



## Tumwun Me Non Imw ren Ewe Monkeypox (hMPXV)

Napengeni aramas, ir mei pwisin chikar seni monkeypox (hMPXV) non imwer. Mei wor ekkoch mwokutukut en mei tongeni fori me non imwomw pwe kopwe kinamwei non omw fetan ngeni kopwe chikar sefan. Ekkei mwokutukut kopwe fori, mei anongonong won met esisinnen ei semwen ke mefi, ifa ukuukun omw metek, me ian won inisumw ke kinas ika ttir.

**Ika ekkei mwokutukut ese anisuk, kapas ngeni noumw tokter ren met aninnis mei pwan kawor ngonuk.** Meni mei pwan wor met repwe awora ngonuk ren safei me pwan met kopwe fori ren omw metek ika ren omw ttir.

Ika epwe watte ngonuk semwenin monkeypox, mei auchea omw kopwe soun cheki met semwen ke mefi, me no ngeni omw nenien safei ika epwe anisuk. Mei pachenong ekkewe aramas mei:

- Urir HIV ika pwan ew sokkun semwen mei apwangapwanga nour monun fiiu ngeni semwen
- Kukkun seni ier 8
- Pwopwo ika oupwu nour
- Wor ar semwenin unuchar. Mei pachenong kinin kuchua ika semwenin unuchar e pwoi inisir ren.

Chouchoun semwen ren monkeypox mei pachenong:

- Watte pwichikar
- Mwitir ne chommongono kinasen won inis
- Osukosuk non ekiek
- Keono uwar
- Weires ngasangas
- Maan kawakaw
- Feiseni
- Mwus

Mwitir ne kokkori nomw tokter ika pwe e wattenno omw semwen ika omw kinas e fori met kopwe wekkak ne mwongo, mommot, ika aea omw imwen ngaseno ren.

- **Nimeteochu kinasomw me kokkori noumw tokter ika pwe mei wor esisinnen an paikiing kinasomw.** Esisinnen ena, mei pachenong pwichikkar, napeno omw metek, parapap, pwo, pwichipwich, ika kus chonun kinas ika me nukun ena kinas.

Ika pwe ese wor noumw tokter nge mei auchea kopwe chuuno ren emon, kokkori 211 pwe kopwe sinei ika met sokkun tokter mei wor me mei kanengonuk. En mei pwan tongeni tingor ngeni omw [local public health authority](#) ika clinic non omw community. Ina repwe tongeni tumwunuk non ew ar kewe clinic ika esinesin ngonuk menni kopwe no ie. Ika pwe ew imerechensi, kokkori 911 ika no ngeni menni pioing mei kanengonuk.

## Ekukkunutiwen esisinnen semwen me non imw

Mei wor met kopwe tongeni fori omw kopwe tumwunu omw semwen non imw me nimenimen kinasomw. **Nimeteochu kinasomw me ekukkunatiw fansoun an epwe paikiing. Ika ke nimeteochu, ina esapw pwan raseno!**

### Pisek mei auchea:

- Konik me chonun kka mei faitamiin: Wunnumong konik me chonun kka mei faitamiin pwe epwe naaf chonun non inisumw, konnien ika e uruk feinsen.
- Ewe oatmeal: Tutu non chonun oatmeal mei ekis pwichipwich pwe epwe atittinino pwerikin me metekin.
- Ekkewe cheon kaache ese pacheno (awewe, Telfa gauze): Aea ena kaache ne pwonu ngeni kinas. Ika ke fori ena, epwe eppet pwan ekkoch paikiing me anisi aramas reomw an esapw torir.
- Pwonupwonun mei appach (awewe, tegaderm, skin tape, ika panteich): Pwonupwonun mei appach epwe anisi an epwe pwos ekkewe kaache non nenian. Epwe tumwunu unuchomw, eppet seni akkeot, me eppet cheunon monkeypox seni aramas.

