

# PERLU TAHU BEZA INFLUENZA DAN SELESEMA

serangan virus boleh undang maut



RAMAI IBU BAPA KELIRU UNTUK MEMBEZAKAN INFLUENZA, SELESEMA DAN DEMAM DENGGI. POKOK PANGKALNYA IALAH VIRUS YANG MENYERANG. WARTAWAN AZMA MOHD LAZIM MENEMURAMAH DR MOHAMMAD IQBAL, PAKAR KANAK-KANAK DARI KPJ DAMANSARA SPECIALIST HOSPITAL UNTUK MENDAPATKAN INFORMASI TEPAT MENGENAINYA.

**S**erangan virus influenza boleh mengakibatkan penyakit berjangkit pada saluran pernafasan. Ia adalah sejenis penyakit yang pernah menular di seluruh dunia sebagai pandemik pada tahun 2009 yang menyebabkan kematian di Malaysia. Negara beriklim sederhana Amerika Syarikat mempunyai musim penularan influenza yang jelas di mana kemuncak penularan pada musim sejuk.

Hal ini berbeza dengan negara-negara beriklim tropika seperti Malaysia di mana tiada musim penularan influenza yang jelas. Ia boleh berlaku sepanjang tahun. Disebabkan itu, pencegahan dengan vaksin influenza amat disarankan untuk melindungi daripada wabak influenza yang menyerang tanpa batasan musim di Malaysia.

## SERANGAN INFLUENZA

Serangan influenza menyebabkan demam yang bersuhu tinggi iaitu kira-kira 38°C hingga 40°C. Pada peringkat awal, ia mirip serangan denggi di mana suhu yang dicatatkan tinggi sehingga pesakit menggigil dan kanak-kanak boleh diserang sawan panas (*febrile convulsion*).

Virus influenza terdiri daripada dua jenis iaitu A, B, C dan D. Jenis yang biasa menyerang manusia dengan teruk ialah influenza A dan influenza B manakala C tidak mengakibatkan serangan yang hebat.



Jenis D pula biasanya tidak menyerang manusia dan banyak melibatkan haiwan.

Influenza jenis A dan B terbahagi kepada beberapa strain atau *subtype* iaitu diantaranya iaitu influenza A: H1N1, H3N2 dan H5N1. Manakala influenza B: Yamagata dan Victoria.

Apabila anak tidak sihat, mama tentu susah hati. Jangan lupa bawa si kecil ke klinik dengan segera sekiranya mendapati suhu badannya tinggi dan ubat hanya berkesan dalam masa yang singkat. Influenza yang menyerang kanak-kanak akan memberikan beberapa tanda seperti berikut:

- Demam yang bersuhu tinggi.
- Batuk.
- Sakit tekak.
- Hidung berair
- Selesema.
- Sakit kepala dan muntah-muntah.
- Sakit otot dan badan.
- Lemah dan lesu.
- Tidak berselera untuk makan.
- Badan berasa sejuk.

## PERBEZAAN INFLUENZA DENGAN SELESEMA

Influenza berbeza daripada selesema biasa di mana selesema biasa disebabkan oleh virus lain seperti *rhino* virus yang mengakibatkan mata berair, sakit kepala yang tidak terlalu teruk, bersin dan hidung berair. Jarang suhu terlalu tinggi. Influenza merupakan penyakit luar biasa yang kesannya lebih melampau daripada selesema biasa dan hanya disebabkan oleh virus influenza semata-mata.

## AMBIL SAMPEL

Bagi mengenalpasti serangan influenza, doktor terlebih dahulu akan meneliti tanda-tanda yang berkaitan. Setelah mengenalpasti simptom influenza, doktor akan melakukan ujian *nasopharyngeal swab* iaitu pengambilan sampel daripada bahagian belakang rongga hidung.

