



Awas!

Penularan Influenza A

PADA awal Januari lalu, beberapa buah sekolah di Pulau Pinang dan Selangor terpaksa ditutup gara-gara pelajar sekolah yang terlibat didapati dan disahkan positif influenza A. Tindakan Kementerian Pendidikan menutup sekolah yang terlibat dianggap langkah paling tepat dalam membendung penularan wabak tersebut.

Kes tersebut bukanlah kes influenza pertama yang melanda negara. Penularan wabak ini mula dikesan kurang daripada 10 tahun yang lalu, namun penularannya mampu dikawal. Begitu pun, beberapa kematian turut dicatatkan sepanjang tempoh tersebut. Antaranya pada November lalu apabila Jabatan Kesihatan Negeri (JKN) Sarawak, mengesahkan tiga kematian dicatatkan akibat influenza A yang dilaporkan di negeri tersebut.

Tidak dinafikan sejak belakangan ini berlaku peningkatan penularan kes influenza A. Meskipun tidak melibatkan kes kematian, namun penularannya menimbulkan kebimbangan dalam kalangan masyarakat. Hal tersebut dikatakan demikian kerana peningkatan kes influenza di Malaysia yang hingga kini direkodkan mencatatkan peningkatan dua kali ganda berbanding dengan tahun 2018.

Menurut Pakar Perunding Hospital KPJ Damansara, Dr. Musa Mohd Nordin, makmal hospital berkenaan merekodkan peningkatan sebanyak

70 peratus kes influenza pada tahun 2019 berbanding dengan tahun 2018. Terdapat sejumlah 2076 kes direkodkan pada 2019 berbanding dengan tahun sebelumnya (2018) dengan 1222 kes.

Sementara itu, data yang dikeluarkan oleh Pertubuhan Kesihatan Sedunia (WHO) juga menunjukkan peningkatan kadar influenza sebanyak 21 peratus di Malaysia pada tahun 2019. Kadar ini mencatatkan peningkatan dua kali ganda dari tahun 2018 dan lebih tinggi berbanding dengan tahun 2009, iaitu ketika berlakunya wabak influenza H1N1.

Berdasarkan kenyataan WHO, virus influenza berlaku sepanjang tahun di kawasan tropika seperti Malaysia. Wabak tersebut juga amat aktif pada musim sejuk, iaitu pada November hingga Mac di Hemisfera Utara dan dari April hingga September di Hemisfera Selatan. Wabak ini juga mudah tersebar di kawasan beriklim sederhana.

Jika diamati, laporan tahunan penularan wabak berkenaan

oleh WHO sememangnya agak memeranjatkan. Dianggarkan tiga hingga lima juta kes dalam kategori sakit teruk melibatkan sebanyak 250 ribu kes, manakala sebanyak 500 ribu kes pula melibatkan kematian. Di negara perindustrian misalnya, kebanyakan kes kematian berkaitan dengan influenza sering direkodkan berlaku dalam kalangan orang dewasa yang berumur 65 tahun ke atas. Sementara itu, kajian menunjukkan bahawa kira-kira 99 peratus kes kematian dalam kalangan kanak-kanak terdiri daripada mereka yang berumur di bawah lima tahun.

Melihat data yang dikeluarkan oleh WHO, sewajarnya kita berasa bimbang dengan influenza. Walau bagaimanapun, ada dalam kalangan rakyat di negara ini yang menganggap demam, batuk dan selesema merupakan perkara biasa, lebih-lebih lagi dalam kalangan anak kecil.

Influenza sering disalahertikan sebagai selesema biasa, bahkan ramai yang masih keliru antara kedua-duanya. Pada hakikatnya, influenza adalah jauh lebih buruk dan berbahaya, malah dapat menimbulkan pelbagai komplikasi berbanding dengan selesema biasa serta boleh menyebabkan kematian.

Di negara Barat, influenza dikaitkan dengan cuaca dan musim sejuk. Oleh itu, jumlah kes dan kematian akibat influenza akan meningkat ketika musim sejuk. Hal ini berbeza daripada Malaysia. Sebagai negara tropika, wabak ini dikategorikan sebagai penyakit tidak bermusim dan boleh berlaku pada bila-bila masa.

