

וויאזוי צו באשיצן זיך אליין און אנדערע פון MPV

עס איז דא א מאנקיפאקס (monkeypox, MPV) אויסברוך אין ניו יארק סיטי (New York City, NYC), ארום דעם לאנד און איבערן וועלט. די פאלגנדע אינפארמאציע קען אייך העלפן זיך צו באשיצן און צו באשיצן אנדערע.

וויאזוי פארשפרייט זיך MPV?

אין די יעצטיגע MPV אויסברוך:

- פארשפרייט זיך עס הויפטזעכליך דורכן האבן משפחה באציאונגען נוצנדיג די מויל, פון הונטן און געהעריג, און דורך אנדערע אינטימע בארירונג, ווי צום ביישפיל לעקן, זיך ארומנעמען, קישן, בייסן, זיך ארומהאלטן און מאסאזשן
- קען זיך עס פארשפרייטן דורך דירעקטע בארירונג מיט אן אויסשלאג אדער וואונד פון איינעם וואס האט MPV; דורכן קומען אין בארירונג מיט קליידונג, בעט געוואנט, האנטוכער אדער אנדערע חפצים וואס זיי האבן גענוצט; און דורך לענגערע פנים-אל-פנים בארירונג מיט איינעם וואס האט MPV
- פארשפרייט זיך עס ווען מענטשן האבן סימפטאמען, אבער עקספערטן שטודירן אויב עס פארשפרייט זיך בעפאר די סימפטאמען הויבן זיך אן אדער נאך זיי גייען אוועק
- קען עס זיך מעגליך פארשפרייטן דורך זרע, שפייעכץ, צואה און אנדערע קערפערליכע פליסיגקייטן – עקספערטן שטודירן אויב דאס איז מעגליך

וואס קען געשעהן אויב איך באקום MPV?

אין די יעצטיגע אויסברוך זענען האספיטאליזאציע און טויט פון MPV א זעלטענע זאך. די מערסט אפטע סימפטאם איז אן אויסשלאג אדער וואונדן וואס קוקן אויס ווי פימפלעך אדער בלאטערן (בליסטערס). די אויסשלאג און וואונדן קענען זיין פארשפרייט איבער די גאנצע קערפער אדער נאר אויף געוויסע טיילן, אריינרעכענענדיג אינעווייניג און ארום די באהאלטענע איברים, די פי הטבעת און מויל, און עס קען אנהאלטן פאר צוויי ביז פיר וואכן. די אויסשלאג קען קראצן און וויי טוהן זייער שטארק, און עס קען שטערן פון טוהן טאג-טעגליכע אקטיוויטעטן. וואונדן אין די פי הטבעת אדער אין די וואסער רערן קען מאכן שווער ארויסצוגיין אין בית הכסא. טייל מענטשן באקומען אויך פלו סימפטאמען ווי האלז ווייטאג, פיבער און שוואכקייט. קאמפליקאציעס פון MPV רעכענען אריין אן אנטצינדונג פון די הויט פון די לעצטע חלק פון די קישקע אין די פי הטבעת (פראקטיטיס). אפילו נאכן זיך ערהוילן קענען מענטשן בלייבן מיט צייכענעס (סקאַרס) אין די פלעצער וואו זיי האבן געהאט די וואונדן. מיר ווייסן נישט אויב MPV פאראורזאכט לאנג-טערמיניגע געזונטהייט פראבלעמען.

ווער האט די גרעסטע אויסזיכטן צו באקומען MPV?

