የዝንጀሮ ፈንጣጣ (መንኪፖክስ)

ARLINGTON VIRGINIA

የዝንጀሮ ፈንጣጣ ምንድን ነው?

የዝንጀሮ ፈንጣጣ በዝንጀሮ ፈንጣጣ ቫይረስ ምክንያት የሚመጣ ተላላፊ በሽታ ነው።

አብዛኞቹ ሰዎች መጠነኛ ህመም የሚያጋጥማቸው ሲሆን ያለ ህክምና ከበሽታው ያገግማሉ።

ሆኖም ሽፍታው (ቁስሎቹ) ህመም ፈጣሪ ሊሆኑ ይችላሉ። ማንኛውም ሰው በዝንጀሮ ፈንጣጣ ሊያዝና በሽታውን ሊያስተላልፍ ይችላል።

ሁሉም ሳይሆኑ ግን አብዛኞቹ የ2022 ዓ.ም የዩ.ኤስ የበሽታው ተያዦች ጌዮች፣ ባይሴክሹዋል እና ሌሎች ከወንዶች ጋር ግብረ ስጋ ግንኙነት ያደረጉ ሰዎች (MSM) ይገኙበታል። ይህ ቡድን በተለይም የተለያዩ የግብረ ስጋ ግንኙነት አጋሮች ያሉት MSM በአሁኑ ወቅት ለዝንጀሮ ፈንጣጣ ተጋላጭ የመሆን ስጋቱ ከፍተኛ ነው።

የዝንጀሮ ፈንጣጣ የሚተላለፈው እንዴት ነው?

•በዋነኝነት በቅርብ ወይም የገላ ለገላ ንክኪ፥

◦የግብረ ስጋ ግንኙነት ወይም የቅርብ/የገላ ለገላ ንክኪ (የአፍ፣ የቂጥ እና የብልት ንክኪን ጨምሮ)

◦ማቀፍ፣ መሳም፣ መተቃቀፍ እና መተሻሸት ሽፍታውን (ቁስሉን) ወይም

◦የሰውነት ፈሳሾችን መንካት

•መኝታ፣ ፎጣ ወይም በበሽታው በተያዘ ሰው የተነካኩና ያልታጠቡ አልባሳትን በጋራ መጠቀም

የዝንጀሮ ፈንጣጣ በበሽታው ወደተያዘ ሰው በመሄድ ወይም በበሽታው ከተያዘ ሰው ጋር በመነጋገር ምክንያት አይተላለፍም።

የዝንጀሮ ፈንጣጣ ምልክቶች ምንድን ናቸው?

በየትኛውም የሰውነት ክፍል ላይ የሚታይ ሽፍታ (1 ወይም 2 ነጠብጣቦች ቢሆኑም እንኳ)፡ ለአንዳንድ ሰዎች ይህ ሽፍታ ብቸኛው የሚታይባቸው ምልክት ሊሆን ይችላል

ትኩሳት ብርድ

ብርድ ማለት

ራስ ምታት

የጡንቻ ህመሞች እና የጀርባ ህመም የብሽሽት እብጠት

ምልክቶቹ በአብዛኛው ከተጋላጭነት በኋላ ከ 3-17 ቀናት ውስጥ ይታያሉ። ህመሙ በመደበኛነት ከ2-4 ሳምንታት ቀናት ይቆያል።

ፎቶግራፉን ያነሳው፣ የዩኬ የጤና ጥበቃ ኤጀንሲ (UK Health Security Agency)

ምልክቶች ከታዩብኝ ምን ማድረግ አለብኝ?

እራስዎን ከሌሎች ሰዎችና የቤት እንስሳት ያግልሉ፣ ሽፍታዎን (ቁስልዎን) ይሸፍኑ፣ እንዲሁም የጤና እንክብካቤ አቅራቢዎን ያነጋግሩ። ወደ ጤና እንክብካቤ መስጫ

ተቋም ከመሄድዎ በፊት ደውለው የዝንጀሮ ፈንጣጣ ስጋት እንዳጋጠምዎ ማሳወቅ አስፈላጊ ነው።

እራስዎን ከሌሎች ሰዎችና የቤት እንስሳት ያግልሉ፣ ሽፍታዎን (ቁስልዎን) ይሸፍኑ፣ እንዲሁም የጤና እንክብካቤ አቅራቢዎን ያነጋግሩ።

የዝንጀሮ ፈንጣጣን እንዴት መከላከል እችላለሁ?

ከሌላ ሰው ሽፍታ (ቁስል) ወይም እከክ ጋር የቅርብ፣ የገላ ለገላ ንክኪ አያድርጉ። በበሽታው ከተያዘ ሰው ጋር አይሳሳሙ፣ አይቀፉት፣ አይተቃቀፉ ወይም የግብረ ስጋ ግንኙነት አያድርጉ። የመመገቢያ እቃዎችን እና ኩባያዎችን በጋራ አይጠቀሙ። አልጋ፣ ፎያዎች ወይም የግል የመዋቢያ እቃዎችን በጋራ አይጠቀሙ።
ረጅም፣ የገላ ለገላ ንክኪን የሚይዙ ተግባሮችን ያስቀሩ።
በበሽታው ከተያዙ ሰዎች ጋር ከተነካኩ በኋላ እጆችዎን በሳሙናና ውሀ ይታጠቡ ወይም በአልኮል የተነከረ የእጅ ማጽጃ ይጠቀሙ።
በበሽታው ከተያዙ እና እራስዎን ከሌሎች ሰዎች ማግለል ካልቻሉ ከመተንፈሻ አካል የሚወጡ ፈሳሾች (ምራቅና አክታ) እንዳይወጡ ለማገድ የፊት ጭምብል ይልበሱ እንዲሁም እንዲሁም ሽፍታዎን (ቁስልዎን) ይሸፍኑ።

የዝንጀሮ ፈንጣጣን ለመከላከል ክትባቶቹ ይቀርባሉ። ብቁ ስለመሆንዎ ከሚከተለው ድረገጽ ላይ ይመልከቱ፥

https://www.arlingtonva.us/Monkeypox

8/29/2022