

Как защитить себя и других от оспы обезьян

В то время, когда оспа обезьян распространяется в городе Нью-Йорке (New York City, NYC), по всей стране и по всему миру, вам может помочь защитить себя и других следующая информация.

Как распространяется оспа обезьян?

В ходе нынешней вспышки вирус оспы обезьян:

- в основном передается при оральном, анальном и вагинальном сексе, а также других интимных контактах, в том числе римминге (стимуляции ануса языком), объятиях, поцелуях, укусах, прижиманиях и массаже;
- может передаваться при непосредственном контакте с сыпью или язвами людей, зараженных вирусом, при контакте с одеждой, постельным бельем, полотенцами и другими предметами, которые они использовали, а также при продолжительных контактах лицом к лицу;
- передается в период наличия симптомов, но специалисты еще выясняют, передается ли он до появления симптомов или после их исчезновения;
- может передаваться через сперму, слюну, экскременты (кал) и другие физиологические жидкости — специалисты еще исследуют вопрос о способах передачи вируса.

Что может случиться, если я заражусь оспой обезьян?

В нынешней вспышке случаи госпитализации и смерти от оспы обезьян редки. Самый распространенный симптом — сыпь или язвы, которые могут выглядеть как прыщи или волдыри. Сыпь и язвы могут появляться по всему телу или на некоторых его частях, в том числе вокруг и внутри гениталий, ануса и рта, и сохраняться от двух до четырех недель. Сыпь может вызывать сильную чесотку и боль и мешать повседневным занятиям. Язвы в анусе или уретре могут затруднять посещение туалета. У некоторых пациентов также бывают симптомы, похожие на симптомы гриппа, например, боли в горле, жар и утомляемость. В число осложнений оспы обезьян входит воспаление слизистой оболочки прямой кишки (проктит). Даже после выздоровления на месте язв могут остаться шрамы. Мы не знаем, вызывает ли оспа обезьян долговременные нарушения здоровья.

Кто подвержен наибольшему риску заражения оспой обезьян?

Заразиться оспой обезьян может кто угодно. Однако судя по текущим случаям заболевания, вирус распространяется в социальных кругах гомосексуальных, бисексуальных и других мужчин, занимающихся сексом с мужчинами, трансгендеров, гендерно неконформных лиц и лиц небинарной гендерной принадлежности. Высокому риску заражения подвержены лица, принадлежащие к этим социальным кругам и имеющие **множественных или незнакомых половых партнеров**. Секс или другие интимные контакты с незнакомыми людьми, в том числе с посетителями рейвов, клубов и секс-вечеринок, в саунах, или с людьми, встреченными в онлайн-приложениях или социальных сетях, увеличивает риск заражения. Поскольку оспа обезьян может передаваться через любой продолжительный контакт кожей к коже, посещение клубов, рейвов, концертов, крупных празднеств и других многолюдных мероприятий также может увеличивать риск заражения, если вы или другие носите одежду, оставляющую кожу открытой.

Кто подвержен риску тяжелого заболевания оспой обезьян?

Повышенному риску тяжелого заболевания могут быть подвержены лица, состояние здоровья которых ослабляет иммунную систему, в том числе больные ВИЧ, беременные или имеющие историю атопического дерматита (экземы) или некоторые другие кожные заболевания.

Что я могу сделать, чтобы защитить себя?

Пока продолжается нынешняя вспышка, лучший способ самозащиты от оспы обезьян — избегать секса и других интимных контактов с множественными или незнакомыми партнерами.

