



1. آبله میمون چیست؟

آبله میمون یک بیماری مسری است که توسط ویروس آبله میمون ایجاد می شود. ویروس آبله میمون از خانواده ویروس های واریولا (variola) است که سبب آبله می شود. علائم آبله میمون و آبله شبیه هم هستند، اما علائم آبله میمون خفیف تر و به ندرت مرگبار هستند. آبله میمون به آبله مرغان ربطی ندارد.

آبله میمون برای اولین بار در گروه هایی از میمون ها که برای پژوهش نگهداری می شدند، در سال 1958 کشف شد. اولین مورد در انسان ها، در سال 1970 به ثبت رسید. آبله میمون در بین مردم چند کشور آفریقای مرکزی و غربی، در گذشته گزارش شده بود. تقریباً تمامی موارد آبله میمون در افراد در ایالات متحده به سفرهای بین المللی به کشورهایی که در آنجا رخ دادن این بیماری شناخته شده بود یا به حیوانات وارداتی ارتباط داده شده بود.

اما از می 2022، شیوع وسیع آبله میمون در بسیاری از کشورها، از جمله ایالات متحده وجود داشته است. طریقه اصلی ابتلای افراد از طریق تماس نزدیک، جنسی، بویژه در طول فعالیت جنسی، با افراد دارای علائم است. در حالیکه برخی افراد به شدت بیمار می شوند، اغلب افراد نیازی به مراقبت های بیمارستانی ندارند و در عرض 2-4 هفته بهبودی حاصل می کنند. برای آبله میمون، واکسن و درمان ضد ویروس در دسترس است.

سوالات متداول در دنباله درباره شیوع آبله میمون 2022 در ایالات متحده است.

2. نشانه ها و علائم آبله میمون چه هستند؟

علائم آبله میمون معمولاً در عرض 3 هفته پس از قرار گرفتن در معرض ویروس شروع می شود.

شایعترین علامت، ظهور دانه های سرخ پوستی است که ممکن است:

- شبیه برجستگی، جوش، تاول یا پوسته زخم خشک شده باشند و پیش از بهبودی چندین مرحله را طی خواهند کرد. به طور کلی، دانه های سرخ پوستی به صورت لکه های سرخ و مسطح ظاهر و سپس به برجستگی تبدیل می شوند. بعد، ممکن است این برجستگی با مایعی پر شود که به چرک تبدیل می شود. پس از آن، برجستگی به پوسته سخت بدل خواهد شد.
- رو یا نزدیک به اندام تناسلی (آلت تناسلی، بیضه ها، لب های واژن و واژن)، مقعد (سوراخ)، دهان، یا سایر اندامها مانند دست، پنجه های پا، قفسه سینه و صورت باشند.
- روی تمام بدن پراکنده یا محدود به یک ناحیه باشد. ممکن است فقط چندتایی برجستگی یا تاول باشند.
- دردناک بوده و/یا خارش داشته باشد. برخی از افراد درد شدیدی دارند، به ویژه اگر دانه های سرخ پوستی داخل دهان یا مقعد آنها باشد.



علاوه بر دانه‌های سرخ پوستی، افراد ممکن است که علائمی مانند آنفولانزا نیز بروز دهند. این علائم می‌توانند 1-4 روز قبل یا بعد از پیدا شدن دانه‌های سرخ پوستی ظاهر شوند. علائم شامل تب/الرز، تورم گره‌های لنفاوی، خستگی مفرط، دردهای عضلانی و سردرد است.

بیشتر افرادی که به آبله میمون دچار می‌شوند، در عرض 2-4 هفته بهبود می‌یابند.

برای دیدن عکسهای دانه‌های سرخ پوستی آبله میمون از این سوالات متداول در ph.lacounty.gov/monkeypox دیدن کنید.

