

मंकीपाँक्स लक्षणों की निगरानी

(Mpox Symptom Monitoring)

यदि आप मंकीपाँक्स के संपर्क में आए हैं, तो 21 दिनों के लिए संकेतों और लक्षणों की निगरानी करें।

मंकीपाँक्स निकट (अक्सर त्वचा से त्वचा) संपर्क के द्वारा किसी को भी संक्रमित कर सकता है। इसमें घनिष्ठ संपर्क (चुंबन, छूना, किसी भी प्रकार की यौन क्रिया) शामिल है। यदि आपके साथी को मंकीपाँक्स है, तो जब तक सभी फोड़े ठीक न हो जाएं और त्वचा की एक नई परत न बन जाए तब तक यौन क्रिया से या घनिष्ठ संपर्क करने से बचें।

सामान्य घरेलू सफाई उत्पादों और कीटाणुनाशकों का उपयोग उन सभी सतहों और सामग्रियों को धोने के लिए किया जाना चाहिए जिन्हें मंकीपाँक्स संक्रमित व्यक्ति द्वारा छुआ गया हो, उसके बाद हाथ धोने चाहिए। याद से वे सभी बिस्तर, तौलिये या कपड़े धोएं जिनका संक्रामक फुंसियों या शरीर के तरल पदार्थों के साथ संपर्क हुआ हो।



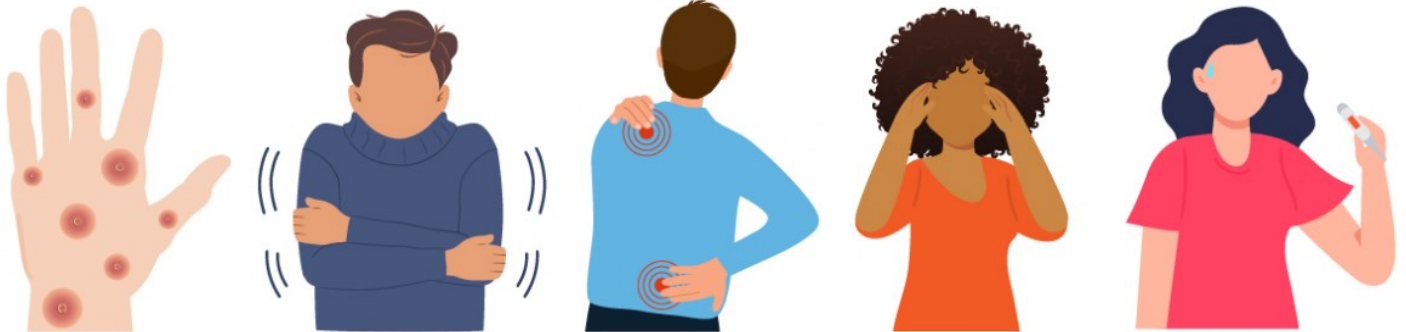
संकेतों और लक्षणों के बारे में जानें

• सामान्य लक्षणों में शामिल हैं:

- बुखार या ठंड लगना
- सूजी हुई लिम्फ नोड्स
- त्वचा पर या मुंह में सख्त, गोल, तरल पदार्थ या पीप से भरे घावों के साथ फुंसियाँ (आमतौर पर संक्रमण की जगह पर)

कुछ लोगों में बिना अन्य लक्षणों के फुंसियाँ विकसित होती हैं। लक्षण आमतौर पर वायरस के संपर्क में आने के 4-14 दिनों बाद शुरू होते हैं।

- यदि लक्षण शुरू होते हैं, तो तुरंत किसी स्वास्थ्य सेवा प्रदाता से संपर्क करें और दूसरों से दूर रहें। यदि आप किसी स्वास्थ्य सेवा प्रदाता तक नहीं पहुंच सकते, तो 211 या 877-947-2211 डायल करें, या अपना ZIP ज़िप कोड 898-211 पर टेक्स्ट करें। 211 Wisconsin आपके नजदीकी स्वास्थ्य सेवा प्रदाता को खोजने में निःशुल्क गोपनीय सहायता प्रदान कर सकता है।
- यदि आप में कोई चिंताजनक लक्षण विकसित नहीं होते हैं, तो आप काम पर जाने या स्कूल जाने जैसी दैनिक गतिविधियों को जारी रख सकते हैं।





हर सुबह और हर रात अपने तापमान और लक्षणों को रिकॉर्ड करने के लिए इस फॉर्म का उपयोग करें। यदि लक्षण शुरू होते हैं, तो तुरंत किसी चिकित्सक से संपर्क करें और दूसरों से दूर रहें।

दिन 1

लक्षण	तापमान
सुबह	सुबह
शाम	शाम

दिन 5

लक्षण	तापमान
सुबह	सुबह
शाम	शाम

दिन 2

लक्षण	तापमान
सुबह	सुबह
शाम	शाम

दिन 6

लक्षण	तापमान
सुबह	सुबह
शाम	शाम

दिन 3

लक्षण	तापमान
सुबह	सुबह
शाम	शाम

दिन 7

लक्षण	तापमान
सुबह	सुबह
शाम	शाम

दिन 4

लक्षण	तापमान
सुबह	सुबह
शाम	शाम

यदि लक्षण शुरू होते हैं, तो तुरंत किसी चिकित्सक से संपर्क करें और दूसरों से दूर रहें। अपने आस-पास स्वास्थ्य देखभाल खोजने में सहायता के लिए, 211 डायल करें।





हर सुबह और हर रात अपने तापमान और लक्षणों को रिकॉर्ड करने के लिए इस फॉर्म का उपयोग करें। यदि लक्षण शुरू होते हैं, तो तुरंत किसी चिकित्सक से संपर्क करें और दूसरों से दूर रहें।

दिन 8

लक्षण	तापमान
सुबह	सुबह
शाम	शाम

दिन 12

लक्षण	तापमान
सुबह	सुबह
शाम	शाम

दिन 9

लक्षण	तापमान
सुबह	सुबह
शाम	शाम

दिन 13

लक्षण	तापमान
सुबह	सुबह
शाम	शाम

दिन 10

लक्षण	तापमान
सुबह	सुबह
शाम	शाम

दिन 14

लक्षण	तापमान
सुबह	सुबह
शाम	शाम

दिन 11

लक्षण	तापमान
सुबह	सुबह
शाम	शाम

यदि लक्षण शुरू होते हैं, तो तुरंत किसी चिकित्सक से संपर्क करें और दूसरों से दूर रहें। अपने आस-पास स्वास्थ्य देखभाल खोजने में सहायता के लिए, 211 डायल करें।





हर सुबह और हर रात अपने तापमान और लक्षणों को रिकॉर्ड करने के लिए इस फॉर्म का उपयोग करें। यदि लक्षण शुरू होते हैं, तो तुरंत किसी चिकित्सक से संपर्क करें और दूसरों से दूर रहें।

दिन 15

लक्षण	तापमान
सुबह	सुबह
शाम	शाम

दिन 19

लक्षण	तापमान
सुबह	सुबह
शाम	शाम

दिन 16

लक्षण	तापमान
सुबह	सुबह
शाम	शाम

दिन 20

लक्षण	तापमान
सुबह	सुबह
शाम	शाम

दिन 17

लक्षण	तापमान
सुबह	सुबह
शाम	शाम

दिन 21

लक्षण	तापमान
सुबह	सुबह
शाम	शाम

दिन 18

लक्षण	तापमान
सुबह	सुबह
शाम	शाम

मंकीपॉक्स के लिए आपकी निगरानी अवधि अब समाप्त हो गई है।

