

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

Monkeypox: Information for medium-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.

Các triệu chứng monkeypox gồm những gì?

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 [monkeypox fact sheet](#) và [monkeypox information hub](#) của Bộ Y tế NSW.

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 người có tiếp xúc với người bị monkeypox. Quý vị được xem là người tiếp xúc có nguy cơ trung bình vì đã có:

- tiếp xúc trực tiếp qua da với người bị monkeypox, hoặc trong lúc 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.
- tiếp xúc gián tiếp trong một thời gian dài với một người bị monkeypox.
- tiếp xúc gián tiếp trong bất kỳ tiến trình/thủ thuật nào mà có thể tạo ra sol khí (aerosols) từ các chất tiết ra từ miệng, từ các vết thương trên da hoặc sự tái tạo nhũ tương của các chất rò rỉ đã khô.

Những người tiếp xúc có nguy cơ trung bình thì nên làm gì?

Những người tiếp xúc có nguy cơ trung bình sẽ được Public Health Unit (Ban Y tế Công cộng) địa phương liên lạc trong 21 ngày sau khi phơi nhiễm để thẩm định tiến triển.

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 ở trên.
- nếu quý vị làm việc trong môi trường nguy cơ cao chẳng hạn như cơ sở chăm sóc y tế, nơi giữ trẻ, nơi chăm sóc người khuyết tật hoặc người cao niên, nhớ đảm bảo quý vị không còn triệu chứng trước khi trở lại làm việc và luôn luôn đeo khẩu trang y tế ở nơi làm việc. Ban Y tế Công cộng sẽ có thể hướng dẫn nếu có bất cứ quan ngại nào.
- thường xuyên rửa tay với xà phòng và nước, hoặc dùng dung dịch rửa tay khô có cồn.
- *tránh tiếp xúc gần với những người có thể có nguy cơ lây nhiễm cao (ví dụ trẻ em, người già, những người suy yếu hệ miễn nhiễm, và các thai phụ).
- tránh đến các cơ sở nguy cơ cao (ví dụ cơ sở chăm sóc y tế, giữ trẻ hoặc chăm sóc người cao niên), trừ khi cần tìm trợ giúp y tế khẩn cấp hoặc vì mục đích công việc.
- không hiến máu, tế bào, mô tế bào, sữa mẹ, tinh dịch hoặc bộ phận cơ thể.
- tùy theo mỗi trường hợp, Ban Y tế Công cộng địa phương cũng có thể yêu cầu quý vị đo và ghi chép thân nhiệt của mình hai lần mỗi ngày.

*Nếu quý vị không thể tránh tiếp xúc gần với những người trong hộ gia đình mình mà họ có nguy cơ cao lây nhiễm, chẳng hạn như các thai phụ và trẻ em, quý vị nên liên lạc Ban Y tế Công cộng địa phương. Tùy nguy cơ của quý vị, 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 trung bình thì có thể được chủng ngừa đậu mùa (smallpox) như là một biện pháp phòng ngừa sau khi lây nhiễm (post-exposure prophylaxis (PEP)), tốt nhất là trong vòng 4 ngày nhưng có thể lên đến 14 ngày sau khi lây nhiễm. Ban Y tế Công cộng địa phương sẽ hướng dẫn thêm.

Vắc-xin đậu mùa 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 [tại đây](#) để biết thêm thông tin về việc chủng ngừa monkeypox.

Nên làm gì nếu quý vị khởi phát triệu chứng monkeypox

- 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. Nếu quý vị không thể tự cách ly, hãy gọi đến Ban Y tế Công cộng qua số 1300 066 055.
- liên lạc bác sĩ gia đình và cho họ biết quý vị đã được xác nhận là người tiếp xúc thuộc diện nguy cơ trung bình của một người bị monkeypox, và quý vị hiện có triệu chứng. Bác sĩ sẽ có thể khuyên quý vị làm xét nghiệm nào 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 thuộc diện nguy cơ trung bình của một người bị monkeypox.

Nếu quý vị không có xe riêng, hoặc có câu hỏi nào liên quan đến xét nghiệm, vui lòng liên lạc Public Health Unit địa phương qua số 1300 066 055 để được hướng dẫn.

Muốn biết thêm thông tin

Muốn biết thêm thông tin, xem [monkeypox fact sheet](#) hoặc [monkeypox information hub](#) của NSW Health (Bộ Y tế NSW) 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.