FACT SHEET

एमपॉक्स: यौन संचारित रोगों (एसटीआई) के तथ्य

एमपॉक्स (मंकीपॉक्स) क्या है?

एमपॉक्स (जिसे पहले मंकीपॉक्स कहा जाता था) मंकीपॉक्स वायरस के कारण होने वाला संक्रमण है। एनएस डब्ल्यू में एमपॉक्स से सबसे ज़्यादा जोखिम वाले लोग हैं पुरुष जो पुरुषों के साथ यौन संबंध रखते हैं, खास तौर पर व लोग जो विदेश में या विदेश से लौटे लोगों के साथ यौन संबंध रखते हैं।

एमपॉक्स के लक्षण आमतौर पर संक्रमण के संपर्क में आने के ७-१४ दिनों के बाद शुरू होते हैं, लेकिन कुछ दिनों से लेकर कुछ हफ़्तों के भीतर भी दिखाई दे सकते हैं। एमपॉक्स के सामान्य लक्षणों में ये शामिल हैं:

- जननांग क्षेत्र या शरीर के अन्य भागों पर चकत्ते (दाने जैसे घाव या दाग़)
- गुदा (नीचे) में असुविधा और दर्द
- गुदा (नीचे) से स्राव।

कुछ लोगों में ये लक्षण भी हो सकते हैं: बुखार, थकावट, सिरदर्द, मांसपेशियों और पीठ में दर्द, ठंड लगना, लिम्फ नोड्स में सूजन, और मुंह में अल्सर, घाव या दाग़ ।

एमपॉक्स से पीड़ित लोग संक्रामक होते हैं (एमपॉक्स को आगे फैला सकते हैं) जब से लक्षण पहली बार दिखाई देते हैं तब से लेकर जब तक सभी चकत्ते और अल्सर पपड़ीदार नहीं हो जाते और त्वचा की एक नई ताजा परत नहीं बन जाती हैं । एमपॉक्स से पीड़ित अधिकांश लोग बिना किसी विशेष उपचार की आवश्यकता के कुछ ही हफ्तों में ठीक हो जाते हैं।

आप एमपॉक्स कैसे प्राप्त करते हैं?

एमपॉक्स निम्नलिखित माध्यमों से फैल सकता है:

- त्वचा से त्वचा का सीधा संपर्क जिनकी त्वचा पर एमपॉक्स चकत्ते, छाले या घाव हों
- असुरक्षित यौन संबंध (वीर्य और अन्य शारीरिक तरल पदार्थ)
- दूषित (संक्रमित) वस्तुओं, जैसे बिस्तर या कपड़ों के संपर्क में आना
- एमपॉक्स से पीड़ित व्यक्ति द्वारा छोड़ी गई सांस की बूंदों को सांस के माध्यम से अंदर लेना (यह बहुत दुर्लभ है)।

मैं खुद को कैसे एमपॉक्स से बचा सकता हूं?

एक टीका है जिसे जेग्निवज)JYNNEOS(कहा जाता है। यह सभी के लिए मुफ़्त है (अंतर्राष्ट्रीय छात्रों और मेडिकेयर के बिना लोगों सहित) और एनएस डब्ल्यू में रहने वाले लोगों के समूहों के लिए अनुशंसित है। आप मुफ़्त टीके लेने के लिए काबिल हैं या नही यह पता लगाने के लिए, १८०० ४५१ ६२४ (मुफ़्त कॉल) पर सेक्सुअल हेल्थ इन्फोलिंक पर कॉल करें।

आप निम्न तरीकों से भी एमपॉक्स से अपनी रक्षा कर सकते हैं:

- एमपॉक्स या एमपॉक्स के लक्षण वाले लोगों के निकट संपर्क से बचें
- संक्रमित सामग्री, जैसे बिस्तर या तौलिये के संपर्क से बचें
- हाथों की अच्छी स्वच्छताका अभ्यास करे।

मैं एमपॉक्सका परीक्षण कैसे करूँ?