יעדער קען באקומען MPV. אבער באזירט אויף די יעצטיגע פעלער, פארשפרייט זיך דער ווירוס הויפטזעכליך אין געזעלשאפטליכע קרייזן פון געי, בייסקעשוועל און אנדערע מענער וועלכע האבן משפחה באציאונגען מיט מענער; טרענסדזשענדער מענטשן; מענטשן וועלכע האלטן זיך נישט צו א דזשענדער; און מענטשן וועלכע זענען נאך-ביינערי. האבן מערערע באציאונגען פארטנערס, אדער אנאנימע באציאונגען אדער אנדערע אינטימע בארירונג, אריינרעכענענדיג מיט מענטשן ביי רעיווס, קלאבס און באציאונגען פארטיס, אין די שוויץ אדער דורך אינטערנעט עפס אדער סאָושעל מידיע, פארגרעסערט די אויסזיכטן צו אויסגעשטעלט ווערן. אזוי ווי MPV קען פארשפרייט ווערן דורך סיי וועלכע סארט פון לענגערע הויט-צו-הויט בארירונג, קען דאס גיין צו קלאבס, רעיווס, קאנצערטן, גרעסערע פארטיס און אנדערע איבערגעפולטע פלעצער אויך פארגרעסערן די אויסזיכטן דערפון אויב איר אדער אנדערע טראגן קליידונג וואס לאזט אייער הויט אויפגעדעקט.

ווער האט העבערע אויסזיכטן פון שווערע קראנקייט פון MPV?

מענטשן וועלכע האבן HIV (באזונדערס די וועלכע האבן א נידעריגע צאל פון CD4 אין די בלוט אדער וועלכע נעמען נישט רעגלמעסיג קיינע HIV מעדיצינען) אדער וועלכע האבן אן אפגעשוואכטן אימיון סיסטעם צוליב אנדערע סיבות האבן גרעסערע אויסזיכטן פון שווערע קראנקייט און קאמפליקאציעס פון MPV. מענטשן וועלכע זענען טראגעדיג אדער האבן א היסטאריע פון עקזעמע אדער געוויסע אנדערע הויט פראבלעמען קענען האבן העבערע אויסזיכטן פון שווערע קראנקייט.

וואס קען איך טוהן זיך צו באשיצן?

אין די צייט ווען די יעצטיגע אויסברוך גייט ווייטער אן איז די בעסטע וועג זיך צו באשיצן פון MPV זיך צו פארמיידן פון משפחה באציאונגען און אנדערע אינטימע בארירונג מיט מערערע אדער אנאנימע פארטנערס. איר זאלט אויך נעמען אין באטראכט צו וואקסינירט ווערן קעגן MPV אויב עס קען זיין אז איר זענט אויסגעשטעלט געווארן אדער וועט אויסגעשטעלט ווערן אין די צוקונפט. פאר מער אינפארמאציע איבער וואקסינאציע, אריינרעכענענדיג רעקאמענדאציעס איבער ווער עס זאל וואקסינירט ווערן, באזוכט nyc.gov/mpv.

אויב איר באשלוסט צו האבן משפחה באציאונגען אדער אנדערע אינטימע בארירונג, קענען די פאלגנדע עצות העלפן פארקלענערן אייערע אויסזיכטן, אפילו אויב איר זענט וואקסינירט געווארן:

- רעדוצירט די צאל פארטנערס, באזונדערס אזעלכע וועם איר קענט נישט אדער וואס איר ווייסט נישט זייער לעצטיגע היסטאריע פון באציאונגען.
- מיידט אויס באציאונגען פארטיס, סירקוט פארטיס און אנדערע פלעצער וואו מענטשן האבן משפחה באציאונגען און אנדערע אינטימע בארירונג מיט מערערע מענטשן.
- פרעגט אייערע פארטנערס אויב זיי האבן MPV סימפטאמען און איבער זייער לעצטיגע היסטאריע פון באציאונגען. געדענקט: טייל מענטשן ווייסן מעגליך נישט אז זיי האבן MPV, באזונדערס אויב זיי האבן בלויז מילדע סימפטאמען אדער סימפטאמען וועלכע קענען פארמישט ווערן מיט אנדערע סימפטאמען.
- האט נישט קיינע משפחה באציאונגען אדער אינטימע בארירונג מיט איינעם וואס פילט זיך נישט גוט, באזונדערס אויב זיי האבן אן אויסשלאג אדער וואונדן אדער זענען לעצטנס אויסגעשטעלט געווען צו MPV.
- אויב איר באשלוסט צו האבן משפחה באציאונגען אדער אנדערע אינטימע בארירונג מיט איינעם בשעת איר אדער זיי פילן זיך נישט גוט, דעקט איבער אלע אויסשלאגן און וואונדן מיט קליידונג אדער פארזיגלטע באנדאזשן. דאס קען פארקלענערן די אויסזיכטן פון פארשפרייטונג דורך בארירונג מיט די אויסשלאג אדער וואונדן, אבער עס איז נאכאלץ מעגליך צו אנגעשטעקט ווערן דורך אן אנדערע וועג.
- אזוי ווי עס איז מעגליך אז דער ווירוס קען זיך פארשפרייטן דורך זרע, באנוצט זיך מיט לעיטעקס קאנדאמס ביים האבן משפחה באציאונגען.
- טיילט נישט מיט האנטווער, קליידונג, פעטיש און באציאונגען שפילערייען אדער ציין בערשטלעך.
- וואשט אייערע הענט, פעטיש שפילערייען און בעט געוואנט. באציאונגען שפילערייען זאלן געוואשן ווערן נאך יעדע מאל וואס זיי ווערן גענוצט.

