

## **Informasi Kesehatan – Penyakit Menular**

### **Avian influenza**

#### **Apa itu avian influenza?**

Avian influenza (dikenal juga sebagai flu burung) disebabkan oleh virus influenza yang menyerang burung dan unggas, seperti ayam dan bebek, Virus ini biasanya tidak menyerang manusia. Bagaimanapun, kasus-kasus pada manusia (terutama dikarenakan virus A H5N1 dan H9N2) dilaporkan telah terjadi di Hong Kong dan belahan dunia lainnya.

#### **Bagaimana hal tersebut dapat terjadi?**

Avian influenza pada manusia dapat menyebabkan infeksi pada mata, gejala seperti flu (mis. demam, batuk, radang tenggorokan, nyeri otot) atau infeksi pada dada. Jenis lain yang lebih parah (mis. infeksi oleh virus H5N1) dapat menyebabkan penyakit-penyakit yang lebih serius dan bahkan kematian.

#### **Bagaimana penyebarannya?**

Manusia dapat terjangkit dengan avian influenza melalui kontak langsung dengan burung dan unggas yang terinfeksi (hidup atau mati), atau dengan cairan mereka.

#### **Bagaimana menangani avian influenza pada manusia?**

Orang yang terinfeksi harus cukup istirahat dan banyak minum. Pasien dengan gejala seperti flu harus segera ke dokter, khususnya mereka dengan ketahanan tubuh yang lemah atau ketika kondisi mereka memburuk, mis. demam tinggi yang tidak turun atau sesak nafas.

Avian influenza H5N1 pada umumnya lebih parah daripada flu biasa, dan sebagian besar pasien membutuhkan perawatan di rumah sakit. Beberapa obat-obatan anti virus dapat membantu dalam menyembuhkan infeksi tapi seharusnya digunakan secara hati-hati dengan mengikuti petunjuk dokter. Kecuali bila terjadi infeksi bakteri, antibiotika tidak diperlukan. Aspirin tidak seharusnya digunakan untuk anak-anak.

## **Bagaimana pencegahannya?**

Burung dan unggas yang terinfeksi (hidup atau mati) atau cairannya dapat membawa virus avian influenza. Dengan demikian, kita seharusnya:

- Menghindari sentuhan dengan burung dan unggas (hidup atau mati) serta cairannya.
- Bila Anda menyentuh mereka, cuci tangan dengan sabun hingga bersih.
- Masaklah unggas dan produk telur hingga matang sebelum dimakan.
- Ketika bepergian keluar Hong Kong, hindari menyentuh burung atau unggas. Mereka yang bepergian dan kembali dari area yang terjangkit, seharusnya kunjungi dokter sesegera mungkin bila mereka memiliki gejala seperti flu. Katakan pada dokter akan sejarah perjalanan Anda dan kenakan masker untuk mencegah penularan penyakit.

Cermati kebersihan setiap saat :

- Jagalah tangan agar tetap bersih, sering mencuci tangan dengan sabun cair, khususnya sebelum makan atau menyentuh hidung, mulut atau mata.
- Tutup mulut Anda ketika batuk atau bersin dengan kertas tisu. Buanglah tisu yang telah digunakan dengan tepat ke dalam tempat sampah yang tertutup, kemudian cuci tangan secara keseluruhan hingga bersih.
- Tinggal di rumah dan hindari bepergian ke tempat-tempat keramaian dengan aliran udara yang buruk bila gejala seperti flu menjangkit.

Saat ini, tidak ada vaksinasi efektif untuk mencegah avian influenza pada manusia. Ketahanan tubuh yang baik membantu pencegahan infeksi (termasuk influenza). Hal ini dapat diraih melalui diet yang seimbang, olahraga secara teratur, istirahat yang cukup, mengurangi stress dan tidak merokok.

December 2010