Если вы все же решите вступать в половые или другие интимные контакты, следующие меры могут помочь снизить риск заражения, даже если вы уже прошли вакцинацию:

- Сократите число партнеров, особенно незнакомых вам или таких, чья недавняя история половых контактов вам неизвестна.
- Избегайте секс-вечеринок, гей-круговых вечеринок и других мероприятий, участники которых занимаются сексом или вступают в другие интимные контакты с множественными партнерами.
- Спросите своих партнеров, есть ли у них симптомы оспы обезьян и с кем они в последнее время вступали в половые контакты. Помните, что некоторые люди могут не знать, что заражены оспой обезьян, особенно если у них слабые симптомы или симптомы, которые можно приписать к другим причинам.
- Не вступайте в половые или близкие контакты с теми, кто плохо себя чувствует, особенно если у них есть сыпь или язвы или были недавние контакты с вирусом оспы обезьян.
- Если вы все же решите вступить в половой или другой интимный контакт во время болезни партнера, закройте сыпь и все язвы одеждой или герметичными повязками. Это может ограничить передачу вируса в случае соприкосновения с сыпью или язвами, но передача другими способами остается по-прежнему возможной.
- Поскольку существует вероятность, что вирус может передаваться через сперму, надевайте во время секса презервативы из латекса.
- Не допускайте совместного использования полотенец, одежды, фетишистских принадлежностей, сексуальных игрушек или зубных щеток.
- Мойте руки и фетишистские принадлежности, стирайте постельной белье. Мойте сексуальные игрушки после каждого использования или полового акта.

Что мне делать, если у меня есть симптомы?

Если у вас есть симптомы оспы обезьян, даже если они слабые:

- Немедленно позвоните своему поставщику медицинских услуг. Если у вас нет поставщика медицинских услуг, позвоните по номеру **311**, чтобы связаться с отделением Объединения здравоохранения и больниц NYC (NYC Health + Hospitals, H+H) или воспользоваться системой **«Виртуальной скорой помощи H+H» (H+H Virtual Express Care)**. Вы также можете найти ближайшего поставщика медицинских услуг по адресу nyc.gov/health/map. Медицинская помощь предоставляется в NYC независимо от иммиграционного статуса, наличия страховки и способности оплатить услуги.
- Избегайте любых близких физических контактов с другими людьми, в том числе с теми, с которыми вы живете. Также избегайте посещения клубов, вечеринок, баров и других многолюдных мест.
- Узнайте больше о том, как позаботиться о себе и уменьшить риск передачи вируса другим, по адресу nyc.gov/monkeypox.

Если вы недавно перенесли оспу обезьян, используйте презервативы из латекса во время секса в течение по меньшей мере восьми недель после заживления сыпи и язв, и образования нового слоя кожи. Это поможет защитить ваших партнеров, если вирус может передаваться через сперму.

Что делать, если партнер, с которым у меня были интимные контакты, говорит мне, что у него/нее оспа обезьян?

Если вы недавно были в контакте с носителем оспы обезьян, следите за появлением симптомов, в особенности новой сыпи или язв на любых частях тела. Чтобы узнать больше о том, можете ли вы пройти вакцинацию, посетите сайт nyc.gov/monkeypox . Для получения информации о тестировании и лечении в случае появления симптомов позвоните по номеру **311**.

Существует ли вакцина от оспы обезьян?

Вакцина JYNNEOS одобрена для профилактики оспы обезьян у лиц в возрасте 18 лет и старше. Специалисты полагают, что вакцина может помочь в профилактике заболевания, если ее ввести до контакта с вирусом, и уменьшить риск заражения или тяжелого заболевания, если ее ввести вскоре после контакта. Однако у нас нет данных реальной клинической практики о том, насколько хорошо вакцина JYNNEOS защищает от оспы обезьян. Поэтому важно продолжать принимать дополнительные профилактические меры, даже если вы вакцинированы и особенно если вы подвержены высокому риску тяжелого заболевания оспой обезьян. Поставки вакцины от федерального правительства остаются ограниченными, но NYC настаивает на получении дополнительных поставок и надеется вскоре их получить. Для получения свежей информации о наличии вакцины отправьте текстовое сообщение «MONKEYPOX» на номер 692-692 или «MONKEYPOXESP» для получения информации на испанском языке.

Рекомендации Департамента здравоохранения NYC могут изменяться по мере развития ситуации.

7.28.22 Russian