### Safei epwe anisuk:

Kapas eis ngeni noumw tokter ika chon safei an epwe anisuk ne fini met sokkun safei epwe eoch ngonuk. Fiti ngeni met noum tokter e ara ika makken won ena safei ren ifa ukuukun kopwe aea me fan fite kopwe aea ena safei, ion epwe aea ena safei me pekingawan.

### Safeian metek

Ekkewe safeian metek mei tongeni aninnis ren metek, pwo, me pwichikkar. Ekkoch sokkun, mei pachenong:

- Ibuprofen
- Acetaminophen
- Naproxen

### Betadine (Povidone-iodine antiseptic (Antiseptic Safei (ren nimenimen kinas)

Betadine mei pwan tongeni nieno ekkoch monun monkeypox mei manaw non ika nukun kinasomw. Ika mei kukkunutiw monun ena semwen, mei pwan kukkunutiw fansoun an epwe

cheufetan monun. Ese eppeti monun an epwe cheufetan. Betadine mei pwan nieno ekkewe paikiing epwe pwan awora ngonuk ew sokkun semwen.

### Safeian keot

Ekkoch safei epwe anisi keottun kinas, mei pachenong:

- A&D ointment: Epwe anisi unuchomw an esapw pwas pwe epwe mwokkai kinasomw me an esapw pwerik.
- Antihistamines si wunumi: Ekkei epwe pwan anisi an esapw soun keot
- Cream si tonu ngeni unuchach me lotion: Ekkoch cream me lotion mei pwan aninnis ren pweriken won inis. Kopwe fini ekkewe lotuon me cream mei iiman, awewe ren calamine lotion, petroleum jelly, ika lotion mei patapat (awewe, menthol me camphor lotion).
- Lidocaine gel: aninnis an epwe wesino metekin ika pwe ke chonufi ngeni ekkewe kinas mei metek.
  - *Kapas eis ngeni noumw tokter ika pwe ewe lidocaine gel mei eoch ngonuk me fiti ngeni aean mei mmak won.*

### Tumwunun ttir me kinas:

1. Ekieki omw kopwe wuun ekkeqe anti-inflammatory safei minich 30 me mwen omw kopwe safeeni kinasomw me tirumw. Epwe anisuk an esapw konnien metek.
2. Ika mei tufich, safeeni kinasomw non ew neeni won omw pwe esapw pwan tori emon. [Nimetano paikiingin](#) won ena neeni mwirin omw aea. Ekieki ika mei eoch epwe kaimwuuno omw nenien aea pwe epwe kisikisitiw fansoun an epwe cheufetan paikiing non imwomw.
3. [Tonu poumw](#) non ukuukun 20 seken ngeni sopw me konik me mwen omw kopwe attapa omw panteich ika kinasomw. Ika kese tongeni aea sopw me konik, aea ewe sanitizerun paaw epwe wor 60% arukor non.
4. Tonu ngeni Betadine ew me ew ekkena kinas ika omw ttir me pwan unuchen unukkun. Ika mei wor pekingawen Betadine ngonuk, en mei pwan tongeni aea ew sokkun niniin paikiing ese usuus/ese wor arukor non.
5. Numi esopw ena kaache ese appach.
6. Apachanga ewe A&D ika lidocaine ointment won ewe kaache ese appach.
7. Pachetiw ena epek mei pachang won kinasomw. Tumwunu pwe epwe chappetiw ena epek mei wor ena ointment won.
8. Emwochu ena kaache ngeni pwonupwonun mei appach, awewe ren teep, panteich, ika tegaderm.

9. Annomwu ena kaache nenian tori an epwe fis ew me nein ekkei:
  - Not, cha, ika chonuchon a pwano won ena kaache
  - Ika a chochonuu me non ena kaache ika ese chiwen pach
  - Ika a chochonuno me fan ena appachan.
10. Ekkewe pwonupwonun mei nimengaw, epwe mommonono me esapw tori noumw maan ika pwan chochon non imwomw.
11. Nimeti sefan poumw (Nampa 3) mwirin omw nimeti ika siwini pwonupwonun kinasomw.
12. Eniwini sefan ekkei angangan tori an a mwono ekkena kinas.

