

Infeksi Meningokokus

(Bahasa Indonesia Version)

Impeksyon sa Meningococcal

(Tagalog Version)



腦膜炎雙球菌感染 Meningococcal Infection

Infeksi Meningokokokus

Agen penyebab

Infeksi meningokokokus disebabkan oleh bakteri *Neisseria meningitidis*.

Fitur klinis

Gambaran klinisnya bisa beragam. Infeksi ini dapat menyebabkan penyakit parah saat bakteri menyerang aliran darah (meningokokokus) atau selaput yang membungkus otak dan sumsum tulang belakang (meningitis meningokokokus). Meningokokokus ditandai dengan demam yang muncul tiba-tiba, sakit kepala hebat, purpura, syok, dan bahkan kematian pada kasus yang parah. Meningitis meningokokokus ditandai dengan demam tinggi, sakit kepala hebat, leher kaku diikuti rasa kantuk, muntah, takut pada cahaya terang, atau ruam; kondisi ini dapat menyebabkan kerusakan otak atau bahkan kematian. Kerusakan otak dapat menyebabkan gangguan intelektual, keterbelakangan mental, kehilangan pendengaran, dan ketidakseimbangan elektrolit. Untuk infeksi meningokokokus invasif, kondisi ini dapat diperparah dengan peradangan sendi, peradangan otot jantung, peradangan bilik mata belakang, atau infeksi dada.

Cara penularan

Penyakit ini terutama ditularkan melalui percikan bersin atau batuk, atau melalui kontak langsung lewat sekresi pernapasan dari orang yang terinfeksi.

Periode inkubasi

Periode inkubasi bervariasi antara 2 hingga 10 hari, umumnya 3 hingga 4 hari.

Pengelolaan

Infeksi meningokokokus merupakan penyakit serius. Pasien harus segera diobati dengan antibiotik. Kontak dekat perlu diawasi secara medis untuk mengetahui tanda-tanda awal penyakit dan dapat diberikan obat pencegahan.

Risiko infeksi

Risiko infeksi lebih tinggi di antara kontak dekat pasien penderita infeksi meningokokokus. Kontak dekat di antaranya (1) anggota keluarga, (2) kontak pusat penitipan anak, (3) orang yang secara langsung terpapar sekresi oral pasien, dan (4) mereka yang sering tidur atau makan di tempat tinggal yang sama dengan pasien. Pasien tertentu yang sistem kekebalan tubuhnya rusak juga berisiko lebih tinggi. Faktor risiko lainnya meliputi infeksi virus sebelumnya, kepadatan penduduk, penyakit kronis, serta perokok aktif dan pasif.

Secara umum, risiko tertular infeksi meningokokokus saat bepergian rendah. Namun, di Afrika sub-Sahara yang membentang dari Senegal hingga Ethiopia, khususnya di musim kemarau (Desember hingga Juni), kejadian penyakit lebih tinggi, dan ada risiko tambahan bagi orang yang bepergian dalam jangka panjang yang tinggal dalam kontak dekat dengan penduduk asli.

Pencegahan

1. Jaga kebersihan pribadi dengan baik

- Bersihkan tangan secara rutin, terutama sebelum dan sesudah menyentuh mulut, hidung, atau mata; setelah menyentuh fasilitas umum seperti pegangan tangan atau gagang pintu; atau saat tangan terkontaminasi oleh sekresi pernapasan setelah batuk atau bersin.
- Cuci tangan dengan sabun cair dan air, lalu gosok selama minimal 20 detik. Kemudian bilas dengan air dan keringkan dengan handuk katun bersih atau tisu. Jika fasilitas cuci tangan tidak tersedia, atau jika tangan tidak tampak kotor, membersihkan tangan dengan cairan pembersih tangan berbahan dasar alkohol 70 hingga 80% merupakan alternatif yang efektif. Untuk menjaga kebersihan tangan dengan benar, silakan telusuri halaman web berikut: <https://www.chp.gov.hk/en/healthtopics/content/460/19728.html>
- Tutup mulut dan hidung Anda dengan tisu saat bersin atau batuk. Buang tisu yang kotor ke tempat sampah berpenutup, lalu cuci tangan sampai bersih.
- Bila mengalami gejala gangguan pernapasan, kenakan masker bedah, jangan bekerja atau masuk sekolah, hindari pergi ke tempat ramai dan segera cari pertolongan medis.
- Bangun kekebalan tubuh yang baik dengan menjalankan pola makan seimbang, olahraga teratur, istirahat yang cukup, mengurangi stress, tidak merokok dan menghindari konsumsi alkohol.

