



ОСПА ОБЕЗЬЯН

Инструкции по изоляции для людей, зараженных оспой обезьян

Данное руководство предназначено для людей, у которых было выявлено заражение оспой обезьян, а также людей, у которых подозревается заражение оспой обезьян до момента получения отрицательного результата анализа. Для людей, находящихся в медицинских учреждениях или местах общего проживания, таких как исправительные учреждения и приюты для бездомных, разработано отдельное руководство.

Важно следовать этому руководству, чтобы защитить окружающих и снизить распространение оспы обезьян.

КАК РАСПРОСТРАНЯЕТСЯ ОСПА ОБЕЗЬЯН

Оспа обезьян передается через:

- Прямой кожный контакт с язвами или струпьями человека, зараженного оспой обезьян;
- Прямой контакт с биологическими жидкостями или выделениями из дыхательных путей человека, зараженного оспой обезьян, например с выделениями из язв на коже или слюной, которая контактировала с язвами во рту;
- Укол острым предметом (например, иглой), который касался язв или биологических жидкостей человека, зараженного оспой обезьян;
- Прикосновения к материалам (например, постельному белью, полотенцу, одежде), которые касались язв или биологических жидкостей больного человека и не были очищены/выстираны. (Примечание: по заявлению Центров контроля и профилактики заболеваний (CDC) риск заражения оспой обезьян таким образом является низким).

Больной оспой обезьян способен передавать вирус другим людям с момента возникновения симптомов и до тех пор, пока не пройдут высыпания, не отпадут струпья и не сформируется новый слой кожи. Как правило, это занимает от 2 до 4 недель.

В период беременности вирус оспы обезьян может передаваться плоду через плаценту. Вирус также может передаваться младенцу при тесном контакте во время родов и после рождения.

Для получения дополнительной информации см. ответы на часто задаваемые вопросы об оспе обезьян по адресу ph.lacounty.gov/monkeypox.

КОГДА СОБЛЮДАТЬ ИЗОЛЯЦИЮ

Вам следует соблюдать домашнюю изоляцию, если:

- У вас есть подозрение на оспу обезьян, до тех пор, пока врач не подтвердит ее отсутствие.
- Вы заражены оспой обезьян, до тех пор, пока вы не станете удовлетворять критериям для возврата к ограниченной или нормальной деятельности, как указано ниже.

Не выходите из дома, за исключением экстренных ситуаций и визитов к врачу.

Вы можете возобновить ограниченную деятельность за пределами своего дома при удовлетворении ВСЕХ следующих критериев:

- У вас отсутствовала высокая температура или респираторные симптомы в течение как минимум 48 часов без использования жаропонижающих средств; И
- За последние 48 часов на вашей коже не появилось новых поражений; И
- Все поражения кожи, которые невозможно прикрыть, зажили (отпали струпья и сформировался свежий слой кожи на пораженных участках).

Если вы отвечаете всем вышеперечисленным критериям, вы можете возобновить ограниченную деятельность за пределами вашего дома при условии, что ваша деятельность не подразумевает тесный физический контакт с



ОСПА ОБЕЗЬЯН

Инструкции по изоляции для людей, зараженных оспой обезьян

окружающими или посещение мест, вызывающих озабоченность, без крайней необходимости (см. вставку ниже). Вам следует соблюдать меры предосторожности, описанные в разделе *Меры предосторожности за пределами дома* ниже.

Возвращение на работу

Если вы отвечаете всем вышеперечисленным критериям для возобновления ограниченной деятельности за пределами вашего дома, вы можете вернуться к работе в очном порядке при условии*, что:

- Ваша работа не подразумевает прямого физического взаимодействия или контакта с окружающими, например, массаж, услуги косметологии, секс-услуги;
- Вы не работаете в местах и условиях, вызывающих озабоченность (см. вставку ниже); И
- Вы не можете работать дистанционно.

*Перед возвращением на работу узнайте у своего работодателя о наличии дополнительных требований Cal/OSHA или органов лицензирования/сертификации.

Если вы не отвечаете критериям для возвращения на работу, **вам не следует возвращаться к работе в очном порядке** до тех пор, пока вы не станете удовлетворять критериям для возобновления нормальной деятельности (см. ниже).

