



### 1. Tôi cần làm gì nếu đã bị phơi nhiễm với người mắc bệnh đậu mùa khí?

- **Theo dõi sức khỏe của mình.** Người phát bệnh đậu mùa khí thường thấy các triệu chứng xuất hiện trong vòng 7-14 ngày (có thể lên tới 21 ngày) sau khi bị phơi nhiễm. Nếu quý vị bị khởi phát các triệu chứng (xem bên dưới), hãy chuẩn bị để cách ly với những người khác.
- **Đi chích ngừa** nếu quý vị vẫn còn chưa hoàn tất loạt vắc-xin đậu mùa khí gồm hai liều. Chích ngừa một liều vắc-xin đậu mùa khí trong vòng 4 ngày sau khi bị phơi nhiễm có thể giúp quý vị phòng ngừa không bị nhiễm bệnh. Chích trong vòng 4-14 ngày sau khi bị phơi nhiễm có thể giúp sự nhiễm bệnh nhẹ bớt. Tìm hiểu thêm thông tin tại [ph.lacounty.gov/monkeypox/vaccine.htm](http://ph.lacounty.gov/monkeypox/vaccine.htm).
- **Vui lòng trả lời các cuộc gọi từ Cơ quan Y tế Công cộng.** Nếu quý vị được nêu tên là một người tiếp xúc gần với ai đó mắc bệnh đậu mùa khí, Cơ Quan Y tế Công cộng có thể sẽ liên lạc với quý vị để hỏi thăm tình trạng sức khỏe của quý vị và đề nghị chích ngừa nếu thấy phù hợp.

### 2. Tôi cần lưu ý tới những dấu hiệu hay triệu chứng nào?

Triệu chứng thường gặp nhất là phát ban mà có thể:

- Trông giống như chỗ phồng rộp, mụn mủ, mụn nước, hoặc vảy, mà sẽ phát triển qua một vài giai đoạn trước khi lành. Thông thường, phát ban bắt đầu dưới dạng các nốt đỏ, phẳng, sau đó trở thành phồng rộp. Những vết phồng rộp này sau đó sẽ tràn đầy chất dịch rồi chuyển thành mủ, cuối cùng đóng thành vảy.
- Ở trên hoặc gần bộ phận sinh dục (như dương vật, tinh hoàn, môi âm hộ và âm đạo), hậu môn, miệng, hoặc trên các bộ phận khác như bàn tay, bàn chân, ngực và mặt.
- Lan ra khắp cơ thể hoặc chỉ giới hạn tại một khu vực. Cũng có thể chỉ là một vài vết mụn nước hoặc phồng rộp.
- Gây đau và/hoặc ngứa. Một số người cảm thấy đau dữ dội, đặc biệt khi bị phát ban ở bên trong miệng hoặc hậu môn.

Ngoài phát ban, người nhiễm bệnh cũng có thể khởi phát các triệu chứng giống như bệnh cúm. Những triệu chứng này có thể xuất hiện trong vòng từ 1-4 ngày trước khi bắt đầu bị phát ban hoặc sau khi bị phát ban, bao gồm sốt/ớn lạnh, sưng hạch bạch huyết, kiệt sức, đau cơ và nhức đầu.

### 3. Người mắc đậu mùa khí có khả năng lây truyền bệnh trong bao lâu?

Người bị bệnh đậu mùa khí có thể lây truyền bệnh cho người khác trong khoảng thời gian từ khi các triệu chứng của họ khởi phát cho đến khi vết phát ban lành hẳn, các vết vảy bong hết và một lớp da mới được hình thành. Quá trình này thường mất từ 2 đến 4 tuần.

Các nhà khoa học vẫn còn đang nghiên cứu xem liệu những người bị bệnh khi không có triệu chứng có thể làm lây bệnh hay không, mức độ lây lan của bệnh như thế nào, khi nào người mắc đậu mùa khí dễ lây bệnh thông qua các giọt bắn từ đường hô hấp nhất, và những dạng tiếp xúc hay hành vi nào khác mà có thể làm tăng nguy cơ nhiễm bệnh cho mọi người. Cơ quan Y tế Công cộng sẽ tiếp tục chia sẻ với quý vị khi có thêm thông tin.



