|  |  |
| --- | --- |
| **Social tile 1** | **Social tile 1** |
| There is an ongoing outbreak of mpox in Victoria.  •Mpox is a disease caused by the monkeypox virus.  •Anyone can get mpox, so it is important you know the symptoms, how to protect yourself and what to do if you think you might have it.  •For more information visit betterhealth.vic.gov.au/mpox | Mayroong patuloy na pagkalat ng mpox sa Victoria.  Ang mpox ay isang sakit na dulot ng monkeypox virus.  •Kahit sino ay maaaring magkaroon ng mpox, kaya mahalagang malaman mo ang mga sintomas, paano mapoprotektahan ang iyong sarili at ang dapat mong gawin kung sa palagay mo ay mayroon ka nito.  •Para sa karagdagang impormasyon, bisitahin ang betterhealth.vic.gov.au/mpox |
| **Social tile 2** | **Social tile 2** |
| Symptoms of mpox can include:   * + - Skin rash, pimple-like lesions or sores (particularly in areas that are hard to see such as the genitals, anus or buttocks)     - Fever or chills     - Headache     - Muscle or back aches     - Swollen lymph nodes     - Fatigue   Symptoms normally begin 3 to 21 days after exposure to the virus. If you have symptoms, avoid close contact with other people and get tested. Speak to your doctor or contact your local sexual health clinic.  For more information visit betterhealth.vic.gov.au/mpox | Maaaring kabilang sa mga sintomas ng mpox ang:   * + - Pantal sa balat, mga sugat na parang tagihawat o sugat (lalo na sa mga lugar na mahirap makita gaya ng ari, anus o puwit)     - Lagnat o pangingiki     - Sakit ng ulo     - Pananakit ng kalamnan o likod     - Pamamaga ng lymph nodes     - Pagkapagod   Karaniwang nagsisimula ang mga sintomas 3 hanggang 21 araw makaraang malantad sa virus. Kung mayroon kang mga sintomas, iwasan ang malapitang kontak sa ibang tao at magpasuri. Makipag-usap sa iyong doktor o makipag-ugnayan sa inyong lokal na sexual health clinic.  Para sa karagdagang impormasyon, bisitahin ang betterhealth.vic.gov.au/mpox |
| **Social tile 3** | **Social tile 3** |
| Mpox is spread through prolonged skin-to-skin contact with a person who has the virus including:   * + - Touching mpox sores or fluids from sores     - Sexual activity     - Sharing items that have been in contact with sores, such as bedding and clothing   You can protect yourself from mpox by avoiding close contact with anyone who has symptoms, practicing good hand hygiene, and staying informed about risks.  For more information visit betterhealth.vic.gov.au/mpox | Ang mpox ay kumakalat sa pamamagitan ng matagal na pagkakadikit ng balat sa isang taong may virus kabilang ang:   * + - Paghipo sa mga sugat ng mpox o mga likido mula sa mga sugat     - Sekswal na aktibidad     - Paghihiraman ng mga bagay na nagkaroon ng kontak sa mga sugat, tulad ng kumot at damit   Mapoprotektahan mo ang iyong sarili laban sa mpox sa pamamagitan ng pag-iwas sa malapitang kontak sa sinumang may mga sintomas, pagsasagawa ng mabuting kalinisan ng kamay, at pananatiling may kaalaman tungkol sa mga panganib.  Para sa karagdagang impormasyon, bisitahin ang betterhealth.vic.gov.au/mpox |
| **Social tile 4** | **Social tile 4** |
| If you think you have mpox or have been exposed to it, get tested.  Speak to your doctor or contact your local sexual health clinic.  For more information visit betterhealth.vic.gov.au/mpox | Kung sa palagay mo ay mayroon kang mpox o nalantad ka dito, magpasuri.  Makipag-usap sa iyong doktor o makipag-ugnayan sa inyong lokal na sexual health clinic.  Para sa karagdagang impormasyon, bisitahin ang betterhealth.vic.gov.au/mpox |
| **Social tile 5** | **Social tile 5** |
| You can protect yourself from mpox by avoiding close contact with anyone who has symptoms, practicing good hand hygiene, and staying informed about risks.  If you have symptoms, get tested.  Get vaccinated if you are eligible.  For more information visit betterhealth.vic.gov.au/mpox | Mapoprotektahan mo ang iyong sarili laban sa mpox sa pamamagitan ng pag-iwas sa malapitang kontak sa sinumang may mga sintomas, pagsasagawa ng mabuting kalinisan ng kamay, at pananatiling may kaalaman tungkol sa mga panganib.  Kung mayroon kang mga sintomas, magpasuri.  Magpabakuna kung ikaw ay nararapat.  Para sa karagdagang impormasyon, bisitahin ang betterhealth.vic.gov.au/mpox |
| **Social tile 6** | **Social tile 6** |
| Currently, people at most risk of mpox in Victoria are gay, bisexual and other men who have sex with men, sex workers and their sexual partners.  Get vaccinated and protect yourself from mpox.  Vaccination is a safe and effective way to protect yourself and others against severe illness from mpox. Vaccination is free for eligible people, and no Medicare card is required.  Vaccination is available at sexual health clinics across Victoria and some GPs.  To find clinics and book an appointment, visit betterhealth.vic.gov.au/mpox-immunisation-providers. | Sa kasalukuyan sa Victoria, ang mga taong labis na nanganganib magkaroon ng mpox ay ang mga bakla, bisexual at iba pang lalaki na nakikipagtalik sa kapwa lalaki, sex worker at ang kanilang mga sekswal na katalik.  Magpabakuna at protektahan ang iyong sarili laban sa mpox.  Ang pagbabakuna ay isang ligtas at epektibong paraan upang maprotektahan ang iyong sarili at ang iba laban sa malalang sakit mula sa mpox. Libre ang pagbabakuna para sa mga karapat-dapat na tao, at hindi kailangan ng Medicare card.  Available ang pagbabakuna sa mga sexual health clnic sa buong Victoria at sa ilang GP.  Upang makahanap ng mga klinika at mag-book ng appointment, bisitahin ang betterhealth.vic.gov.au/mpox-immunisation-providers. |