

Flu Burung,

Seberapa jauh bahayanya mengancam kita?



Saat ini kasus Flu Burung kembali menjadi sorotan di Indonesia. Berdasarkan data WHO jumlah penderita Flu Burung positif di Indonesia sejak Juli 2005 - Mei 2006 mencapai 33 orang dan 25 diantaranya meninggal dunia. Tingginya angka kematian (sekitar 70%) dari jumlah penderita Flu Burung Positif di Indonesia tsb menempatkan negara kita di urutan ke-2 di dunia setelah Vietnam dengan jumlah penderita Flu Burung sebanyak 93 orang.

Kondisi ini membuat orang semakin khawatir akan ancaman Flu Burung, apalagi saat ini periode penularan flu burung makin pendek. Dulu, dari kasus pertama ke kasus berikutnya berselang 3 bulan, lantas menjadi seminggu dan sekarang setiap tiga hari muncul kasus baru. Dikhawatirkan kondisi ini akan bertambah parah karena semakin banyak ditemukan cluster (lingkungan yang saling berdekatan & menjadi tempat ditemukannya beberapa orang yang terkena virus Flu Burung) sehingga kemungkinan penularan dari manusia ke manusia bisa semakin dekat.

Untuk melakukan pencegahan dan menghadapi wabah Flu Burung, diperlukan sosialisasi tentang bahaya Flu Burung kepada seluruh lapisan masyarakat, terutama masyarakat awam sehingga dapat bersama-sama membantu pemerintah pusat & daerah maupun Departemen Kesehatan serta Departemen Pertanian dan Peternakan menanggulangi masalah ini. Tingginya angka kematian penderita Flu Burung di Indonesia juga disebabkan oleh rendahnya pemahaman masyarakat kita terhadap penanganan bagi penderita flu burung sehingga banyak diantaranya yang terlambat ditangani dan tidak tertolong.

Panduan lengkap berikut disiapkan oleh International SOS untuk membantu sosialisasi lebih lanjut kepada masyarakat awam tentang bahaya Flu Burung, dilengkapi dengan informasi detil yang memberikan petunjuk tentang langkah-langkah yang harus dilakukan oleh masyarakat awam yang memiliki potensi untuk terkena Flu Burung.

www.internationalSOS.com
www.sosIndonesia.com

International SOS Balikpapan
PKT Office
Jl Pupuk Raya No. 54
Balikpapan
Tel : (62-542) 765-966
Fax : (62-542) 764-237

International SOS Jakarta - Kuningan
SOS Medika Klinik - Kuningan
Setabudi Building II, Ground Floor
Jl. HR. Rasuna Said Kav. 62, Kuningan
Jakarta Selatan 12920
Tel : (62-21) 525-5367
Fax : (62-21) 520-7524

International SOS Bali
SOS Medika Klinik - Bali
Jl By Pass Ngurah Rai No. 505X
Kuta 80361, Bali
Tel : (62-361) 720-100, 710-544
Fax : (62-361) 721-919, 710-515
24 Hour Alarm Centre & Emergencies :
(62-361) 710-505

International SOS Jakarta - Cipete
SOS Medika Klinik - Cipete
Jl Puri Sakti No. 10, Cipete
Jakarta Selatan 12410
Tel : (62-21) 750-5973
Fax : (62-21) 750-6002/3
24 Hour Alarm Centre & Emergencies :
(62-21) 750-6001

An AEA Company



An AEA Company



Panduan Lengkap Mencegah & Menghadapi Wabah Flu Burung

(Information on Avian Influenza for Indonesian Customers)

APA YANG DIMAKSUD DENGAN FLU BURUNG?

FLU Burung atau flu unggas (bird flu, avian influenza) adalah penyakit flu yang disebabkan oleh **virus Avian Influenza jenis H5N1** yang terdapat pada burung liar.

AWALNYA, penyakit flu burung ini adalah penyakit hewan yang menyerang bangsa unggas. Flu burung atau sampar unggas (fowl plaque) adalah penyakit virus yang menyerang berbagai jenis unggas, meliputi ayam, kalkun, merpati, unggas air, burung-burung piaraan, hingga ke burung-burung liar. Namun, babi dan binatang lainnya juga dapat tertular flu burung.

