MPOX

Chii chinonzi mpox?

Maererano nempox

Mpox haisati yava munyika yedu, asi pamusana pekuti yava kupararira munyika dziri pedyo, zvakanaka kuziva zvimwe nezvayo uye kuti iwe ungazvidzivirira sei pamwe nevamwe.

Mpox inokonzerwa nehutachiona huri mumhuri imwe chete nehutachiona hunokonzera chibhokisi. Pane mhando mbiri dzempox, clade I neclade II. Zvisinei nekuti imhando ipi yempox, vanhu vane mpox vanowanzoita mapundu pamwe chete nezvimwe zviratidzo. Hutachiona hunokonzera mpox hwakawanikwa muzvipuka zvidiki zvakaita semakonzo, mutsoko nedzimwe mhuka dzinogara muzvikamu zveCentral neWest Africa. Mudzimwe nzvimbo idzodzo, mhuka ndidzo dzinoparadzira mpox kuvanhu, vanhu vanogona kutapurirawo hutachiona hwacho kuvamwe vanhu. Mukupararira kwechirwere kuri kuitika izvozvi, mpox iri kunyanya kuparadzirwa ichibva kumunhu kuenda kumunhu.

Zviratidzo zvayo

Mpox inogona kukonzera mapundu anoratidzika semburwa kana mhoni pachero nhengo yemuviri, kusanganisira maoko, tsoka, chipfuva, chiso, kana muromo, uye dzimwe nguva pedyo kana panhengo dzesikarudzi kana kunobuda netsvina.

Muvamwe vanhu, mapundu acho anogona kukonzera marwadzo akanyanya uye maronda, uye anogona kugara kwemavhiki akati kuti.

Zviratidzo zvinogona kusanganisira:

Kupisa muviri

Kupindwa nechando

Kuzvimba malymph node emuhuro

Kurwadziwa tsandanyama nemusana

Kurukutika

Zviratidzo zvakadai sekurwadziwa pahuro, kuvhara kwemhino, kana chikosoro

Kutemwa nemusoro

Mapundu

CDC

CS353767-A | 10/07/2024

Mpox inoparadzirwa sei?

Mpox inogona kuparadzirwa kubva panguva inotanga kuoneka zviratidzo kusvikira mapundu anyatsopora uye pava neganda idzva. Hutachiona hwacho hunogona kuparadzirwa kubva kumunhu kuenda kumunhu kuburikidza nekugumana , kunyanya kweganda neganda, kusanganisira:

- **Kugumana kwakananga nemapundu empox**, madzvanga emaronda, kana dzimwe mvura dzemumuviri dzakadai semate, gararwa, kana madzihwa
- **Kugumana kwemurudo kwakadai sekwepabonde, kutsvodana, kana kumbundirana**
- **Kubata zvinhu** (makapu, ndiro), **machira** (zvipfeko, magumbeze, kana matauro), **nenzvimbo** zvamboshandiswa nemunhu ane mpox izvo zvisati zvacheneswa.
- Vanhu vane pamuviri vaine mpox vanogona kupa hutachiona kuvana vachiri mudumbu kana kuti vachangozvarwa pavanenge vachisununguka kana kuti vasununguka

Mpox HAISI kuparadzirwa nekungogumanawo zvako kwakadai sekwaunoita nevanhu paunenge uchishanda muhofisi, uchienda kumusika, kana kuti uri mubhazi.

Ungazvidzivirira sei?

- **Dzivisa kugumana kwepedyo, kweganda neganda** nevanhu vane mapundu anoita sempox.
- Usatsvodane, kumbundirana, kubatana mumaoko, kana kuita bonde nemunhu ane mpox.
- Dzivisa kuguma zvinhu uye zvekushandisa zvashandiswa nemunhu ane mpox, zvakadai semidziyo, magumbeze, kana zvipfeko.
- Gara uchigeza maoko ako nesipo nemvura kana kushandisa sanitaiza yakagadzirwa nemushonga.

Ndinofanira kuitei kana ndambova panjodzizi yekubatira mpox?

- **Ongorora kuti hauna zviratidzo here kwemazuva 21** kubva pawakapedzisira kuva panjodzi yekubatira mpox. Unogona kuramba uchiita zvawagara uchiita mazuva ese chero bedzi usina zviratidzo zvempox.
- **Kana ukaita mapundu matsva kana asinganzwisisike** kana zvimwe zviratidzo zvempox, ona chiremba uye ongororwa kuti hauna mpox here.
- **Kana ukabatwa nempox**, gara kure nevamwe sezvinobvira, vharidzira mapundu ako, uye pfeka mask kana uri pane vamwe kusvikira mapundu ako apera.

Ndevapi vari panjodzi yekuva nehurwere hwakaipisisa?

Mpox inogona kuva nengozi chaizvo kuvamwe vanhu, vakadai se:

- Vanhu vane hutano husina kusimba zvachose kana kuti vane HIV isiri kurapwa
- Vana vari pasi pegore rimwe chete rekuzvarwa
- Vanhu vane nhoroondo yeeczema
- Vanhu vane pamuviri

Kana vakarwara nempox, vangada rubatsiro rwakawedzera kuti vave nani.

Kuti uwane mamwe mashoko, enda pa **cdc.gov/mpox**.