3. آبله میمون چگونه منتشر می‌شود؟

تماس نزدیک، جنسی با افراد دارای علائم، بویژه در طول فعالیت جنسی، راه اصلی انتشار آبله میمون بوده است. آبله میمون می‌تواند به این گونه منتشر شود:

- تماس مستقیم پوست با پوست یا زخم‌ها یا پوسته زخم‌های خشک شده فرد مبتلا به آبله میمون.
- تماس مستقیم با مایعات بدنی یا ترشحات تنفسی فرد مبتلا به آبله میمون، از جمله مایعات خارج شده از زخم‌های پوستی یا آب دهانی که با زخم‌های دهان در تماس بوده است.
- تماس یا سوراخ شدن با وسیله تیزی (از قبیل یک سوزن) که زخم‌ها یا مایعات بدنی فرد مبتلا به آبله میمون را لمس کرده است.
- تماس اشیاء (از قبیل رختخواب، حوله‌ها، البسه) که زخم‌ها یا مایعات بدنی فرد مبتلا به آبله میمون را لمس کرده است و تمیز نشده است. (توجه: CDC اظهار می‌کند که خطر ابتلا به آبله میمون به این طریق پایین است).
- فرد مبتلا به آبله میمون می‌تواند از زمانی که علائم شروع می‌شوند تا زمانی که دانه‌های سرخ پوستی کاملاً بهبود یافته‌اند و یک قشر تازه پوست شکل گرفته است، آن را به دیگران سرایت دهد. این معمولاً 2 تا 4 هفته طول می‌کشد.
- فرد باردار مبتلا به آبله میمون می‌تواند ویروس را از طریق جفت به جنین خود منتقل کند. ویروس همچنین می‌تواند از طریق تماس نزدیک در طول و بعد از تولد به نوزاد سرایت کند.
- آبله میمون بسیار کمتر از کووید-19 واگیردار است. این بیماری با صحبت کردن معمولی یا با گذر از کنار شخص مبتلا، سرایت نمی‌کند.

دانشمندان هنوز در حال تحقیق بیشتر در مورد چگونگی انتشار آبله میمون هستند، از جمله موارد زیر:

- آیا ویروس می‌تواند زمانی که فرد علائمی ندارد منتشر شود (تا بحال هیچ دلیلی برای زخ دادن این امر وجود ندارد)
- هر چند وقت یکبار از طریق ترشحات تنفسی پخش می‌شود،



- آیا آبله میمون می تواند از طریق منی، مایعات واژن، ادرار، یا مدفوع منتشر شود.
چگونه آبله میمون منتشر می شود CDC را برای اطلاعات بیشتر ملاحظه کنید.

4. چه کسی در خطر ابتلا به آبله میمون است؟

در شیوع کنونی این بیماری در ایالات متحده، اکثریت قریب به اتفاق افرادی که ابتلا به آبله میمون در آنها تشخیص داده شده است، مردانی هستند که آمیزش جنسی یا تماس نزدیک جنسی با مردان دیگری را گزارش کرده اند. اما هر فردی فارغ از گرایش جنسی یا هویت جنسی در صورتی که تماس نزدیک جنسی پوست با پوست با فرد دارای علائم آبله میمون دارد، در خطر است.

از آنجایی که این یک شیوع جدید است، سازمان های کشوری و بین المللی بهداشت عمومی، هنوز در حال یادگیری موقعیت ها یا رفتارهایی هستند که ممکن است افراد را در معرض خطر بیشتری قرار دهند. با جمع آوری اطلاعات بیشتر، به اشتراک گذاری آنها ادامه خواهیم داد. اطلاعات بیشتر در مختصر علمی: ردیابی و انتقال ویروس آبله میمون CDC موجود است.

