Berikut Penyebab dan Cara Mencegah Tipes yang Harus Kalian Ketahui!



Demam tifoid, yang juga disebut tipes, adalah penyakit yang disebabkan oleh infeksi bakteri Salmonella typhi. Penyakit ini dapat memengaruhi berbagai organ dalam tubuh dan bisa menimbulkan komplikasi serius jika tidak ditangani segera. Tanpa perawatan yang cepat, kondisi ini berpotensi berakibat fatal.

Penyakit tipes, atau demam tifoid, disebabkan oleh bakteri Salmonella typhi serta Salmonella paratyphi (A, B, dan C). Infeksi ini biasanya menyebar di lingkungan dengan sanitasi yang buruk dan akses air bersih yang terbatas, serta melalui konsumsi makanan atau air yang terkontaminasi bakteri tersebut. Lalat yang membawa bakteri atau kontak langsung dengan kotoran yang terinfeksi dapat menjadi sumber penularan.

Penyebab

Beberapa faktor yang meningkatkan risiko terkena tipes antara lain:

1. Sanitasi yang kurang baik: Tinggal di area dengan kondisi sanitasi yang buruk atau air yang terkontaminasi meningkatkan risiko infeksi.
2. Perjalanan ke daerah endemik: Orang yang bekerja atau bepergian ke wilayah yang sering terjadi tifoid lebih rentan tertular.
3. Anak-anak: Sistem imun mereka yang belum matang membuat mereka lebih mudah terinfeksi.
4. Kontak dekat dengan penderita: Orang yang tinggal atau berinteraksi erat dengan penderita tifoid berisiko lebih tinggi tertular.
5. Makanan atau minuman terkontaminasi: Mengonsumsi makanan atau minuman yang tercemar bakteri memperbesar risiko infeksi.

Pencegahan dapat dilakukan dengan menjaga kebersihan makanan dan minuman, vaksinasi sebelum bepergian ke daerah rawan, dan memastikan tersedianya air bersih.

Pencegahan

Demam tifoid sering terjadi di daerah dengan sanitasi yang buruk dan akses air minum yang terbatas. Akses air bersih dan sanitasi yang memadai, kebersihan penjamah makanan, dan **vaksinasi tifoid** semua efektif dalam mencegah demam tifoid. Di bawah ini rekomendasi pencegahan tipes yang dapat kamu lakukan:

- Pastikan makanan dimasak dengan benar dan panas saat disajikan.
- Hindari susu mentah. Minumlah hanya susu yang dipasteurisasi atau direbus.
- Hindari es kecuali jika dibuat dari air yang aman. Bila keamanan air minum diragukan, rebus air tersebut.
- Cuci tangan secara menyeluruh dan sering menggunakan sabun, terutama setelah kontak dengan hewan peliharaan atau hewan ternak, atau setelah menggunakan toilet.
- Cuci buah dan sayur dengan teliti, terutama jika akan dikonsumsi mentah. Jika memungkinkan, sayur dan buah harus dikupas.

Referensi

World Health Organization. 2023. penyakit tipus

Kemenkes Tipus (Penyakit Tipus)