, quý vị nên liên lạc Ban Y tế Công cộng. Họ có thể cần giúp quý vị tìm chỗ ở khác để quý vị có thể tự cách ly trong an toàn cho đến khi thời hạn 21 ngày kết thúc.

Chủng ngừa

Những người tiếp xúc mà thuộc diện nguy cơ cao thì sẽ được chủng ngừa smallpox như là biện pháp phòng ngừa sau khi phơi nhiễm (post-exposure prophylaxis (PEP)), tốt nhất là trong vòng 4 ngày nhưng có thể lên đến 14 ngày sau khi phơi nhiễm với monkeypox.

Vắc-xin đậu mùa (smallpox vaccine) có thể giúp bảo vệ đối với monkeypox vì hai loại siêu vi này rất liên quan với nhau. Vắc-xin mới (JYNNEOS) chống bệnh đậu mùa có ít tác dụng phụ hơn so với vắc-xin đậu mùa trước đây, và có thể được dùng một cách an toàn bởi tất cả các nhóm dân, kể cả những người có hệ miễn nhiễm suy yếu.

Chủng ngừa nơi trẻ em hoặc thai phụ

JYNNEOS cũng là vắc xin ưa dùng nơi các phụ nữ mang thai hoặc đang cho con dùng sữa mẹ. Vắc xin này cũng có thể được sử dụng một cách ngoại lệ nơi trẻ em, tùy theo việc thẩm định giữa nguy cơ và lợi ích. Xem thêm thông tin về việc [chủng ngừa monkeybox](#).

Nên làm gì nếu quý vị khởi phát triệu chứng

Nếu khởi phát triệu chứng, quý vị phải:

- tự cách ly tại nhà và tránh tất cả các tiếp xúc không cần thiết với người khác. Nếu quý vị di chuyển về nhà để tự cách ly, hãy đeo khẩu trang và che phủ các vết thương nếu có, và về thẳng nhà.
- liên lạc bác sĩ gia đình và cho họ biết quý vị đã được xác nhận là người tiếp xúc thuộc diện nguy cơ cao của người bị monkeypox. Bác sĩ sẽ có thể khuyên quý vị thực hiện xét nghiệm nếu cần.
- thông báo cho Public Health Unit (Ban Y tế Công cộng) (1300 066 055) biết ngay khi có thể.

Nếu quý vị lo lắng về bất cứ triệu chứng nào hiện có, gọi đến bác sĩ gia đình để được chăm sóc ngay, hoặc lập tức gọi đến Ba Số Không (000) nếu khẩn cấp.

Nên làm gì nếu quý vị cần gặp bác sĩ hoặc cần tự đi xét nghiệm

Tùy triệu chứng của quý vị, bác sĩ có thể yêu cầu quý vị tự đi xét nghiệm. Khi di chuyển đến phòng mạch bác sĩ hoặc cơ sở chăm sóc y tế, quý vị phải:

- đeo khẩu trang y tế
- che phủ các vết thương nếu có
- đến thẳng nơi xét nghiệm (ví dụ trung tâm xét nghiệm hoặc cơ sở chăm sóc y tế) và về thẳng nhà sau khi xong
- khi đến nơi, cho nhân viên y tế biết rằng quý vị là người tiếp xúc diện nguy cơ cao của một người bị monkeypox.

Muốn biết thêm thông tin

Xem [NSW Health Monkeypox fact sheet](#) (tờ dữ kiện) để biết thêm chi tiết. Quý vị cũng có thể gọi đến Ban Y tế Công cộng địa phương qua số 1300 066 055.

Để được giúp đỡ miễn phí qua tiếng Việt, hãy gọi đến Dịch vụ Thông Phiên dịch (TIS) qua số 13 14 50.