

健康週報

【與猴痘相遇 我該怎麼做】

發行日期：112年10月16日

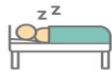
經過上週對於猴痘的介紹，相信你已經對猴痘有了基本的認知了，但是如果真的遇到猴痘了，我該怎麼保護自己及怎麼保護我的家人呢?!

猴痘 MPOX 痘 居家自我照顧指引

如何照顧自己



- 盡量不要摸或抓撓皮疹
- 不小心接觸到皮疹，請用肥皂和水洗手，或使用含酒精成分的乾洗手液洗手
- 不要刺破水泡或刮擦皮疹
- 定期修剪指甲，以避免無意中刮傷皮疹
- 保持皮疹乾燥
- 口腔內的皮疹，可用鹽水沖洗或使用含有氯己定的漱口水，保持口腔衛生
- 可溫水坐浴，以減輕不適



如何保護他人



- 應與同住家人之衣物或物品分開清洗
- 使用一般洗衣劑與洗程清潔
- 避免使用經濟、省水或快洗模式

若您無法避免與他人接觸時，您還可以……



資料來源：衛生福利部疾病管制署