5. آبله میمون چگونه معالجه می شود؟

هیچ داروی مورد تایید FDA بخصوص درمان آبله میمون وجود ندارد. اما از یک داروی ضد ویروسی مورد تایید FDA به نام تکویریمات (tecovirimat) یا تی پاکس (TPOXX)، که برای درمان آبله استفاده می شود، می توان برای درمان افراد مبتلا به آبله میمون نیز استفاده کرد. می توان تی پاکس (TPOXX) را برای افرادی که به آبله میمون شدید مبتلا شده اند، مثلاً ضایعاتی در نواحی حساس دارند یا دردهایی دارند که با داروهای بدون نسخه قابل کنترل نیستند، تجویز کرد. نیز می توان آنرا به کسانی داد که بیشتر در معرض ابتلا به نوع شدید بیماری هستند. (چه شخصی ممکن است در معرض خطر بالاتر برای بیماری شدید باشد؟ را در زیر رؤیت کنید). با مراجعه به راهنمای بیمار CDC برای معالجه آبله میمون با TPOXX بیشتر بیاموزید.

اگر شما آبله میمون دارید، پزشک شما می تواند داروهایی را نیز تجویز کند که مربوط به آبله میمون نیستند ولی می توانند به کاهش درد و تحریک ناشی از خارش دانه ها یا زخم ها کمک کنند. برای اطلاعات در مورد چگونگی اداره علائم خود، از تارنمای CDC اگر بیمار هستید چه بکنید دیدن کنید.

6. آبله میمون شدید چیست؟

بسیاری افراد مبتلا به آبله میمون بیماری خفیفی دارند، اما برای برخی افراد، این بیماری می تواند جدی باشد. علائم آبله میمون شدید می تواند شامل موارد زیر باشد:

- دانه های سرخ پوستی یا زخم هایی رو یا نزدیک چشم ها



- دانه‌های سرخ پوستی که در تمام بدن پخش می‌شوند یا با هم می‌آمیزند
- درد در ناحیه مقعد (نشیمنگاه) یا مجرای ادرار (سوراخ ادرار) که رفتن به دستشویی را دشوار می‌سازد
- درد در دهان که خوردن و آشامیدن را سخت می‌کند
- دانه‌های سرخ پوستی که خونریزی میکنند یا به نظر عفونی می‌آیند.
- علائمی که با گذشت زمان بدتر می‌شوند یا بهبود نمی‌یابند

اگر هر یک از این علائم را مشاهده کردید یا علائم نگران کننده دیگری دارید، بلافاصله کمک پزشکی بگیرید.

اگر شما ویروس بیماری ایدز (HIV) کنترل نشده یا پیشرفته دارید، حتی اگر علائم شما به نظر خفیف می‌آید، بلافاصله یک پزشک ببینید.

7. چه کسی در معرض خطر بیشتر برای ابتلای شدیدتر به این بیماری است؟

افرادی که با HIV کنترل نشده یا پیشرفته زندگی می‌کنند، در صورت ابتلا به آبله میمون، در خطر بیشتری برای بیماری شدید قرار دارند. افراد دیگری که دارای سرکوبی شدید ایمنی هستند نیز در خطر بالاتری برای بیماری شدید در نظر گرفته می‌شوند.

افرادی که مبتلا به آبله میمون هستند که ضایعات در چشم‌ها، دهان، مقعد، و/یا اعضاء تناسلی خود دارند، می‌توانند دچار درد و تورم شدید باشند. این نواحی می‌تواند دچار عفونت باکتریایی شود. همچنین خطر ایجاد جای زخم وجود دارد.

بعلاوه، بر اساس آنچه از شیوع‌های قبلی آبله میمون می‌دانیم، گروه‌های زیر ممکن است در صورت آلودگی در معرض خطر بیشتری برای ابتلای شدیدتر به آبله میمون هستند. ما هنوز از میزان خطر آنها برای بیماری شدید در صورت ابتلا در طول شیوع فعلی اطلاعی نداریم.

