

Czym jest małpia ospa?

Małpia ospa to choroba wirusowa. Wywołuje ją wirus małpiej ospy. Jest to choroba odzwierzęca, czyli choroba, która może zostać przeniesiona ze zwierzęcia na człowieka.

Jak można się zarazić małpią ospą?

- poprzez kontakt z **płynami ustrojowymi**, na przykład z potem, łzami, krwią, moczem, itp,
- poprzez kontakt z **wysypką** - najbardziej zaraźliwy jest **płyn znajdujący się w pęcherzykach**,
- poprzez kontakt ze **strupkami**,
- w początkowej fazie choroby zarazić można się **drogą kropelkową**, czyli poprzez kaszel, plucie, mówienie, itp (podobnie jak w przypadku koronawirusa),
- zarażona osoba w **ciąży** może zarazić swoje dziecko,
- ze względu na bliski kontakt z drugą osobą **podczas stosunku seksualnego** tą drogą zarazić można się najszybciej.

Większość osób (90%!) zaraża się podczas stosunku seksualnego. Dotyczy to w szczególności osób, które mają wielu partnerów seksualnych.

Jakie są objawy małpiej ospy?

Objawy pojawiają się zazwyczaj w ciągu 6 do 21 dni po zarażeniu. Okres przed pojawieniem się objawów nazywany jest okresem inkubacji.

Podczas pierwszych 3 dni wystąpić mogą następujące objawy:

- gorączka,
- bóle głowy i mięśni,
- osłabienie,
- powiększenie węzłów chłonnych.

Następnie dochodzi do zmian skórnych. Pojawiają się **pęcherzyki**, które mogą wypełnić się ropą. Często pojawia się tylko kilka pęcherzyków, zwykle w strefach intymnych. Potem tworzą się strupki, które później odpadają.

Jeszcze zanim pojawią się pęcherzyki, możesz zarazić innych!

Jak mogę się chronić przed zarażeniem małpią ospą?

- Jeżeli urodziłeś się przed 1981 r., prawdopodobnie jesteś zaszczepiony na ospę. Szczepionka na ospę chroni także przed małpią ospą. Aktualnie nie ma szczepionki przeciwko małpiej ospie.
- Nie uprawiaj seksu z zarażonymi osobami. Już podczas bliskiego kontaktu ze skórą może dojść do zarażenia.
- UWAGA: Prezerwatywy nie chronią przed zarażeniem się małpią ospą. Mimo to używaj ich, żeby chronić się przed innymi chorobami!

Jak mam się zachować, jeśli zaraziłem się małpią ospą?

- Zachowaj się tak, jak w przypadku grypy lub koronawirusa. Zostań w domu, wracaj do zdrowia i staraj się nikogo nie zarazić.
- Zadzwoń pod numer **1450**! Jest to infolinia dla osób przebywających w Austrii, do której można się zgłosić ze wszystkimi pytaniami dotyczącymi zdrowia. Języki używane to niemiecki i angielski. Telefonicznie zostaniesz poinformowany o następnych krokach. W przypadku zarażenia małąpą ospą nakazana jest kwarantanna.

Gdzie znaleźć pomoc?

- Pod numerem **1450** (informacje dostępne są w języku niemieckim i angielskim).
- Zwróć się do Twojego lekarza rodzinnego!
- Jeżeli jesteś w trakcie leczenia na HIV lub stosujesz PrEP, zwróć się do Twojej osoby kontaktowej!
- Możesz się też zwrócić do dermatologa.

Najnowsze informacje znajdziesz na przykład w *Aids Hilfe Wien*.