

## Rubella

### Agen penyebab

Rubella juga dikenal sebagai "Campak Jerman" dan disebabkan oleh virus rubella.

### Gejala klinis

Penderita biasanya menunjukkan gejala berupa ruam menyeluruh, demam, sakit kepala, rasa tidak enak badan, pembesaran kelenjar getah bening, gejala saluran pernapasan atas, dan konjungtivitis. Ruam biasanya berlangsung sekitar 3 hari, tetapi sebagian pasien mungkin tidak mengalami ruam sama sekali. Artralgia atau artritis lebih sering terjadi pada wanita dewasa yang terkena rubella. Infeksi rubella juga dapat menyebabkan kelainan pada janin yang sedang berkembang. Sindrom rubella kongenital, yang ditandai dengan ketulian, katarak, kelainan jantung, keterbelakangan mental, dan sebagainya, kemungkinan terjadi pada bayi yang lahir dari ibu yang terinfeksi di masa 3 bulan pertama kehamilan.

### Cara penularan

Rubella dapat menular melalui kontak dengan sekresi dari hidung dan tenggorokan orang yang terinfeksi melalui percikan droplet atau kontak langsung dengan pasien. Ini adalah penyakit yang sangat menular dan penderitanya dapat menularkan penyakit ini ke orang lain sejak 1 minggu sebelum hingga 1 minggu setelah munculnya ruam.

### Masa inkubasi

Berkisar antara 12–23 hari, biasanya 14 hari.

### Penanganan

Tidak ada pengobatan khusus, tetapi obat dapat diberikan untuk mengurangi ketidaknyamanan.

### Pencegahan

#### 1. Jaga kebersihan pribadi yang baik

- Sering-seringlah membersihkan tangan, terutama sebelum menyentuh mulut, hidung atau mata, setelah menyentuh fasilitas umum seperti pegangan tangan atau gagang pintu, atau ketika tangan terkontaminasi oleh sekresi saluran pernapasan setelah batuk atau bersin. Cuci tangan dengan sabun cair dan air, dan gosok selama minimal 20 detik. Kemudian bilas dengan air, lalu keringkan menggunakan handuk kertas sekali pakai atau pengering tangan. Jika tidak tersedia fasilitas mencuci tangan, atau tangan tidak terlihat kotor, cukup bersihkan tangan dengan cairan pembersih tangan berbahan alkohol 70 hingga 80% sebagai alternatifnya.
- Tutupi mulut dan hidung dengan tisu saat bersin atau batuk. Buang tisu yang telah digunakan ke tempat sampah yang bertutup, lalu cuci tangan hingga bersih.
- Saat mengalami gejala saluran pernapasan, kenakan masker bedah, istirahat dahulu dari pekerjaan atau bersekolah, jauhi tempat ramai, dan segera cari bantuan medis.
- Penderita sebaiknya tetap di rumah selama 7 hari sejak munculnya ruam dan menghindari kontak dengan orang yang rentan, terutama wanita hamil dan wanita yang sedang mempersiapkan kehamilan. Hal ini karena wanita hamil yang tidak memiliki kekebalan terhadap rubella dapat tertular penyakit ini dan janinnya juga bisa terkena dampaknya. Oleh karena itu, kontak dekat dengan wanita hamil harus dilacak dan status kekebalan mereka perlu diperiksa.

#### 2. Jaga kebersihan lingkungan

- Bersihkan dan disinfeksi secara rutin permukaan yang sering disentuh seperti furnitur, mainan, dan barang yang sering dipakai bersama menggunakan cairan pemutih rumah

tangga 1:99 (campurkan 1 bagian pemutih 5,25% dengan 99 bagian air), diamkan selama 15–30 menit, lalu bilas dengan air dan keringkan. Untuk permukaan logam, disinfeksi dengan alkohol 70%.

- Gunakan handuk kertas sekali pakai yang bisa menyerap untuk mengelap kotoran yang tampak jelas seperti sekresi saluran pernapasan, lalu disinfeksi permukaan dan area sekitarnya dengan pemutih rumah tangga yang diencerkan 1:49 (campurkan 1 bagian pemutih 5,25% dengan 49 bagian air), diamkan selama 15–30 menit, lalu bilas dengan air dan keringkan. Untuk permukaan logam, disinfeksi dengan alkohol 70%.
- Jaga ventilasi dalam ruangan tetap baik. Jauhi tempat umum yang ramai atau berventilasi buruk; orang yang berisiko tinggi dianjurkan untuk memakai masker bedah saat berada di tempat tersebut.