- افراد دارای نقص ایمنی (به دلیل، معالجه، بیماری، یا عفونت سیستم ایمنی ضعیف دارند).
- افرادی که بیماری یا عارضه‌ای دارند که بر پوستشان تأثیر می‌گذارد از قبیل اگزما، یا atopic dermatitis (تورم پوستی)، سوراخ‌س، زرد زخم، جوش‌های شدید غرور جوانی، تبخال لب و اعضای تناسلی، یا سوختگی.
- کودکان، به ویژه آنان که زیر 8 سال دارند
- افرادی که باردار یا شیرده هستند

در طول این شیوع، اغلب افراد مبتلا به آبله میمون مردان بزرگسال بوده‌اند که نیازی به بستری شدن در بیمارستان نداشته‌اند. اما موارد بسیار شدید آبله میمون وجود داشته است، از جمله تعدادی مرگ و میر در افرادی که به شدت دچار نقص سیستم ایمنی بودند. این شامل افرادی است که با عفونت HIV درمان نشده یا کنترل نشده زندگی می‌کنند.



8. اگر گمان کنم که آبله میمون دارم چکار باید بکنم؟

در صورت بروز دانه‌های پوستی یا ضایعات جدید غیر قابل توجه در هر قسمت از بدن، بلافاصله با پزشک خود تماس بگیرید. به ویژه اگر در مواجهه با شخص مبتلا یا مشکوک به ابتلای آبله میمون بوده اید، انجام این کار مهم است. تمام قسمت‌های بدن که دانه سرخ پوستی زده است را با لباس، دستکش و/یا باند بپوشانید و اقدامات لازم را برای محافظت از دیگران انجام دهید. این شامل پرهیز از تماس پوست با پوست و تماس جنسی جسمی با دیگران است تا زمانی که توسط پزشک معاینه بشوید. هنگام مراجعه به پزشک حتماً ماسک بزنید.

اگر پزشک یا بیمه درمانی ندارید، با مرکز تلفن اداره بهداشت عمومی به شماره 1-833-540-0473 تماس بگیرید (روزانه باز از 8:00 صبح تا 8:30 شب). اگر دانه‌های سرخ پوستی دارید، می‌توانید به خدمات کلینیک‌های سلامت جنسی اداره بهداشت عمومی نیز مراجعه کنید (برنامه زمانی را [اینجا](#) ببینید).

تا زمانی که یقین حاصل کنید که به آبله میمون مبتلا نیستید، با دور نگهداشتن خود از دیگران، اقدام به کاهش خطر انتشار آلودگی کنید. به [دستورالعمل‌های جداسازی برای افراد مبتلا به آبله میمون](#) مراجعه کنید.

9. چگونه برای آبله میمون آزمایش می‌شوید؟

اگر دانه‌های سرخ پوستی دارید که ممکن است به دلیل آبله میمون باشد، پزشک شما را معاینه خواهد کرد. بر اساس ارزیابی آنها، ممکن است از دانه‌های شما برای آزمایش، نمونه بگیرند. نمونه‌ها به آزمایشگاه فرستاده شده و نتیجه آزمایش پس از چند روز معلوم خواهد شد. در حال حاضر هیچ گونه آزمایش شخصی یا آزمایش خانگی برای آبله میمون وجود ندارد. تا زمانی که یقین حاصل نکرده‌اید که آبله میمون ندارید، مهم است که از [دستورالعمل‌های جداسازی آبله میمون](#) پیروی کنید.

10. اگر تشخیص داده شود که به آبله میمون مبتلا هستم چه باید بکنم؟

اگر تشخیص داده شد که شما به آبله میمون مبتلا شده‌اید، باید برای محافظت از دیگران، اقدام به جداسازی خود کنید. از [دستورالعمل‌های جداسازی افراد مبتلا به آبله میمون](#) که به چندین زبان در ph.lacounty.gov/monkeypox موجود است، پیروی کنید.

با شرکای جنسی خود و هر فردی که از زمان شروع علائم با آنها تماس نزدیک، جنسی و/یا طولانی داشته‌اید، تماس بگیرید. این کار را فوراً انجام دهید تا آنها [واکسینه شدن](#) را در نظر گیرند (اگر تا به حال آبله میمون نداشته‌اند و قبلاً برای آبله



میمون واکسینه نشده اند). واکسینه شدن بعد از مواجهه ممکن است از آبله میمون پیشگیری کند یا شدت بیماری را کمتر کند.