BAGAIMANA MANUSIA DAPAT TERTULAR ?

Virus Flu Burung dapat menyebar melalui udara, makanan unggas, air, peralatan dan pakaian yang telah tercemar oleh air liur unggas yang sakit / tercemar kotoran unggas. Penularan dari unggas ke manusia terjadi bila kita melakukan kontak langsung dengan unggas yang terinfeksi.

Unggas yang terinfeksi dapat pula mengeluarkan virus ini melalui kotoran/tinja, yang kemudian mengering dan hancur menjadi semacam bubuk. Bubuk inilah yang kemungkinan tersentuh dan dihirup oleh manusia atau binatang lainnya, sehingga manusia/binatang lain tsb menjadi tertular atau terinfeksi virus Avian Influenza.

Berdasarkan kasus-kasus Flu Burung pada manusia, tim medis & para dokter menemukan beberapa kondisi riwayat diri pada para penderita sebelum mereka positif terinfeksi virus A/H5N1, dan diyakini sebagai pemicu / sumber penularan virus, yaitu :

- Adanya kontak (sejauh 1 meter/3 kaki) dengan unggas lokal baik yang hidup maupun mati atau burung liar atau bebek lokal, atau babi dalam lingkungan apapun dalam seminggu terakhir.
- Berada dalam lingkungan di mana unggas dikurung atau telah dikurung selama 6 minggu sebelumnya, seperti unggas peliharaan & peternakan ayam di sekitar tempat tinggal / lingkungan kerja.
- Adanya kontak yang tidak terlindungi (tanpa menggunakan pengaman seperti masker & sarung tangan) dengan cara menyentuh atau berbicara dalam jarak yang berdekatan (1 meter) dengan orang yang positif terinfeksi Virus A/H5N1 / penderita penyakit pernafasan akut (pneumonia berat yang menjadi suspect kasus flu burung dalam masa penularannya).
- Adanya kondisi sanitasi (kebersihan lingkungan) yang buruk di sekitar tempat tinggal/lingkungan kerja.

BAGAIMANA CARA MENGENALI GEJALA FLU BURUNG PADA MANUSIA?

Pada manusia, penyakit Flu Burung biasanya dimulai dengan gejala-gejala umum yang terjadi pada saat kita terkena Influenza biasa. Waspada! kondisi tubuh ketika kita ataupun salah seorang anggota keluarga kita mengalami demam dengan suhu di atas 38° C, dan mengalami satu atau lebih gejala di bawah ini:

- Batuk
- Pilek
- Sakit tenggorokan
- Sakit kepala
- Nyeri Otot
- Sulit Bernafas / Sesak Nafas
- Nyeri perut / Diare
- Muntah / Mual
- Tidak Nafsu Makan
- Rasa Nyeri yang terasa parah namun tidak jelas sumbernya

Gejala selanjutnya yang kemudian terjadi pada penderita adalah adanya infeksi saluran nafas bawah, dan dapat berkembang menjadi infeksi / peradangan paru-paru yang sedemikian parah sehingga bisa membuat penderita tidak tertolong jiwanya.

APA YANG HARUS DILAKUKAN JIKA SESEORANG MERASAKAN GEJALA FLU BURUNG?

Segera periksakan diri kepada dokter / rumah sakit terdekat dan laporkan riwayat diri dengan menginformasikan beberapa peristiwa selama 14 hari sebelum gejala awal dirasakan, untuk mengetahui kemungkinan adanya pasien memiliki riwayat diri yang memicu pasien terinfeksi.

Berdasarkan riwayat pasien dan pemeriksaan terhadap gejala awal, para dokter pertama yang menangani segera dapat memberikan diagnosanya dan tidak terlambat mengirim pasien ke Rumah Sakit Rujukan terdekat yang khusus menangani pasien Flu Burung.

Jika hari ke-2 atau ke-3 pada masa sakit pasien Flu Burung dikirim ke RS tersebut, maka jiwanya masih akan tertolong, karena di sana pasien akan mendapatkan Perawatan dengan obat Tamiflu sebanyak 10 kapsul, dengan dosis pasien minum satu kapsul dua kali sehari selama lima hari. Pada pengobatan flu non-pandemi (non wabah), obat ini bekerja dengan baik jika diminum dalam jangka waktu 48 jam sejak dimulainya gejala.

