



Рекомендации по защите здоровья геев, мужчин-бисексуалов и других мужчин, практикующих секс с мужчинами, в связи с распространением оспы обезьян

Обновлено 18 июля 2022 г.

В настоящее время в странах, в которых ранее не происходило случаев заболевания оспой обезьян, регистрируется вспышка этой вирусной инфекции. Риск заболеть подвергается каждый, кто тесно контактирует с больным оспой обезьян. Выявлены случаи оспы обезьян в общинах геев, мужчин-бисексуалов и других мужчин, практикующих секс с мужчинами, которые в последнее время вступали в сексуальные контакты с одним или

несколькими новыми партнерами; однако риск угрожает не только представителям этих групп.

Мы понимаем, что данная вспышка вызывает обеспокоенность, особенно у людей, которые ощущают ухудшение самочувствия, их партнеров, членов семьи и знакомых. Знания об оспе обезьян помогают людям защитить себя от инфекции и остановить ее дальнейшее распространение среди других. Понимание риска позволяет уменьшить риск.

Для кого предназначен этот документ.

Рекомендации, представленные в настоящем документе, предназначены для частных лиц, активистов общин, лидеров мнений, работников здравоохранения и других людей, затронутых вспышкой оспы обезьян или участвующих в борьбе с ней. В нем содержится информация, помогающая уменьшить риск заражения оспой обезьян и замедлить распространение вируса.

Информация об оспе обезьян быстро меняется. По мере поступления дополнительных данных наши рекомендации могут корректироваться. Самую актуальную информацию можно найти по адресу www.who.int/ru.

Что необходимо знать об оспе обезьян

Симптомы

Симптомы заболевания могут возникнуть в течение 21 дня после контакта с больным оспой обезьян.

У большинства заболевших оспой обезьян появляется сыпь. Она может иметь вид бугорков/волдырей, вызывать болезненные ощущения и чесаться. Сыпь может возникать на самых различных участках тела, но часто наблюдается в области гениталий и анальной области, а также на лице, ладонях и подошвах. Высыпания могут также поражать ротовую полость и гортань, слизистые влагалища и заднего прохода. Количество кожных поражений на теле человека варьируется от единичных очагов до нескольких тысяч. Элементы сыпи остаются заразными до появления и отпадения корок и образования под ними нового слоя кожи. Этот процесс может занять несколько недель, в течение которых больной для защиты других людей должен пребывать в изоляции. К другим симптомам болезни относятся:

- лихорадка;
- увеличение лимфатических узлов;
- головные боли;
- боли в мышцах;
- боль в спине;
- слабость.

У заболевшего может проявляться вся совокупность указанных симптомов или только отдельные симптомы. У некоторых людей они протекают легко, однако в ряде случаев развивается более серьезная форма заболевания, при которой требуется помощь в медицинском учреждении. Каждому, кто наблюдает у себя симптомы, потенциально указывающие на оспу обезьян, или контактировал с больным оспой

обезьян, следует лично или по удаленной связи обратиться за консультацией в медицинское учреждение.

Как передается оспа обезьян

Оспа обезьян передается при тесном контакте («лицо к лицу», «кожа к коже», «рот – рот» и «рот к коже») с больным оспой обезьян, в том числе при поцелуях и сексуальном контакте. Больной остается заразным до тех пор, пока все элементы сыпи не покроются коркой, а образовавшиеся струпья не отпадут и под ними не образуется новый слой кожи.

Источником заражения человека могут быть также предметы обстановки, зараженные вирусом в результате прикосновения больного оспой обезьян к одежде, постельному белью, полотенцам, предметам обихода, электронным устройствам и поверхностям. Дотрагиваясь до таких предметов, незараженный человек может быть инфицирован. Заразиться оспой обезьян можно также при вдыхании отслоившихся фрагментов кожи и частиц вируса с одежды, постельного белья или полотенца.

Заразными могут быть также язвы, поражения и воспаления в ротовой полости больного, в связи с чем вирус может передаваться при непосредственном контакте с ротовой полостью больного, а также воздушно-капельным путем и, возможно, воздушно-пылевым путем в небольшом радиусе от больного.

Если у вас подтвердилась или подозревается оспа обезьян:

- обратитесь за консультацией в медицинское учреждение и пройдите тестирование;
- соблюдайте режим самоизоляции и избегайте тесных (в том числе сексуальных) контактов с другими людьми;

- во время изоляции принимайте меры для облегчения симптомов и следите за своим физическим и психическим самочувствием.

Как можно помочь остановить нынешнюю вспышку:

- узнать подробнее о том, как оспа обезьян распространяется в вашем сообществе;
- противодействовать дезинформации, распространяя только достоверную, научно обоснованную и непредвзятую информацию из заслуживающих доверия источников;
- сохранять спокойствие, заботиться о своем психическом здоровье и открыто обмениваться информацией с другими людьми.

Не следует стыдиться, если вы заболели оспой обезьян или подвергаетесь риску заражения.