Influenza terbahagi kepada banyak jenis yang dikategorikan sebagai influenza A, B dan C. Virus jenis A merupakan penyebab utama influenza terhadap manusia dan haiwan. Jenis B pula kurang biasa, tetapi boleh menyebabkan penyakit yang menyerupai jenis A, manakala influenza jenis C pula

mengakibatkan selesema sederhana dan jarang-jarang menjangkiti.

Mengesan Influenza

Pada hakikatnya, gejala influenza tidak sama dengan selesema biasa. Gejala influenza biasanya lebih serius dan mungkin memerlukan pesakit berehat daripada tugas harian. Gejala influenza pada kebiasaannya muncul secara tiba-tiba. Pesakit biasanya menghidap demam pada suhu yang tinggi, batuk, sakit kerongkong, berhingus, sakit otot dan badan, sakit kepala dan keletihan. Gejala ini juga boleh membawa kepada kemurungan.

Komplikasi yang disebabkan influenza antara lain termasuklah pneumonia (jangkitan paru-paru), sinus dan telinga. Jangkitan ini juga boleh memburukkan keadaan penyakit kronik yang sedia ada, seperti asma, kegagalan jantung atau kencing manis. Komplikasi ini boleh membawa maut dan menyebabkan pesakit dimasukkan ke hospital untuk rawatan lanjut.

Menurut Kementerian Kesihatan Malaysia (KKM), cara jangkitan virus influenza bermusim termasuk influenza A dalam komuniti ialah melalui cecair akibat batuk atau bersin pesakit yang dijangkiti influenza A. Titisian cecair pernafasan yang keluar akan terkena tangan pesakit, permukaan atau tersebar ke udara. Seseorang boleh dijangkiti sama ada melalui pernafasan, melalui sentuhan dengan tangan pesakit atau menyentuh permukaan yang tercemar dengan titisan cecair pesakit. Tempoh penyebaran virus adalah selagi pesakit mempunyai gejala penyakit ini. Pada kebiasaannya sehingga tujuh hari daripada tarikh mula mengalami gejala penyakit, terutamanya semasa demam.

Langkah Pencegahan

Dalam usaha mencegah penularan wabak influenza, orang ramai dinasihatkan agar sentiasa mengekalkan tahap kebersihan diri yang tinggi, amalan kerap mencuci

tangan menggunakan air dan sabun, serta mengamalkan adab batuk yang baik. Selain itu, mereka yang mempunyai gejala *influenza-like illness* (ILI) dinasihatkan tidak pergi ke tempat tumpuan ramai, pejabat dan amat penting untuk mendapatkan rawatan segera di klinik yang berhampiran.

Sementara itu, sekiranya anda berasa tidak sihat atau mengalami gejala selesema, anda dinasihatkan untuk berada di rumah dan elakkan berada di tempat kerja, sekolah atau tempat yang sesak; berehat dan minum air yang banyak; menutup mulut dan hidung apabila batuk dan selesema; dan jika menggunakan tisu, buang tisu yang telah digunakan ke dalam tong sampah. Bersihkan tangan dengan segera menggunakan sabun dan air atau bersihkan dengan bahan pencuci berasaskan alkohol; jika anda tidak mempunyai tisu ketika batuk atau bersin, tutup mulut dan hidung dengan lengan dan siku anda; gunakan penutup hidung dan mulut bagi mengelakkan titisan cecair tersebar kepada orang lain di sekeliling anda. Jika perlu mendapatkan rawatan lanjut ataupun gejala bertambah teruk, seperti demam, batuk dan sakit tekak yang berterusan, anda hendaklah segera berjumpa dengan doktor untuk pemeriksaan.

Berbeza daripada negara Barat, penularan influenza di negara ini yang tidak bermusim (boleh berlaku pada bila-bila masa) menuntut rakyat di negara ini untuk bersama-sama membendung penularan influenza daripada terus berlaku. Kesedaran rakyat – aspek kebersihan dan kesihatan seperti yang disarankan oleh KKM amatlah diperlukan dalam usaha untuk memastikan tiada lagi kematian dicatatkan akibat influenza dan tiada lagi pelajar sekolah yang terjejas sehingga menyebabkan sekolah terpaksa ditutup pada masa akan datang.