וואס זאל איך טון אויב איך האב סימפטאמען?

אויב איר האט MPV סימפטאמען, אפילו אויב זיי זענען מילד:

- רופט באלד אייער דאקטאר. אויב איר האט נישט קיין דאקטאר, רופט **311** צו פארבינדן ווערן מיט אן NYC Health + Hospitals (H+H) לאקאציע אדער צו צוקומען צו **H+H Virtual Express Care**. אייער דאקטאר קען אייך טעסטן פאר מאנקיפאקס און קען אייך פארשרייבן באהאנדלונגען. איר קענט אויך באזוכן nyc.gov/health/map צו טרעפן א דאקטאר נעבן אייך. קעיר ווערט צוגעשטעלט אין NYC אפגעזעהן פון אימיגראציע סטאטוס, אינשורענס אדער מעגליכקייט צו באצאלן.
- פארמיידט אלע נאענטע פיזישע בארירונג מיט אנדערע, אריינרעכענענדיג מענטשן מיט וועם איר וואוינט. שטייט אויך אוועק פון קלאבס, פארטיס, בארס און אנדערע איבערגעפולטע פלעצער.
- לערנט מער איבער וויאזוי זיך צו אפגעבן מיט זיך און פארקלענערן די אויסזיכטן פון פארשפרייטן MPV צו אנדערע אויף nyc.gov/mpv.

אויב איר האט לעצטנס געהאט MPV, נוצט א לעיטעקס קאנדאם ביים האבן משפחה באציאונגען פאר צום ווייניגסטנס אכט וואכן נאך אייער אויסשלאג און וואונדן האבן זיך אויסגעהיילט און א נייע שיכט פון הויט איז ארויפגעקומען — דאס וועט העלפן באשיצן אייערע פארטנערס אין פאל וואס דער ווירוס קען אריבערגעפירט ווערן דורך זרע.

וואס זאל איך טוהן אויב א פארטנער מיט וועם איך האב געהאט באציאונגען זאגט מיר אז זיי האבן MPV?
אויב זענט איר לעצטנס אויסגעשטעלט געווארן צו איינעם מיט MPV, זאלט איר גיין וואקסינירט ווערן. דער JYNNEOS וואקסין קען רעדוצירן די אויסזיכטן פון אינפעקציע און שווערע קראנקייט אויב עס ווערט געגעבן קורצליך נאכן ווערן אויסגעשטעלט. צו טרעפן א וואקסינאציע פלאץ, באזוכט vaccinefinder.nyc.gov. איר זאלט אויך זיין אויפמערקזאם צו זעהן אויב איר באקומט סימפטאמען, באזונדערס א נייע אויסשלאג אדער וואונדן סיי וואו אויף אייער קערפער. אויב איר באקומט סימפטאמען, פאלגט נאך די אנווייזונגען אין די דאקומענט.

די NYC העלט דעפארטמענט וועט מעגליך ענדערן אירע רעקאמענדאציעס אזוי ווי דער צושטאנד אנטוויקלט זיך.

10.12.22 Yiddish