

Mpox (โรคฝีดาษลิง): ข้อมูลสำหรับผู้ติดเชื่อ

Mpox (monkeypox): Information for contacts

Thai

ข้าพเจ้าจะรู้ได้อย่างไรว่าเป็นผู้ติดต่อกับเชื้อ mpox?

หน่วยสาธารณสุขในท้องถิ่นของท่านจะแจ้งให้ท่านทราบหากท่านเป็นผู้ติดต่อที่มีความเสี่ยงสูง ปานกลาง หรือต่ำ เหตุผลที่ท่านอาจเป็นผู้ติดต่อ:

- อาศัยอยู่กับผู้ที่เป็น mpox
- มีการติดต่อไม่โดยตรงเป็นเวลานานกับบางคนที่ เป็น mpox
- มีการติดต่อโดยตรงอย่างใกล้ชิด กับบางคนที่ เป็น mpox ในขณะที่เขามีอาการ หรือกับวัตถุที่ติดเชื่อ (เป็นต้นว่าผ้าปูที่นอน) สะเก็ดหรือของเหลวจากร่างกาย

หน่วยสาธารณสุข (Public Health Unit) จะตรวจสอบผู้ติดต่อที่มีความเสี่ยงสูงและปานกลางเป็นประจำเป็นเวลา 21 วันหลังการติดต่อ ผู้ติดต่อที่มีการเสี่ยงต่ำสามารถโทร หน่วยสาธารณสุข หมายเลข 1300 066 055 หากมีข้อสงสัย

ควรทำอย่างไร หากเคยติดต่อกับ mpox?

เป็นเวลา 21 วันหลังจากติดต่อกับผู้ที่เป็น mpox ท่านควร:

- ติดตามดูร่องรอยหรืออาการของ mpox
- วัคซีนหภูมิหาคูรู้สึกไม่สบาย
- ล้างมือด้วยสบู่และน้ำหรือใช้แอลกอฮอล์สำหรับฆ่าเชื้อเป็นประจำ

ถ้าหน่วยสาธารณสุขของท่านบอกว่าท่านเป็นผู้ติดต่อที่มีความเสี่ยงสูงหรือปานกลาง เป็นเวลา 21 วันท่านต้อง :

- ไปสถานบริการสาธารณสุขหากต้องการการรักษาพยาบาลอย่างเร่งด่วน (สำหรับกรณีอย่างอื่น โปรดปรึกษากับหน่วยสาธารณสุขของท่าน)
- ไปสถานดูแลเด็ก โรงเรียน หรือสถานบริการผู้สูงอายุเมื่อหน่วยสาธารณสุขของท่านบอกว่าปลอดภัย
- ทำงานจากบ้าน ถ้าเป็นไปได้
- สวมหน้ากากอนามัยหากต้องออกจากบ้าน หรืออยู่ในห้องเดียวกับผู้อื่น
- รักษาระยะห่าง 1.5 เมตรจากผู้อื่น โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้ที่มีความเสี่ยงสูงในการติดเชื่อ (ทารก ผู้สูงอายุ ผู้มีภูมิคุ้มกันบกพร่อง และผู้ที่ตั้งครรภ์) และผู้ที่ท่านอาศัยอยู่ด้วย
- ไม่ร่วมเพศกับผู้อื่น

- ทำความสะอาดบริเวณที่ท่านจะต้องบ่อย เช่น ลูกบิดประตู และสวิตช์ไฟเป็นประจำด้วยน้ำยาฆ่าเชื้อ
- อย่าแตะต้องสัตว์ (โดยเฉพาะสุนัข หนูแฮมสเตอร์ หนูเจอร์บิลส์ หนูบ้าน หนูนา และหนูตะเภา) เพื่อว่าท่านไม่แพร่เชื้อ mpox ให้
- อย่าบริจาคโลหิต เซลล์ เนื้อเยื่อ น้่านมคน น้ำอสุจิ หรืออวัยวะ

ข้าพเจ้าควรฉีดวัคซีนป้องกัน mpox หรือไม่?

