



## **Bệnh đậu mùa khỉ là gì?**

Bệnh đậu mùa khỉ là một bệnh hiếm gặp do nhiễm vi rút đậu mùa khỉ. Nó thường bắt đầu với các triệu chứng giống như cúm và sưng hạch bạch huyết. Phát ban trên mặt hoặc cơ thể có thể xuất hiện vài ngày sau đó.

Kể từ tháng 5 năm 2022, nhiều ca bệnh đậu mùa ở khỉ đã được tìm thấy ở các quốc gia thường không mắc bệnh này, bao gồm cả Hoa Kỳ. Các trường hợp lây lan qua tiếp xúc gần gũi giữa các cá nhân trong các mạng lưới xã hội và tình dục và đã được quan sát thấy ở những người đàn ông có quan hệ tình dục đồng giới.

BPHC muốn nhắc lại rằng việc kỳ thị mọi người vì một căn bệnh là điều không bao giờ có thể chấp nhận được. Chúng ta cần vận động chống lại kỳ thị và phân biệt đối xử: Chúng ta sẽ sát cánh bên nhau.

## **Bệnh đậu mùa ở khỉ lây lan như thế nào?**

Bệnh đậu mùa khỉ không phải là một bệnh đồng tính luyến ái. Nguy cơ mắc bệnh đậu khỉ không chỉ giới hạn ở những người đang hoạt động tình dục hoặc nam giới có quan hệ tình dục đồng giới. Bất kỳ ai cũng có thể mắc bệnh đậu mùa khỉ. Bệnh đậu mùa khỉ lây từ người này sang người khác khi tiếp xúc gần gũi với thân thể và bất kỳ ai tiếp xúc gần gũi thân thể với người bị bệnh đậu mùa khỉ đều có nguy cơ mắc bệnh. Bệnh đậu mùa khỉ có thể lây lan cho bất kỳ ai qua tiếp xúc da kề da, gần gũi, thường xuyên, bao gồm:

- Tiếp xúc trực tiếp với nốt ban, vết loét hoặc vảy đậu mùa ở khỉ.
- Tiếp xúc tình dục dưới bất kỳ hình thức nào hoặc chạm vào bộ phận sinh dục hoặc hậu môn của người bị bệnh đậu khỉ.
- Ôm, xoa bóp, hôn.
- Nói chuyện gần gũi qua các giọt đường hô hấp hoặc dịch miệng của người bị bệnh đậu mùa khỉ.
- Tiếp xúc với các đồ vật như quần áo, giường, đồ chơi tình dục hoặc khăn tắm.
- Các bề mặt được sử dụng bởi một người bị bệnh đậu mùa khỉ.

Một người bị bệnh đậu mùa khỉ được coi là truyền nhiễm ngay từ khi bắt đầu có các triệu chứng. Chúng có thể giữ nguyên như vậy cho đến khi vết loét đóng vảy, bong vảy, bong ra và bên dưới hình thành một lớp da khỏe mạnh tươi mới. Quá trình này thường có thể mất vài tuần.

## **Các triệu chứng của bệnh đậu mùa khỉ là gì?**

Các triệu chứng thường bắt đầu với:

- Sốt
- Đau đầu
- Đau cơ bắp
- Đau lưng
- Sưng hạch bạch huyết
- Cảm giác chung của sự khó chịu và kiệt sức.

Trong vòng 1 đến 3 ngày (đôi khi lâu hơn) sau khi bắt đầu sốt, phát ban có thể bắt đầu giống như vết sưng tấy, mụn nhọt hoặc vết loét chứa đầy dịch. Phát ban có thể gây đau đớn và các vết loét có thể thay đổi từ một vài đến nhiều vết. Chúng thường xuất hiện đầu tiên trên mặt, nhưng đôi khi xung quanh bộ phận sinh dục hoặc hậu môn, và có thể bị nhầm lẫn với bệnh giang mai, mụn rộp và các bệnh lây truyền qua đường tình dục khác. Cuối cùng, các vết sưng bị đóng mào, đóng vảy và bong ra. Hầu hết mọi người hồi phục hoàn toàn sau 2-4 tuần.

### **Có phương pháp điều trị bệnh đậu mùa khỉ không?**

Không có phương pháp điều trị được chấp thuận cho bệnh đậu khỉ. Tuy nhiên, vắc-xin đậu mùa và phương pháp điều trị kháng vi-rút có thể được sử dụng để ngăn ngừa và điều trị nhiễm trùng.