2. Jaga kebersihan lingkungan dengan baik

- Secara teratur bersihkan dan disinfeksi permukaan yang sering disentuh seperti furnitur, mainan, dan barang-barang yang biasa dipakai bersama dengan pemutih rumah tangga yang diencerkan 1:99 (campuran 1 bagian pemutih 5,25% dengan 99 bagian air), biarkan selama 15 hingga 30 menit, lalu bilas dengan air dan keringkan. Untuk permukaan logam, disinfeksi dengan alkohol 70%.
- Gunakan handuk sekali pakai yang menyerap untuk membersihkan kontaminan yang terlihat seperti sekresi pernapasan, lalu disinfeksi permukaan dan area di sekitarnya dengan pemutih rumah tangga yang diencerkan 1:49 (campuran 1 bagian pemutih 5,25% dengan 49 bagian air), biarkan selama 15 hingga 30 menit lalu bilas dengan air dan keringkan. Untuk permukaan logam, desinfeksi dengan alkohol 70%.
- Jaga ventilasi dalam ruangan tetap baik. Hindari pergi ke tempat umum yang ramai atau berventilasi buruk; orang yang berisiko tinggi dapat mengenakan masker bedah saat berada di tempat tersebut.

3. Saran untuk orang yang bepergian

- Orang yang akan bepergian ke daerah berisiko tinggi harus berkonsultasi dengan dokter sebelum bepergian untuk menentukan perlunya vaksinasi meningokokus. Orang yang kembali dari daerah berisiko tinggi harus meminta nasihat medis jika mereka sakit. Beri tahu dokter tentang riwayat perjalanan terkini.

Vaksinasi meningokokus

Vaksin meningokokus telah terdaftar di Hong Kong. Untuk meminimalkan risiko infeksi meningokokus, vaksinasi dapat dipertimbangkan untuk kelompok orang yang bepergian berikut:

- Orang yang bepergian ke Afrika sub-Sahara di musim kemarau sesuai dengan risiko paparan dan situasi epidemik setempat;
- Orang yang bepergian ke daerah yang diketahui mengalami epidemi penyakit meningokokus sebagaimana diumumkan oleh otoritas kesehatan terkait; dan
- Orang yang bepergian berusia 1 tahun atau lebih yang mengunjungi Arab Saudi untuk melaksanakan haji, umrah, atau pekerjaan musiman di zona haji harus membawa sertifikat vaksinasi dengan vaksin meningokokus quadrivalent (serogroup A, C, Y & W135) yang diberikan tidak kurang dari 10 hari sebelum kedatangan di Arab Saudi. Informasi lebih lanjut tersedia di situs web Kementerian Kesehatan Arab Saudi (<https://www.moh.gov.sa/en/Pages/Default.aspx>).

Orang yang akan bepergian harus meminta saran dari dokter profesional terkait vaksinasi dengan mempertimbangkan usia dan kondisi kesehatan individu, serta rincian perjalanan seperti tempat, durasi, dan sifat perjalanan.

Untuk informasi kesehatan lebih lanjut, silakan Kunjungi situs web Pusat Perlindungan Kesehatan www.chp.gov.hk

Versi terjemahan hanya sebagai rujukan. Jika terjadi perbedaan antara versi terjemahan dengan versi bahasa Inggris, versi bahasa Inggrislah yang berlaku.

Translated version is for reference only. In case of discrepancies between translated version and English version, English version shall prevail.

Direvisi pada 15 Oktober 2024 (15 October 2024)

Impeksyon sa Meningococcal

Ahenteng sanhi

Ang impeksiyon sa meningococcal ay sanhi ng bacteria na *Neisseria meningitidis*.

Mga Katangiang Klinikal

Maaaring magbago-bago ang klinikal na larawan ng impeksiyon. Maaari itong magdulot ng malubhang karamdaman kapag ang bacteria ay pumasok sa daluyan ng dugo (meningococcaemia) o sa mga lamad na bumabalot sa utak at spinal cord (meningococcal meningitis). Ang meningococcaemia ay nailalarawan sa pamamagitan ng biglaang pagtaas ng lagnat, matinding pananakit ng ulo, purpura, pagkabigla, at sa malubhang mga kaso, kamatayan. Ang meningococcal meningitis ay nailalarawan sa pamamagitan ng mataas na lagnat, matinding pananakit ng ulo, paninigas ng leeg, kasunod ang pagkaantok, pagsusuka, takot sa maliwanag na ilaw, o pantal; maaari itong magdulot ng pinsala sa utak o maging sanhi ng kamatayan. Ang pinsala sa utak ay maaaring magresulta sa intelektwal na kapansanan, mental na pagkaantala, pagkawala ng pandinig, at kawalan ng balanse sa electrolytes. Sa mga nagsasalakay na impeksiyong na sanhi ng meningococcal, maaari itong magkaroon ng komplikasyon tulad ng pamamaga ng mga kasukasan, pamamaga ng kalamnan sa puso, pamamaga ng likurang bahagi ng mata, o impeksiyon sa dibdib.

