

Informasi tentang flu (influenza)

Apa itu flu?

Ada tiga jenis virus flu: tipe A, tipe B, dan tipe C. Tipe C pada manusia dikatakan jarang mencapai tingkat epidemi. Flu ditularkan dengan menghirup virus flu yang terdapat dalam partikel dari batuk atau bersin pasien yang terinfeksi, atau dengan menyentuh mulut atau hidung dengan tangan yang terkontaminasi virus. Bila seorang anak terinfeksi, dia tidak boleh ke sekolah sampai 2 hari (3 hari untuk bayi) setelah demam turun, dan sudah lewat 5 hari sejak timbulnya gejala.

Apa saja gejalanya?

Flu adalah hasil infeksi melalui droplet melalui batuk atau bersin, atau akibat infeksi melalui kontak langsung.

Gejala utamanya seperti demam, menggigil, sakit kepala, batuk, sakit tenggorokan, pilek, nyeri otot, dan nyeri pada persendian. Akan tetapi, pneumonia dan ensefalitis dapat terjadi pada anak-anak, orang tua, dan orang dengan sistem kekebalan yang lemah.

Kapan biasanya hal itu terjadi?

Ada peningkatan risiko sejak musim gugur ketika udara menjadi lebih kering hingga musim dingin, dan kasus biasanya memuncak sekitar bulan Januari.

Bagaimana cara mencegahnya?

Untuk mencegahnya, cucilah tangan hingga bersih dengan sabun dan air mengalir, gunakan handuk bersih atau tisu untuk mengeringkan tangan, dan jangan berbagi handuk yang sama dengan orang lain.

Selain itu, ketika saat batuk atau bersin, tutuplah mulut dan hidung Anda dengan tisu agar tidak menulari orang lain di sekitar Anda. Buanglah segera tisu bekas ke dalam kotak sampah karena sudah terkontaminasi virus dan patogen lainnya, kemudian cucilah tangan hingga bersih.