### 4. Tôi có cần phải tránh những hoạt động gì không?

Miễn là quý vị không có bất kỳ triệu chứng nào của đậu mùa khì (xem ở trên), quý vị có thể tiếp tục các hoạt động thường nhật của mình (như đi làm, đi học). Tuy nhiên, quý vị không được hiến tặng máu, tế bào, mô, sữa, tinh trùng hay nội tạng trong suốt thời gian theo dõi triệu chứng kéo dài 21 ngày.

### 5. Tôi cần làm gì nếu thấy khởi phát các dấu hiệu hay triệu chứng đậu mùa khì ?

Liên lạc ngay với bác sĩ nếu quý vị có phát ban, các vết loét hay tổn thương da mới xuất hiện ở bất kỳ nơi nào trên cơ thể và/hoặc khởi phát các triệu chứng giống bệnh cúm. Nhớ nói với bác sĩ về việc quý vị đã bị phơi nhiễm với đậu mùa khì. Che phủ tất cả vùng da phát ban và đeo khẩu trang vừa khít với khuôn mặt khi đi khám bác sĩ.

Nếu quý vị không có bác sĩ hoặc bảo hiểm y tế, hãy gọi đến Tổng đài của Sở Y tế Công cộng tại số 1-833-540-0473 (làm việc hàng ngày từ 8 giờ sáng đến 8 giờ 30 tối). Nếu quý vị bị phát ban, quý vị cũng có thể tìm đến các dịch vụ tại các Phòng khám Sức khỏe Tình dục thuộc Sở Y tế Công cộng (xem lịch làm việc [tại đây](#)).

Nếu quý vị bị phát ban mà bác sĩ nghi ngờ là do bệnh đậu mùa khì, bác sĩ sẽ làm xét nghiệm. Họ sẽ lấy mẫu bệnh phẩm từ vết loét trên da quý vị, hoặc nơi bị phát ban và gửi mẫu dịch phết đến phòng xét nghiệm bệnh đậu mùa khì.

Cho đến khi quý vị biết mình không bị bệnh đậu mùa khì, quý vị phải thực hiện các biện pháp nhằm giảm rủi ro lây lan bệnh bằng cách tránh xa những người khác. Tuân theo [Hướng dẫn Cách ly cho Người bị Đậu mùa khì](#).

### 6. Tôi cần làm gì nếu bị chuẩn đoán mắc đậu mùa khì?

Nếu quý vị được chẩn đoán mắc bệnh đậu mùa khì, quý vị cần phải cách ly để bảo vệ những người khác. Hãy làm theo [Hướng dẫn Cách ly cho Người bị bệnh Đậu mùa khì](#) có sẵn bằng nhiều ngôn ngữ trên trang [ph.lacounty.gov/monkeypox](http://ph.lacounty.gov/monkeypox).

Thông báo với (những) bạn tình và bất cứ người nào mà quý vị đã có tiếp xúc rất gần, có quan hệ thân thể gần gũi và/hoặc tiếp xúc trong thời gian kéo dài kể từ khi quý vị khởi phát các triệu chứng. Làm việc này ngay khi có thể để họ có thời gian cân nhắc việc [chích ngừa](#) (nếu như họ hiện vẫn chưa chích ngừa đậu mùa khì). Họ cũng cần trông chừng bất cứ triệu chứng nào của bệnh đậu mùa khì.

Vui lòng trả lời các cuộc gọi từ Cơ quan Y tế Công cộng. Nếu quý vị bị chuẩn đoán mắc đậu mùa khì, họ sẽ liên lạc với quý vị để hỏi về sự phơi nhiễm và các hoạt động của quý vị trước và sau khi quý vị khởi phát các triệu chứng. Điều này là để tìm hiểu xem quý vị đã bị phơi nhiễm với bệnh đậu mùa khì như thế nào và giúp xác định những người có thể đã bị phơi nhiễm.

### 7. Tôi có thể tìm thêm thông tin ở đâu?

Sở Y tế Công cộng quận Los Angeles

[ph.lacounty.gov/monkeypox](http://ph.lacounty.gov/monkeypox)

[ph.lacounty.gov/monkeypox/vaccine.htm](http://ph.lacounty.gov/monkeypox/vaccine.htm)

Các trung tâm Kiểm soát và Phòng ngừa Dịch bệnh

[cdc.gov/poxvirus/monkeypox/index.html](https://www.cdc.gov/poxvirus/monkeypox/index.html)

Bộ Y tế Công cộng Tiểu bang California

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