SIAPA SAJAKAH YANG PALING BERPOTENSI TERTULAR FLU BURUNG?

Setiap orang mempunyai resiko yang sama untuk tertular Flu Burung, terutama seperti pekerja di peternakan ayam, pekerja di tempat pemotongan hewan, pedagang hewan unggas peliharaan di pasar burung, pedagang daging ayam potong di pasar tradisional, individu/keluarga pemelihara hewan unggas, pekerja rumah tangga yang sering ditugaskan memasak makanan yang berasal dari unggas, bahkan masyarakat umum yang tinggal disekitar unggas hidup yang terinfeksi penyakit

APA CIRI-CIRI UNGGAS YANG TELAH POSITIF TERKENA FLU BURUNG?

Waspadalah terhadap hewan unggas yang mungkin terdapat di sekitar lingkungan kita sehari-hari, seperti unggas peliharaan, unggas peternakan maupun unggas liar, terutama jika mereka menunjukkan gejala-gejala seperti :

- bersin/mengeluarkan lendir pada hidung,
- pembengkakan kepala
- jengger berwarna biru

- bercak merah pada bagian tulang sayap
- luka/borok di kaki
- tampak lemah/ seperti tidak dapat berjalan
- kepala dan leher berputar-putar
- menurunnya produktivitas
- menurunnya selera makan
- diare/mencret
- kematian mendadak

APA YANG HARUS DILAKUKAN JIKA MENEMUKAN HEWAN UNGGAS YANG MATI ATAU MENUNJUKKAN GEJALA-GEJALA TERINFEKSI?

- Jangan pernah menyentuh hewan unggas yang mati atau menunjukkan gejala-gejala terinfeksi.
- **Laporkan segera keadaan tsb kepada petugas kesehatan dan petugas dinas peternakan terdekat*** yang berwenang di wilayah Anda untuk minta segera ditindak lanjuti dengan kegiatan seperti: pemusnahan, pemeriksaan hewan unggas lain disekitarnya diikuti dengan vaksinasi bagi hewan unggas yang tidak terinfeksi.

* Untuk daerah DKI Jakarta dan Bali dapat menghubungi:

- Direktorat Peternakan HOTLINE / SMS Gateway 0817 667 7161
- Suku Dinas Peternakan & Perikanan Jakarta Selatan, 021 727 92545
- Suku Dinas Peternakan Propinsi Bali, 0361 - 224184
- Drh. Eko Hendri Wicaksono, HP 0815 895 9569

- Bangkai unggas yang Anda temukan harus dikumpulkan dan dibakar secara benar oleh petugas yang berwenang. Jangan mencoba untuk membakarnya sendiri.
- Memastikan petugas yang berwenang melakukan pemusnahan seluruh unggas hidup yang positif terinfeksi atau mati karena Flu Burung dengan cara dibakar atau dikubur dan harus dilakukan pada radius 1 km² dari titik kasus pertama.
- Jika tanggapan dari petugas peternakan memakan waktu yang lama, **jangan mencoba untuk membakar sendiri & mengubur unggas tanpa melakukan proteksi diri &** menyiapkan alat-alat khusus.
- Melengkapi diri dengan baju pelindung, sarung tangan karet, masker, kaca mata google dan sepatu boot jika terpaksa harus memegang/membunuh/membawa & memindahkan hewan unggas yang sakit/mati karena flu burung.
- Bersihkan area tempat ditemukannya hewan unggas tadi dengan menggunakan pengaman (sarung tangan & masker), diikuti dengan penyemprotan desinfektan di area tsb dan setelah selesai diakhiri dengan mencuci tangan dengan sabun.

APA YANG HARUS DILAKUKAN UNTUK MENCEGAH PENULARAN FLU BURUNG?