### **Điều gì đang được thực hiện để ngăn chặn sự lây lan của căn bệnh này?**

Ưu tiên của chúng tôi là nâng cao nhận thức về bệnh đậu mùa khỉ cho người dân, cộng đồng và các đối tác chăm sóc sức khỏe của chúng tôi. Điều này quan trọng vì:

1. Những người bị nhiễm có thể nhận thấy các triệu chứng của họ sớm, tránh xa những người khác và tìm kiếm sự chăm sóc từ nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe.
2. Các cơ quan y tế công cộng và các nhà cung cấp dịch vụ y tế có thể xác định sớm các trường hợp và thông báo cho những người tiếp xúc gần gũi để họ có thể được tiêm chủng để ngăn ngừa lây nhiễm.
3. Các cá nhân có thể học cách tự bảo vệ mình để không bị nhiễm bệnh.

### **Mọi người có thể làm gì để bảo vệ mình và những người khác không bị nhiễm bệnh đậu mùa khi?**

- Tránh tiếp xúc thân thể và tình dục với bất kỳ ai bị phát ban hoặc vết loét mới hoặc người cảm thấy bị bệnh.
- Nói chuyện với đối tác của bạn về căn bệnh gần đây.
- Nhận biết các vết loét hoặc phát ban mới hoặc không rõ nguyên nhân trên cơ thể bạn hoặc cơ thể bạn tình, bao gồm cả bộ phận sinh dục và hậu môn.
- Tránh chạm vào bất kỳ vết phát ban hoặc vết loét nào trên người khác.
- Giảm thiểu tiếp xúc da kề da, đặc biệt nếu bạn đang tham dự các buổi tụ tập, tiệc tùng hoặc các sự kiện lớn.

Nếu bạn cảm thấy bị ốm, bị phát ban mới hoặc nghĩ rằng bạn có thể bị nhiễm bệnh đậu mùa khi:

- Ở nhà, tránh xa những người khác và đến gặp bác sĩ ngay lập tức.
- Tránh quan hệ tình dục và thân mật cho đến khi bác sĩ kiểm tra bạn
  - Nhắc bác sĩ của bạn rằng vi rút này đang lưu hành trong khu vực.
- Tránh tụ tập, đặc biệt nếu có sự tiếp xúc gần hoặc da kề da.
- Hãy nghĩ về những mối liên hệ gần gũi hoặc tình dục của bạn trong vòng 21 ngày qua, bao gồm cả những người bạn đã gặp qua các ứng dụng hẹn hò.
  - Bạn có thể được yêu cầu chia sẻ thông tin này để giúp ngăn chặn sự lây lan.

Nếu bạn hoặc ai đó mà bạn sống cùng, có quan hệ tình dục hoặc tiếp xúc với bị bệnh đậu mùa khi, cách tốt nhất để bảo vệ bản thân và những người khác là:

- Tránh quan hệ tình dục dưới bất kỳ hình thức nào.
- Không hôn hoặc chạm vào cơ thể của nhau khi đang bị bệnh, đặc biệt là bất kỳ vết phát ban hoặc vết loét nào.
- Không dùng chung những thứ như khăn tắm, đồ thờ cúng, đồ chơi tình dục và bàn chải đánh răng.

Nếu bạn đang chăm sóc người bị bệnh đậu mùa khi, thực hiện các bước sau có thể giúp bảo vệ bạn khỏi vi rút:

- Đeo khẩu trang và găng tay khi bạn đến gần họ hoặc chạm vào giường, quần áo hoặc khăn trải giường của họ.
- Thường xuyên rửa tay.
- Tập giãn cách về thể chất khi có thể.

Nếu bạn hoặc đối tác của bạn bị (hoặc nghĩ rằng bạn có thể bị) bệnh đậu mùa khi và quyết định quan hệ tình dục, những điều sau đây có thể làm giảm nguy cơ lây lan vi-rút:

- Quan hệ tình dục ảo mà không tiếp xúc trực tiếp.
- Thủ dâm cùng nhau ở khoảng cách ít nhất 6 feet.
- Quan hệ tình dục trong khi mặc quần áo của bạn, hoặc che các khu vực có phát ban hoặc vết loét, để tránh tiếp xúc da với da.
- Tránh hôn.

- Rửa tay, dụng cụ tôn sùng, đồ chơi tình dục và bất kỳ loại vải nào (khăn trải giường, khăn tắm, quần áo) sau khi quan hệ tình dục.
- Hạn chế bạn tình của bạn để tránh cơ hội cho bệnh đậu mùa khi lây lan.

Những người làm việc trong lĩnh vực chăm sóc sức khỏe, chẳng hạn như các nhà cung cấp và nhân viên hỗ trợ, những người có thể tiếp xúc với những người bị bệnh đậu mùa khi và khăn trải giường hoặc các vật dụng của họ, nên mang thiết bị bảo vệ cá nhân để tránh tiếp xúc. Họ cũng nên thường xuyên rửa tay và sử dụng áo choàng, găng tay, khẩu trang N95 hoặc cao hơn và kính bảo vệ mắt.

Tờ thông tin bằng các ngôn ngữ khác sẽ sớm được cập nhật.