

사교 모임, 안전한 섹스, 그리고 Mpox(원숭이 두창)

Mpox(원숭이 두창)란 무엇인가요?

Mpox는 발진이 포함하여 여러분을 아프게 할 수 있으며, 때로는 독감과 같은 질병이 있습니다. 이 바이러스는 성관계를 포함한 긴밀한 개인적 접촉을 통해 전파될 수 있습니다. 여기 Mpox는 퍼질 수 있는 공간에서 건강하게 지낼 수 있는 현명한 선택을 하는 데 도움이 되는 최신 정보가 있습니다.

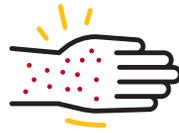
어떻게 퍼지나요?

Mpox는 다음과 같이 가까운, 개인적인 또는 피부 대 피부 접촉을 통해 누구에게나 전염될 수 있습니다:

- ▶ Mpox에 걸린 사람의 발진, 통증 또는 딱지에 직접 접촉. 보건 전문가들은 이것이 현재 미국에서 Mpox는 퍼지고 있는 가장 흔한 방법이라고 믿고 있습니다.
- ▶ Mpox에 걸린 사람이 사용한 의류, 침구 또는 수건과 같은 물질과 직접 접촉.
- ▶ Mpox에 걸린 사람과의 키스 및 장기간 대면 접촉을 통한 호흡기 비말 또는 타액과의 긴밀한 접촉.
- ▶ 임신한 사람은 임신 중에 태아에게 바이러스를 전파할 수 있습니다.

이러한 유형의 접촉은 다음 중에 발생할 수 있습니다:

- ▶ Mpox에 걸린 사람의 구강, 항문, 질 성교 또는 생식기(음경, 고환, 음순, 질) 또는 항문을 만지는 행위.
- ▶ 포옹, 마사지 및 키스.
- ▶ Mpox에 감염된 사람이 성관계 중에 사용한 침구, 수건, 페티시 기어, 섹스 토이 등 소독되지 않은 원단이나 물건을 만지는 경우.



어떻게 퍼지지 않나요?

- ▶ 이 바이러스는 공기 중에 머무르는 것으로 알려져 있지 않으며 Mpox를 가진 사람과 영공을 공유하는 짧은 시간 동안 전파되지 않습니다.
- ▶ 아무렇지도 않게 이야기하거나, Mpox에 걸린 사람이 지나가거나, 문손잡이와 같은 물건을 만짐으로써 전파되는 것으로는 보이지 않았습니다.

어떤 증상이 있나요?

- ▶ 증상은 보통 바이러스와 접촉한 후 2주 이내에 시작됩니다.
- ▶ Mpox에 걸린 대부분의 사람들은 발진이나 염증에 걸릴 것입니다. 어떤 사람들은 독감과 비슷한 증상이 나타나기 전에 발진이나 통증을 느낍니다.
 - 독감과 비슷한 증상으로는 발열, 두통, 근육통, 요통, 부은 분비선, 오한, 피로 등이 있습니다.
 - 발진이나 염증은 손, 발, 가슴, 얼굴, 음경 또는 입 안이나 질, 항문에 있을 수 있습니다.
 - 그 상처는 여드름이나 물집처럼 보일 수 있고, 아프거나 가려울 수 있습니다. 그들은 치유되기 전에 딱지를 포함한 여러 단계를 겪을 것입니다.
- ▶ Mpox은 증상이 시작될 때부터 딱지를 포함한 모든 상처가 아물고 새로운 피부층이 형성될 때까지 퍼질 수 있습니다. 몇 주가 걸릴 수 있습니다.

야회, 파티, 클럽, 축제와 같이 친밀한, 개인적인, 또는 피부 대 피부 접촉이 있는 모임에서 Mpox에 걸릴 가능성을 어떻게 낮출 수 있습니까?

