

ام پاکس

تاریخ آخرین به‌روزرسانی: 21 آگوست 2024

ام پاکس که تا پیش از این آن بعنوان آبله میمون یا مانکی پاکس شناخته می‌شد، یک بیماری ناشی از ویروس ام پاکس است. این بیماری از طریق پوست بریده (حتی اگر قابل مشاهده نباشد) یا مجاری تنفسی وارد بدن می‌شود. بیماری همچنین می‌تواند از طریق چشم، بینی یا دهان وارد بدن شود.

[واکسیناسیون](#) هنوز برای افراد در تماس نزدیک و کسانی که در معرض خطر بالای عفونت هستند در دسترس است.

نحوه شیوع این ویروس

ام پاکس می‌تواند از حیوانات به انسان، از فردی به فرد دیگر و از طریق تماس با وسایل استفاده شده توسط فرد آلوده به ام پاکس منتقل شود.

ام پاکس از طریق تماس نزدیک، شخصی و اغلب تماس پوست به پوست منتقل می‌شود، از جمله:

- تماس مستقیم با زخم یا تاول فرد مبتلا به ام پاکس
 - تماس با وسایلی مانند رختخواب یا حوله‌هایی که افراد مبتلا به ام پاکس استفاده کرده است
 - قطرات تنفسی در طول تماس طولانی مدت در فاصله نزدیک و چهره به چهره با فردی که مبتلا به ام پاکس است
- اکثر موارد در سال 2022 حین تماس نزدیک موقع رابطه جنسی منتقل شدند.

علائم و نشانه‌ها

علائم می‌تواند 2 تا 4 هفته ادامه یابد و در دو مرحله اتفاق بیفتد.

مرحله اول

علائم در مرحله اول می‌تواند شامل موارد زیر باشد:

- تب
 - لرز
 - سردرد شدید
 - تورم غدد لنفاوی
 - کمر درد
 - درد عضلانی
 - کوفتگی یا خستگی
- علائم کمتر شایع می‌تواند شامل گلودرد، سرفه، تهوع یا استفراغ و اسهال باشد

مرحله دوم

مرحله دوم معمولاً 1 تا 5 روز پس از مرحله اول شروع می‌شود. در این مرحله، ممکن است دچار بثورات پوستی روی بدن خود شوید. این بثورات پوستی، می‌توانند روی هر بخشی از بدن نمایان شوند، از جمله دست‌ها، قسمت‌های بالا و پایین پاها، و ساعدها، صورت و ناحیه تناسلی.

زخم‌های ام پاکس معمولاً بین 2 تا 3 هفته ادامه می‌یابد. ظاهر زخم‌ها با گذشت زمان تغییر می‌کند و از لکه‌های برجسته به تاول‌های کوچک پر از مایع تبدیل می‌شود. آنها در نهایت خشک می‌شوند و می‌افتند.

اگر در معرض ام پاکس قرار گرفته‌اید

اگر با فردی در تماس بوده‌اید که مشخص شده مبتلا به ام پاکس است یا مشکوک به ابتلا است، علائم را تحت نظر بگیرید. علائم ممکن است طی 5 روز تا 3 هفته پس از قرار گرفتن در معرض بیماری بروز کند.

سازمان بهداشت عمومی در حال ارتباط گرفتن با افرادی است که با موارد بیماری در تماس نزدیک بوده و در معرض خطر ابتلا به عفونت قرار دارند. اگر فکر می‌کنید که در معرض بیماری قرار گرفته‌اید اما هنوز از خبری از سوی سازمان بهداشت عمومی دریافت نکرده‌اید، با [اداره بهداشت عمومی محلی سازمان بهداشت منطقه‌تان](#) تماس بگیرید.

سازمان بهداشت عمومی از تماس‌های از پیش ضبط‌شده یا خودکار برای اطلاع‌رسانی به افراد در مورد عفونت یا قرار گرفتن احتمالی در معرض ام پاکس یا سایر بیماری‌های واگیردار استفاده نمی‌کند.

اگر مریض شدید

اگر مریض شدید و با فردی در تماس بوده‌اید که مشخص شده مبتلا به ام پاکس است یا مشکوک به ابتلا است:

- هرچه سریعتر برای انجام آزمایش با مراقبتگر بهداشتی خود تماس بگیرید. اگر با فردی در تماس بوده‌اید که مشخص شده مبتلا به ام پاکس است یا مشکوک به ابتلا است، موضوع را به آنها اعلام کنید
- در وبسایت SmartSexResource.com یک کلینیک پیدا کنید
- در حالی که منتظر ملاقات با مراقبتگر بهداشتی خود هستید، لطفاً:
 - از تماس نزدیک، صمیمی و رابطه جنسی با دیگران خودداری کنید
 - حوله، لباس، ملحفه یا سایر چیزهایی که با پوست شما تماس داشته را به اشتراک نگذارید
 - زخم‌ها یا تاول‌ها را تا حد امکان با لباس یا باند بپوشانید
 - زمانی که با دیگران در تماس نزدیک هستید از ماسک استفاده کنید
- از سایر اعضای خانوار، خانواده یا دوستان خود بخواهید که از حیوانات خانگی‌تان مراقبت کنند تا ام پاکس را به حیوانات منتقل نکنید
- ماسک‌ها، بانداژها یا سایر اقلام آلوده را در کیسه زباله با کیفیت بالا ببندازید. کیسه زباله را در محفظه‌ای مقاوم در برابر حیوانات نگه دارید تا حیوانات خانگی یا حیوانات وحشی (به ویژه جوندگان) نتوانند وارد آن شوند
- به ویژه مهم است که از تماس نزدیک با افرادی که ممکن است در معرض خطر بیشتر ابتلا به بیماری‌های شدید باشند اجتناب شود، از جمله افراد باردار، افراد دارای سیستم ایمنی تضعیف شده یا کودکان.
- اگر مبتلا به ام پاکس بودید، اداره بهداشت عمومی با شما تماس خواهد گرفت تا دستورالعمل‌های بیشتری به شما ارائه دهد.

