

猴痘

如果你是一名青少年或年轻人， 你需要知道的关于猴痘的信息

访问链接：<https://www.cdc.gov/poxvirus/monkeypox/teens-young-adults.html>

猴痘是什么？

猴痘是一种罕见的疾病。

- 如果你得了猴痘，你可能会发烧、发冷、肌肉酸痛、头痛或疲劳，然后出现皮疹。
 - » 有时，你可能会先出现皮疹，然后出现其他症状。
 - » 你可能只会出现皮疹而没有其他症状 皮疹可能看起来像丘疹或水泡。
 - » 皮疹通常出现在面部、口腔内部和身体的其他部位，如手、胸部和生殖器。
- 虽然你应该会在 2-4 周内好转，但一旦你出现可能由猴痘引起的症状，你应该尽快去看医疗保健提供者。
- 如果你的免疫系统较弱（由于艾滋病毒、癌症、器官移植或其他原因）、怀孕了或有其他皮肤问题（如湿疹），那么你可能会因猴痘而病情加重。



你是如何患上猴痘的？

猴痘不容易在人与人之间传播。



- 你可能会因为与猴痘出疹或结痂的人近距离皮肤接触而感染猴痘。
 - » 例如，这可能包括在拥抱、拥抱、按摩或近距离身体接触性运动过程中感染。



- 还包括在亲密交谈和接吻过程中接触唾沫。
- 它也可能通过性接触传播，包括触摸生殖器以及口交，肛交或阴道性交。
- 接触猴痘患者使用过的物品、织物（衣服、床上用品或毛巾）和表面也可能感染猴痘。



如何保护自己？

保护自己免于感染猴痘的最好方法是避免与任何患有猴痘样皮疹的人皮肤接触。

如果你知道你的朋友或家人被诊断出患有猴痘：



- 尽可能避免与他们接触。
- 如果你必须位于他们 6 英尺的范围内，你应该戴上呼吸口罩或贴合面部的口罩，而且他们必须戴上贴合面部的口罩。
- 不要共用银器或杯子。
- 不要触摸他们的床单、毯子、毛巾或衣服。如果你接触了其中任何东西，你应该用肥皂和水洗手，或使用含酒精的洗手液。



如果你在性方面很活跃，请与你的伴侣谈谈最近的疾病。注意你或你伴侣身上（包括生殖器和臀部）出现的任何新的或无法解释的皮疹。如果你或你的伴侣最近生病了，目前有猴痘的症状，或有新的或不明原因的皮疹，那么不要接吻、拥抱、触摸彼此的生殖器，或者口交、阴道性交或肛交。

如果我怀疑自己患有猴痘，应该采取何种措施？

如果你有新的或无法解释的皮疹或其他猴痘症状，请去找医疗保健提供者或你的学校卫生诊所看诊。你也可以去公共卫生诊所。如果你没有一个固定的医生或保险，那么公共卫生诊所就是一个很好的选择。让医生或护士知道你担心感染猴痘。

如果你认为自己患有猴痘，请用衣服、手套或绷带盖住皮疹的所有部位，并戴上口罩。请记住：

- 在去看医生之前，避免接触任何人。
- 如果检测结果呈阳性，请遵循医疗保健提供者的建议。
- 经常洗手，尽量不要触碰眼睛。如果你戴隐形眼镜，那么在可能的情况下请戴眼镜，以避免眼睛感染。
- 待在一个远离他人的地方，直到皮疹愈合，所有结痂脱落，并且形成一层完整的新皮肤。这可能意味着当在你居住的地方，在其他人的周围时要戴上口罩，并经常清洁和消毒。
- 你应该尽量避免与宠物和更容易生病的人接触，比如 8 岁以下的儿童、孕妇、免疫系统较弱或患有某些皮肤疾病的人。

如果我有疑问，谁能回答这些疑问？

如果你有疑问，那么在感觉舒适的情况下，请与父母或其他信任的成年人谈谈。

请务必诚实地与医疗保健提供者谈论你可能有的对猴痘的任何担忧，特别是如果你知道你曾与猴痘患者有过接触。你可以要求在下次就诊时与医疗保健提供者单独会面，私下讨论你的担忧。

