

# What is Monkeypox?

## Ano ang Monkeypox?

**Monkeypox is a virus that appears as a distinctive rash, and spreads through close contact skin to skin, sex, kissing, and breathing at close range.**

Ang monkeypox ay isang virus na lumilitaw na kakaibang pantal, at kumakalat sa pamamagitan ng malapit na pagkakatid ng balat sa balat, pakikipagtalik, paghalik, at paghinga nang malapitan.

### **How to protect yourself:** Paano protektahan ang iyong sarili:



#### **Cover exposed skin in crowds**

Takpan ang nakalantad na balat sa maraming tao



#### **Don't share bedding or clothing**

Huwag magbahagi ng kama o damit



#### **Ask close physical contacts about recent rashes or sores**

Magtanong sa malalapit na pisikal na nakahalubilo tungkol sa kamakailang mga pantal o sugat



#### **Stay aware when traveling to outbreak countries**

Manatiling alerto kapag naglalakbay sa mga apektadong bansa

**See a provider right away if you have a rash, or if you have been in contact with someone who has monkeypox. Stay home if you feel sick.**

Magpatingin kaagad sa tagapangalaga ng kalusugan kung mayroon kang pantal, o kung nakipag-ugnayan ka sa isang taong may monkeypox. Manatili sa bahay kung may sakit ka.



Para sa karagdagang impormasyon,  
bisitahin [sf.gov/monkeypox](https://sf.gov/monkeypox)



City & County of San Francisco  
**Department of Public Health**