ท่านอาจได้รับการฉีดวัคซีน mpox หลังจากการสัมผัสกับเชื้อ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับระดับการเสี่ยงและระยะเวลาตั้งแต่ท่านสัมผัสเชื้อ mpox หน่วยสาธารณสุขจะแจ้งให้ท่านทราบ หากท่านควรฉีดวัคซีนและไปฉีดได้ที่ไหน

อาการของ mpox เป็นอย่างไร?

อาการสามารถเริ่มได้ภายใน 7-14 วันหลังจากติดเชื้อ แต่สามารถเริ่มก่อนนี้ หรือใช้เวลานานถึง 21 วันจึงจะเริ่ม

บางคนมีอาการเริ่มต้นเร็วกว่า เช่น:

- เป็นไข้
- ปวดศีรษะ
- ปวดกล้ามเนื้อและปวดหลัง
- หนาวสั่น
- อ่อนเพลีย
- ต่อม้ำเหลืองบวม

อาการตามปกติ รวมถึง:

- ผื่น รอยแผลคล้ายสิว หรือแผล โดยเฉพาะในบริเวณที่มองเห็นได้ยาก เช่น บริเวณอวัยวะเพศ ทวารหนัก หรือก้น
- แผล แผลพุพองหรือเป็นแผลในปาก

ที่เป็น mpox จะติดเชื้อจากวันแรกที่เขามีอาการ จนกระทั่งแผลทั้งหมดมีคราบสะเก็ด สะเก็ดหลุดออกและมี ผิวนิ่งขึ้นใหม่เกิดขึ้นข้างใต้

ผู้คนส่วนมากที่เป็น mpox รู้สึกดีขึ้นภายในสองสามสัปดาห์ โดยไม่ต้องได้รับการรักษาแต่อย่างใดโดยเฉพาะ

ควรทำอย่างไร หากเกิดมีอาการ?

หากมีอาการ mpox ท่านควร:

- อยู่ที่บ้านและหลีกเลี่ยงไม่ใกล้ชิดผู้อื่น หากจำเป็นต้องเดินทางเพื่อแยกตัวตามลำพัง ไปบ้านโดยตรงสวมหน้ากากอนามัย และปกปิดบาดแผลที่เปิดโล่ง
- โทรศูนย์สุขภาพทางเพศในพื้นที่และแจ้งแก่เจ้าหน้าที่ว่าท่านได้ติดต่อกับผู้ที่เป็น mpox เจ้าหน้าที่จะสามารถบอกได้ว่าท่านจำเป็นต้องทำการตรวจอะไรบ้าง
- โทรหน่วยสาธารณสุข หมายเลข 1300 066 055 ในทันทีที่ท่านทำได้
- ในกรณีฉุกเฉิน โทรศูนย์สามตัว (000) ในทันที บอกแก่เจ้าหน้าที่ว่าท่านได้ติดต่อกับผู้ที่เป็น mpox

ข้าพเจ้าควรทำอย่างไร หากจำเป็นต้องไปหาแพทย์หรือทำการตรวจ?

หากหน่วยสาธารณสุขหรือแพทย์ของท่านขอให้ท่านไปทำการตรวจ:

- สวมหน้ากากอนามัย
- ปกปิดรอยแผลใดๆ ที่เปิดโล่ง
- เดินทางไปหาแพทย์ โรงพยาบาล หรือศูนย์พยาบาลโดยตรงไปตรงมาทั้งไปและกลับ
- แจ้งแก่เจ้าหน้าที่ว่าท่านเป็นผู้ติดต่อกับผู้ที่เป็น mpox เมื่อท่านไปถึง

หรีบข้อมูลเพิ่มเติม

สำหรับความช่วยเหลือฟรีในภาษาของท่าน โปรดโทรบริการแปลและล่าม หมายเลข 13 14 50

โปรดอ่านข้อมูลเกี่ยวกับ mpox ที่แปลแล้วได้ที่ [NSW Health website](#)