

Mpox로부터 자신과 타인을 보호하는 방법

Mpox는 원숭이 두창 바이러스에 의해 발생하는 전염성 질병입니다. 미국에서는 주로 성교나 다른 밀접한 접촉을 통해 주로 확산되었으며, 대부분은 게이 남성의 소셜 네트워크 및 남성 또는 트랜스젠더와 성교를 가진 다른 남성들을 통해 확산되었습니다. 그러나 mpox 감염자와 밀접 접촉한 사람 모두에게 감염 위험이 있습니다. 다음의 정보는 자신과 타인을 mpox로부터 보호하는 데 도움이 될 수 있습니다.

Mpox는 어떻게 전염되니까?

- 이는 mpox에 감염된 사람의 발진이나 상처에 직접 접촉하거나 상부 호흡기 분비물(점액이나 콧물 등)과 침에 접촉하여 확산될 수 있으며 또는 옷, 침구, 수건이나 mpox 감염자가 사용한 다른 물건과의 접촉을 통해 감염될 수 있으나 이는 흔하게 발생하지 않습니다. 또한 임신 중 산모로부터 태아에게 바이러스가 전파되거나 출산 중이나 이후에 신생아에게 전파될 수 있습니다.
- 미국에서는 주로 구강, 항문, 질 성교 및 항문 애무, 포옹, 입맞춤, 깨물기, 껴안기 및 마사지 등 기타 친밀한 접촉 중 확산됩니다.
- 또한 사냥이나 멧 놓기 등의 활동을 포함하여 감염된 동물과 직접 접촉했을 때, 체액이나 폐기물 접촉을 통해, 물리거나 긁혔을 때 사람에게 전파될 수 있으나 미국에서는 이러한 방식으로 바이러스가 전파되지 않았습니다.
- 대부분 증상이 있을 때 전파되지만 증상 발현 하루에서 4일 전에도 전파될 수 있습니다. 현재로서는 무증상자가 바이러스를 전파시킬 수 있다는 증거가 없지만 전문가들은 여전히 이에 대해 연구하고 있습니다.
- 이는 정액, 침대, 똥(똥) 및 기타 체액을 통해 전파될 수도 있으며 전문가들은 이 가능성을 연구하고 있습니다.

Mpox에 걸리면 무슨 일이 일어나나요?

Mpox로 인한 입원 및 사망은 드뭅니다. 가장 흔한 증상은 뾰루지나 물집처럼 보이는 발진이나 궤양입니다. 발진과 상처는 생식기, 항문 및 주변과 내부를 포함하여 전신이나 특정 부위에 발생할 수 있으며 2~4주 동안 지속됩니다. 발진은 매우 따갑고 고통스러울 수 있으며 일상 활동에 방해가 될 수 있습니다. 항문이나 요도의 상처로 화장실에 가기 힘들어질 수 있습니다. 일부 환자에게서는 인후통, 발열 및 피로와 같은 독감 유사 증세가 발생할 수 있습니다. Mpox 감염으로 인한 합병증으로는 직장 내벽 감염(직장염) 등이 있습니다. 치료 후에도 염증 발생 부위에 흉터가 남을 수 있습니다. Mpox로 인한 장기적 건강 문제에 대해선 알려진 바가 없습니다.

Mpox에 걸릴 위험이 가장 높은 사람은?

다수의 성교 파트너를 가졌거나, 성 건강 기록을 알 수 없는 사람들과 성교 또는 다른 친밀한 접촉을 하면 노출 위험성이 증가됩니다. Mpox는 장시간의 대면 접촉을 통해

전파될 수 있으므로 클럽, 축제, 콘서트, 대규모 파티나 기타 혼잡한 행사에 참여하는 경우 피부를 노출하는 복장을 착용했다면 바이러스 감염 위험이 높아질 수 있습니다.

Mpox로 심각한 질병이 발생할 수 있는 고위험군은?

HIV 감염자(특히 CD4 수치가 낮거나 HIV 의약품을 정기적으로 복용하지 않는 사람) 또는 면역 체계를 약화시키는 질병에 걸린 사람은 mpox로 인한 중증 질환이나 합병증 위험이 증가합니다. 임신 중이거나 아토피성 피부염(습진) 또는 기타 피부 질환을 가진 분들 역시 중증 질환 고위험군일 수 있습니다.

자신을 보호하기 위해 무엇을 할 수 있나요?