لطفاً به تلفن‌های اداره بهداشت عمومی پاسخ دهید. آنها با شما تماس خواهند گرفت تا درباره فعالیت‌هایی که پیش و پس از ظهور علائم داشته‌اید، از شما پرسش‌هایی بکنند. سعی بر این است که چگونگی قرار گرفتن شما در معرض آبله میمون تعیین شود و کمک به شناسایی افراد دیگری کند که ممکن است در معرض مواجهه قرار گرفته باشند.

11. چگونه می‌توانم خطر ابتلایم را به آبله میمون کاهش دهم؟

برای کاهش خطر آبله میمون چندین راه وجود دارد:

- اگر واجد شرایط هستید واکسینه شوید (زیر را رؤیت کنید)
 - از تماس بسیار نزدیک جنسی با فردی که علائم آبله میمون دارد، خودداری کنید، به ویژه از:
 - رابطه جنسی دهانی، مقعدی، واژنی یا لمس آلات تناسلی یا مقعد
 - بغل کردن، در آغوش گرفتن، ماساژ دادن، و/یا بوسیدن
 - تماس پوست-با-پوست با دانه‌های سرخ روی بدن آنها
 - به اشتراک گذاشتن حوله، لباس، رختخواب، پتو، یا سایر اشیاء و اقلام (مانند مسواک، فنجان، وسایل غذاخوری و اسباب بازی‌های جنسی) که تمیز نشده باشند.
 - دست‌های خود، لوازم فتیش، اسباب بازی‌های جنسی، و هر پارچه‌ای (رختخواب، حوله‌ها، لباس‌ها) را پس از آمیزش جنسی بشویید.
 - اگر نمی‌توانید از تماس نزدیک با فردی که علائم آبله میمون دارد اجتناب کنید، از تجهیزات حفاظتی مناسب (ماسک، دستکش و روپوش) استفاده کنید.
 - درباره هر گونه بیماری اخیر و جدید یا زخم‌ها یا دانه‌های سرخ پوستی غیر قابل توجه از جمله روی آلات تناسلی یا مقعد، با شریک (شرکای) جنسی خود صحبت کنید.
 - از کاندوم استفاده کنید. کاندوم به تنهایی برای جلوگیری از آبله میمون کافی نیست اما ممکن است خطر را کاهش داده و به پیشگیری از ظهور زخم در ناحیه‌های حساس مانند مقعد، دهان یا اندام تناسلی کمک کند.
 - تعداد شریک‌های جنسی را کاهش دهید.
 - از فعالیت‌های خطرناکتر مانند رابطه جنسی با افراد ناشناس و شرکت در مهمانی‌های جنسی خودداری کنید.
- برای اطلاعات بیشتر به تارنمای CDC، [رابطه جنسی ایمن تر، گردهمایی‌های اجتماعی و آبله میمون](#) مراجعه کنید.

12. آیا آبله میمون واکسن دارد؟



بله. برای پیشگیری از آبله میمون در افراد 18 سال و بالاتر، واکسنی بنام جینئوس (JYNNEOS) که مورد تایید FDA قرار گرفته است، وجود دارد. برای افراد زیر 18 سال نیز این واکسن با مجوز استفاده اضطراری (EUA) FDA در دسترس است. این واکسن دو دوز دارد. پس از زدن دوز دوم واکسن جینئوس (JYNNEOS)، 14 روز طول می کشد تا بهترین پاسخ ایمنی به واکسن ایجاد شود. اما حتی دریافت یک دوز نیز می تواند تا حدی محافظت ایجاد کند. به یاد داشتن این نکته مهم است که نه یک دوز و نه دو دوز واکسن، در پیشگیری از آلودگی، 100٪ موثر نیستند و هنوز مهم است که به اقدامات دیگری برای کاهش خطر ابتلای خود ادامه دهید.

