San Francisco Department of Public Health

Mga pagsasaalang-alang para maiwasan at mabawasan ang monkeypox para sa mga programang pampaaralan, para sa pangangalaga sa bata, at pangkabataan

Inisyu noong Agosto 15, 2022

Ang dokumentong ito ay binuo ng Departamento ng Pampublikong Kalusugan ng San Francisco (San Francisco Department of Public Health) para sa lokal na paggamit. Ipo-post ito sa https://sf.gov/resource/2022/monkeypox-guidance-schools-childcare-and-youth-programs.

Pakitandaang nagbabago ang impormasyon, at ia-update ang dokumentong ito habang nalalaman natin ang higit pa tungkol sa virus.

AUDIENCE: Mga tagapangasiwa ng mga TK-12 school at tagapagpatakbo ng mga programang para sa pangangalaga sa bata at pangkabataan.

LAYUNIN: Para matulungan ang mga tagapangasiwa ng paaralan, tagapagbigay ng serbisyo sa pangangalaga sa bata, at tagapagpatakbo ng programang pangkabataan na maunawaan ang mga kasanayan sa kalusugan at kaligtasan na kinakailangan para matukoy at maiwasan ang pagkalat ng monkeypox sa kanilang mga lugar.

BACKGROUND: Ang monkeypox virus ay bahagi ng parehong pamilya ng mga virus na nagdudulot ng smallpox pero mayroong mas banayad na mga sintomas at bihirang nakamamatay. Mahigpit na sinusubaybayan ng SFDPH ang mga pattern ng paghawa ng monkeypox sa San Francisco.

Ang panganib ng monkeypox sa pangkalahatang publiko ay kasalukuyang napakababa batay sa available na impormasyon. Bagama't puwedeng mahawahan ng monkeypox ang sinuman at patuloy nating nalalaman ang higit pa tungkol sa sakit na ito, halos lahat ng kamakailang kaso sa 2022 ay nangyari sa mga nasa hustong gulang. Ang panganib ng monkeypox sa mga programang pampaaralan, para sa pangangalaga sa bata, at pangkabataan ay kasalukuyang mababa, at mas malamang na magkaroon ng mga pamamantal ang mga bata dahil sa iba pang sanhi.

Gayunpaman, para maibsan ang pagkabalisa, binuo ang dokumentong ito para magbigay-kaalaman sa mga tagapagbigay ng serbisyo at magbigay ng mga pangkalahatang rekomendasyon para mabawasan ang paghawa ng lahat ng nakakahawang sakit. Sa kabutihang-palad, napakadaling puksain ng monkeypox gamit ang mga disinfectant sa bahay, kaya kasama sa kasalukuyang pinakamahuhusay na gawi para mabawasan ang panganib ng monkeypox ang regular na paglilinis bukod pa sa pag-iwas sa direct contact sa mga sugat.

Paghawa

Pangunahing kumakalat ang monkeypox sa pamamagitan ng **direct contact sa mga nakakahawang sugat o likido sa katawan**, sa pamamagitan ng **matagal, malapitan, face-to-face, o skin-to-skin na contact** sa panahon ng pagyakap, paghalik, o iba pang katulad na aktibidad. Puwede itong kumalat sa pamamagitan ng **paghawak ng mga materyal tulad ng bedding o pagpapagamit ng kama** sa isang taong nahawahan ng monkeypox.

HINDI kilala ang monkeypox sa pagkalat sa pamamagitan ng:

- Mga casual at maikling pag-uusap,
- Paglalakad kasama ng isang taong may monkeypox, tulad ng sa tindahan ng grocery o sa pasilyo, o
- Pag-upo lang malapit sa isang tao nang hindi siya hinahawakan.