Mpox에 노출되었거나 향후 노출 가능성이 있다면 JYNNEOS 백신을 2회 접종하십시오. 백신에 관한 더 자세한 정보는 nyc.gov/mpox를 방문하십시오.

Mpox에 대비해 자신을 보호하는 또 다른 중요한 방법으로는 다수의 파트너 또는 성 건강 기록을 알 수 없는 파트너와의 성교 또는 친밀한 접촉을 피하는 것입니다. 성교 또는 기타 친밀한 접촉을 하는 경우, 다음의 방법을 따르면 백신을 접종한 경우라도 위험을 줄이는 데 도움이 됩니다:

- 파트너의 숫자, 특히 잘 모르는 파트너나 최근의 성교 이력을 모르는 파트너를 줄입니다.
- 성교 파티, 서킷 파티 및 다수의 사람과 성교와 기타 친밀한 접촉을 가지는 기타 공간을 피하십시오.
- 파트너에게 mpox 증상 여부와 최근의 성교 이력을 물어보십시오. 경증의 증상만 나타나거나 다른 질병과 혼동될 수 있는 증상을 가진 경우 특히 mpox 감염 사실을 모를 수 있음에 유의하십시오.
- 컨디션이 좋지 않은 사람, 특히 발진이나 상처가 있거나 최근 mpox에 노출된 사람과 성교하지 마십시오.
- 자신이 아픈 경우, 또는 아픈 상대와 성교나 기타 친밀한 접촉을 하는 경우, 천이나 밀착 붕대로 모든 발진과 상처를 덮으십시오. 이 방법은 발진이나 상처 접촉으로 인한 확산 가능성을 줄이나 여전히 다른 방식으로 전파될 수 있습니다.
- 정액을 통해 바이러스가 전파될 가능성이 있으므로 성교 중에는 라텍스 콘돔을 사용하십시오.
- 수건, 옷, 페티쉬 용품, 섹스 토이, 칫솔을 공유하지 마십시오.
- 손, 페티쉬 용품, 침구를 세척하십시오. 섹스 토이는 각 사용 또는 성교 행위 후 세척해야 합니다.

경미하더라도 증상이 있는 경우 어떻게 해야 하나요?

- 즉시 담당 의료 서비스 제공자에게 연락하시기 바랍니다. 담당의가 없는 경우,
 - 이민 신분과 무관하게 저비용 또는 무료로 처치가 제공되므로 expresscare.nyc NYC Health + Hospitals' Virtual ExpressCare에 631-397-2273 24시간 연중무휴로 전화하시거나 를 방문하십시오.
 - NYC 보건부 성 건강 클리닉을 방문하세요. nyc.gov/health/sexualhealthclinics에서 더 자세한 내용을 확인할 수 있습니다.

- nyc.gov/health/map 을 방문하면 검사소를 찾을 수 있습니다.
- 함께 사는 사람을 포함하여 타인과의 밀접한 물리적 접촉을 모두 피하십시오. 또한, 클럽, 파티, 바, 기타 혼잡한 장소를 피합니다.
- 밀착되는 얼굴 마스크를 착용합니다. 마스크를 벗고 음식을 먹거나 음료를 마실 때는 다른 사람들과 최소 육 피트 떨어져 있습니다.
- nyc.gov/mpox 에서 자신을 돌보고 mpox를 타인에게 전파하는 위험을 줄이는 방법에 대해 알아보실 수 있습니다.

최근 mpox에 감염되었던 경우, 발진과 상처가 치료되고 새로운 피부층이 발달한 후 최소 8주 동안 성교 시 라텍스 콘돔을 사용하십시오. 이를 통해 정액을 통한 바이러스 전파로부터 파트너를 보호하는 데 도움이 됩니다.

친밀한 관계를 가진 파트너가 mpox에 걸렸다고 하면 어떻게 해야 하나요?

최근 Mpox 감염자에게 노출되었다면 백신을 접종해야 합니다. JYNNEOS 백신 2회를 접종하면 감염 위험을 줄일 수 있으며 노출 이후 빠르게 접종한 경우 중증 질환 위험을 줄일 수 있습니다. 검사소 위치 검색은 vaccinefinder.nyc.gov 를 방문하시기 바랍니다. 또한 증상이 발생하는지, 특히 전신에 새로운 발진이나 상처가 생기는지 살펴보시기 바랍니다. 증상이 발생하는 경우 다음 문서의 안내를 따르시기 바랍니다.

9.24 Korean