### 3. Imunisasi

- Imunisasi dengan vaksin yang mengandung rubella efektif untuk mencegah penyakit ini. Sejalan dengan Program Imunisasi Anak di Hong Kong, anak-anak menerima dua dosis vaksin rubella (Silakan lihat [Program Imunisasi Anak Hong Kong](#)).
- Wanita usia subur yang belum diimunisasi sebaiknya memeriksa status kekebalan mereka sebelum merencanakan kehamilan dan menerima vaksin yang mengandung rubella jika diperlukan.
- Setiap tempat akan mengembangkan program imunisasi yang berbeda sesuai dengan profil epidemiologis mereka. Orang tua sebaiknya mengatur agar anak-anak mereka menerima vaksin sesuai dengan program imunisasi lokal di tempat tinggal mereka. Sebagai contoh, anak-anak berusia di bawah satu tahun yang sering bepergian atau tinggal di Cina Daratan sebaiknya mengikuti jadwal imunisasi rubella di Cina, yaitu dengan dosis pertama vaksin rubella pada usia 8 bulan, diikuti oleh dosis kedua pada usia 18 bulan.
- Semua asisten rumah tangga asing (FDH) yang tidak memiliki kekebalan terhadap rubella sebaiknya menerima vaksin campak<sup>@</sup>, gondongan, dan rubella (MMR), lebih baik sebelum mereka tiba di Hong Kong. Jika hal ini tidak memungkinkan, mereka dapat berkonsultasi dengan dokter setelah tiba di Hong Kong. Agen penyalur tenaga kerja dapat mempertimbangkan untuk menambahkan penilaian status kekebalan terhadap rubella atau vaksinasi MMR bagi FDH sebagai bagian tambahan dalam paket pemeriksaan medis prakerja.
- Secara umum, orang-orang berikut ini sebaiknya TIDAK menerima vaksin MMR<sup>^\*</sup>:
  1. reaksi alergi serius terhadap dosis vaksin MMR sebelumnya atau terhadap salah satu komponen vaksin (misalnya gelatin atau neomisin)
  2. orang yang sistem imunnya menurun drastis akibat penyakit atau pengobatan (misalnya sedang menjalani pengobatan kanker seperti kemoterapi dan radioterapi, mengonsumsi obat imunosupresif seperti kortikosteroid dosis tinggi, dan sebagainya)
  3. kehamilan<sup>#</sup>

<sup>@</sup>Secara umum, seseorang dapat dianggap tidak memiliki kekebalan terhadap rubella jika (i) mereka belum pernah mengalami infeksi rubella yang dikonfirmasi melalui tes laboratorium sebelumnya, dan (ii) mereka belum pernah divaksinasi terhadap rubella atau status vaksinasinya tidak diketahui.

<sup>^</sup> Selalu konsultasikan dengan tenaga medis.

<sup>\*</sup>Menurut informasi dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) serta Pusat Pengendalian dan Pencegahan Penyakit Amerika Serikat (CDC), reaksi anafilaksis terhadap vaksin MMR tidak terkait dengan hipersensitivitas terhadap antigen telur, melainkan terhadap komponen lain dalam vaksin tersebut (seperti gelatin). Risiko terjadinya reaksi alergi serius setelah menerima vaksin ini pada

*orang yang alergi terhadap telur sangat rendah. Oleh karena itu, orang yang memiliki alergi telur non-anafilaksis dapat divaksinasi dengan aman menggunakan vaksin MMR. Mereka yang memiliki reaksi alergi berat (misalnya anafilaksis) terhadap telur sebaiknya berkonsultasi dengan tenaga kesehatan untuk vaksinasi di tempat yang sesuai.*

# Secara umum, wanita sebaiknya menghindari kehamilan selama tiga bulan setelah menerima vaksin MMR dan memilih metode kontrasepsi yang sesuai.

Untuk informasi kesehatan lebih lanjut, silakan Kunjungi situs web Pusat Perlindungan Kesehatan [www.chp.gov.hk](http://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.

23 Februari 2024 (23 February 2024)