Возвращение в школу

Дети в возрасте 8 лет и старше, которые соответствуют всем вышеперечисленным критериям для возобновления ограниченной деятельности вне дома, могут посещать школу и другие места в очном режиме (до/после школы и т. д.), если их деятельность не предполагает тесный физический контакт с другими людьми, такой как при занятиях контактными видами спорта.

Детям младше 8 лет не следует возвращаться в детский сад или школу до тех пор, пока они не станут соответствовать критериям для возобновления нормальной деятельности (см. ниже).

Места и условия, вызывающие озабоченность

Места и условия, вызывающие озабоченность, включают в себя:

- Приюты для бездомных людей, мигрантов, временные приюты и наркологические учреждения
- Медицинские учреждения
- Государственные и местные исправительные учреждения и центры содержания под стражей
- Учреждения длительного ухода, учреждения по уходу за взрослыми и пожилыми людьми, а также оказание услуг на дому, предполагающих физический уход
- Учреждения по уходу за детьми и дошкольные учреждения, обеспечивающие уход за детьми с младенчества до дошкольного возраста, включающий тесный физический контакт во время пеленания, посещения туалета, кормления, ухода за собой и общего взаимодействия
- Школы K-12 и прочие учреждения (программы до/после школы), обеспечивающие уход за детьми школьного возраста младше 8 лет или детьми старшего возраста, уход за которыми требует тесного физического контакта, если должностные обязанности включают в себя прямой физический контакт с такими детьми

Вы можете возобновить нормальную деятельность, когда:

- Все поражения вашей кожи зажили (отпали струпья и сформировался свежий слой кожи на пораженных участках) И
- Все другие симптомы, в том числе высокая температура тела, отсутствовали в течение как минимум 48 часов без использования жаропонижающих средств.

Примечание о половом контакте: существует риск передачи оспы обезьян сексуальному партнеру даже после того, как ваши кожные поражения зажили. Это связано с тем, что вирус может оставаться в семенной жидкости и других выделениях половых органов. Если вы вступаете в половой контакт после окончания изоляции, вам рекомендуется использовать презервативы в течение 12 недель, пока у нас не появится больше информации.



ОСПА ОБЕЗЬЯН

Инструкции по изоляции для людей, зараженных оспой обезьян

ИНСТРУКЦИИ

Меры предосторожности дома

Следуйте данным инструкциям для защиты других людей в вашем доме до тех пор, пока вы не станете отвечать критериям для возобновления нормальной деятельности.

- Прикрывайте пораженные участки кожи (см. *Поражения кожи* ниже).
- Избегайте близкого контакта с людьми и животными, с которыми вы проживаете
 - По возможности спите в отдельной комнате.
 - По возможности пользуйтесь отдельной ванной комнатой. Если такой возможности нет, проводите уборку в ванной самостоятельно и выполняйте руководство на веб-странице CDC «[Уборка и дезинфекция дома, на рабочем месте и в других общественных местах](#)».
 - Сведите к минимуму время, которое вы проводите в одной комнате с другими людьми. Если вам нужно проводить время в одной комнате с человеком, с которым вы проживаете, прикройте все поражения кожи одеждой, перчатками и/или пластырями и сведите к минимуму физический контакт. Кроме того, вы и человек, с которым вы находитесь в одной комнате (возраста 2 лет и старше), должны носить плотно прилегающую маску или респиратор во время близкого продолжительного контакта (на расстоянии 6 футов/2 метров). Особенно важно избегать близкого длительного контакта с маленькими детьми и людьми, которые беременны, кормят грудью или имеют иммунодефицит, а также с людьми, которые имеют в анамнезе атопический дерматит или экзему, так как они могут быть подвержены повышенному риску развития тяжелой болезни.
- Избегайте объятий, массажа, поцелуев, сна в одной постели, а также орального, анального и вагинального полового акта или прикосновений к половым органам или анусу других людей, или прочего близкого контакта «кожа к коже» с другими людьми. Не делитесь предметами, которые вы использовали, с другими людьми или животными, включая постельное белье, полотенца, одежду, столовые приборы, кружки и электронные устройства среди прочего, если они не были очищены и продезинфицированы (см. ниже).
- Стирайте или дезинфицируйте предметы, которые вы носили или держали в руках, и очищайте и дезинфицируйте поверхности, которых вы касались участками пораженной кожи. По возможности очищайте их самостоятельно.
- Старайтесь не загрязнять мягкую мебель и прочие пористые материалы, которые нельзя постирать. Кладите на эти поверхности покрытия, водонепроницаемые на матрасники, одеяла или брезент.
- Часто очищайте руки в течение дня, особенно после прямого контакта с пораженными участками кожи. Другим членам вашего домохозяйства также следует часто очищать руки. Мойте их с мылом в течение 20 секунд или используйте дезинфицирующее средство для рук, которое содержит как минимум 60% спирта.

