

Penyakit Virus Corona 2019 (COVID-19)

Agen penyebab

Penyakit Virus Corona 2019 (COVID-19) mengacu pada sekelompok kasus pneumonia virus yang terjadi di Wuhan, Provinsi Hubei, sejak Desember 2019. Menurut penyelidikan oleh otoritas kesehatan Daratan Cina, coronavirus baru ditemukan sebagai agen penyebab.

Fitur klinis

Gejala COVID-19 yang paling umum meliputi demam, keletihan, batuk tidak berdahak dan sesak nafas. Gejala lain meliputi hidung tersumbat, sakit kepala, konjungtivitis, sakit tenggorokan, diare, kehilangan kemampuan mengecap atau mencium, ruam kulit atau perubahan warna jari tangan atau kaki. Beberapa orang dapat terinfeksi namun hanya mengalami gejala sangat ringan atau tidak spesifik. Menurut World Health Organization, sekitar 20% kasusnya dapat menyebabkan penyakit serius disertai kesulitan bernafas. Orang-orang berusia lanjut atau telah mengalami penyakit tertentu (mis. tekanan darah tinggi, masalah jantung dan paru-paru, diabetes atau kanker) berisiko tinggi untuk mengalami kondisi parah.

Cara penularan dan periode inkubasi

Cara penularan utamanya adalah melalui titik-titik air dari saluran pernafasan, virus ini juga dapat ditularkan melalui kontak. Kebanyakan orang memperkirakan bahwa periode inkubasinya bervariasi antara 1 hingga 14 hari, umumnya sekitar 5 hari.

Pengelolaan

Perawatan utama bersifat mendukung.

Pencegahan

Tidak ada vaksin yang tersedia untuk penyakit menular ini saat ini.

Saran kesehatan

Anggota masyarakat sangat dianjurkan untuk mengurangi berpergian ke luar rumah dan mengurangi aktivitas sosial seperti berkumpul untuk makan-makan atau tujuan lainnya, serta menjaga jarak sosial yang tepat dengan orang lain sedapat mungkin.

Senantiasa menjaga kebersihan pribadi dan lingkungan secara ketat adalah hal penting dalam melindungi diri dari infeksi dan mencegah penyebaran penyakit di kalangan masyarakat:

- Masker bedah dapat mencegah penularan virus melalui pernapasan dari orang yang sakit. Sangat penting bagi orang yang simtomatik (bahkan jika mengalami gejala ringan) untuk memakai masker bedah;
- Mengenakan masker saat naik transportasi umum atau berada di tempat keramaian. Mengenakan masker dengan benar adalah hal penting, demikian juga menjaga kebersihan tangan sebelum mengenakan dan setelah melepaskan masker;
- Hindari menyentuh mata, mulut dan hidung;
- Menjaga kebersihan tangan secara sering, terutama sebelum menyentuh mulut, hidung atau mata; sebelum makan; setelah menggunakan toilet; setelah menyentuh instalasi umum seperti pegangan tangan atau pintu; atau ketika tangan terkontaminasi oleh cairan pernafasan setelah batuk atau bersin;
- Tutup mulut dan hidung dengan tisu saat bersin atau batuk. Buang tisu kotor ke dalam tempat sampah berpenutup, lalu cuci tangan hingga bersih;
- Cuci tangan dengan sabun cair dan air, dan gosok setidaknya selama 20 detik. Kemudian bilas dengan air dan keringkan dengan handuk kertas sekali pakai. Saat tangan dibersihkan, jangan menyentuh keran air lagi secara langsung (misalnya, menggunakan tisu untuk melapisi keran sebelum mematakannya). Jika fasilitas mencuci tangan tidak tersedia, atau ketika tangan tidak tampak kotor, bersihkan tangan dengan 70 hingga 80% handrub berbasis alkohol adalah alternatif yang efektif;
- Rawat saluran pembuangan dengan benar dan secara teratur (sekitar seminggu sekali) siramkan setengah liter air ke dalam setiap saluran pembuangan (pipa leher U) untuk memastikan kebersihan lingkungan;
- Tutup semua saluran pembuangan air jika sedang tidak digunakan;
- Setelah menggunakan toilet, tutup penutup toilet sebelum menyiram toilet untuk menghindari penyebaran kuman; dan
- Saat mengalami gejala pernafasan, kenakan masker, hindari pergi bekerja atau sekolah, hindari pergi ke tempat keramaian dan segera cari bantuan dokter.

Saran perjalanan

Anggota masyarakat sangat didorong untuk meh Anggota masyarakat sangat didorong untuk menghindari perjalanan tidak perlu ke luar Hong Kong. Jika perjalanan ke negara/area di luar Hong Kong tidak dapat dihindari, mereka perlu mengenakan masker dan melanjutkannya hingga 14 hari setelah kembali ke Hong Kong. Anggota masyarakat perlu mematuhi saran kesehatan di bawah ini:

- Saat berpergian ke negara/area yang mengalami penyebaran aktif virus COVID-19 di kalangan masyarakat, anggota masyarakat perlu menghindari kontak dekat dengan orang yang menderita demam atau gejala pernafasan. Jika kontak dengan mereka tidak dapat dihindari, kenakan masker dan lanjutkan hingga 14 hari setelah kembali ke Hong Kong;
- Hindari mengunjungi rumah sakit. Jika perlu mengunjungi rumah sakit, kenakan masker dan jaga kebersihan pribadi dan tangan secara ketat;
- Hindari menyentuh hewan (termasuk hewan liar), unggas/burung atau kotorannya;
- Hindari mengunjungi pasar basah, pasar unggas hidup atau peternakan;
- Hindari kontak dekat dengan pasien, terutama yang mengalami gejala infeksi pernafasan akut;
- Jangan mengonsumsi daging hewan liar dan jangan mengunjungi tempat penjualan makanan yang menyajikan daging hewan liar;
- Terapkan aturan keamanan dan kebersihan pangan seperti menghindari konsumsi produk hewani yang belum dimasak betul, termasuk susu, telur dan daging, atau makanan yang dapat terkontaminasi oleh cairan tubuh hewan, kotoran (seperti urin) atau produk yang terkontaminasi, kecuali telah dimasak dengan benar, dicuci atau dikupas;
- Jika merasa tidak sehat saat berada di luar Hong Kong, terutama jika mengalami demam atau batuk, kenakan masker, beritahukan staf hotel atau pemandu tur dan cari bantuan dokter segera; dan
- Setelah kembali ke Hong Kong, segera berkonsultasi dengan dokter jika mengalami demam atau gejala lainnya, berinsiatiflah untuk memberitahukan dokter mengenai riwayat perjalanan terbaru dan ekspos terhadap hewan, dan kenakan masker untuk mecegah penyebaran penyakit.

Catatan: Masker tidak dianjurkan untuk anak berusia di bawah 2 tahun tanpa pengawasan.

25 Mei 2020

25 May 2020