

# Mpox（猴痘）： 关于发病情况的信息

## Mpox (monkeypox): Information for cases

Chinese Simplified

### Mpox有哪些症状？

症状可能在接触之后7至14天开始出现，但也可能更早，或者迟至21天后才出现。

有些人会出现早期症状，例如：

- 发烧
- 头痛
- 肌肉酸痛和背部疼痛
- 寒战
- 疲倦
- 淋巴结肿大。

通常的症状包括：

- 皮疹、丘疹样病灶或溃疡，尤其是在生殖器、肛门或臀部等不易察觉的部位
- 口腔溃疡，或者口腔其他病变或疼痛。

Mpox患者从第一次出现症状开始一直到所有皮损结痂、痂皮脱落、下面形成新皮为止，都具有传染性。

大多数mpox患者会在几周内好转，不需要任何特别治疗。

### Mpox病毒是如何传播的？

Mpox可能通过以下途径传播：

- 跟皮疹、皮肤上的水泡或溃疡发生皮肤与皮肤的直接接触
- 精液和其他体液
- 被污染的物品，例如被褥或衣物
- 吸入mpox患者呼出的飞沫，但这种情况很少见。

---

## 得了mpox会怎样？

为了有助于阻止mpox传播，当地的公共卫生部门（Public Health Unit）会跟您面谈。在征得您的同意后，公共卫生部门会对您在能够感染的期间可能接触过的所有人进行追踪调查。他们会试图找出您可能是在哪里被感染的。

您可能必须留在家里自我隔离，以减少将mpox传染给其他人的风险。

Mpox患者在患病期间的健康由其医生或性健康临床医生负责管理。治疗可能包括止痛、伤口护理以及在少数情况下使用治疗mpox感染或继发性细菌感染的药物。医生会告诉您，如果您在周末或非工作时间需要帮助，那么应该跟谁联系。

**如果症状加重或出现紧急情况，请立即打三个零（000），说您得了mpox。**如果您周围有其他人，请戴上外科口罩，包括在救护车、医院或诊所中都应该如此。

---

## 如何自我隔离？

自我隔离有助于通过远离他人来减少mpox传播。

如果您患有mpox并需要自我隔离，您应该做到：

- 除非有必不可少的事情，否则不要出门。如果您需要离开家，请戴上外科口罩并遮住暴露在外的任何皮损或溃疡
- 尽可能在家工作。如果您不能在家工作，请跟当地公共卫生部门商量
- 不要让别人来家里探望
- 跟别人保持至少1.5米的距离，尤其是跟那些感染风险较高的人（婴儿、老年人、免疫力低下的人和孕妇）更要如此
- 尽可能不要跟别人睡在同一间房
- 不要跟别人发生性行为
- 经常用肥皂和水洗手，或者使用含酒精的搓手液
- 经常用消毒剂清洁诸如门把手和电灯开关等经常接触的地方
- 不要跟别人共用衣物、床上用品、毛巾和没洗的碗碟餐具。如果别人必须接触这些物品，应戴上手套和外科口罩
- 避免接触宠物和其他动物，尤其是哺乳动物
- 请照顾您的人戴上外科口罩、手套、一次性防液袍（fluid-resistant gown）和护目镜。如果您遇到问题，请向医生咨询如何获得这些物品。

---

## 我什么时候才能停止自我隔离？

公共卫生部门或您的医生会告诉您什么时候不再有传染性。那个时间过后，您就可以恢复正常活动了，但您应该做到下列几点：

- 康复之后12周内，任何性行为都要使用避孕套
- 12周内不要捐献血液、细胞、组织、母乳、精液或器官
- 彻底清洁、消毒您的住所。

---

## 我在自我隔离期间可以得到什么帮助？

您既要照顾好自己的身体，也要照顾好自己的心灵。跟家人朋友保持精神上的联系，并在需要时寻求帮助或支持。

- [ACON的支持服务](#)：为新州的 LGBTQ+ 成年人免费提供一系列咨询服务而不会加重您的经济负担：(02) 9206 2000
- [QLife](#)：由 LGBTQ+ 社区成员提供的全国性匿名电话和在线咨询服务 -1800 184 527
- [NSW Mental Health Line \(新州精神健康热线\)](#)：1800 011 511
- [Beyond Blue](#)：1800 512 348
- [Lifeline \(救生热线\)](#)：13 11 14

---

## 如果曾患过mpox，是否还应该接种mpox疫苗？

如果您以前得过mpox，现在就不需要接种mpox疫苗了。不过，您仍然应该保护好自己，以免再次感染mpox。有关如何保持安全的更多信息，请见mpox事实单张。

---

## 更多信息

您可以在[新州卫生部的网站](#)上阅读关于mpox的其他信息翻译版。

如果需要用您的语言免费获得帮助，请打电话 13 14 50 给笔译口译服务处。

您也可以打电话 1300 066 055 给当地公共卫生部门。