

# Serangga penyebar **virus**



Kosmo  
22/10/08  
M/S 26 + 27

Biar pun setakat ini belum terdapat vaksin yang boleh mencegah jangkitan virus Chikungunya, pelbagai langkah pencegahan boleh diambil untuk menghindarkan gigitan nyamuk dan menghapuskan sarang pembiakannya.

**K**IRA-KIRA tiga bulan lepas, sebuah perkampungan kecil, Kampung Rasau di Slim River, Perak, menjadi sedikit 'huru-hara' apabila dikejutkan dengan kes jangkitan virus Chikungunya.

Sebaran yang dipercayai menular ke sekurang-kurangnya lima perkampungan berdekatan, sedikit sebanyak menimbulkan rasa takut di kalangan penduduk kampung dan orang ramai.

Demam panas yang berlanjutan, ruam-ruam dan sakit-sakit sendi adalah antara simptom yang dilaporkan oleh mangsa-mangsa yang terjangkit. Jumlah pesakit yang dirujuk ke poliklinik pada ketika itu turut dikatakan meningkat.

Pihak berkuasa pun mengambil tindakan mengasap kawasan berdekatan sebagai langkah menyingkirkan sarang pembiakan nyamuk.

Kes-kes jangkitan ini akhirnya disahkan berpunca daripada virus Chikungunya bawaan nyamuk. Wabak demam Chikungunya pada mulanya dikesan sekitar tahun 1950-an di Afrika.

Malah, populariti demam Chikungunya semakin melonjak apabila kes-kes wabak ini dilaporkan berlaku di Asia dan Afrika sekitar tahun 1960 dan 1982.

Selepas lebih dua dekad, demam Chikungunya sekali lagi kembali menghantui penduduk Asia. Dalam beberapa tahun kebelakangan ini juga, demam Chikungunya telah dilaporkan di beberapa negara termasuk India dan sebilangan kepulauan Lautan Hindi. Ini termasuk Mauritius, Reunion, Comoros dan Seychelles.

Berdasarkan data Pertubuhan Kesihatan Sedunia (WHO), wabak demam Chikungunya yang melanda sekitar 151 daerah di India sahaja pada

tahun 2006 telah menjejaskan lebih daripada 1.25 juta nyawa.

Di Malaysia, virus ini turut kembali 'menyerang' 27 orang penduduk Pelabuhan Klang pada tahun 1999. Pun begitu, Chikungunya mungkin masih satu nama yang jarang disebut-sebutkan oleh pengamal perubatan dunia.

WHO mengkelaskan penyakit ini sebagai 'masalah jangkitan virus yang tersebar menerusi gigitan nyamuk yang terjangkit'. Barangkali kenyataan ini mungkin memberi tanggapan ia seakan demam denggi berdarah? Demam Chikungunya bagaimanapun jarang

memberi ancaman kepada nyawa.

Justeru, ujian makmal yang lebih terperinci perlu untuk mengesahkan punca dan jenis penyakit. Di Malaysia, Universiti Malaya (UM) menawarkan

ujian serologi untuk mengesan demam Chikungunya.

Awal tahun lalu, para penyelidik dari Jepun dan India dikatakan telah menemui ujian lebih pantas dan berkesan dalam mengenalpasti virus Chikungunya.

Profesor Madya Perubatan dari Hospital Kolej Perubatan Midnapore, India, Bikram Saha berkata, teknik diagnosis sedia ada mempunyai had untuk diaplikasikan di negara-negara membangun yang miskin.

"Ini kerana kerja-kerja menguji ini dilakukan di atas peralatan sofistikated, kaedah yang rumit dan kos yang tinggi. Sebaliknya, kajian mendapati, ujian baru ini bukan sahaja lebih sensitif dan spesifik berbanding teknik sedia ada, malah penting untuk digunakan di negara membangun. Sebabnya ia lebih ringkas dan kos efektif," katanya sambil merujuk kepada ujian RT-LAMP.

Namun, ujian ini memerlukan kajian lebih menyeluruh sebelum boleh diaplikasikan oleh pengamal perubatan biasa.