- ▶ 예방접종은 Mpox 확산을 막는 데 중요한 도구입니다. 백신은 심각한 질병, 입원 및 사망을 예방하는 데에도 효과적일 수 있습니다. 가장 좋은 보호 효과를 얻으려면 두 번의 백신을 모두 접종하세요. 귀하에게 mpox 백신이 권장되는지 알아보려면 의료 서비스 제공자와 상의하세요.
- ▶ 어떤 모임이나 행사에서 얼마나 가까운, 개인적인, 피부와 피부가 접촉할 가능성이 있는지 고려하십시오.
- ▶ 사람들이 옷을 완전히 입고 피부 대 피부 접촉을 할 가능성이 없는 모임이나 행사는 더 안전합니다 (Mpox의 확산 가능성이 적음). Mpox를 퍼뜨릴 수 있는 키스, 포옹, 마사지 또는 성관계와 같은 활동에 유의하십시오.
- ▶ 최소한의 의복과 직접적이고 개인적인 피부 대 피부 접촉이 있는 모임은 Mpox를 퍼뜨릴 가능성이 있습니다. 다른 사람에게 보이는 발진이나 염증을 피하고 가능하면 피부 대 피부 접촉을 최소화합니다.
- ▶ 뒷방, 사우나, 섹스 클럽과 같이 옷을 거의 입지 않거나 성관계가 발생할 수 있는 공간은 Mpox를 퍼뜨릴 가능성이 더 높습니다.

성관계 중 Mpox에 걸릴 위험을 낮추려면 어떻게 해야 하나요?

- ▶ 최근 병에 대해 파트너와 상의하세요.
 - ▶ 생식기와 (음경, 고환, 음부, 질) 항문을 포함하여 여러분이나 파트너의 몸에 새로운 통증이나 발진이 있는지 알아두세요.
 - ▶ 만약 당신이나 파트너가 최근에 아팠거나, 지금 아프거나, 새로운 발진이나 통증이 있다면, 구강, 항문 또는 질 성관계를 포함하여 개인적으로 가까운 접촉을 하지 말고, 의료 기관에 전화하십시오.
 - ▶ 만약 여러분이나 파트너가 Mpox에 걸렸다면, 여러분과 다른 사람들을 보호하는 가장 좋은 방법은 여러분이 아픈 동안, 특히 여러분이나 파트너가 발진이나 염증을 가지고 있다면, 구강, 항문, 질 성교를 포함한 가까운, 개인적인 접촉을 하지 않는 것입니다. 침구류, 수건, 페티쉬 장비, 섹스 장난감, 칫솔과 같은 것들을 공유하지 마세요.
- 당신이나 당신의 파트너가 Mpox에 걸렸거나 걸렸을 수 있다고 생각되는 경우, 성관계를 갖기로 결정했다면, 바이러스 확산 가능성을 낮추는 방법은 다음과 같습니다:
- ▶ 직접 접촉하지 않고 가상 섹스를 합니다.
 - ▶ 서로 만지지 않고 최소 6피트 거리에서 함께 자위하세요.
 - ▶ 옷에 성관계를 가지거나 발진이나 염증을 가려서 피부 대 피부 접촉을 줄이세요.
 - ▶ 키스를 피하세요.
 - ▶ 성관계 후에는 손, 페티쉬 장비, 섹스 장난감 및 모든 직물 (침대, 수건, 의류)을 씻으십시오. tinyurl.com/ybstmemu 에서 섹스 장난감 세척에 대한 유용한 팁을 찾아보세요.
 - ▶ 파트너의 수를 제한해서 Mpox를 퍼뜨릴 가능성을 낮추세요.

몸이 아프거나 발진이나 통증이 있는 경우 **모임에 참석하지 말고** 의료 서비스 제공업체에 문의하십시오. 의료 보험 제공자나 건강보험이 없는 경우, health.maryland.gov/CSTIP/local 을 방문하여 가까운 의료 부서를 찾아보십시오

만약 의료 서비스 제공자가 당신에게 당신이 Mpox에 걸렸다고 말했다면, 지난 21 일 동안 가까운, 개인적인, 또는 성적인 접촉을 한 사람들에게 대해 질문을 받을 수 있습니다. 이는 Mpox 확산을 막는 데 도움이 됩니다.