Заболеть оспой обезьян может каждый. Никакая болезнь – не повод осуждать, обвинять или стыдить людей. В обстановке стигматизации труднее бороться со вспышками, а люди реже обращаются за помощью. Если у вас возникли симптомы, которые могут быть вызваны оспой обезьян, не бойтесь осуждения и обращайтесь за необходимой вам медицинской помощью и социальной поддержкой.



Часто задаваемые вопросы

Что делать, если я подозреваю у себя оспу обезьян?

Если у вас возникли подозрительные симптомы или вы тесно контактировали с больным оспой обезьян, обратитесь в учреждение здравоохранения, где вам будут выданы рекомендации, проведена диагностика и оказана медицинская помощь. До получения результатов теста по возможности соблюдайте режим самоизоляции и избегайте тесных контактов с другими людьми. Сообщите врачу о том, что ваши симптомы напоминают оспу обезьян, и о факторах риска, которым вы подвергались.

Что делать при получении положительного результата теста на оспу обезьян?

В случае получения положительного результата теста на оспу обезьян вам необходимо находиться в изоляции от других людей до тех пор, пока высыпания не покроются корочкой, а образовавшиеся струпья не отпадут и под ними не образуется новый слой кожи. Эта мера поможет защитить от заражения других людей.

Врач выдаст вам рекомендации о том, как ухаживать за собой во время болезни, и назначит режим лечения на дому или в больнице. Следует пить достаточно воды, правильно питаться и хорошо высыпаться. Симптомы боли и лихорадки можно по необходимости купировать медикаментами. Следует ухаживать за высыпаниями: не расчесывать кожные поражения, держать их в сухости и ничем не прикрывать; обрабатывать элементы сыпи стерилизованной водой/антисептиком; ополаскивать поражения во рту раствором соли; и принимать теплые ванны с поваренной солью или сульфатом магния. В случае ухудшения симптомов следует немедленно обращаться к врачу.

Если в течение предыдущего 21 дня вы вступали в тесный (в том числе сексуальный) контакт с другими людьми, постарайтесь сообщить им о своем диагнозе, с тем чтобы они могли следить за возможным появлением симптомов. Если вам это сделать затруднительно, то в некоторых случаях такая информация может быть анонимно направлена вашим контактными лицами медицинскими работниками.

Что известно о взаимосвязи между оспой обезьян и сексуальными контактами?

Оспа обезьян может передаваться при любом тесном контакте с заразным пациентом, в том числе при поцелуях, прикосновениях, оральном сексе, проникающим вагинальным или анальным половым акте. Любому человеку, у которого наблюдаются новые или необычные высыпания, следует воздерживаться от сексуальных контактов до получения результатов тестирования на инфекции, передаваемые половым путем (ИППП), и оспу обезьян. Следует помнить, что высыпания могут находиться в местах, трудно поддающихся визуальному осмотру, в том числе в ротовой полости и гортани, на гениталиях, во влагалище и заднем проходе/анальной области.

Вирус оспы обезьян выявлялся в биологических жидкостях, в частности сперме. Поскольку в настоящее время неизвестно, может ли оспа обезьян передаваться со спермой или выделениями из влагалища, лицам с перенесенной оспой обезьян рекомендуется при любых видах сексуальных контактов в течение 12 недель после выздоровления пользоваться презервативами. Презерватив не защищает от заражения оспой обезьян с симптоматическим больным, но помогает защитить себя и других от целого ряда других ИППП.

У новых сексуальных партнеров следует по возможности брать контактные данные, даже если дальнейшие встречи с ними не планируются. Это позволит вам уведомить друг друга в случае появления у кого-то из вас симптомов оспы обезьян. Риск заражения можно уменьшить, сократив число сексуальных партнеров.

Как можно безопасным образом помочь больному оспой обезьян?

Заражение оспой обезьян может вызывать стресс как у больного, так и у окружающих его людей. Если кто-то сообщает вам, что болен оспой обезьян, не вините его и не делайте далеко идущих выводов о том, как и почему он заразился. Уважайте желания больного, если он не хочет, чтобы другие знали о его болезни.

Старайтесь оказывать посильную помощь человеку в самоизоляции, в частности помогая ему с доставкой продуктов и регулярно справляясь о его самочувствии. У некоторых больных из-за вынужденного простоя в работе во время изоляции могут возникать финансовые трудности; в этом случае можно попытаться общими силами организовать систему поддержки больного.

Полезно дать человеку возможность высказаться о том, что его беспокоит и что он чувствует. Напоминайте больному о необходимости заботиться о своем психическом самочувствии, правильно питаться, пить достаточно жидкостей и по возможности поддерживать физическую активность. Все больше людей рассказывают о своем опыте в онлайн-пространстве, и это помогает сокращать масштабы стигматизации и преодолевать испытываемое некоторыми людьми чувство стыда за свою болезнь.

Если я заболел оспой обезьян, как мне защитить других людей?