Sementara itu, rawatan menggunakan ubat antiradang dan rehat biasanya memadai untuk melegakan kesakitan dan demam akibat jangkitan virus Chikungunya.

Pesakit boleh sembuh daripada



**LINDUNGI diri dan anak anda daripada terkena gigitan nyamuk.**



**KAWASAN yang tidak terurus boleh menggalakkan pembiakan nyamuk.**



# Ramuan segar

ADAKAH anda kenal dan tahu seratus-peratus makanan yang dimasukkan ke dalam mulut anda? Barangkali ramai di kalangan kita tidak kisah tentang perkara itu. Namun, tidak bagi penulis kolum makanan, Eu Hooi Khaw.

Hooi Khaw yang memiliki pengalaman luas sebagai pengkritik makanan dan restoran tidak pernah berhenti mempelajari perkara baru tentang makanan yang ditemuinya.

Disebabkan obsesi terhadap makanan dan keinginan berkongsi cerita, Hooi Khaw akhirnya menghimpunkan sejumlah bahan dan resipi menarik dalam buku sulung mengenai makanan, *Fresh Ingredient*.

Bagi Hooi Khaw, selain mengenali nama makanan, mengetahui apa yang dimasukkan ke dalam mulut juga sama pentingnya.

"Misalnya, apakah kebaikan nutrisi makanan itu dan bagaimana untuk mengoptimumkan nutrien menerusi kaedah masakan yang betul? Jadi, buku ini adalah himpunan pengetahuan yang saya tahu untuk dikongsi bersama pembaca," katanya dalam satu sidang akhbar di ibu kota baru-baru ini.

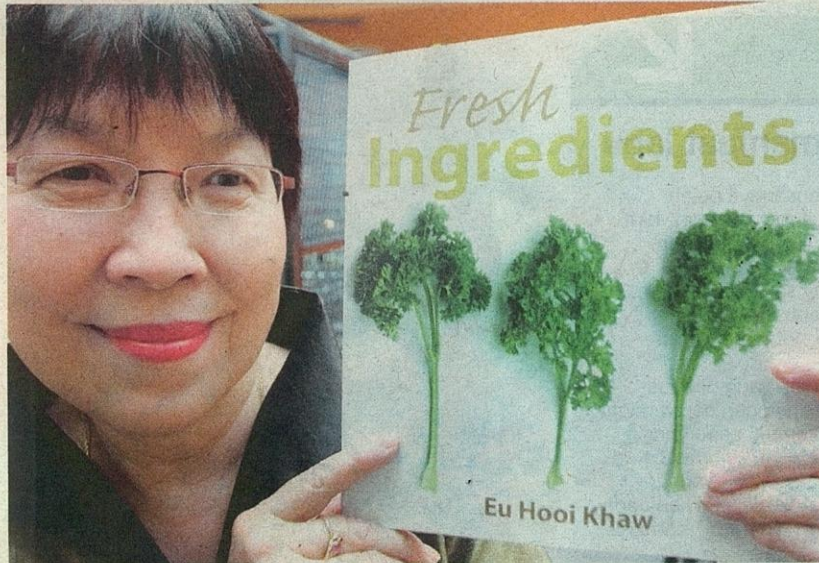
Jiwa anak kelahiran Ipoh, Perak ini sesungguhnya sudah begitu sinonim dengan bab makanan. Beliau dibesarkan dalam keluarga serta persekitaran yang menghargai makanan.

"Saya bertuah kerana membesar dengan peluang menikmati makanan yang enak-enak. Maka keupayaan menilai makanan terbentuk dari situ," katanya yang sudah lebih tiga dekad menulis tentang bab makanan.

Menurut Hooi Khaw, resipi-resipi yang terkandung dalam buku *Fresh Ingredient* ini adalah gabungan resipi diri dan keluarga khususnya ibu serta bapanya.

"Mak saya merupakan seorang Nyonya daripada Penang manakala bapa dari masyarakat Cina Teochew. Mungkin bakat dalam bab makanan ini saya warisi daripada mereka," jelasnya seakan berseloroh.

