

Mpox (Hlww Dej Cuam):

Yam Uas Cov Tub Ntxhais Kawm Ntawv Qib Siab Yuav Tsum Tau Paub

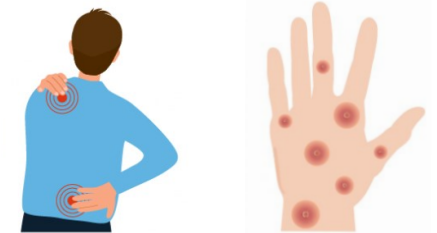
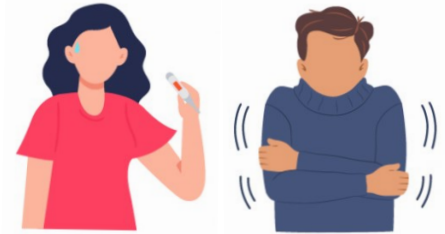
(Mpox: What College Students Need to Know)



Mpox (Hlww Dej Cuam) yog dab tsi?

Mpox (Hlww Dej Cuam) yog ib yam kab mob uas tsis tshua muaj tshwm sim los ntawm tus kab mob vais lav liab xoo pob hlww.

- Yog tias koj muaj Mpox (Hlww Dej Cuam), koj tuaj yeem ua npaws, ua daus no, mob ib ce, mob qog nqaij, tom qab ntawd ua pob xoo liab.
 - Tej zaum qee tus neeg yuav muaj pob xoo liab yam tsis muaj lwm yam tsos mob li.
 - Cov tsos feem ntau pib li 4 mus rau 14 hnuv tom qab muaj kev nphav raug tus kab mob vais lav.
 - Cov pob khaus tuaj yeem mob heev thiab hloov mus ua ib qho kiav txhab uas zoo li tawv-tawv, kheej, ua kua dej los sis cov kiab txhab ua paug.
- Txawm hais tias neeg feem coob yuav zoo tuaj nyob rau hauv 2 mus rau 4 lub lim tiam yam tsis tas yuav siv tshuaj, **nrog ib tus kws kho mob tham txog kev kuaj yog tias koj muaj pob liab tshiab los sis tsis tawm pob uas tsis paub piav qhia.**



Mpox (Hlww Dej Cuam) sib kis tau li cas?

Mpox (Hlww Dej Cuam) yeej tsis sib kis tau yooj yim ntawm ib tus neeg mus rau lwm tus thiab.

Tib neeg tuaj yeem kis tau tom qab muaj kev nyob sib ze, ntiag tug, feem ntau sib chwv tawv nqaij nrog tus neeg uas muaj Mpox (Hlww Dej Cuam) no. Qhov no suav nrog:



Muaj kev chwv ncaj qha rau cov pob ntawm tus Mpox (Hlww Dej Cuam), kab mob hle tawv los sis cov kua hauv lub cev los ntawm ib tus neeg kis tus Mpox (Hlww Dej Cuam) no.



Kev chwv los sis siv cov khoom uas ib tus neeg muaj Mpox (Hlww Dej Cuam) tau siv tsis ntev los no xws li, txaj pw, phuum da dej, pas txhuam hniav, thiab cov khoom ua si rau kev sib deev.



Txhua hom kev sib deev (siv qhov ncauj, qhov quav, thiab qhov chaw mos) los sis **kov qhov chaw mos los sis qhov quav** ntawm tus neeg muaj Mpox (Hlww Dej Cuam).



Muaj kev sib chwv tim ntsej tim muag los ntev. Qhov no tuaj yeem suav nrog kev hnia, puag, khawm, thiab pw koom saum ib lub txaj.





Tuaj yeem pov thaiv tus kab mob ntawd tau li cas?

Txoj hauv kev zoo tshaj los tiv thaiv koj tus kheej los ntawm tus Mpox (Hlww Dej Cuam) yog kev tiv thaiv kom tsis txhob muaj kev sib chww ntawm sab nqaij tawv nrog rau tus neeg uas muaj cov pob liab uas zoo li cov Mpox (Hlww Dej Cuam).

Yog tias ib tug phooj ywg los sis tus neeg hauv tsev neeg kis tau kuaj pom tias muaj tus Mpox (Hlww Dej Cuam) lawm:

- Zam tsis txhob muaj kev sib cuag nrog lawv.
- Looj daim ntaub npog qhov ncauj los sis lub ua pa yog tsim nyog kom nyob nrug deb li 6 fij ntawm lawv.
- Tsis txhob koom siv cov khoom xws li txaj pw, phuam da dej, khaub ncaws, los sis tais diav noj haus.
- Ntxuav koj txhais tes nrog xab npum thiab dej yam tsis tu ncu.
- Tham nrog ib tus kws muab kev saib xyuas kho mob yog tias koj muaj cov pob liab tshiab los sis hom tsis paub piab qhia.

Yog hais tias tus khub los sis tej tus neeg koj muaj kev sib daj deev nrog uas muaj tus Mpox (Hlww Dej Cuam):

- Zam tsis txhob muaj kev sib deev los sis lwm yam kev sib hlub xws li kev sib puag thiab sib hnia.
- Yog tias koj xaiv los muaj kev sib deev, txo qhov kev pheej hmoo ntawm kev kis tus Mpox (Hlww Dej Cuam) los ntawm:
 - Muaj kev sib deev zoo li tiag-tiag los sis pab tus kheej ua ke yam ob leeg tsis tau sib chww.
 - Txwv kev sib hnia thiab sib ntsib tim ntsej tim muag ntev-ntev.
 - Ntxuav koj ob txhais tes, cov khoom ua si sib deev, thiab tag nrho cov ntaub (ntaub pua pw, phuam da dej, khaub ncaws) tom qab muaj kev sib deev.



Koj yuav ua li cas yog koj xav tias koj muaj tus Mpox (Hlww Dej Cuam)?

Hu rau tus kws kho mob los sis koj lub tsev kho mob hauv tsev kawm ntawv thiab thov kev mus kuaj Mpox (Hlww Dej Cuam) thiab ua raws cov kauj ruam hauv qab no:



Npog txhua feem uas muab cov pob liab thiab rau daim ntaub npog qhov ncauj.



Cais tus kheej tawm ntawm lwm tus. Cais tus kheej txuas ntxiv mus yog tias koj qhov kev kuaj pom tias muaj tus kab mob mus txog thaum tag nrho cov tawm nqaij nrub pleb tau tev tas thiab cov tawv nqaij tshiab tau hlaw tuaj.



Zam tsis txhob nphav lwm tus los sis kov tej khoom siv ua ke.



Nug txog cov kev xaiv kho mob thiab kev txhaj tshuaj tiv thaiv.



Ntxuav koj ob txhais tes ua ntu zus.



Sib saj laj nrog txhua tus neeg uas koj tau muaj kev nphav raug, tau ntsib nrog nws ntawm tus kheej, muaj kev sib deev nrog hauv ncu sij hawm li 21 hnuv dhau los.