Ang monkeypox ay mas hindi nakakahawa kaysa sa COVID-19 **at hindi kumakalat sa parehong paraan.** Gayunpaman, ang mga karaniwang patakaran at pamamaraan sa pagkontrol ng impeksyon ay dapat panatilihin kabilang ang **pagtiyak na mananatili sa bahay ang mga bata at tauhang may sakit hanggang sa bumuti ang kanilang pakiramdam** (o maaprubahan sila ng tagapagbigay ng medikal na serbisyo para bumalik) at **regular na paglilinis gamit ang mga nakaka-disinfect na panlinis** (hal., Lysol at Clorox).

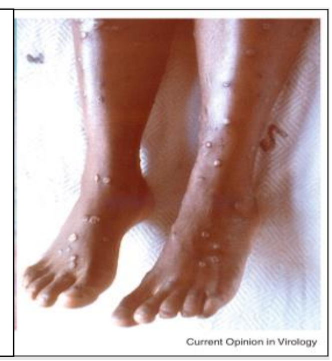
Mahalagang bigyang-kaalaman ang inyong mga tauhan at pamilya tungkol sa monkeypox para manatili silang maingat tungkol sa kanilang sariling mga sintomas at salik ng panganib. Bumisita sa http://sf.gov/monkeypox para sa higit pang impormasyon.

Mga Sintomas

Ang monkeypox ay posibleng magsimula sa mga sintomas tulad ng trangkaso tulad ng:

- Lagnat
- Pananakit ng ulo
- Mga pananakit ng kalamnan at pananakit ng likod
- Mga sintomas sa baga (hal., pananakit ng lalamunan, pagbabara ng ilong, o pag-ubo)
- Panginginig
- Pagkapagod
- Pamamaga ng mga lymph node
- Pamamantal na matatagpuan sa mga kamay, paa, dibdib, mukha, o bibig (pati na rin mga bahagi ng ari at puwit para sa mga nasa hustong gulang)

Karaniwang nagsisimula ang mga sintomas ng monkeypox sa loob ng 3 linggo mula sa pagkakalantad. Kung may mga sintomas ang isang tao tulad ng trangkaso, karaniwang magkakaroon siya ng pamamantal pagkatapos ng 1-4 na araw. Dapat kayong mag-ingat sa pamamantal o mga sugat na matatagpuan sa mga kamay, mga paa, dibdib, at mukha.



Pagkilala sa kumuha ng larawan: kaliwang larawan at kanang larawan.

Pakitandaan na ang pamamantal sa monkeypox ay mapagkakamalang iba pang sakit sa pamamantal na mas karaniwan sa mga bata, kabilang ang bulutong; kamay, paa, at bibig; galis; mga pamamantal sa balat na dulot ng allergy; mga interaksyon sa gamot, pati na rin iba pang kundisyon. Alinsunod sa mga karaniwang patakaran sa pagkontrol ng impeksyon sa mga programang nagsisilbi sa kabataan, ang sinumang bata na may anumang nakakabahalang pamamantal ay dapat pauwiin para sa pagsusuri ng isang tagapagbigay ng medikal na serbisyo.

Pag-iwas

Mga paraan para ihinto ang pagkalat ng monkeypox

Hindi tulad ng COVID-19, ang monkeypox ay hindi kumakalat sa paglapit lang sa isang taong nahawahan. Ang ating kasalukuyang pagkakaunawa ay nangangailangan ang impeksyon ng malapitan at matagal na contact--higit na contact kaysa sa karaniwang nangyayari sa isang pang-edukasyong lugar. Gayunpaman, ang mga programang pampaaralan, para sa pangangalaga sa bata, at pangkabataan ay dapat magpatuloy sa pinakamahuhusay na gawi na natutunan sa panahon ng COVID-19 at mga regular na pamamaraan sa pagkontrol ng nakakahawang sakit para mabawasan ang paghawa ng lahat ng sakit kabilang ang, pero hindi limitado sa:

- Iwasan ang pagpapapagamit ng bedding, sapin, tuwalya, at damit (kabilang ang mga item tulad ng mga dress up costume).
- Magsanay ng madalas na paghuhugas ng kamay (gamit ang sabon at tubig, kung mayroon; puwedeng gamitin ang mga hand sanitizer kung wala), lalo na bago o pagkatapos gumamit ng banyo o kumain.
- Ipagpatuloy ang mga karaniwang protokol sa paglilinis gamit ang mga disinfectant, na sapat na para mapuksa ang monkeypox virus.
- Bawasan ang paghahati ng mga pagkain, inumin, at kubyertos.