اگر فردی واکسن را قبل از قرار گرفتن در معرض آبله میمون دریافت کند، به محافظت خود در برابر ابتلا به این بیماری کمک کرده است.

اگر واکسن پس از قرار گرفتن در معرض بیماری به فرد تزریق شود، شاید بتواند به پیشگیری از بیماری یا کاهش شدت آن کمک کند. واکسن باید ظرف 14 روز پس از قرار گرفتن در معرض بیماری (به طور ایده آل در 4 روز اول) دریافت شود.

اگر کسی به آبله میمون مبتلا است، زدن واکسن توصیه نمی شود. برای اطلاعات بیشتر درباره واکسن [Monkeypox vaccine FAQs](#) را رؤیت کنید.

13. چه کسی برای واکسن آبله میمون واجد شرایط است؟

واکسن هم اکنون در دسترس:

- هر مرد یا شخص تغییر جنسیت داده که با مردان یا افراد تغییر جنسیت داده آمیزش جنسی دارند
 - افراد از هر جنسیت یا هویت جنسی که در آمیزش جنسی تجاری و/یا معاملاتی مشغول هستند (برای مثال آمیزش جنسی در قبال پول، پناهگاه، خوراک، یا دیگر کالاها یا نیازها) یا در رابطه با رویدادهای بزرگ عمومی، آمیزش جنسی دارند
 - افرادی که مبتلا به HIV (ویروس بیماری ایدز) هستند بخصوص افرادی که بیماری HIV کنترل نشده یا پیشرفته دارند
 - افرادی که تماس پوست-با-پوست یا جنسی با شخصی که مشکوک به ابتلای آبله میمون است، یا ابتلای او تایید شده است، شامل افرادی که ابتلای آنان توسط اداره بهداشت عمومی هنوز تایید نشده است، داشته اند.
 - شرکای جنسی افراد در هر یک گروه های فوق
 - افرادی که پیش بینی می کنند که در هر یک از گروه هایی فوق باشند
- ممکن است در آینده گروه های دیگری واجد شرایط شوند- برای آخرین اطلاعات ph.lacounty.gov/monkeypox/vaccine.htm را رؤیت کنید.

14. چگونه می توانم واکسینه شوم؟



اگر متعلق به یکی از گروه‌هایی هستید که واجد شرایط واکسینه شدن برای آبله میمون است به [Public Health Vaccination Site](#) بروید یا از [Myturn.ca.gov](#) دیدن کنید تا یک مرکز در نزدیکی خود بیابید. وقتی که به محل می‌روید، آماده باشید که تصدیق کنید که معیارهای واجد شرایط بودن برای دریافت واکسن آبله میمون را برآورده می‌سازید.

از [ph.lacounty.monkeypox/vaccine.htm](#) دیدن کنید تا دریابید که آیا واجد شرایط برای واکسینه شدن هستید. برای اطلاعات بیشتر در باره واکسیناسیون JYNNEOS [سوالات متداول آبله میمون](#) را ملاحظه کنید.

15. اگر در معرض آبله میمون قرار گیرم چه باید بکنم؟

سلامتی خود را پیگیری کنید افرادی که به آبله میمون مبتلا می‌شوند، معمولاً علائم بیماری را بین 7 تا 14 روز (و حداکثر 21 روز) پس از مواجهه نشان می‌دهند. تا زمانی که علائمی در شما دیده نشود، می‌توانید به فعالیت‌های معمول روزانه خود ادامه دهید. در صورت بروز علائم آبله میمون، آمادگی جداسازی خود از دیگران را داشته باشید.

واکسینه شوید. اگر قبلاً سری دو دوزی آبله میمون را تکمیل نکرده‌اید. دریافت یک دوز آبله میمون 4 روز پس از مواجهه می‌تواند از پیشگیری از ابتلای شما کمک کند. دریافت واکسن 4-14 روز پس از مواجهه ممکن است از شدت ابتلای شما بکاهد. در [ph.lacounty.gov/monkeypox/vaccine.htm](#) بیشتر بیاموزید.

