

குரங்கம்மை - நீங்கள் தெரிந்து கொள்ள வேண்டியது

குரங்கம்மை என்றால் என்ன?

குரங்கம்மை -Monkeypox (MPX) என்பது குரங்கு பாக்ஸ் வைரஸால் ஏற்படும் ஒரு வைரஸ் நோய் தொற்று ஆகும். நடந்துகொண்டிருக்கும் 2022-ஆம் ஆண்டில் பல நாடுகளில் குரங்கம்மை நோய் பெரும்பாலும் ஒரினச்சேர்க்கையாளர்கள் மற்றும் MSM - க்கு பெரும்பாலும் பாதித்துள்ளது.

இந்த நோய்த்தொற்று அலை ஐரோப்பாவில் பெரிய ஒரின சேர்க்கையாளர்களின் விருந்துகள் அல்லது ரேவ்களில் இருந்து தொடங்கியது. தற்போது சிங்கப்பூர் உட்பட நாற்பதுக்கும் மேற்பட்ட நாடுகளில் பரவியுள்ளது.



MPX இன் அறிகுறிகள் நோய்த்தொற்றிலிருந்து சுமார் 2 வாரங்களுக்கு முன்பு தொடங்குகின்றன. மேலும் பின்வருவனவற்றை உள்ளடக்குகின்றன:



• உடலில் கொப்புளங்களுடன் கூடிய சொறி, குறிப்பாக பிறப்புறுப்பு பகுதியைச் சுற்றியும் ஆசனவாயைச் சுற்றியும்

• இடுப்புப் பகுதிகளில் வீங்கிய நிணநீர் சுரப்பிகள்

• தசை வலிகள்
• குறைந்த ஆற்றல்
• தலைவலி
• காய்ச்சல்

MPX நோயால் பாதிக்கப்பட்ட நபர்கள் பொதுவாக 2-4 வாரங்களுக்குள் குணமடைவார்கள். இருப்பினும்,

குரங்கம்மை சிக்கல்கள் ஏற்படலாம் மற்றும் இரண்டாம் நிலை நோய்த்தொற்றுகள், மூச்சுக்குழாய் நிமோனியா (நுரையீரல் தொற்று), செப்சிஸ் (இரத்த ஓட்டத்தில் தொற்று), மூளையழற்சி (மூளைத் தொற்று) மற்றும் பார்வை இழப்புடன் கார்னியாவின் தொற்று ஆகியவை அடங்கும். MPX-ல் இருந்து குறைந்த எண்ணிக்கையிலான மக்கள் இறக்க நேரிடும்.

குரங்கம்மை - நீங்கள் தெரிந்து கொள்ள வேண்டியது

MPX என்பது பாலியல் ரீதியாக பரவும் நோய்த்தொற்றா (STI)? இது எவ்வாறு பரவுகிறது?

MPX ஒரு STI ஆகும், ஏனென்றால் இது உடலுறவின் போது பரவும்.
இருப்பினும், இது பாலியல் அல்லாத சூழ்நிலைகளிலும் பரவுகிறது.

MPX வைரஸ் பின்வரும் வழிகளில் பரவுகிறது:



தோலில் இருந்து தோலுக்கு தொடர்பு

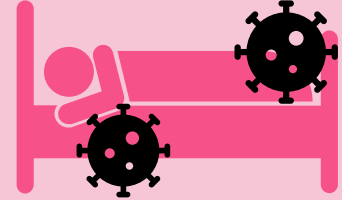
- உடலுறவின் போது
- நடன நிகழ்வுகள், திருவிழாக்கள் போன்ற நெரிசலான பகுதிகளில் மற்றவர்களுக்கு எதிராக தேய்த்தல்

- அசுத்தமான பொருட்களுடன் தொடர்புகொள்வது (உதாரணமாக, கைத்தறி, படுக்கை, மின்னணுவியல், ஆடை, செக்ஸ் பொம்மைகள்) பரவும் அபாயத்தை ஏற்படுத்தலாம்.



நேருக்கு நேர் தொடர்பு

- முத்தத்தில் இருந்து சுவாசத் துளிகள்
- நெரிசலான அமைப்புகளில் பாதிக்கப்பட்ட நபர்களுடன் நெருங்கிய தொடர்பு



சில சூழ்நிலைகளில் வேகமாக பரவுவது குறித்து நாங்கள் கவலைப்படுகிறோம்



வளாகத்தில் செக்ஸ் நடக்கும் இடங்கள் மற்றும் செக்ஸ் பார்ட்டிகள் நெருங்கிய உடல் மற்றும் பாலியல் தொடர்பு ஏற்படும் saunas மற்றும் செக்ஸ் கிளப் போன்ற இடங்கள் MPX பரவுவதற்கான அதிக வாய்ப்பு உள்ளது.

உடலுறவின் போது ஆணுறை அணிவது உங்களை HIV, gonorrhoea மற்றும் syphilis போன்ற STI களில் இருந்து பாதுகாக்கும் ஆனால் MPX இலிருந்து அல்ல. அதேபோல், HIV PrEP உங்களை MPX இலிருந்து பாதுகாக்காது.