*Chechemeni: Nimenimen kinas/ttir me siwinin panteichin epwe angangen ewe e pwisin uri monkeypox. Ika epwe wor chon anisuk, ami me ruomon oupwe aea ekkewe N95 pwonupwonun won maas, ika ekkewe maas mei kkuch. Ewe chon anisuk epwe pwan ufouf ufan me ttam poun me aea poupou. Pisek, chenikam, ika taun meni mei wor nimengawan epwe sopw. Ami me ruomon oupwe tonu poumi mwirin ami nimeti ekkena kinas/ttir.*

**Ika mei wor kinas mei nomw non ika nukun omw nenien kiten mwongo, ika kiten konik:**

- Ekkewe kinas mei metek ina epwe nomw non ika nukun omw nenien kiten mwongo.
- Annangonong non konik (ren omw nenien kiten mwongo me kiten konik) mei ekis pwichikkar non ukuukun 10 minich iteiten fansoun. Ina epwe aninnis ren an epwe mwokkai me kukkunutiw metekin.
  - Anono ew bathtub ika waspesen ngeni 3 inis konik mei ekis pwichikkar.
  - Kosapw niiniinong sopw, bubble bath ika son non.
  - Otukanong ikena e kinas me annomwu ukuukun 10 minich fan fitu iteiten ran.
- Tonu ngeni Lidocaine gel ikena e kinas ren omw nenien kiten mwongo pwe epwe aninnis ren metekin.
  - En mei tongeni tonu ngonuk me mwen omw kopwe pincho pwe esapw konnien metek.
- Wunummong konik pwe esapw mwoch omw kiten mwongo ika aea ekkewe safeian apweteten kiten mwongo.
- En mei tongeni aea Betadine omw kopwe nimeti unuchen nukun omw nenien kiten mwongo.
- Tylenol me NSAID (Advil, Naproxen) mei pwan aninnis ren metek.

**Ika mei wor kinas non awomw:**

- Kinasen non aaw mei tongeni efisi metekin omw kopwe mwongo ika wuun chonun kka.

- Rupwuri non awomw konik mei nofit ngeni baking soda ika son pwe epwe aninnis ren metekin me nimeti kinasen non. Ekkewe nimenimen non aaw ese arukor mei pwan tongeni aninnis, ika ese usuus ngonuk.
- Ekkewe safeian eunuun mei pwan tongeni aninnis ren ian mei metek ian, konnien me mwen omw kopwe mwongo ika kka. Ekkoch, mei wor benzocaine ika patches.
- Mwongo foun ais ika aiskeki me wuun konik pwe epwe naaf chonun non inisumw.

**Tumwunu foun mesomw:**

- Monkeypox mei tongeni tori foun mesomw me en mei tongeni chuununo ren.
- [Tonu poumw](#) non ukuukun 20 seken ika aea omw hand sanitizer mei wor mwaren 60% arukor non me mwen omw kopwe attapa ika tonu foun mesomw.
- Pwonu unusen ian mei ttir ian, ussun an affat asan ei.
- Ika en mei nounou contact lens, nounou mesomw kinas nomw tori omw ka chikar. Epwe anisuk omw kosapw attapa non mesomw.
- Ika e metek non mesomw, mei wor kinas mei kanengeni foun mesomw, mei topwutopw non mesomw, ika mei wor omw noniinen ren mesomw, mwittir ne kokkori noumw tokter.

**Toureochun ei taropwe:** Ren ekkewe aramas mei wor tufichingawen an inisir tongeni ika aramas rese sinei fosun Merika, OHA mei tongeni awora ei taropwe non pwan ew sikkun napanap ren chiakuni, epwe mesemong makkan, ika non makken braille. Kokkori ewe COVID-19 Communications Unit won nampa 1-971-673-2411, 711 TTY ika [COVID19.LanguageAccess@dhsosha.state.or.us](mailto:COVID19.LanguageAccess@dhsosha.state.or.us)