Советы по снижению риска распространения кожных поражений на разные части тела

- Избегайте использования контактных линз, чтобы предотвратить распространение инфекции на глаза.
- Не брейте те части тела, на которых есть поражения кожи/сыпь.

Уборка, дезинфекция и утилизация отходов

- **Стирку** (например, постельного белья, полотенца, одежды) можно проводить в обычной стиральной машинке с теплой водой и порошком. Грязное белье нельзя встряхивать или обращаться с ним так, чтобы это могло привести к рассеиванию заразных частиц.
 - Если другие люди должны заниматься вашим нестиранным бельем, для снижения риска заражения им следует носить одноразовые перчатки и плотно прилегающую маску, а также прикрывать любые открытые участки кожи, которые могут иметь контакт с нестиранным бельем.



ОСПА ОБЕЗЬЯН

Инструкции по изоляции для людей, зараженных оспой обезьян

- **Очищайте и дезинфицируйте предметы, к которым часто прикасаются.** Если другие люди должны заниматься этим, им следует носить как минимум одноразовые перчатки и респиратор.
 - **Посуду и столовые приборы** следует мыть в посудомоечной машине или вручную с теплой водой и средством для мытья посуды.
 - **Загрязненные поверхности** следует очищать и дезинфицировать. Можно использовать многие обычные бытовые чистящие/дезинфицирующие средства. Список дезинфицирующих средств, зарегистрированных в EPA, доступен на [веб-сайте EPA](#).
 - Ознакомьтесь с инструкциями производителя. Убедитесь, что средство подходит для поверхности.
 - Предварительно очистите поверхность с мылом и водой, если в инструкциях упоминается предварительная чистка или если поверхность заметно грязная. Наличие загрязнения может снизить эффективность дезинфицирующего средства.
 - Следуйте инструкциям по продолжительности контакта. Поверхность должна оставаться влажной в течение указанного периода времени, чтобы средство оказалось эффективным. Нанесите средство повторно при необходимости.
- **Мусор/отходы:** Поставьте мусорную корзину с мешком в комнате, где вы соблюдаете изоляцию, чтобы выбрасывать перчатки, пластыри, бумажные полотенца и другой мусор. Герметично упакуйте мешок и выбросьте его в мусорку. Надевайте перчатки при утилизации мусора.

Для получения дополнительной информации, а также рекомендаций по уборке во время и после болезни оспой обезьян, ознакомьтесь с руководством CDC «[Уборка и дезинфекция дома, на рабочем месте и в других общественных местах](#)».

Поражения кожи

Если вы проживаете или вступаете в контакт с другими людьми, максимально прикрывайте незажившие участки пораженной кожи.

- Прикрывайте участки пораженной кожи одеждой или куском марли, зафиксировав его лейкопластырем или полупроницаемой повязкой (которая пропускает воздух, но не жидкость), например, Tegaderm™ с марлевой подушечкой или чем-то подобным.
- Надевайте перчатки, чтобы прикрыть поврежденную кожу рук.
- Не допускайте того, чтобы вашей поврежденной кожи касались другие люди или предметы, которые могут быть использованы другими людьми.
- Следуйте рекомендациям лечащего врача по уходу за пораженными участками. Обратитесь за медицинской помощью, если вы заметите какие-либо признаки вторичной бактериальной инфекции, в том числе высокую температуру тела, гной, а также жар, покраснение и отек кожи вокруг очагов поражения.
- По возможности меняйте повязки самостоятельно – наденьте одноразовые перчатки и вымойте руки, как только избавитесь от перчаток. Если с очисткой или перевязкой пораженных участков кожи вам помогает другой человек, ему следует надеть по меньшей мере одноразовые перчатки, одежду с длинными рукавами и плотно прилегающую маску или респиратор. Любую одежду, которая соприкасается с кожными поражениями во время смены повязки, следует немедленно постирать. Информацию об утилизации загрязненных отходов (например, повязок, перчаток) см. выше.