لطفاً به تلفن‌های اداره بهداشت عمومی پاسخ دهید. اگر به عنوان مخاطب فرد مبتلا به آبله میمون نام برده شوید، اداره بهداشت عمومی ممکن است با شما تماس گیرد تا از حال شما آگاه شود تا اگر مناسب باشد، پیشنهاد واکسیناسیون کند.

برای اطلاعات بیشتر [راهنما برای افرادی که در معرض آبله میمونی قرار گرفته‌اند](#)، را دنبال کنید.

16. برای حفاظت خود از آبله میمون، افراد مبتلا به ویروس بیماری ایدز (HIV) چه کارهایی می‌توانند بکنند؟

افرادی مبتلا به HIV باید پیرو همان توصیه‌هایی که افراد دیگر برای حفاظت خود دنبال می‌کنند، باشند. اما افراد مبتلا به HIV باید قدم‌هایی اضافی بردارند. دلیل این امر آن است که دلایل بیشتر و بیشتری وجود دارد که عفونت آبله میمون می‌تواند برای افرادی که مبتلا به HIV هستند و تعداد CD4 (نوعی گلبول سفید) پایینی دارند یا تعداد ویروس‌های زیاد سرکوب نشده‌ای دارند، شدیدتر باشد.

چه کاری برای حفاظت خود می‌توانید انجام دهید؟

- واکسن آبله میمون را دریافت کنید. واکسن ایمن است و می‌تواند بین لایه‌های پوستی (درون جلدی) یا زیر پوست (زیر جلدی) تزریق شود.



- از تماس مستقیم با دانه های سرخ پوستی یا مایعات بدن افراد مبتلا به آبله میمون پرهیز کنید. چگونه می توانم خطر ابتلای خود را به آبله میمون کاهش دهم را ملاحظه کنید؟
- از تحت کنترل بودن عفونت HIV خود اطمینان حاصل کنید. مهم است که شما درمان ضد ویروسی (ART) خود را طبق دستور مرتباً دریافت کنید. اگر برای یافتن یک پزشک متخصص HIV یا تعیین وقت ملاقات نیاز به کمک دارید، کادر اداره بهداشت عمومی برای کمک در دسترس است-از ph.lacounty.gov/dhsp/RapidART.htm دیدن کنید یا به شماره 1-833-351-2298 تلفن کنید.

اگر فکر می کنید که ممکن است به آبله میمون مبتلا باشید، چه کاری باید بکنید؟

- اگر شما به دانه های سرخ پوستی یا زخم های جدیدی که فکر می کنید آبله میمون است دچار شوید، بلافاصله یک پزشک ببینید. به آنها بگویید که به HIV مبتلا هستید.
 - اگر پزشک شما مشکوک است که آبله میمون دارید، آنها ممکن است درمان ضد ویروسی شما برای آبله میمون (TPOXX) را بلافاصله شروع کنند، بویژه اگر شما HIV کنترل نشده یا پیشرفته دارید. اگر HIV شما بخوبی تحت کنترل است اما شما ضایعات آبله میمون در چشم ها، دهان، مقعد، یا آلت تناسلی دارید، آنها ممکن است شروع TPOXX را توصیه کنند تا خطر درد، عفونت، و ایجاد زخم را پایین بیاورند.
 - اگر برای شما TPOXX تجویز کنند، بسیار مهم است که شما بر طبق دستور آن را مصرف کنید.
 - برای اطلاعات بیشتر اگر فکر می کنم به آبله میمون مبتلا هستم، چکار باید بکنم را ملاحظه کنید؟
- برای اطلاعات بیشتر در مورد آبله میمون و HIV از HIV.gov اطلاعات بروز آبله میمون دیدن کنید.