- Cara terbaik untuk menghindari terinfeksi virus ini adalah menjauhi tempat dimana unggas tsb berada dan tidak melakukan kontak dengan unggas hidup dimana wabah flu burung sedang merebak.
- Periksakan hewan unggas peliharaan kepada dokter hewan terdekat & berikan vaksinasi pencegahan
- Jangan pernah menyentuh kotoran/tinja hewan unggas (peliharaan/peternakan/liar) yang ada di sekitar kita.
- Segera bersihkan semua kotoran hewan unggas yang ditemukan di lingkungan sekitar tempat tinggal dengan menggunakan pengaman (sarung tangan & masker), diikuti dengan penyemprotan desinfektan di area tsb dan setelah selesai diakhiri dengan mencuci tangan dengan sabun.
- Membersihkan secara teratur kandang hewan unggas (peliharaan maupun peternakan) dengan menggunakan pengaman (sarung tangan & masker), diikuti dengan penyemprotan desinfektan di area tsb dan setelah selesai diakhiri dengan mencuci tangan dengan sabun.
- Hindari untuk berdekatan dengan orang yang terinfeksi virus ini, dan gunakan masker setiap kali harus berdekatan.
- Jika merasakan gejala Flu Burung seperti demam tinggi > 38° C, batuk-pilek, sesak napas, nyeri otot, pusing disertai diare, **segera periksakan diri ke Rumah Sakit Rujukan terdekat yang khusus menangani pasien flu burung*** paling lambat hari kedua atau ketiga selama masa sakit untuk mendapatkan penanganan.

* Untuk daerah DKI Jakarta bisa menghubungi **Hotline Service RSPI Prof. Dr. Sulianti Saroso**, Telp. No. **021 – 650 6568** untuk mendapatkan informasi lebih lanjut ttg penanganan penderita gejala Flu Burung.

- Menjaga kondisi sanitasi (kebersihan & kesehatan lingkungan) di sekitar tempat tinggal/lingkungan kerja.
- Terapkan kebiasaan rajin mencuci tangan dengan sabun untuk mempertahankan kebersihan tangan dari segala virus yang menular, terutama setelah melakukan kontak dengan ayam, burung atau jenis unggas lainnya.
- Jalani pola hidup sehat dengan makan yang seimbang, istirahat yang cukup dan berolah raga secara teratur untuk meningkatkan daya tahan tubuh terhadap resiko terkena virus.
- Lakukan vaksinasi Virus Flu Manusia untuk mengurangi terjadinya gabungan Virus flu manusia & flu burung dalam satu orang.

APAKAH AYAM & TELUR MASIH AMAN DI KONSUMSI?

Ayam & telur masih dapat dikonsumsi asalkan mengikuti persyaratan-persyaratan berikut :

- Ayam & Telur harus dimasak secara benar sebelum dikonsumsi, (ayam telah dimasak pada suhu 80° C selama 1 menit dan telur harus dipanaskan terlebih dahulu pada suhu 64° C selama 5 menit) karena Virus influenza akan musnah setelah dipanaskan. Jangan mengonsumsi daging ayam mentah & telur ayam mentah atau yang dimasak setengah matang.
- Pastikan untuk selalu mencuci daging ayam mentah sebelum dimasak serta mencuci telur ayam beserta kulitnya sebelum dimasukkan ke dalam kulkas untuk penyimpanan ataupun dimasak, karena daging mentah dan kulit telur bisa menjadi pembawa virus.
- Gunakan sarung tangan plastik saat memotong & mengolah daging ayam mentah.
- Dapur & peralatannya yang baru saja dipakai untuk memasak ayam / unggas harus langsung dicuci dengan bersih dan dilanjutkan dengan penyemprotan desinfektan di area tempat cuci tersebut.

Catatan :

- Seluruh Informasi dalam panduan ini dibuat oleh International SOS Jakarta Indonesia berdasarkan sumber2 & referensi sbb :
- "SOS Pandemic Preparedness, Avian Flu Outbreak", http://www.internationalsos.com/members_home/pandemicpreparedness/
- www.promosisehatan.com
- www.djhno.int
- www.depkes.go.id
- www.ditjenak.go.id
- Saduran dari artikel-artikel Flu Burung di Kompas Cyber Media (www.kompas.com)
- "Flu Burung : Gejala, Penularan & Pencegahannya", oleh Dr. Tjandra Yoga Aditama, Bagian Pulmonologi & Kedokteran Respirasi FKUI & RS Persahabatan Jakarta, www.kompas.co.id, Tgl. 25 Juli 2005.
- "Jangan Takut Makan Daging & Telur Ayam", oleh Dr. Handrawan Nadesul, Dokter Umum, www.kompas.co.id, Tgl. 1 April 2005.