Если вы заболели оспой обезьян, вам необходимо соблюдать режим изоляции до окончания инфекционного периода. Врач поможет вам определить, требуется ли вам лечение в больнице или на дому. Это будет зависеть от тяжести ваших симптомов, наличия факторов риска, которые могут усугубить симптомы болезни, а также от того, имеете ли вы возможность свести к минимуму риск заражения проживающих с вами лиц.

Следующие меры помогут вам защитить окружающих в случае изоляции на дому:

- пребывайте в отдельном помещении;
- пользуйтесь отдельным санузлом либо производите санобработку санузла после каждого посещения;
- как можно чаще обрабатывайте поверхности, до которых вы дотрагиваетесь, водой с мылом и бытовым дезинфицирующим средством, и воздержитесь от подметания полов и уборки помещения пылесосом;
- пользуйтесь отдельной посудой и столовыми приборами, полотенцами, предметами личного обихода, электронными устройствами и постельным бельем;
- самостоятельно стирайте одежду и белье, перед стиркой в стиральной машине складывайте их в пластиковый мешок;
- хорошо проветривайте помещения, открывая окна во всех комнатах.

Если вам приходится находиться в одном помещении с другими людьми, старайтесь не прикасаться к ним, часто производите гигиеническую обработку рук, прикрывайте высыпания одеждой или бинтами, пользуйтесь хорошо прилегающими медицинскими масками и открывайте окна.

Почему мы наблюдаем распространение оспы обезьян в общинах геев, мужчин-бисексуалов и других мужчин, практикующих секс с мужчинами?

Риск заражения оспой обезьян существует не только в общинах мужчин, которые практикуют секс с мужчинами. Он угрожает любому, кто тесно контактирует с заразным больным. Однако имеющиеся у нас данные указывают на то, что в последние месяцы определенную роль в передаче оспы обезьян играют сексуальные контакты между мужчинами, практикующими секс с мужчинами. Некоторые из этих мужчин вовлечены в сети сексуальных контактов, охватывающие различные города и страны. Этим могут объясняться наблюдаемые в настоящее время случаи заболевания среди представителей этих общин. С учетом продолжающейся циркуляции вируса в таких сетях эксперты и активисты настоятельно призывают геев, мужчин-бисексуалов и других мужчин, практикующих секс с мужчинами, пристально следить за своим самочувствием на предмет появления симптомов и принимать меры для защиты себя и других.

Многие члены общин геев, мужчин-бисексуалов и других мужчин, практикующих секс с мужчинами, активно пользуются услугами по

охране сексуального здоровья. Это стало очевидно в ходе нынешней вспышки, когда случаи заболевания выявлялись среди мужчин при обращении за услугами диагностики в клиники сексуального здоровья.

Кроме того, среди мужчин, получающих антиретровирусные препараты, регулярно проводится скрининг на инфекции, передаваемые половым путем. Такая регулярность обращений в медицинские учреждения позволила выявить случаи оспы обезьян среди представителей данных общин и дает возможность обеспечить вакцинацией и помощью нуждающихся в них лиц.

Повышается ли риск оспы обезьян при наличии ВИЧ-инфекции?

Лица с сопутствующими иммунодефицитными состояниями могут подвергаться риску более тяжелого течения оспы обезьян. Люди с ВИЧ-инфекцией, которые знают о своем статусе, имеют возможность получать препараты и соблюдают режим лечения, могут достичь подавления ВИЧ. Благодаря этому их иммунная система является менее восприимчивой к другим инфекциям, чем у тех, кто не получал лечения. В настоящее время ведутся исследования, призванные обеспечить более полное понимание этих вопросов. До сих пор среди инфицированных мужчин с нормальным состоянием здоровья не регистрировалось более тяжелых исходов оспы обезьян по сравнению с другими пациентами.

Где можно получить дополнительную информацию об оспе обезьян?

Ответы на наиболее часто задаваемые вопросы об оспе обезьян можно найти [здесь](#); можно также ознакомиться с [информационным бюллетенем](#) ВОЗ. Для получения актуальных данных о ситуации в районе вашего проживания следите за информацией, распространяемой местными официальными источниками и общественными организациями. Во всем мире многие организации, оказывающие поддержку геев, мужчинам-бисексуалам и другим мужчинам, практикующим секс с мужчинами, в том числе организации по поддержке людей с ВИЧ-инфекцией, уже активно распространяют информацию и помогают членам своих общин предупреждать передачу оспы обезьян. Их работа получает все более широкую поддержку ЛГБТКИА+ организаций и имеет важнейшее значение для усилий по противодействию стигматизации и дискриминации, а также для обмена информацией. Для получения дополнительных сведений рекомендуем вам обратиться в заслуживающие доверия организации в вашей стране.

Если вы вступаете с сексуальные отношения с несколькими половыми партнерами, регулярно проверяйтесь на инфекции, передаваемые половым путем, и обсудите с вашим лечащим врачом возможность прохождения доэкспозиционной профилактики (ДКП или PrEP).

Регулярное, а в случае появления симптомов незамедлительное обращение за медицинской консультацией позволит вам при необходимости пройти лечение и не заразить окружающих.