



猴痘

適用於接觸過猴痘的個人指南

1. 如果我接觸過猴痘患者，我應該怎麼辦？

- **監測你的健康情況。** 猴痘患者通常會在接觸病毒後的7-14天（最長可達21天）出現症狀。如果出現症狀（參見下文），請準備好將自己與他人隔離開。
- **接種疫苗，** 如果你尚未完成兩劑猴痘疫苗的接種的話。在接觸猴痘後的4天內接種猴痘疫苗可以幫助預防感染猴痘病毒。在接觸猴痘後的4至14天內接種疫苗可能會使你的病情不那麼嚴重。更多資訊請參見：ph.lacounty.gov/monkeypox/vaccine.htm。
- **接聽來自公共衛生局的電話。** 如果你被確定為猴痘患者的接觸者，公共衛生局可能會聯繫你，詢問你的身體情況並酌情提供疫苗接種。

2. 我應該留意哪些跡象和症狀？

猴痘的最常見的症狀是皮疹。此皮疹可能：

- 看起來像丘疹、痘疱、水疱或結痂，在癒合之前會經歷幾個階段。一般來說，皮疹開始是紅色、扁平的斑點，然後變成丘疹。之後這些丘疹會充滿液體，隨後變成膿液。然後這些丘疹會結痂。
- 出現在生殖器（陰莖、睪丸、陰唇和陰道）、肛門（屁眼）、口腔或其他部位，如手、腳、胸部和面部或其附近。
- 遍佈全身，也可能局限於一個身體區域。可能只有幾個丘疹或水疱。
- 會疼痛和/或發癢。有些人會有嚴重的疼痛感，尤其是如果皮疹在他們的口腔或肛門內。

除了皮疹之外，人們還可能出現類似流感的症狀。這些症狀可能出現在皮疹開始前的1-4天或皮疹開始後。這些症狀包括發燒/發冷、淋巴結腫大、重度虛弱、肌肉疼痛和頭痛。

3. 猴痘患者的傳染期有多久？

猴痘患者從症狀開始出現到皮疹完全癒合，所有結痂脫落，並形成一層新的皮膚之前，可以將病毒傳播給其他人。這通常需要2到4週的時間。

科學家們仍在研究猴痘患者是否能在沒有症狀的情況下傳播病毒，猴痘病毒傳播有多常見，猴痘患者何時更有可能透過呼吸道飛沫將病毒傳播給他人，以及可能會使人們面臨更高感染風險的任何其他類型的互動或行為。隨著我們瞭解到更多資訊，公共衛生局將繼續與公眾分享資訊。

4. 我必須避免參加任何活動嗎？

只要你沒有出現任何猴痘症狀（詳見上文），你可以繼續參加日常活動（如上班、上學）。但是，在21天的症狀監測期間，你不應該捐獻血液、細胞、組織、母乳、精液或器官。



猴痘

適用於接觸過猴痘的個人指南

5. 如果我出現猴痘的跡象或症狀，我應該怎麼辦？

如果你身體任何部位出現新的皮疹、瘡或皮膚病灶和/或出現類似流感的症狀，請儘快前往醫療服務提供者處就診。請務必告訴他們你接觸猴痘病毒的情況。當你前往醫療服務提供者處時，請遮蓋你的皮疹，佩戴貼合面部的口罩。

如果你沒有醫療服務提供者或健康保險，請致電公共衛生局呼叫中心熱線：1-833-540-0473（工作時間：每天上午8點至晚上8:30）。如果你有皮疹，你也可以在公共衛生局的性健康診所獲得服務（請點擊[此處](#)查看時間表）。

如果你有皮疹，且醫療服務提供者擔心其可能是猴痘，他們會對你進行檢測。他們會用拭子擦拭你皮膚上的瘡或部分皮疹，然後把拭子送到實驗室做猴痘檢測。

在知道你沒有患猴痘之前，你應該採取措施，通過遠離他人來降低傳播病毒的風險。請遵循[猴痘隔離指南](#)。

6. 如果我被診斷出患有猴痘，應該做什麼？

如果你被診斷出患有猴痘，你應該進行隔離，以保護他人。請遵循[《適用於猴痘患者的隔離指南》](#)。該指南有多語種版本，請在 ph.lacounty.gov/monkeypox 查看。

請聯繫你的性伴侶，以及自你的症狀開始後與你有過非常密切、親密和/或長時間接觸的個人。請儘快這樣做，以便他們可以[接種疫苗](#)（如果他們尚未接種猴痘疫苗），並留意任何猴痘症狀。

請接聽來自公共衛生局的電話。如果你被診斷為患有猴痘，他們會聯繫你，詢問你出現症狀前後接觸病毒的情況和曾參與的活動。這是為了查明你可能是如何接觸到猴痘病毒的，並幫助找到可能接觸過病毒的其他人。

7. 我可以從哪裡獲得更多資訊？

洛杉磯縣公共衛生局

ph.lacounty.gov/monkeypox

ph.lacounty.gov/monkeypox/vaccine.htm

疾病控制與預防中心

cdc.gov/poxvirus/monkeypox/index.html

加州公共衛生部

<https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/Monkeypox.aspx>