Маски и респираторы

Носите респиратор или плотно прилегающую маску при контакте с другими людьми до тех пор, пока не заживут все кожные поражения и не пройдет как минимум 48 часов с момента исчезновения прочих симптомов.

Вирус оспы обезьян может передаваться через респираторные выделения. Вам рекомендуется носить плотно прилегающую маску или респиратор во время пребывания рядом с другими людьми, пока вы являетесь заразным. Кроме того, для дополнительной защиты людям, с которыми вы проживаете, рекомендуется носить плотно



ОСПА ОБЕЗЬЯН

Инструкции по изоляции для людей, зараженных оспой обезьян

прилегающую маску или респиратор, если они будут находиться в близком контакте с вами. Респираторы N95, KN95 и KF94 обеспечивают наилучшую защиту.

Домашние животные

Домашние животные способны заразиться вирусом через тесный контакт с инфицированным человеком и передавать вирус другим. Избегайте тесного контакта с животными или домашними питомцами и выполняйте руководство на веб-странице CDC [Домашние животные](#), если у вас есть домашний питомец. Контакты включают в себя ласки, объятия, поцелуи, облизывание, совместное использование спальных мест и совместный прием пищи.

Если вам нужно выгуливать вашего питомца на улице, полностью закройте поражения кожи/сыпь на теле одеждой, перчатками и/или пластырями и носите плотно прилегающую маску, когда находитесь за пределами дома.

Меры предосторожности за пределами дома

Если вы соблюдаете изоляцию дома, но вам необходимо выйти в экстренной ситуации или для визита к врачу:

- Управляйте автомобилем самостоятельно, если можете. Если общественный транспорт или совместные поездки — ваш единственный вариант, старайтесь избегать оживленного общественного транспорта. Держитесь как можно дальше от окружающих и открывайте окна.
- Прикрывайте незажившие раны одеждой или повязками (см. *Поражения кожи* выше).
- Всегда надевайте плотно прилегающий респиратор или маску при контакте с другими людьми (см. *Маски и респираторы* выше).
- Часто мойте руки водой с мылом или используйте дезинфицирующее средство для рук на спиртовой основе и избегайте прямого контакта с пораженными участками кожи.

Если вы отвечаете всем *критериям* для возобновления ограниченной деятельности за пределами дома:

- Соблюдайте меры предосторожности, перечисленные выше
- Не участвуйте в мероприятиях, предполагающих тесный физический контакт (например, массаж, уход за кожей и т. д.), и не посещайте места, вызывающие озабоченность, без крайней необходимости (см. вставку выше)
- Не делитесь полотенцами или другими личными вещами с другими людьми
- Избегайте людных мест, таких как бары, клубы, вечеринки, сауны и бани
- Избегайте прямого контакта «кожа к коже» или интимного физического контакта с другими людьми, включая поцелуи, объятия и сексуальные контакты.

Расскажите своим близким контактам о том, что они могли подвергнуться воздействию вируса

Свяжитесь со своими сексуальными партнерами и любимыми людьми, с которыми у вас был очень близкий, интимный и/или длительный контакт с момента появления ваших симптомов. Сделайте это как можно скорее, чтобы они могли рассмотреть возможность [вакцинации](#) (если они еще не были вакцинированы от оспы обезьян). Вакцинация после контакта с вирусом может предотвратить оспу обезьян или облегчить течение болезни. Они также могут следить за состоянием здоровья на предмет появления симптомов оспы обезьян.

Отвечайте на звонки от Службы общественного здравоохранения

Пожалуйста, отвечайте на звонки от Службы общественного здравоохранения, которая свяжется с вами, чтобы спросить вас о вашей деятельности до и после того, как у вас появились симптомы. Это необходимо для того, чтобы попытаться выяснить, как вы могли заразиться оспой обезьян, а также помочь выявить других людей, которые могли подвергнуться воздействию вируса. Вас также спросят о том, нуждались ли вы в лечении или пришлось ли вам обратиться в больницу.



ОСПА ОБЕЗЬЯН

Инструкции по изоляции для людей, зараженных оспой обезьян

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

Посетите веб-сайт ph.lacounty.gov/monkeypox или веб-страницу Центров по контролю и профилактике заболеваний об оспе обезьян [Когда вы больны](#) для получения дополнительной информации.

Если у вас нет врача или есть вопросы об изоляции, позвоните в Колл-центр Службы общественного здравоохранения по номеру 1-833-540-0473, который доступен ежедневно с 8:00 до 20:30.

