

Cacar Monyet (Monkeypox)

Helaian fakta untuk pengguna

OFFICIAL

Malay | Bahasa Melayu

Apakah cacar monyet?

Cacar monyet merupakan penyakit yang jarang terjadi tetapi boleh menjadi serius, akibat jangkitan virus cacar monyet. Cacar monyet atau MPX biasanya penyakit ringan melibatkan ruam.

Sejak bulan Mei 2022, kes MPX telah meningkat di serata dunia, membabitkan lebih 100 negara. MPX kini merebak dalam komuniti tempatan di kawasan yang biasanya tiada MPX. Buat masa ini, mereka yang paling terjejas ialah lelaki yang berhubungan seks dengan lelaki.

Bagaimana cacar monyet disebarkan

Cacar monyet tidak mudah tersebar dari seorang ke seorang.

Penyebaran orang ke orang mungkin terjadi melalui:

- sentuhan intim atau hubungan seks dengan orang yang dijangkiti
- sentuhan dengan pakaian atau tuala, cadar dan sarung bantal yang digunakan orang yang dijangkiti
- sentuhan langsung dengan lesion kulit atau keruping cacar monyet
- titisan cecair pernafasan daripada orang yang dijangkiti cacar monyet.

Penyakit ini tidak merebak melalui kontak biasa. Di kawasan endemik, cacar monyet mungkin tersebar melalui sentuhan rapat dengan haiwan liar (misalnya tikus) yang dijangkiti virus, atau memakan daging haiwan liar yang telah dijangkiti.

Mereka yang dijangkiti cacar monyet dapat menjangkiti orang lain sejak mula mengalami gejala (biasanya demam, kadangkala ruam) dan sehingga lesion ruam menjadi keruping, kering atau tanggal.

Gejala-gejala cacar monyet

Gejala mungkin terjadi sehingga 21 hari sejak kontak dekat dengan orang yang menghidap MPX.

Gejala MPX mungkin termasuk ruam yang pedih, dan menjejaskan mana-mana bahagian badan termasuk:

- kemaluan
- bahagian sekitar dubur dan punggung
- dalam mulut
- muka
- tangan hingga lengan
- kaki hingga paha.

Ruam yang terjadi akibat cacar monyet merupakan vesikel atau pustul. Lesion yang terjadi mungkin hanya beberapa, atau beribu. Ruam itu berubah dan menjalani beberapa peringkat, seperti cacar air, lalu menjadi keruping yang akhirnya tanggal sendiri.

Gejala cacar monyet yang mungkin terjadi sebelum atau berserta ruam ialah:

- demam
- seram sejuk
- sakit otot
- sakit pinggang
- kelenjar limfa bengkak
- keletihan
- sakit dubur dan rektum
- sakit buang air kecil.

Gejala-gejala ini biasanya pulih sendiri dalam masa beberapa minggu.

Siapa yang mengalami risiko

Sesiapa pun dapat dijangkiti setelah sentuhan rapat kulit ke kulit (misalnya sentuhan berpanjangan atau intim) dengan orang yang menghidap MPX.

Risiko paling tinggi adalah bagi lelaki yang berhubungan seks dengan lelaki, terutama jika melancong ke kawasan wabak, berhubungan seks dengan beberapa orang, menghadiri pesta besar-besaran atau berhubungan seks di tempat pesta.

Sehingga kini, kebanyakan penghidap MPX di Australia dijangkiti semasa di luar negara, tetapi penularan tempatan telah berlaku.

Apa yang patut dilakukan jika mengalami gejala cacar monyet

Jika mengalami gejala MPX,asingkan diri anda di rumah, hadkan kontak dengan orang lain, serta dapatkan rawatan perubatan dan ujian tanpa berlengah.

Pakai pelitup muka dan hubungi doktor atau hospital terdekat untuk memberitahu mereka anda akan datang. Jika ada ruam atau kulit melepuh, tutup dengan plaster.

Apa yang patut dilakukan jika anda menghidapnya

Mereka yang menghidap MPX harus mengelakkan kontak dengan orang lain, terutama kanak-kanak, wanita hamil dan orang yang lemah sistem imunnya. Hal ini termasuk berkongsi katil dan hubungan seks.

Elakkan juga sentuhan dengan haiwan termasuk haiwan peliharaan, kerana ada risiko penyebaran manusia ke haiwan.

Elakkan sentuhan dengan orang lain sehingga lesion kulit sembuh dengan terbentuk lapisan kulit baru di bawahnya. Buatlah temujanji susulan dengan doktor yang merawat anda untuk memastikan anda sudah sembuh dan mendapat nasihat lanjut jika perlu.

Pegawai Department of Health (Jabatan Kesihatan) atau Unit Kesihatan Awam Tempatan akan menghubungi anda secara berkala untuk meninjau keadaan anda.

