

(Hand, Foot and Mouth Disease – Bahasa Indonesia Version)

# Penyakit Tangan, Kaki dan Mulut

6 Juli 2023 (6 July 2023)

## Agen penyebab

Penyakit Tangan, Kaki dan Mulut (HFMD) atau penyakit tangan, kaki dan mulut adalah penyakit yang umum terjadi pada anak-anak dan disebabkan oleh enterovirus seperti coxsackieviruses dan enterovirus 71 (EV71). Penyakit Tangan, Kaki dan Mulut (HFMD) yang disebabkan oleh enterovirus 71 (EV71) adalah yang meresahkan karena lebih berisiko tinggi terkait dengan komplikasi parah (seperti radang otak akibat virus, encephalitis dan kelumpuhan serupa poliomyelitis) dan bahkan kematian. Musim kejadian Penyakit Tangan, Kaki dan Mulut (HFMD) tertinggi di Hong Kong adalah pada bulan Mei hingga Juli dan biasanya juga terjadi dalam jumlah lebih sedikit pada bulan Oktober hingga Desember.

## Fitur klinis

Penyakit ini kebanyakan akan hilang sendiri dan sembuh dalam waktu 7 – 10 hari. Biasanya penyakit ini diawali dengan demam, penurunan nafsu makan, kelelahan dan sakit tenggorokan. Satu atau dua hari setelah terjadi demam, luka-luka nyeri dapat muncul di bagian dalam mulut. Awalnya luka ini tampak seperti bintik-bintik merah kecil melepuh dan sering kali menjadi luka sariawan. Hal ini biasanya terjadi di lidah, gusi dan bagian dalam pipi. Mungkin juga terjadi ruam kulit yang tidak gatal dan terkadang disertai oleh luka. Ruam umumnya muncul pada telapak tangan dan kaki, dan juga dapat muncul pada bokong dan/atau kelamin. Penderita Penyakit Tangan, Kaki dan Mulut (HFMD) bisa jadi tidak menunjukkan gejala, atau hanya mengalami ruam atau luka mulut.

Penyakit Tangan, Kaki dan Mulut (HFMD) akan mengakibatkan kekebalan (atau perlindungan) terhadap virus spesifik yang menyebabkan infeksi. Akan tetapi, infeksi kelanjutan oleh virus yang berbeda dapat mengakibatkan kekambuhan Penyakit Tangan, Kaki dan Mulut (HFMD).

## Cara penularan

Penyakit ini terutama menyebar melalui kontak dengan cairan hidung atau tenggorokan, air liur, cairan luka atau feses orang yang terinfeksi, atau setelah menyentuh benda-benda yang terkontaminasi. Penyakit ini paling menular selama satu minggu pertama terjadinya penyakit dan virus dapat ditemukan pada feses selama berminggu-minggu.

## Periode inkubasi

Periode inkubasi berlangsung selama 3 -7 hari.

## Pengelolaan

Tidak ada obat-obatan khusus untuk Penyakit Tangan, Kaki dan Mulut (HFMD). Pasien harus banyak minum air dan beristirahat, dan juga pada menerima perawatan gejala untuk meredakan demam dan nyeri akibat luka mulut.

Anak yang sedang sakit harus menghindari pergi ke sekolah atau berkumpul hingga semua luka telah mengering untuk menghindari penularan penyakit. Jika infeksi diakibatkan oleh enterovirus 71 (EV71), pasien disarankan tetap di rumah selama dua minggu setelah sembuh dari penyakit (yaitu demam dan ruam telah mereda, dan luka telah kering dan mengeras).

Orang tua harus mengawasi kondisi anak dengan cermat dan segera mencari bantuan dokter jika demam tinggi tak kunjung turun, terjadi penurunan kesadaran atau penurunan kondisi secara umum.

### Pencegahan

Tidak ada vaksin yang efektif untuk mencegah Penyakit Tangan, Kaki dan Mulut (HFMD). Perawatan kebersihan pribadi dan lingkungan yang baik adalah pencegahan utamanya.

#### 1. Jaga kebersihan pribadi yang baik

- Bersihkan tangan secara sering, terutama sebelum menyentuh mulut, hidung atau mata, sebelum makan atau menangan makanan, setelah menyentuh luka, dan setelah menggunakan toilet.
- Cuci tangan dengan sabun cair dan air setidaknya selama 20 detik. Kemudian bilas dengan air dan keringkan dengan handuk katun bersih atau handuk kertas. Handrub berbasis alkohol tidak boleh menggantikan kebersihan tangan dengan sabun cair dan air, karena alkohol tidak efektif membunuh beberapa virus (misalnya, enterovirus 71 (EV71)) yang menyebabkan Penyakit Tangan, Kaki dan Mulut (HFMD).
- Tutup mulut dan hidung dengan tisu ketika bersin atau batuk. Buang tisu kotor ke dalam tempat sampah berpenutup, lalu cuci tangan hingga bersih.
- Gunakan sumpit dan sendok penyaji pada saat makan. Jangan berbagi makanan dan minuman dengan orang lain.
- Jangan berbagi handuk dan benda-benda pribadi dengan orang lain.
- Hindari kontak dekat (seperti berciuman, berpelukan) dengan orang yang terinfeksi.
- Hindari masuk kerja atau sekolah, dan cari bantuan dokter jika tidak merasa sehat.
- Jangan biarkan orang yang terinfeksi menangani makanan atau merawat anak, orang tua, dan orang yang sistem kekebalan tubuhnya lemah.

#### 2. Jaga kebersihan lingkungan yang baik

- Secara teratur bersihkan dan disinfeksi permukaan yang sering disentuh seperti perabotan, mainan dan barang-barang yang biasa digunakan bersama dengan pemutih yang sudah diencerkan 1:99 (campurkan 1 bagian 5,25% pemutih dengan 99 bagian air), biarkan selama 15 - 30 menit, dan kemudian bilas dengan air dan keringkan.
- Gunakan handuk sekali pakai penyerap untuk menyeka kontaminan yang tampak jelas seperti cairan sekresi pernapasan, dan kemudian desinfeksi permukaan dan daerah sekitarnya dengan pemutih yang diencerkan 1:49 (campurkan 1 bagian pemutih 5,25% dengan 49 bagian air), biarkan selama 15 - 30 menit dan kemudian bilas dengan air dan keringkan.
- Hindari aktivitas berkelompok saat terjadi wabah Penyakit Tangan, Kaki dan Mulut (HFMD) di sekolah atau institusi. Selain itu, minimalkan pertukaran staf dan atur agar kelompok staf yang sama selalu merawat kelompok anak yang sama se bisa mungkin.

Untuk informasi kesehatan lebih lanjut, silakan

Kunjungi situs web Pusat Perlindungan Kesehatan [www.chp.gov.hk](http://www.chp.gov.hk)