Paraan ng Pagkalat

Ang sakit ay pangunahing naipapasa sa pamamagitan ng patak mula sa pagbahin o pag-ubo, o sa direktang kontak sa mga sekresyong respiratoryo mula sa mga taong may impeksiyon.

Panahon ng Inkubasyon

Ang panahon ng inkubasyon ay nagbabago mula 2 hanggang 10 araw, ngunit karaniwang tumatagal ng 3 hanggang 4 na araw.

Pamamahala

Ang impeksiyon sa meningococcal ay isang malubhang karamdaman. Ang mga pasyente ay kailangang agad gamutin gamit ang mga antibiotiko. Ang mga malapit na nakasalamuha ng pasyente ay kailangang ilagay sa ilalim ng medikal na pagmamatyag para sa maagang senyales ng sakit at maaaring bigyan ng mga gamot para sa pag-iwas.

Panganib ng Impeksiyon

Mas mataas ang panganib ng impeksiyon sa mga malapit na nakasalamuha ng mga pasyenteng may impeksiyon sa meningococcal. Ang mga malapit na nakasalamuha ay kinabibilangan ng: (1) mga miyembro ng pamilya, (2) mga kontak sa day care center, (3) mga taong direktang na-expose sa sekresyon mula sa bibig ng pasyente, at (4) mga madalas matulog o kumain sa parehong tirahan ng pasyente. Mas mataas din ang panganib sa ilang pasyente na may depektibong immune system. Ang iba pang salik na nagpapataas ng

panganib ay ang naunang viral infection, siksikang mga tao, malalang sakit, at aktibo o pasibong paninigarilyo.

Sa pangkalahatan, mababa ang panganib ng pagkakaroon ng impeksyon sa meningococcal habang naglalakbay. Gayunpaman, sa sub-Saharan Africa, mula Senegal hanggang Ethiopia, partikular na tuwing tagtuyot (Disyembre hanggang Hunyo), mas mataas ang bilang ng mga kaso ng sakit. Ang panganib ay mas tumataas para sa mga manlalakbay na naninirahang matagal at malapit sa lokal na populasyon.

Pag-iwas

1. Panatilihin ang maayos na personal na kalinisan

- Madalas na maghugas ng kamay, lalo na bago at pagkatapos hawakan ang bibig, ilong, o mata; pagkatapos humawak sa mga pampublikong kagamitan tulad ng handrails o door knobs; o kapag ang mga kamay ay nadumihan ng sekresyong pang-respiratoryo pagkatapos umubo o bumahing..
- Maghugas ng kamay gamit ng likidong sabon at tubig, at kuskusin ang mga kamay nang hindi bababa sa 20 segundo. Pagkatapos ay banlawan ng tubig at patuyuin gamit ang malinis na tuwalyang koton o tisyu. Kung walang pasilidad para sa paghuhugas ng kamay, o kung hindi halatang marumi ang mga kamay, gumamit ng 70 hanggang 80% na alcohol-based handrub bilang epektibong alternatibo. Para sa wastong paraan ng paghuhugas ng kamay, bisitahin ang sumusunod na webpage: <https://www.chp.gov.hk/en/healthtopics/content/460/19728.html>
- Takpan ang bibig at ilong gamit ang tisyu kapag bumabahing o umuubo. Itapon ang gamit na tisyu sa basurahan na may takip, pagkatapos ay maghugas ng kamay nang maayos.
- Kapag may respiratoryong sintomas, magsuot ng surgical mask, iwasan ang pagpasok sa trabaho o paaralan, umiwas sa masisikip na lugar, at agad magpakonsulta sa doktor.
- Palakas in ang resistensya ng katawan sa pamamagitan ng pagkaroon ng balanseng pagkain, regular na ehersisyo, sapat na pahinga, bawasan ang stress, huwag manigarilyo, at umiwas sa pag-inom ng alak.

