

# Je, napaswa kufanya nini ikiwa nimekuwa katika hatari ya kuambukizwa?

## HOMA YA NYANI (MONKEYPOX)

### Mtu wa karibu nami alibainishwa kuwa na homa ya nyani, ninahitaji kujua nini ili kujilinda na kuwalinda wengine?

Hatari kwa umma ni ndogo kwa ujumla, hata hivyo, mtu yeyote ambaye amekuwa na mgusano wa karibu na mtu ambaye ana homa ya nyani anaweza kupata ugonjwa huo, bila kujali jinsia au mwelekeo wa kimapenzi. Hadi kufikia sasa, kesi nyingi zimekuwa kwa wanaume wanaofanya mapenzi na wanaume (MSM), lakini kila mtu anapaswa kuchukua tahadhari ili kuzuia maambukizi.

### Je, ninapaswa kufuatilia ishara au dalili zipi?

Unapaswa kufuatilia dalili zifuatazo baada ya kuwa katika hatari ya kuambukizwa:

- Dalili zinazofanana na za homa ikiwa ni pamoja na joto la homa, maumivu ya kichwa, maumivu ya misuli na mgongo, maumivu kwenye koo, kikohozi, kuvimba kwa nodi za limfu, baridi au uchovu.
- Vipele katika au karibu na viungo vya uzazi au mkundu lakini pia vinaweza kuwa kwenye maeneo mengine kama mikono, miguu, kifua au uso.



Utambuzi wa Umiliki wa Picha: CDC

### Dalili zinaweza kuanza hadi wiki 3 baada ya kuambukizwa virusi hivyo.

Unaweza kukabiliwa na zote au chache tu kati ya dalili za homa ya nyani lakini watu wengi hushikwa na vipele.

### Chanjo ya Homa ya Nyani

Ikiwa umetambuliwa kuwa mtu aliyekuwa na mgusano wa moja kwa moja na kisa cha homa ya nyani au mtu ambaye huenda alikuwa katika hatari ya kuambukizwa kutokana na kesi ya homa ya nyani, huenda ukastahiki kupokea chanjo.

### Je, ninahitaji kwenda karantini?

Hapana, ikiwa ulikuwa katika hatari ya kuambukizwa au ulitambuliwa kama mtu aliyekuwa na mgusano wa karibu na mtu aliyebainishwa kuwa na homa ya nyani, huhitaji kwenda karantini. Unapaswa kujifuatilia kwa dalili za homa ya nyani kwa wiki 3 baada ya kuwa katika hatari ya kuambukizwa.



Ikiwa utakuwa na dalili, wasiliana na mtoa huduma wako wa afya kwa tathmini zaidi.

Kwa taarifa zaidi kuhusu mlipuko, tembelea [CDC.gov/Monkeypox](https://www.cdc.gov/Monkeypox) au [Michigan.gov/MPV](https://www.michigan.gov/MPV).

Ilisasiswa Julai 29, 2022