

(Bahasa Malay version)

Kenyataan Wabak Selesema Burung

Wabak selesema burung

Agen penyebab

Wabak selesema burung (H5N1) adalah sejenis selesema atau Influenza A. Dulu, selesema ini diketahui menjangkiti burung sahaja, tetapi pada tahun 1997, 18 kes jangkitan manusia direkodkan di Hong Kong. Kemudian pada tahun 2003, 2 kes direkodkan.

Ciri-ciri Klinikal

Ciri-ciri klinikal Wabak Selesema Burung (H5N1) serupa dengan virus selesema yang lain, termasuk demam, batuk, hidung berhingus, sakit tekak, sakit kepala dan bisa otot. Tetapi virus ini lebih besar kemungkinan menyebabkan demam panas, infeksi dada, kegagalan pernafasan, kegagalan berbilang organ, malah kematian.

Cara penularan

Wabak Selesema Burung (H5N1) menular dari burung hidup yang dijangkiti kepada manusia. Penularan dari manusia ke manusia sangat tidak cekap.

Kawalan

Mereka yang menghidap selesema harus cukup berehat dan tidur dan minum banyak minuman. Ubat antipanas dan ubat batuk berguna bagi mengurangkan gejalanya. Jangan gunakan antibiotik kecuali ada jangkitan bakteria. Pesakit harus menjaga kebersihan diri dan kerap membasuh tangan supaya virus tidak merebak dari tangan; tangan boleh mendapat virus apabila bersentuhan dengan hidung atau mulut. Jangan beri aspirin kepada kanak-kanak kerana boleh menyebabkan Sindrom Reye. Bagi pesakit yang kurang daya tahan atau jika ada tanda-tanda kesihatan merosot, misalnya demam panas atau pendek nafas yang tidak lega, mereka harus mendapatkan nasihat doktor awal-awal lagi.

Wabak Selesema Burung H5N1 pada umumnya lebih teruk daripada selesema biasa, dan kerap kali memerlukan rawatan hospital. Pesakit harus berjumpa doktor secepat mungkin. Sesetengah ubat antivirus mungkin berkesan merawat masalah ini. Ubat harus digunakan dengan berhati-hati, mengikut arahan doktor, kerana boleh membawa kesan sampingan yang buruk.

Pencegahan

Perlindungan terbaik terhadap selesema dan selesema burung ialah membina daya tahan tubuh yang baik. Daya tahan tubuh boleh dibina melalui pemakanan yang seimbang, amalan bersenam, istirahat yang cukup, pengurangan stres, dan tidak merokok. Jika mengalami gejala selesema, sebaiknya elakkan tempat-tempat umum yang sesak, kerana biasanya alih udara di situ kurang sempurna.

Burung dan ayam itik hidup yang dijangkiti virus wabak Selesema Burung mungkin ada virus ini dalam tahinya. Jangan sentuh burung dan ayam itik hidup, dan jangan sentuh tahinya. Jika tersentuh burung dan ayam itik hidup, basuh tangan bersih-bersih dengan serta merta, menggunakan sabun cecair dan air. Jika memelihara burung hidup di rumah, elakkan bersentuhan atau berada dekat dengannya. Setiap kali anda menyentuhnya atau membersihkan tahinya, basuh tangan bersih-bersih menggunakan sabun cecair. Sekolah dan taman asuhan kanak-kanak harus mengambil langkah bagi mengelakkan kanak-kanak daripada menyentuh burung hidup. Ayam itik dan telur harus dimasak secukupnya sebelum dimakan. Jika berpergian ke luar Hong Kong, elakkan menyentuh burung dan ayam itik hidup. Mereka yang ke luar negeri dan baru pulang dari daerah wabak harus berjumpa doktor dengan segera jika mengalami gejala flu setelah pulang. Beritahu doktor sejarah perjalanan anda. Pakai topeng kesihatan supaya penyakit tidak merebak.

Jaga kebersihan diri dan persekitaran anda setiap masa. Jaga kebersihan tangan, kerap basuh tangan dengan sabun cecair, terutama sebelum makan serta menyentuh hidung, mulut dan mata. Tutup mulut dan hidung dengan kertas tisu apabila batuk atau bersin. Buang tisu kotor dengan sebaiknya (ke dalam tong bertudung), kemudian basuh tangan bersih-bersih.

Talian Pendidikan Kesihatan

2833 0111

Laman Pusat Perlindungan Kesihatan

www.chp.gov.hk