एमपॉक्सका परीक्षण आपके दाने जैसे घाव के छाले या पपड़ी का नमूना (स्वैब) लेकर किया जाता है। फिर नमूने को प्रयोगशाला में परीक्षण के लिए भेजा जाता है। जब तक आपका डॉक्टर या नर्स आपको आपके परिणाम नहीं बताते, तब तक आपको घर पर रहने और अलग रहने के लिए कहा जा सकता है।

एनएस डब्ल्यू यौन स्वास्थ्य क्लीनिक में परीक्षण नि:शुल्क और गोपनीय है। आप अपने स्थानीय डॉक्टर और यौन स्वास्थ्य क्लिनिक में एमपॉक्स के लिए परीक्षण करवा सकते हैं। याद रखें, एमपॉक्स का परीक्षण केवल तभी किया जा सकता है जब आपको छाले/ दाने जैसे सक्रिय लक्षण हों। अधिक जानकारी के लिए और निकटतम उपचार खोजने के लिए आप १८०० ४५१ ६२४ (नि:शुल्क कॉल) पर यौन स्वास्थ्य इन्फोलिंक कॉल कर सकते हैं ।

आपकी परीक्षण पोजिटिभ हे तो अपने पार्टनर को बताना ज़रूरी है ताकि वे भी टेस्ट और इलाज करवा सकें। अगर आपको अपने पार्टनर से संपर्क करने में मदद की ज़रूरत है, तो अपने डॉक्टर से पूछें या १८०० ४५१ ६२४ (मुफ़्त कॉल) पर सेक्सुअल हेल्थ इंफोलिंक पर कॉल करें ।

FACT SHEET

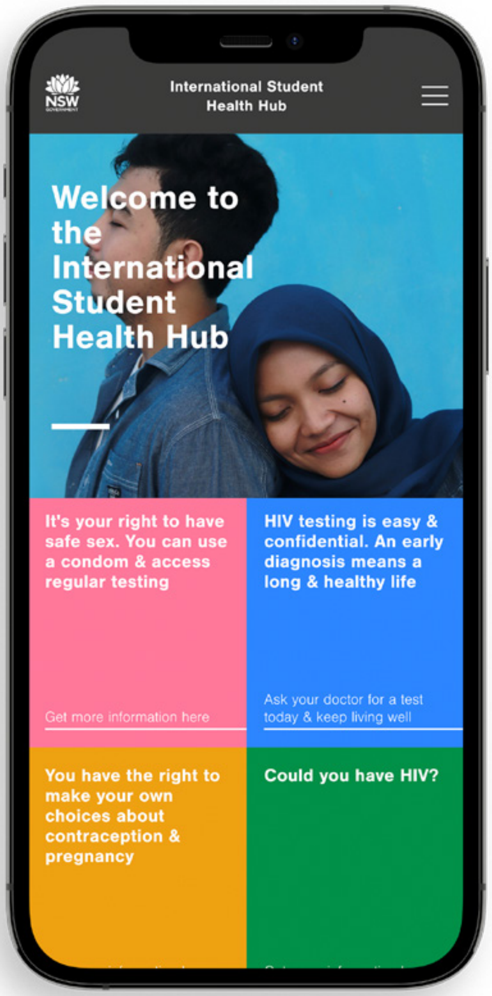
एमपॉक्स: यौन संचारित रोगों (एसटीआई) के तथ्य

एमपॉक्स का इलाज कैसे किया जाता है?

एमपॉक्स से पीड़ित ज़्यादातर लोग हाइड्रेटेड रहकर और फ़ार्मेसी से मिलने वाली ओवर-द-काउंटर दर्द निवारक दवा लेकर घर पर ही इसका इलाज कर सकते हैं। डॉक्टर या नर्स आपको जानकारी और सहायता प्रदान करने में सक्षम हैं। एमपॉक्स से गंभीर रूप से बीमार होने वाले लोगों को अस्पताल जाने की ज़रूरत पड़ सकती है।

मैं एमपॉक्स और अन्य यौन संचारित रोगों के बारे में अधिक जानकारी कहां पा सकता हूं?

एमपॉक्स, अन्य एसटीआई और आपके यौन स्वास्थ्य के बारे में जानकारी और सहायता के लिए, आप यौन स्वास्थ्य इन्फोलिंक पर कॉल कर सकते हैं १८०० ४५१ ६२४ पर (नि:शुल्क कॉल) यौन स्वास्थ्य नर्स से बात करें। यह नि:शुल्क, गोपनीय और गैरआलोचनात्मक है। आप अंतर्राष्ट्रीय छात्र स्वास्थ्य केंद्र ।

यदि आप स्वास्थ्य सेवाओं या जानकारी तक पहुंचने में सहायता के लिए दुभाषिया चाहते हैं, तो कृपया १३१ ४५० पर अनुवाद एवं दुभाषिया सेवा से संपर्क करें।

Scan the QR code to find out more about mpox and STIs