Apa yang patut dilakukan jika anda kontak berisiko tinggi

Jika anda dikenal pasti sebagai kontak berisiko tinggi, ertinya anda kontak dekat orang yang menghidap MPX semasa dia dapat menjangkiti orang lain, dan dari itu anda mengalami risiko jangkitan.

Unit Kesihatan Awam Tempatan (LPHU) akan menyusuli kes-kes kontak berisiko tinggi untuk menasihati mereka supaya memantau gejala dan mematuhi langkah berjaga-jaga. Anda perlu memantau gejala penyakit ini selama 21 hari setelah pendedahan. Dalam keadaan tertentu, anda mungkin ditawarkan vaksin setelah pendedahan untuk mengurangkan risiko MPX.

Pegawai kesihatan awam dari LPHU akan menghubungi anda secara kerap pada masa ini untuk mengetahui keadaan diri anda dan melihat sama ada anda mengalami sebarang gejala.

Di samping itu, selama 21 hari selepas pendedahan, anda patut:

- Elakkan kontak dekat dengan orang lain, terutama mereka yang berisiko tinggi mendapat penyakit teruk seperti kanak-kanak, wanita hamil dan orang yang lemah sistem imunnya
- Jangan pergi ke tempat berisiko tinggi seperti taman asuhan kanak-kanak, kemudahan penjagaan warga emas dan kemudahan penjagaan kesihatan, kecuali untuk rawatan perubatan
- Bekerja dari rumah jika dapat (bagi pekerja taman asuhan kanak-kanak, penjagaan warga emas, penjagaan kesihatan dan sebagainya yang perlu ke tempat kerja, LPHU akan menasihati anda mengikut kes masing-masing)
- Elakkan hubungan seks
- Elakkan sentuhan dengan haiwan, terutama anjing dan tikus (termasuk mencit, hamster, gerbil, tikus belanda dan tupai)
- Jaga jarak 1.5 meter sepanjang masa dari orang lain termasuk di dalam rumah.
- Pakai pelitup pembedahan apabila berada di bilik yang sama dengan orang lain dan ketika di luar rumah
- Jangan menderma darah, sel, tisu, susu ibu, air mani atau organ.

Bagaimana cacar monyet dapat dicegah

Elakkan kontak langsung dengan mereka yang disyaki atau disahkan menghidap cacar monyet. Hal ini termasuk kontak dengan bahan yang dapat tercemar, seperti peralatan tidur dan toalet, yang dipakai oleh orang yang dijangkiti. Penting kita sentiasa berwaspada dan mengamalkan kebersihan diri termasuk mencuci tangan dengan sabun dan air atau sanitiser beralkohol.

MPX juga dapat dicegah dengan mengehadkan bilangan pasangan seks dan menyimpan butiran hubungan mereka, sehingga anda divaksin sepenuhnya. Penerimaan vaksin juga melindungi orang daripada MPX.

Rawatan untuk cacar monyet

Rawatan untuk cacar monyet sebahagian besar bersifat menyokong. Penyakit ini biasanya ringan dan sembuh dalam masa beberapa minggu.

Pengimunan terhadap cacar monyet

Di Victoria, vaksin MPX (vaksin JYNNEOS®) disediakan percuma untuk kumpulan tertentu yang diutamakan, di perkhidmatan kesihatan terpilih, klinik kesihatan seksual dan melalui unit kesihatan awam tempatan.

Bincangkan dengan doktor GP, klinik kesihatan seksual atau unit kesihatan awam tempatan sama ada vaksin MPX sesuai untuk anda, dan adakah apa-apa kos yang anda tanggung sendiri.

Jika memenuhi [kriteria kelayakan](#) dan ingin dimaklumkan tentang temujanji akan datang, daftarkan butiran diri anda di [borang dalam talian](#).

Di mana mendapatkan bantuan

- Telefon ambulans (triple zero - 000) apabila terjadi kecemasan
- Unit kecemasan di hospital yang terdekat
- [Doktor \(GP\)](#) anda
- [NURSE-ON-CALL](#) Tel [1300 60 60 24](tel:1300606024) – untuk nasihat kesihatan secara rahsia oleh jururawat terdaftar, 24 jam sehari, 7 hari seminggu
- Melbourne Sexual Health Centre Tel (03) 9341 6200 atau 1800 032 017, atau TTY jika cacat pendengaran (03) 9347 8619
- Thorne Harbour Health Tel (03) 9865 6700 atau 1800 134 840
- Khidmat kaunseling dan sokongan disediakan melalui GP atau perkhidmatan kesihatan anda. Untuk penerangan lanjut, layari: <https://www.betterhealth.vic.gov.au/mental-health-and-wellbeing-hubs>

Authorised and published by the Victorian Government, 1 Treasury Place, Melbourne.

© State of Victoria, Australia, Department of Health, October 2022.