2. Panatilihin ang maayos na kalinisan sa kapaligiran

- Regular na linisin at magdisimpekta ng mga madalas hawakang bagay tulad ng kasangkapan, laruan, at mga gamit na karaniwang pinagsasaluhan gamit ang 1:99 na pinaghalong bleach sa bahay at tubig (haluin ang 1 bahagi ng 5.25% na bleach sa 99 na bahagi ng tubig). Iwanan sa loob ng 15 hanggang 30 minuto, at banlawan ng tubig, at patuyuin. Para sa mga metal na ibabaw, gumamit ng 70% alkohol bilang panlinis.
- Gumamit ng sumisipsip na tinatapong tuwalya upang punasan ang mga halatang kontaminasyon tulad ng sekresyong respiratoryo, at pagkatapos, disimpektahin ang ibabaw at ang kalapit na lugar gamit ang 1:49 na pinaghalong bleach sa bahay at tubig (haluin ang 1 bahagi ng 5.25% bleach sa 49 na bahagi ng tubig). Iwanan sa loob ng 15 hanggang 30 minuto, banlawan ng tubig, at patuyuin. Para sa mga metal na ibabaw, disimpektahin gamit ang 70% alkohol.
- Panatilihin ang maayos na bentilasyon sa loob ng bahay. Iwasan ang pumunta sa masisikip o kulang sa bentilasyon na pampublikong lugar; ang mga taong nasa mataas na panganib ay maaaring magsuot ng surgical mask habang nasa ganitong mga lugar.

3. Payo para sa mga Manlalakbay

- Ang mga manlalakbay patungo sa mga lugar na mataas ang panganib ay dapat kumonsulta sa kanilang doktor bago bumiyahen upang matukoy kung kailangan ang bakuna laban sa meningococcal. Ang mga manlalakbay na bumalik mula sa mga lugar na mataas ang panganib ay dapat agad magpakonsulta sa doktor kung sila'y magkakasakit. Siguraduhing ipaalam sa doktor ang kamakailang kasaysayan ng paglalakbay.

Bakuna Laban sa Meningococcal

Ang mga bakuna laban sa meningococcal ay rehistrado na sa Hong Kong. Upang mabawasan ang panganib ng impeksiyon sa meningococcal, maaaring ikonsidera ang pagbabakuna para sa mga sumusunod na grupo ng mga manlalakbay:

- Mga manlalakbay patungo sa sub-Saharan Africa sa panahon ng tagtuyot, ayon sa panganib ng pagkakalantad at lokal na kalagayan ng epidemya;
- Mga manlalakbay patungo sa mga lugar na kilalang may epidemya ng meningococcal disease batay sa anunsyo ng mga kaukulang awtoridad sa kalusugan; at
- Mga manlalakbay na may edad 1 taon pataas na bibisita sa Saudi Arabia para sa Hajj, Umrah, o pana-panahong trabaho sa mga lugar ng Hajj. Kailangang magdala ng sertipiko ng pagbabakuna para sa quadrivalent (serogroups A, C, Y, & W135) meningococcal vaccine na naibigay nang hindi bababa sa 10 araw bago ang pagdating sa Saudi Arabia. Para sa karagdagang impormasyon, bisitahin ang website ng Ministry of Health ng Saudi Arabia (<https://www.moh.gov.sa/en/Pages/Default.aspx>).

Dapat kumonsulta ang mga manlalakbay sa doktor para sa propesyonal na payo tungkol sa bakuna, batay sa kanilang edad, kalagayan ng kalusugan, at mga detalye ng paglalakbay tulad ng lugar, tagal, at uri ng aktibidad.

Para sa karagdagang impormasyon sa kalusugan, mangyaring Bisitahin ang Website ng Proteksyon ng Sentro para sa Kalusugan www.chp.gov.hk

Ang isinaling bersyon ay para sa sanggunian lamang. Sa kaso ng mga pagkakaiba sa pagitan ng isinalin na bersyon at Ingles na bersyon, Ingles na bersyon ang mananaig.

Translated version is for reference only. In case of discrepancies between translated version and English version, English version shall prevail.

Nirebisa noong 15 Oktubre 2024 (15 October 2024)

衛生防護中心網站 www.chp.gov.hk
Centre for Health Protection Website www.chp.gov.hk

Untuk informasi kesehatan lebih lanjut, silakan Kunjungi situs web Pusat Perlindungan Kesehatan www.chp.gov.hk

Para sa karagdagang impormasyon sa kalusugan, mangyaring Bisitahin ang Website ng Proteksyon ng Sentro para sa Kalusugan www.chp.gov.hk