اگر جواب آزمایش ام پاکس شما مثبت بود

اگر موارد زیر را تجربه کردید، به مراقبتگر بهداشتی خود مراجعه کنید یا به نزدیکترین مرکز مراقبت‌های اولیه فوری یا بخش اورژانس خود بروید:

- بدتر شدن گلو یا درد مقعدی یا بروز درد جدید در این نواحی
- تب یا لرز شدید
- تنگی نفس یا درد قفسه سینه
- تاول‌های تازه آبله در نواحی متعدد بدن

گزینه‌های درمانی

ام پاکس معمولاً یک بیماری خفیف است و اکثر افراد پس از چند هفته خود به خود بهبود می‌یابند. افرادی که بیماری شدیدی را تجربه می‌کنند ممکن است برای مدیریت درد یا عفونت پوستی خود به دارو نیاز داشته باشند در موارد نادر، برخی از افراد ممکن است نیاز به درمان در بیمارستان داشته باشند.

واکسیناسیون در برابر ام پاکس

Imvamune® واکسنی است که در کانادا برای محافظت در برابر ام پاکس استفاده می‌شود. این واکسن به بدن شما کمک می‌کند تا بدون ابتلا به بیماری شدید، ایمنی ایجاد کند.

واکسن را می‌توان به دو روش استفاده کرد:

پیش از قرار گرفتن در معرض ام پاکس

واکسن قبل از قرار گرفتن شما در معرض ویروس تزریق می‌شود. این کار به محافظت از شما و کاهش خطر ابتلا به ام پاکس کمک می‌کند. به این روش، پیشگیری پیش از در معرض قرار گرفتن می‌گویند.

بعد از قرار گرفتن در معرض ام پاکس، قبل از اینکه علائم را بروز دهید

واکسن بعد از قرار گرفتن شما در معرض ویروس تزریق می‌شود. چنین واکسنی از بروز بیماری یا پیامدهای شدید جلوگیری می‌کند. به این روش، پیشگیری پس از در معرض قرار گرفتن می‌گویند.

برای کسب اطلاعات بیشتر در مورد اینکه چه افرادی واجد شرایط دریافت واکسن هستند و نحوه رزرو نوبت، به آدرس زیر مراجعه کنید:

• [Fraser Health](#)

• [Vancouver Coastal Health](#)

• [Island Health](#)

• [Interior Health](#)

• [Northern Health](#)

هیچ واکسنی 100% مؤثر نیست. اگر واکسینه شده‌اید و علائمی در شما ایجاد شده است، برای محافظت از خود و دیگران، مراحل ذکر شده در بخش «اگر مریض شدید» را رعایت کنید.

منابع مفید

برای کسب اطلاعات بیشتر درباره وضعیت در بریتیش کلمبیا به [مرکز کنترل بیماری بریتیش کلمبیا: ام پاکس رجوع کنید](#).

برای کسب اطلاعات بیشتر در مورد وضعیت کانادا، به [سازمان بهداشت عمومی کانادا: ام پاکس \(آبله میمون\) رجوع کنید](#).

برای کسب توصیه‌های مخصوص جامعه 2SGBTQ+ به [مرکز کنترل بیماری بریتیش کلمبیا: توصیه‌هایی برای جوامع دو روح، همجنس‌گرایان، دوجنس‌گرایان، ترانزجسیتی‌ها، افراد کوئیر \(2SGBTQ+\) رجوع کنید](#).

برای کسب سایر اطلاعات در مورد ام پاکس به آدرس زیر مراجعه کنید:

• [مرکز کنترل بیماری بریتیش کلمبیا: واکسن ام پاکس \(آبله میمون\) \(PDF 289KB\)](#)

• [First Nations Health Authority Graphics PDF: ام پاکس چیست؟](#)

• [دولت کانادا: ام پاکس \(آبله میمون\) - توصیه‌هایی برای مسافران](#)

برای دیگر پرونده‌های آگاهی‌رسانی HealthLinkBC، از www.HealthLinkBC.ca/more/resources/healthlink-bc-files دیدن کنید یا به واحد بهداشت همگانی محل خود مراجعه کنید. برای دریافت اطلاعات و مشاوره بهداشتی غیر اورژانسی در بریتیش کلمبیا از www.HealthLinkBC.ca دیدن کنید یا با شماره 1-8-1-1 (رایگان) تماس بگیرید. برای افراد ناشنوا و کم‌شنوا با شماره 1-1-7 تماس بگیرید. خدمات ترجمه به بیش از 130 زبان، بنا به درخواست موجود است.