

મંકીપોક્સ અને જાતીય સ્વાસ્થ્ય: તમારે શું જાણવાની જરૂર છે

મંકીપોક્સ એ વાયરસને કારણે થતો ચેપ છે. લક્ષણો હળવા હોઈ શકે છે, પરંતુ કેટલાક કેસ વધુ ગંભીર હોઈ શકે છે અને તેમને હોસ્પિટલમાં દાખલ કરવાની જરૂર પડે છે. સુરક્ષિત રહેવા અને આ ચેપના ફેલાવાને રોકવા માટે તમારે જે જાણવાની જરૂર છે તે અહીં છે.

મંકીપોક્સના લક્ષણો શું છે?

લક્ષણોમાં શામેલ હોઈ શકે છે:

- ફોલ્લીઓ, બમ્પ્સ અથવા ફોલ્લાઓ જે જનનાંગો અથવા અન્ય વિસ્તારો (જેમ કે હાથ, પગ, ચહેરો અથવા છાતી) પર અથવા તેની આસપાસ હોઈ શકે છે જે સામાન્ય સેક્સ્યુઅલી ટ્રાન્સમિટેડ ચેપ અથવા દાદર અથવા ઝેરી આઇવી જેવા અન્ય ચામડીના ફોલ્લીઓ જેવા જ દેખાઈ શકે છે.
- ફોલ્લીઓ પહેલાં ફૂલૂ જેવા લક્ષણો દેખાઈ શકે છે જેમ કે તાવ, માથા અને શરીરમાં દુખાવો, લસિકા ગાંઠોમાં સોજો અને શરદી

મંકીપોક્સ કેવી રીતે ફેલાય છે?

મંકીપોક્સ લોકો વચ્ચેના નજીકના, શારીરિક સંપર્ક દ્વારા ફેલાય છે, જેમાં નીચેનાનો સમાવેશ થાય છે:

- મંકીપોક્સ ફોલ્લીઓ સાથે સીધો સંપર્ક
- લાંબા સમય સુધી આમને સામને સંપર્ક કરવાથી શ્વાસના ટીપાં અથવા મૌખિક પ્રવાહી
- મંકીપોક્સ ધરાવતી વ્યક્તિ દ્વારા ઉપયોગમાં લેવાતી વસ્તુઓ અથવા કાપડનો સંપર્ક કરવો જેમ કે ટુવાલ, બેડ લેનિન અને કપડાં



જો મારામાં લક્ષણો હોય અથવા કદાચ સંપર્કમાં આવ્યો હોય તો મારે શું કરવું જોઈએ?

જો તમને મંકીપોક્સના કોઈપણ લક્ષણો હોય, તો તરત જ તમારા આરોગ્યસંભાળ પ્રદાતા, તાત્કાલિક સંભાળ કેન્દ્ર અથવા હોસ્પિટલનો સંપર્ક કરો. તમે જાઓ તે પહેલાં કોલ કરો જેથી તેઓ તમને અન્ય લોકોથી અલગ કરવા તૈયાર થઈ શકે. માસ્ક પહેરવાની ખાતરી કરો. તમારા આરોગ્યસંભાળ પ્રદાતાને જણાવો કે જો તમે તાજેતરમાં મુસાફરી કરી હોય, સમાન ફોલ્લીઓ ધરાવતી વ્યક્તિ અથવા જેને મંકીપોક્સ હોવાનું નિદાન થયું હોય તેની સાથે સંપર્ક કર્યો હોય.

મંકીપોક્સ કેવી રીતે અટકાવી શકાય?

- તમારા જાતીય પાર્ટનરો ને પૂછો કે શું તેમને મંકીપોક્સના ફોલ્લીઓ અથવા અન્ય લક્ષણો છે
- મંકીપોક્સના ફોલ્લીઓ અથવા અન્ય લક્ષણો ધરાવતી વ્યક્તિ સાથે ત્વચાથી ચામડીના સંપર્કને ટાળો
- જો તમને લક્ષણો હોય, તો આરોગ્ય સંભાળ પ્રદાતાનો સંપર્ક કરો
- પથારી, ટુવાલ, કપડાં અથવા ચેપગ્રસ્ત વ્યક્તિ દ્વારા ઉપયોગમાં લેવાતી અન્ય વસ્તુઓ જેવી સામગ્રી સાથે સંપર્ક ટાળો
- ચેપનું જોખમ ધરાવતા લોકોથી ચેપગ્રસ્ત લોકોને અલગ કરો
- તમારા હાથને સાબુ અને પાણીથી સારી રીતે ધોઈ લો અથવા ચેપગ્રસ્ત લોકોના સંપર્ક પછી આલ્કોહોલ વાળા હેન્ડ સેનિટાઈઝરનો ઉપયોગ કરો

વધુ માહિતી માટે, <https://bit.ly/njmpx> ની મુલાકાત લો અથવા QR કોડ સ્કેન કરો:



સ્કેન કરો