17. آیا کودکان می توانند به آبله میمون مبتلا شوند؟

بله. هر فردی که تماس نزدیک، شخصی، یا جنسی با فرد مبتلا به آبله میمون بوده است، می تواند به آبله میمون مبتلا شود. در شیوع کنونی، خطر ابتلای کودکان به آبله میمون بسیار کم است.

کودکان خردسال تری که با فرد مبتلا به آبله میمون زندگی می کنند، به ویژه اگر تماس پوست با پوست با فرد آلوده دارند، در معرض خطر ابتلا به آبله میمون هستند. اگر به آبله میمون مبتلا شده اید یا مشکوک به ابتلا به آبله میمون هستید، اقدامات لازم را برای محافظت از دیگر افراد انجام دهید. به دستورالعمل های جداسازی افراد مبتلا به آبله میمون مراجعه کنید.

نوجوانانی که از لحاظ جسمی/جنسی با دیگران رابطه فعال دارند، نیز در معرض خطر بیشتری برای ابتلا به آبله میمون هستند. اگر آنها مرد هستند و با مردان آمیزش جنسی دارند، این امر بویژه حقیقت دارد. برای اطلاعات بیشتر تارنمای CDC آمیزش جنسی ایمن تر، گرهمایی های اجتماعی و آبله میمون را رؤیت کنید.



18. کدام نوع از مواد پاک کننده در برابر آبله میمون موثر عمل می کنند؟

سازمان حفاظت از محیط زیست ایالات متحده (EPA)، فهرستی از فرآورده های ضد عفونی کننده دارد که برای استفاده در برابر ویروس آبله میمون ثبت شده اند. این فهرست شامل محصولات پرطرفداری است که بسیاری از کسب و کارها و افراد، از قبل از آنها استفاده می کرده اند. این فهرست را می توان در [تارنمای EPA](#) یافت. این تارنما ابزار جستجویی دارد که با بکارگیری آن می توانید محصولات ضد عفونی کننده را بر اساس عوامل مختلفی مانند نام محصول، زمان تماس و نوع سطح جستجو کنید.

- بررسی کنید که محصول در EPA ثبت شده باشد
- دستورالعمل های سازنده را بخوانید. اطمینان حاصل کنید که این محصول برای سطح شما مناسب است.
- سطح را با آب و صابون تمیز کنید. اگر در دستورالعمل ها به تمیز کردن اولیه سطح اشاره ای شده یا اگر سطح به وضوح کثیف است، آن را با آب و صابون تمیز کنید. کثیفی می تواند مانع کارکرد ماده ضد عفونی کننده شود.
- دستورالعمل های زمان تماس را دنبال کنید. سطح باید برای مدت زمانی که در دستورالعمل آمده است، مرطوب بماند تا ضد عفونی کننده موثر باشد. در صورت نیاز دوباره اعمال کنید.

مواد شوینده معمولی را می توان برای تمیز کردن لباس یا ملافه (مانند رختخواب و حوله) که افراد مبتلا به آبله میمون از آنها استفاده کرده اند، به کار گرفت.

ظروف و لوازم غذاخوری کثیف را می توان در ماشین ظرفشویی با ماده شوینده و آب داغ و یا با دست با آب داغ و ماده ظرفشویی شست.

برای اطلاعات بیشتر و نکات درباره نظافت در طول و بعد از آبله میمون [نظافت و ضد عفونی خانه، محل کار، و دیگر محیط های اجتماعی خود](#) را در CDC مشاهده کنید.

19. برای اطلاعات بیشتر به کجا می توانم مراجعه کنم؟

اداره بهداشت عمومی شهرستان لس آنجلس

ph.lacounty.gov/monkeypox

ph.lacounty.gov/monkeypox/vaccine.htm

مراکز پیشگیری و کنترل بیماری ها

cdc.gov/poxvirus/monkeypox/index.html

اداره بهداشت عمومی کالیفرنیا

cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/Monkeypox.aspx