## TIDAK KUARANTIN PUNCA REBAK

Penyebaran virus influenza terjadi menerusi titisan cecair pernafasan yang menitis keluar apabila individu yang dijangkiti bercakap, bersin atau batuk. Apabila ada anggota yang dicemari virus seperti tangan menyentuh objek seperti mainan kanak-kanak, tombol pintu dan sebagainya dan kanak-kanak lain pula menyentuhnya dan memegang hidung. Ini adalah contoh perebakan yang sering berlaku.

Bagi kanak-kanak, taska, tadika dan pusat penjagaan menjadi lokasi merebaknya penyakit ini apabila kanak-kanak yang menghidap influenza tidak dikuarantin dengan baik iaitu kira-kira tujuh hari selepas demam.

Selain taska, tadika dan pusat penjagaan, mana-mana lokasi tertutup yang dikunjungi ramai orang seperti pusat membeli belah, pawagam, restoran dan pusat permainan kanak-kanak pun boleh menjadi lokasi merebaknya virus influenza. Sama juga

halnya dengan taman tema air, kemudahan awam dan kolam renang awam.

Sebaik-baiknya, kanak-kanak yang dijangkiti influenza perlu dikuarantin sekurang-kurangnya tujuh hari supaya dia tidak menyebarkan virus tersebut kepada orang lain. Selepas keluar dari wad, teruskan proses kuarantin di rumah dengan mengasingkan anak daripada ahli keluarga yang lain.

Ibu, bapa atau penjaga perlulah membasuh tangan dan megamalkan adab dan tatacara bersih diri seperti pemakaian tisu apabila bersin atau batuk. Untuk melindungi diri daripada terhidu titisan cecair pernafasan yang tercemar, pemakaian alat pernafasan yang sesuai seperti topeng hidung dan mulut (*mask*) boleh membantu.

Dalam tempoh tujuh hari ini, biar anak berehat di rumah dan elakkan sentuhan fizikal dengan orang lain. Ini kerana dia dalam proses pemulihan dan antibodi masih lemah. Jangkitan dan bakteria senang menghinggapinya kanak-kanak dalam fasa ini. Para majikan perlu memberi kerjasama kepada staf yang bercuti kerana menjaga anak yang sakit akibat virus ini.

## INFLUENZA SEPATUTNYA BOLEH DIELAK

Serangan influenza boleh dielak dengan cara mendapatkan vaksin. Vaksin influenza boleh diambil oleh kanak-kanak yang berusia enam bulan ke atas. Vaksin ini ialah vaksin tahunan yang diambil untuk melindungi diri daripada bahaya virus influenza yang sering bertukar sifatnya dari tahu ke tahun. Pantauan daripada Pertubuhan Kesihatan Sedunia (WHO) memastikan vaksin yang diambil sesuai dengan spesies virus influenza yang menular pada tahun tersebut.

Pada tahun pertama bagi mereka yang berusia di bawah umur lapan tahun, vaksin ini terdiri daripada dua suntikan yang diberikan pada dua bulan berturut-turut. Namun bagi kanak-kanak yang berusia lapan tahun ke atas, hanya satu suntikan diperlukan walau pun pada tahun pertama.

Konsep vaksin tahunan ini membuatkan vaksin influenza lain sedikit berbanding vaksin lain. Ibu bapa tidak perlu khuatir kesan sampingan kepada si manja kerana vaksin ini diperbuat daripada vaksin tidak aktif dan mati.

Terdapat dua jenis vaksin boleh diambil iaitu vaksin influenza 3 strain dan vaksin influenza 4 *strain*. Adalah dinasihatkan untuk mendapatkan vaksin ini jika anda ingin membawa anak ke negara-negara luar seperti Amerika Syarikat, Emiriah Arab Bersatu dan sebagainya.

Selain vaksin *meningococcal* yang sememangnya diwajibkan, vaksin influenza juga disyorkan kepada mereka yang ingin menunaikan ibadah umrah atau haji di tanah suci Mekah. Sila dapatkan nasihat daripada pakar perubatan untuk maklumat lanjut tentang vaksin influenza. Sesungguhnya mencegah itu lebih baik daripada mengubati.