Kenali Ciri dan Gejala dari Demam Berdarah



Demam berdarah adalah penyakit akut yang bersifat endemik, namun secara berkala dapat menyebabkan Kejadian Luar Biasa (KLB) dan bahkan epidemi. Kasus DBD pertama kali dilaporkan di Manila pada tahun 1954 oleh Quintos dkk. Penyakit ini kemudian menyebar ke seluruh Asia Tenggara, termasuk Thailand (1958), Vietnam (1960), Singapura (1962), Sri Lanka (1965), dan Myanmar (1968).

Demam berdarah adalah infeksi virus yang menyebar dari nyamuk ke manusia. Penyakit ini lebih sering terjadi di daerah beriklim tropis dan subtropis. Kebanyakan orang yang terkena demam berdarah tidak akan mengalami gejala. Tetapi bagi mereka yang mengalaminya, gejala yang paling umum adalah demam tinggi, sakit kepala, nyeri tubuh, mual, dan ruam. Sebagian besar akan membaik dalam waktu 1-2 minggu. Beberapa orang mengalami demam berdarah yang parah dan memerlukan rawat inap.

Pada kasus yang paling parah, demam berdarah bisa berakibat fatal. Anda dapat mengurangi risiko demam berdarah dengan menghindari gigitan nyamuk, terutama di siang hari. Karena saat ini belum ada pengobatan khusus, cara terbaik untuk mengobati demam berdarah adalah dengan obat pereda nyeri.

Ciri dan Gejala Demam Berdarah

Sebagian besar orang yang menderita demam berdarah memiliki gejala ringan atau tanpa gejala dan akan sembuh dalam waktu 1-2 minggu. Dalam kasus yang jarang terjadi, demam berdarah dapat menjadi parah dan menyebabkan kematian.

Jika timbul gejala, biasanya gejala tersebut mulai timbul 4-10 hari setelah infeksi dan berlangsung

selama 2-7 hari. Gejalanya dapat meliputi:

- Demam tinggi (40°C/104°F)
- Sakit kepala parah
- Nyeri di belakang mata
- Nyeri otot dan sendi
- Mual
- Muntah
- Kelenjar bengkak
- Ruam

Jika Biotizen mungkin sudah terkena virus, Anda lebih mungkin terkena demam berdarah yang parah. Anda mungkin tidak menyadari gejalanya hingga setelah demam hilang.

- Sakit perut yang parah
- Muntah yang terus-menerus
- Napas cepat
- Gusi atau hidung berdarah
- Kelelahan
- Kegelisahan
- Darah dalam muntahan atau tinja
- Menjadi sangat haus
- Kulit pucat dan dingin
- Merasa lemah

Jika Anda mengalami gejala-gejala yang parah ini, penting untuk segera mencari pengobatan. Setelah Anda pulih dari demam berdarah, badan kita mungkin akan merasa lelah selama beberapa minggu.

Penularan Demam Berdarah Melalui Gigitan Nyamuk

Virus demam berdarah ditularkan ke manusia melalui gigitan nyamuk betina yang terinfeksi, terutama Aedes aegypti. Spesies lain dalam genus Aedes juga dapat berperan sebagai vektor, tetapi biasanya mereka memainkan peran sekunder setelah Aedes aegypti.

Pencegahan dan pengendalian

Nyamuk demam berdarah aktif di siang hari, jadi penting untuk mengambil langkah-langkah untuk mengurangi risiko terkena demam berdarah. Salah satu cara untuk melakukannya adalah dengan melindungi diri Anda dari gigitan nyamuk. Anda dapat melakukannya dengan menggunakan :

- Pakaian yang menutupi sebanyak mungkin bagian tubuh;
- Kelambu jika tidur di siang hari, idealnya kelambu yang disemprot dengan obat nyamuk;
- Tutup gorden;
- Obat nyamuk, obat nyamuk bakar dan alat penguap.

Perkembangbiakan nyamuk dapat dicegah dengan :

- Mencegah nyamuk mengakses habitat bertelur dengan pengelolaan dan modifikasi lingkungan;
- Membuang sampah dengan benar dan menghilangkan habitat buatan manusia yang dapat menampung air;
- Menutup, mengosongkan dan membersihkan tempat penampungan air rumah tangga setiap

minggu;
- Menggunakan insektisida yang sesuai untuk wadah penyimpanan air di luar ruangan.

Jika Anda terkena demam berdarah, penting untuk :

- Beristirahat
- Minum banyak cairan;
- Gunakan asetaminofen (parasetamol) untuk mengatasi rasa sakit;
- Hindari obat antiinflamasi nonsteroid, seperti ibuprofen dan aspirin; dan
- Waspadai gejala yang parah dan hubungi dokter sesegera mungkin jika Anda mengalaminya.

Walaupun demam berdarah bisa berakibat fatal dalam beberapa kasus, pencegahan melalui kebersihan lingkungan dan perlindungan dari gigitan nyamuk dapat secara efektif menurunkan risiko tertular penyakit ini. Jika sudah terinfeksi, penanganan dan perawatan sejak dini sangat penting untuk menghindari komplikasi yang lebih serius. Selalu perhatikan gejala-gejala yang berbahaya, dan segera cari bantuan medis jika gejala tersebut muncul. Selalu jaga kesehatan ya, Biotizen!

Referensi :

Kementerian Kesehatan. 2023. Deteksi Dini Demam Berdarah Dengue (DBD) dan Pengendaliannya di Indonesia Tahun 2023

World Health Organization. 2024. Dengue and severe dengue