Buku ini merupakan kompilasi artikel-artikel yang pernah disiarkan dalam kolum tetap sebuah akhbar tempatan berbahasa Inggeris. Setiap bahan masakan atau makanan yang dipaparkan didatangi dengan latar belakang dan manfaat nutrisi serta kegunaannya dalam masakan.




HOOI KHAW dan bukunya, *Fresh Ingredient*.

"Setiap resipi yang dimasukkan dalam buku ini sangat mudah dan ringkas penyediaannya. Tambahan pula, buku ini disertakan dengan gambar-gambar berwarna-warni dan segala yang perlu anda ketahui tentang makanan itu," terangnya.

Tambahnya, buku yang mengambil masa kira-kira setahun untuk disediakan ini sesuai sebagai rujukan un-

tuk semua khasnya suri rumah dan mengesyorkan resipi salad belimbing dan udang serta sup petola.  
- YEO LI SHIAN

■■■ Buku *Fresh Ingredient* (ISBN 978 9833845170) boleh didapati di semua kedai buku utama pada harga RM69.90.



**UBAT**  
semburan  
nyamuk dan  
pengasapan  
boleh  
mencegah  
pemiakan  
nyamuk.

**Pesakit boleh  
sembuh daripada  
demam Chikungunya  
tetapi pemulihan  
menyeluruh mungkin  
mengambil masa  
sehingga setahun**

demam Chikungunya tetapi pemulihan menyeluruh mungkin mengambil masa sehingga setahun. Bagi mereka yang masih mengalami kesakitan sendi akibat jangkitan virus Chikungunya, ubat tahan sakit mungkin diperlukan selain menjalani terapi antikeradangan jangka panjang.

#### ■ ■ ■ Mencegah gigitan nyamuk

- Pakaikan pakaian berlengan dan berseluar panjang untuk menutupi anggota badan.

- Gunakan ubat penyembur nyamuk atau lingkaran nyamuk pada siang hari.

- Gunakan kelambu untuk melindungi bayi, warga emas dan sesiapa sahaja yang sedang beristirehat di siang hari.

Keberkesanan kelambu boleh diperkukuhkan dengan penggunaan racun serangga, permethrin.

Begitu juga dengan langsir kain atau yang diperbuat daripada buluh boleh diboleh 'dirawat' dengan racun serangga dan digantung di tingkap atau pintu untuk membunuh nyamuk.

- Nyamuk yang tergigit pesakit demam Chikungunya turut terjejas. Justeru itu, penggunaan kelambu dan lingkaran nyamuk boleh mencegah nyamuk daripada mengigit pesakit Chikungunya.

#### ■ ■ ■ Mencegah pemiakan

#### nyamuk

Nyamuk Aedes yang menyebarkan virus Chikungunya boleh membiak dalam pelbagai jenis keadaan. Bekas-bekas tadahan air seperti pasu bunga, tayar lama, bekas minuman haiwan ternakan mahupun bekas makanan plastik adalah antara 'lokasi' pilihan mereka. Namun, beberapa langkah mudah boleh diambil untuk menghapuskan pembiakan nyamuk-nyamuk ini menerusi kaedah berikut:

- Buangkan semua perkakas atau objek di rumah yang mempunyai 'potensi' mengumpul air.
- Pastikan tangki, tong atau bekas-bekas air yang tidak digunakan dibersihkan dan dibiarkan kering.
- Bekerjasama dengan pihak berkuasa kesihatan tempatan dalam kempen membasmi nyamuk di kawasan anda.

#### ■ ■ ■ Peranan pihak berkuasa kesihatan awam

- Program pencegahan dan pengawal penyakit sebaran vektor perlu diperkukuhkan dan dijalankan secara efisien menerusi kerjasama pelbagai sektor
- Undang-undang untuk penghapusan tapak pembiakan nyamuk perlu diperkukuhkan secara efektif
- Kesedaran masyarakat perlu dipertingkatkan dan mendapatkan kerjasama mereka dalam menjayakan pencegahan dan pengawalan penyakit ini.

● **Sumber:** Pertubuhan Kesihatan Sedunia (WHO)