Apa itu Virus Influenza? Penyebab, Gejala, dan Pencegahan



Influenza sering dianggap remeh, padahal penyakit ini bisa sangat berbahaya, terutama bagi kelompok rentan seperti bayi dan anak kecil. Meskipun sering disalahartikan sebagai flu biasa, influenza memiliki ciri khas tersendiri.

Influenza musiman, atau yang biasa disebut flu, adalah infeksi saluran pernapasan akut yang disebabkan oleh virus influenza. Penyakit ini umum terjadi di seluruh dunia dan kebanyakan orang dapat pulih tanpa pengobatan khusus.

Virus flu menyebar dengan mudah melalui batuk atau bersin. Cara terbaik untuk mencegahnya adalah dengan vaksinasi.

Gejala flu meliputi demam yang tiba-tiba, batuk, sakit tenggorokan, nyeri tubuh, dan kelelahan. Pengobatan umumnya bertujuan untuk meringankan gejala. Penderita flu disarankan untuk beristirahat dan minum banyak cairan. Kebanyakan orang akan pulih dalam waktu seminggu, namun perawatan medis mungkin diperlukan untuk kasus parah atau orang dengan faktor risiko tinggi.

Varian Jenis & Penyebab Influenza

Ada empat jenis virus influenza: A, B, C, dan D. Virus influenza A adalah penyebab utama wabah flu dan pandemi global. Virus ini sering bermutasi, sehingga vaksin perlu diperbarui setiap tahun. Influenza B biasanya menyebabkan wabah lokal yang lebih ringan, sedangkan influenza C umumnya hanya menimbulkan gejala ringan tanpa wabah.

Gejala

Gejala flu biasanya muncul sekitar dua hari setelah terinfeksi.

- Demam mendadak
- Batuk kering,
- Sakit kepala
- Nyeri otot dan sendi
- Rasa tidak enak badan yang parah
- Sakit tenggorokan dan pilek
- Batuk bisa parah dan berlangsung hingga dua minggu atau lebih.

Meskipun kebanyakan orang pulih tanpa perawatan medis, flu dapat menyebabkan penyakit parah atau kematian, terutama pada kelompok berisiko tinggi. Flu juga dapat memperparah gejala penyakit kronis lainnya.

Semua kelompok usia dapat terinfeksi, namun beberapa kelompok memiliki risiko lebih tinggi, termasuk ibu hamil, anak-anak di bawah 5 tahun, orang tua, individu dengan kondisi medis kronis, dan mereka dengan sistem kekebalan yang lemah.

Pengobatan

Pengobatan influenza pada anak-anak kecil umumnya meliputi :

- Istirahat yang cukup
- Pemantauan dan pengendalian demam
- Penggunaan obat antivirus jika diperlukan
- Serta pemenuhan kebutuhan cairan tubuh

Pencegahan

Vaksinasi adalah cara terbaik untuk mencegah flu. Vaksin yang aman dan efektif telah digunakan selama lebih dari 60 tahun. Vaksinasi tahunan direkomendasikan karena kekebalan dari vaksin berkurang seiring waktu.

WHO, melalui Program Influenza Global dan Sistem Pengawasan dan Respons Influenza Global (GISRS), terus memantau virus dan aktivitas influenza secara global, merekomendasikan komposisi vaksin influenza musiman, dan mendukung negara-negara anggota dalam mengembangkan strategi pencegahan dan pengendalian.

Dengan memahami karakteristik, gejala, dan potensi bahaya influenza, kita bisa lebih waspada dan mengambil tindakan pencegahan yang tepat, terutama untuk melindungi kelompok rentan seperti bayi dan balita.

Referensi

World Health Organization. "Influenza (Seasonal)." 2023

Kementrian Kesehatan. Influenza.