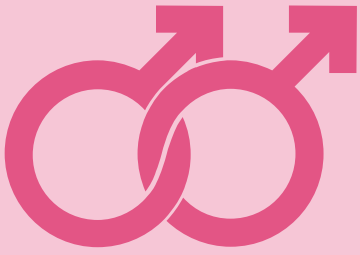
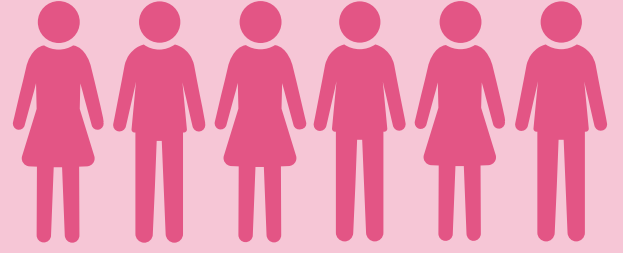
குரங்கம்மை - நீங்கள் தெரிந்து கொள்ள வேண்டியது



குரங்கம்மை ஒரு 'ஒரினச்சேர்க்கை நோய்' அல்ல

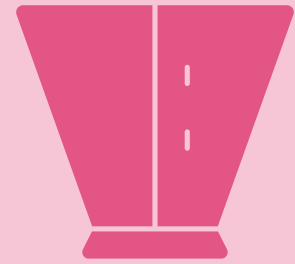


MPX ஒரு 'ஒரினச்சேர்க்கை நோய்' அல்ல, மேலும் ஒரினச்சேர்க்கையாளர்கள் மற்றும் பிற MSMகளுக்கு நோய் தோற்றுவதால் குற்றம் சாட்டப்படவோ வெட்கப்படவோ கூடாது. இது யாரையும் பாதிக்கக்கூடியது.



ஒரினச்சேர்க்கையாளர்களுக்கு மட்டுமே MPX பாதிக்கும் என்றோ எளிதில் பாதிக்கும் என்றோ வைரஸைப் பரப்புவதற்கான அதிக வாய்ப்பு உள்ளது என்றோ எதுவும் இல்லை.

களங்கம் எதிர்மறையானது. MPX நோயால் பாதிக்கப்பட்டிருப்பது வெட்கப்படுவதற்கு ஒன்றுமில்லை மற்றும் குறிப்பிட்ட பாலியல் நோக்குநிலையுடன் தொடர்புடையது அல்ல.



களங்கத்தை எதிர்த்துப் போராடுவதன் மூலமும், துல்லியமான தகவலைப் பகிர்வதன் மூலமும், அறிகுறிகளில் கவனம் செலுத்துவதன் மூலமும், மற்றும் கண்டறியப்பட்டால், உங்கள் சுகாதார வழங்குநரின் பரிந்துரைகளைப் பின்பற்றுவதன் மூலமும் நீங்கள் உதவலாம்.

குரங்கம்மை - நீங்கள் தெரிந்து கொள்ள வேண்டியது

குரங்கம்மை (MPX) அபாயத்தைக் குறைப்பது எப்படி?

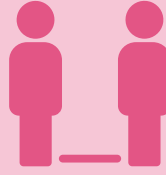
• MPX ஐப் பற்றி அறிந்துகொள்ளுங்கள் மற்றும் உலக அளவில் அதன் வளர்ச்சியைப் பற்றித் நம்பகமான தகவல் மூலங்களிலிருந்து (AfA மற்றும் NCID போன்றவை) தெரிந்துகொள்ளுங்கள்.



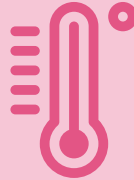
• அறிகுறிகளைக் கொண்ட எவருடனும் தோலிலிருந்து தோல் அல்லது நேருக்கு நேர் தொடர்பு கொள்வதைத் தவிர்க்கவும்



• அறிகுறிகளில் குறிப்பாக நீங்கள் சமீபத்தில் குரங்கு பாக்ஸால் பாதிக்கப்பட்ட அல்லது பாதிக்கப்பட்ட ஒருவருடன் உடல் ரீதியாகவோ அல்லது பாலியல் ரீதியாகவோ தொடர்பு கொண்டிருந்தால் விழிப்புடன் இருங்கள்,



- வெப்பமானி மூலம் உங்கள் வெப்பநிலையை சரிபார்க்கவும்
- உங்கள் தோல், வாய்வழி குழி மற்றும் உங்கள் பிறப்புறுப்பு மற்றும் குதப் பகுதிகளை (தேவைப்பட்டால் கண்ணாடியைப் பயன்படுத்தி) ஏதேனும் சிவத்தல், கொப்புளங்கள் அல்லது வெடிப்புகள் உள்ளதா என பரிசோதிக்கவும்.



• நீங்கள் ஆரம்ப அறிகுறிகள் மற்றும் அறிகுறிகளை அனுபவித்தால், உதாரணமாக, காய்ச்சல், அனோஜெனிட்டல் பகுதியைச் சுற்றி கொப்புளங்கள், சோர்வு, விரிவாக்கப்பட்ட நிணநீர் முனைகள், நீங்கள் GP, DSC கிளினிக் அல்லது NCID இல் மருத்துவ உதவியை நாட வேண்டும்.

• உங்களைத் தனிமைப்படுத்திக் கொண்டு, உங்களுக்கு அறிகுறிகள் இருந்தால், சுகாதாரப் பணியாளரிடம் பேசுங்கள்

• அறிகுறிகள் உள்ள ஒருவருடன் நீங்கள் நெருங்கிய தொடர்பில் இருந்தால் முகமூடி அணியுங்கள்

• உடலுறவுப் பொம்மைகள், கியர் மற்றும் ஆடைகள் உட்பட, கைகள், பொருள்கள் மற்றும் மேற்பரப்பைத் தொடர்ந்து தொட்டு அல்லது கையாளுதல்



நினைவில் கொள்ளுங்கள் - களங்கமும் அறியாமையும் உதவாது! MPX மற்றும் ஒரினச்சேர்க்கை மற்றும் MSM சமூகம் பற்றிய முன்சூட்டிய கருத்துக்களை எதிர்த்துப் போராடுங்கள்

