

WASPADA FLU BABI!!



DEMAM, PILEK, BATUK
BELUM TENTU FLU BIASA

JANGAN ANGGAP REMEH!!!

Flu babi (Swine flu) telah menjadi pandemik di dunia, terutama benua Afrika, Eropa, dan sebagian Asia. Diduga virus ini mengalami serangkaian mutasi sehingga muncul varian baru yang pertama kali menyerang manusia di Meksiko pada awal tahun 2009. Di Indonesia kini jumlah pasien kasus flu babi yang telah dirawat di beberapa rumah sakit meningkat. Sebagian pasien kasus flu babi ini baru saja pulang dari luar negeri atau memiliki riwayat kontak dengan pasien flu babi.

Apa itu FLU BABI?



Swine Influenza Virus (SIV) atau flu babi adalah penyakit pernafasan akut pada babi yang disebabkan virus RNA famili orthomyxoviridae tipe A subtype H1N1 serta dapat ditularkan dan menyebar diantara manusia.

Penyakit ini cenderung mewabah di musim semi dan musim dingin tetapi siklusnya adalah sepanjang tahun. Sebenarnya, H1N1 adalah virus yang menyebabkan flu mian pada manusia secara rutin. Namun seperti semua virus influenza, flu babi berubah secara konstan. Virus flu mempunyai kemampuan bertukar komponen genetic satu sama lain dan besar kemungkinan versi baru H1N1 merupakan hasil perpaduan dari berbagai versi virus yang berbeda yang terjadi di satu binatang

Bagaimana cara FLU BABI menular?

Penularan flu babi dari manusia ke manusia diperkirakan menular melalui flu musiman, terutama melalui batuk, bersin, dan sentuhan pada hidung dan mulut (setelah kontak dengan benda yang tercemar virus). Flu babi pada manusia paling berpeluang menular pada 5-10 hari pertama setelah terinfeksi, terutama pada anak-anak dan pada saat kondisi tubuh lemah. Kematian umumnya terjadi apabila ada infeksi sekunder pada paru-paru (radang paru /pneumonia).

Flu babi belum terbukti menular melalui konsumsi daging babi atau produk babi. Untuk pencegahan, daging yang diolah harus dimasak pada suhu 70⁰ C..

KENALI GEJALA FLU!

Bagai mana mengenali GEJALA FLU?

1. Demam ($\geq 38^{\circ}$ C) selama 1-2 hari.
2. Batuk, pilek.
3. Sakit tenggorokan
4. Lemah, letih, lesu berlebihan, hilang nafsu makan.
5. Mungkin disertai mual, muntah dan diare.
6. Bila semakin berat akan mengakibatkan sesak nafas atau nafas cepat.



Bagaimana langkah pencegahan FLU?

1. Jagalah kesehatan dengan pola makan yang seimbang, jika perlu dapat mengkonsumsi multi vitamin A, C, D, E, Zink dan suplemen imunomodulator (contoh: stimuno, imunos) untuk meningkatkan kekebalan tubuh.

2. Jagalah kebersihan diri dan lingkungan sekitar anda:



- a. Cuci tangan menggunakan air mengalir dan sabun sesering mungkin, terutama setelah batuk, bersin dan memegang sarana umum.
- b. Jika bepergian dapat juga mencuci tangan hand sanitizer berbahan dasar alcohol.
- c. Bila bersin dan batuk, tutup hidung dan mulut dengan tisu lalu buang ke tempat sampah berpenutup dan cuci tangan kembali.
- d. Gunakanlah masker apabila muncul gejala gangguan pernafasan dan demam untuk meminimalkan penularan dan jaga jarak sedikitnya satu meter dengan orang lain.
- e. Hindari menyentuh mata, mulut, hidung, sebelum mencuci tangan.
- f. Jangan meludah di sembarang tempat.

3. Minimalkan kontak dengan orang sakit atau orang yang baru bepergian dari negara terjangkit. Jika rencana pergi ke luar negeri, cek kesehatan ke dokter (jika perlu anda dapat divaksinasi influenza, atas permintaan atau dilakukan tindakan khusus dengan pemberian obat.)

vaksin flu untuk manusia hanya efektif melindungi terhadap virus H1N1, namun tidak spesifik flu babi. Walaupun strain virusnya sama, namun secara antigenic berbeda

Apa yang perlu dilakukan jika mendapat gejala FLU?

Jika mengalami gejala flu segera berkonsultasi ke dokter, puskesmas, Rumah sakit, atau klinik terdekat. Diagnosa flu babi ditegakkan berdasarkan gejala klinis dan riwayat kontak dengan mereka yang memiliki gejala di atas. Selanjutnya dilakukan pemeriksaan spesimen dahak dari tenggorokan pasien pada 4-5 hari pertama di laboratorium untuk menganalisa tipe virus, dan selanjutnya pemeriksaan anti gen virus flu babi di laboratorium yang lebih lengkap untuk memastikan.

Pasien dengan gejala flu babi akan ditempatkan di ruang ICU atau ruang karantina/isolasi di rumah sakit dan mendapat tindakan medis. Selain pemeriksaan laboratorium, pasien mungkin akan diberi obat antivirus yang dibutuhkan seperti oseltamivir (*Tamiflu*) atau zanamivir (*Relenza*), (setelah hasil laboratorium menunjukkan positif flu babi).

Anti virus dapat mengurangi keparahan dan durasi penyakit, namun harus digunakan dengan resep dokter. Masyarakat dihimbau untuk tidak melakukan pengobatan sendiri.

Penggunaan obat ini tidak boleh sembarangan karena ditakutkan akan terjadi resistensi dan tidak direkomendasikan untuk gejala flu yang telah muncul lebih dari 48 jam. Pasien hanya diperbolehkan keluar di rumah sakit, beristirahat di rumah, jangan keluar rumah sebelum sakitnya sembuh total.

WASPADA FLU BABI!!!



**UPT LAYANAN KESEHATAN
BUMI MEDIKA GANESHA ITB**

JL. Gelap Nyawang No. 2
Bandung - Jawa Barat
Telp. 022- 2508516/2500082

DEMAM, PILEK, BATUK
BELUM TENTU FLU BIASA