Kung mayroon kayong kumpirmadong kaso ng monkeypox sa inyong silid-aralan

Makipag-ugnayan kaagad sa SFDPH at iulat ang kaso sa pamamagitan ng pag-email sa monkeypox@sfdph.org. Makikipagtulungan ang SFDPH sa mga programang pampaaralan, para sa pangangalaga sa bata, at pangkabataan, kabilang ang pakikipag-ugnayan sa mga pamilya. Para sa higit pang impormasyon tungkol sa kung paano i-disinfect ang inyong espasyo, tingnan ang mga tagubilin Kung paano maglinis at mag-disinfect.

Kung pinaghihinalaan ninyong may monkeypox ang isang tao sa inyong programang pampaaralan, para sa pangangalaga sa bata, at pangkabataan

- Magsuot ng mask at mga guwantes na maayos ang pagkakalapat kung kailangan ninyong magkaroon ng close contact sa isang taong pinaghihinalaang may monkeypox.
- I-isolate ang tao sa iba at kung posible, ipagawa sa kanya ang pagsusuot ng mask, at pagpapanatili sa bahagi ng pamamantal na natatakpan ng damit o benda na ganap na nakatakip sa pamamantal.
- Tumawag para ipasundo ang bata sa isang tao o kung isa itong tauhan, pauwiin ang tauhan.
- Mag-ingat sa paghawak ng soiled laundry (hal., bedding, mga tuwalya, personal na damit). Ang soiled laundry ay dapat maingat at agarang ibukod sa pamamagitan ng pag-bundle sa naaangkop at walang butas na laundry bag at pag-iingat na huwag alugin o hawakan ang materyal sa paraang posibleng magkalat ng mga particle. Pagkatapos i-bundle, ang bag ay dapat iuwi ng bata/tauhan.
- Magsagawa ng hygiene sa kamay gamit ang sabon at tubig o alcohol-based na hand sanitizer na naglalaman ng hindi bababa sa 60% alkohol pagkatapos humawak ng soiled laundry.

Kung na-diagnose na may monkeypox ang isang bata, karaniwang tumatagal ang pamamantal nang 2-4 na linggo. Dapat manatili sa bahay ang inyong mag-aaral hanggang sa gumaling ang lahat ng sugat, matuklap ang mga langib, at mabuo ang bagong layer ng balat. Puwede itong tumagal nang 4 na linggo o hanggang sa sabihin ng tagapagbigay ng serbisyo sa pangangalagang pangkalusugan na ligtas na siyang bumalik sa programang pampaaralan, para sa pangangalaga sa bata, at pangkabataan.

Mga Sanggunian

Departmento ng Pampublikong Kalusugan ng San Francisco (San Francisco Department of Public Health, SFDPH)

- http://sf.gov/monkeypox
  - Mga FAQ: https://sf.gov/information/monkeypox-faq

Departamento ng Pampublikong Kalusugan ng California (California Department of Public Health, CDPH)

- https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/monkeypox.aspx
  - Mga FAQ: https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/Monkeypox-Questions-and-Answers.aspx

Mga Sentro ng Pagkontrol at Pag-iwas sa Sakit (Centers for Disease Control and Prevention, CDC)

- http://cdc.gov/monkeypox
- Pag-isolate at pagkontrol ng impeksyon sa bahay (Isolation and infection control at home): https://www.cdc.gov/poxvirus/monkeypox/clinicians/infection-control-home.html
- Mga klinikal na pagsasaalang-alang sa monkeypox sa mga bata at adolescent (Clinical considerations in monkeypox in children and adolescents): https://www.cdc.gov/poxvirus/monkeypox/clinicians/pediatric.html