Washington State Department of Health

Monkeypox (MPV)

Impormasyon tungkol sa pampublikong kalusugan para sa mga bakla, bisexual, at iba pang lalaking nakikipagtalik sa lalaki.

Ang impeksiyon ng Monkeypox virus (MPV, para sa acronym nito sa English) ay isang sakit na nagdudulot ng pantal at iba pang sintomas. Alamin kung paano mo mapoprotektahan ang iyong sarili at ang mga tao sa paligid mo laban sa MPV.

Naipapasa ang MPV kapag malapitang nakasalamuha ang isang taong may sintomas.

Naipapasa ang MPV kapag direktang nadikit sa balat o likido ng katawan ng taong may impeksiyon. Hindi ito itinuturing na sakit na naipapasa sa pamamagitan ng pakikipagtalik, ngunit madalas itong naipapasa kapag malapit na nagkadikit nang balat sa balat, kung saan maaaring kasama ang pakikipagtalik. Maaaring kasama sa pakikipagtalik ang pakikipagtalik gamit ang bibig, puwit, at ari ng babae, pati na rin ang paghawak sa mga ari (ari ng lalaki, bayag, ari ng babae, labi ng ari ng babae) o puwit.

Pansinin kung magkakaroon ka ng sintomas.

Nakakahawa ang mga tao kapag mayroon silang pantal o iba pang sintomas, ngunit maaaring mayroon silang sugat sa kanilang lalamunan, puwit, o ari nang hindi nila alam. Subaybayan kung magkakaroon ka ng sintomas, kasama na ang pantal, lagnat, at pananakit ng ulo. Tawagan ang iyong provider ng pangangalagang pangkalusugan kung mapansin mo ang alinman sa mga sintomas na ito.

Pigilan ang pagkalat ng sakit.

Kung mayroon kang sintomas ng MPV, huminto muna sa pakikipagtalik at kausapin kaagad ang provider mo ng pangangalagang pangkalusugan. Kung may kasama kang ibang tao sa bahay, ibukod ang iyong sarili hanggang sa may makausap ka nang provider ng pangangalagang pangkalusugan para sa karagdagang tagubilin.

Walang masama kung magpapahinga ka muna.

Kung nababahala ka sa MPV, ayos lang na huminto muna sa gawaing seksuwal. Kung nag-aalala ka sa kalusugan mo, makipag-appointment sa iyong provider ng pangangalagang pangkalusugan.

Para sa higit pang impormasyon, pumunta sa doh.wa.gov/Monkeypox o tumawag sa 1-833-829-HELP

Paano mababawasan ang panganib na mahawa habang nakikipagtalik:

Tanungin kung may sintomas ang iyong mga katalik. Alamin kung nagkaroon ang kapareha mo ng anumang sugat o pantal sa loob ng nakaraang tatlong linggo. Ganito ang halimbawa ng puwedeng itanong:

"Handa akong makipag-hookup, pero gusto kong siguruhing maayos ang pakiramdam natin pareho dahil laganap ngayon ang MPV (monkeypox). Nagkaroon ka ba ng anumang pantal o sugat kamakailan?"

"Gusto kong siguruhing pareho tayo ng pananaw tungkol sa MPV (monkeypox). Hindi ako nagkaroon ng anumang bagong pantal o sugat, at hindi masama ang pakiramdam ko. Ikaw ba?"

Pag-isipang makipagtalik nang may suot na damit. Iwasang madikit nang balat sa balat hangga't maaari. Nakakatulong ang mga damit, leather o latex gear para maiwasan ang pagdikit nang balat sa balat. Tiyaking lilinisin ang mga damit at gear pagkatapos gamitin at bago gamitin kasama ng ibang kapareha.

Maraming paraan upang mapangalagaan ang iyong sarili. Puwede kang magpasyang huminto muna sa gawaing seksuwal. Kung gusto mo pa ring maging aktibo sa pakikipagtalik, makipagtalik sa paraang virtual nang hindi personal na nakikisalamuha, makipagtalik sa telepono, o sabay na magsalsal nang magkalayo at hindi naghahawakan.

Gumamit ng condom para mabawasan ang pagkalantad. Maaaring makatulong ang condom na bawasan ang pagkalantad sa MPV, gayunpaman, posibleng hindi sapat ang condom para pigilan ang MPV. Maaari ka pa ring malantad kung madidikit ka nang balat sa balat o makikigamit ka ng sapin ng kama/tuwalya.

Nakakasama ang pag-stigmatize o masamang pagturing sa isang grupo ng tao dahil sa isang sakit. Puwedeng magkaroon ng MPV ang kahit sino, ano pa man ang kanyang seksuwal na oryentasyon o pagkakakilanlan batay sa kasarian, o edad.

Ituloy ang pakikipag-ugnayan. Kung nakikisali ka sa mga anonymous na hookup, ibahagi ang impormasyon sa pakikipag-ugnayan sa sinumang bagong kapareha upang makapag-follow-up sakaling magkaroon ng sintomas o ma-diagnose na may MPV ang isa sa inyo.

Kung makatanggap ka ng notipikasyon mula sa isang taong nakatalik mo, seryosohin ito. Tawagan kaagad ang iyong provider ng pangangalagang pangkalusugan. Kung nalantad ka at wala ka pang sintomas, makipag-usap sa provider ng pangangalagang pangkalusugan tungkol sa pagpapabakuna. Kung na-diagnose ka na may MPV, ipaalam ito sa mga katalik mo upang tiyaking maaalagaan sila.

Para sa higit pang impormasyon, pumunta sa doh.wa.gov/Monkeypox o tumawag sa 1-833-829-HELP

Washington State Department of Health

DOH 348-914 September, 2022 Tagalog

Upang hilingin ang dokumentong ito sa ibang format, tumawag sa 1-800-525-0127. Para sa mga customer na bingi o nahihirapang makarinig, mangyaring tumawag sa 711 (Washington Relay) o mag-email sa civil.rights@doh.wa.gov.