



Health Corner

WASPADA HAND, FOOT, AND MOUTH DISEASE



Hand, Foot, and Mouth Disease (HFMD) atau yang biasa kita kenal dengan Flu Singapura adalah salah satu penyakit akibat virus dimana timbul lenting berisi cairan (vesikel) yang kemudian pecah pada selaput lendir mulut, tapi dapat mengenai kulit tangan, kaki, bokong, dan daerah kemaluan. HFMD biasanya menyerang anak usia 1-5 tahun, meskipun demikian penyakit ini juga dapat menyerang orang dewasa.

Penyebab dan Penularan

HFMD disebabkan oleh infeksi virus dari kelompok Enterovirus, sebagian besar penyebabnya adalah *Coxsackievirus A type 16 (CVA16)*, tetapi penyakit

ini juga berhubungan dengan infeksi virus *strain* lainnya yaitu: *Coxsackievirus A5, A7, A9, A10, B2, B5, Enterovirus 71 (EV-71), Poliovirus, dan Echovirus.*

Penyakit ini sangat menular, yaitu dengan kontak langsung dari orang ke orang melalui cairan dari vesikel atau luka di kulit, droplet (percikan air liur saat bersin atau berbicara), tinja.

Gejala

HFMD yang disebabkan oleh infeksi *Coxsackievirus* umumnya menimbulkan gejala setelah 3-6 hari dari masuknya virus ke dalam tubuh, bersifat ringan, dapat sembuh sendiri dalam 7-10 hari, jarang

mengalami kekambuhan, dan jarang menimbulkan komplikasi serius.

Gejala yang tampak pada penderitanya seperti gejala flu pada umumnya, yaitu tidak enak badan, nafsu makan berkurang, sakit tenggorokan, batuk, pilek, dan demam (suhu 38-39°C) selama 24-48 jam. Namun gejala yang lebih spesifik yaitu munculnya ruam merah dan lenting-lenting (vesikel) pada selaput lendir pipi, lidah, dan atau langit-langit yang kemudian pecah dan dikelilingi oleh lapisan kemerahan. Akibat dari lesi di mulut ini anak akan merasa sakit ketika menelan, sehingga nafsu makannya berkurang. Selain itu juga timbul lesi kulit di telapak tangan dan kaki berupa *macula* (perubahan warna kulit) atau vesikel dengan dasar kemerahan.

HFMD karena infeksi oleh *Enterovirus 71* (EV-71) memiliki kecenderungan lebih tinggi untuk menimbulkan gejala yang berhubungan dengan sistem saraf, seperti *polioliike syndrome*, meningitis aseptik (radang selaput otak), radang otak, *Guillain-Barré syndrome*, *benign intracranial hypertension* (tekanan dalam rongga tengkorak meningkat).

Penanganan

Apabila seseorang menderita HFMD, penanganannya bersifat suportif karena tidak ada obat antivirus yang spesifik terhadap penyebabnya. Tujuan pengobatan penyakit ini adalah untuk mengurangi kesakitan dan mencegah timbulnya komplikasi. Terapi dengan obat-obatan antara lain: anti demam (misalnya acetaminophen, ibuprofen), anestesi topikal (dioleskan ke lesi untuk mengontrol rasa nyeri).

Pastikan minum air yang cukup (umumnya lebih dipilih untuk minum air dingin) untuk menghindari timbulnya dehidrasi (kurang cairan) dan mengurangi nyeri tenggorokan; zat-zat yang asam atau pedas dapat menimbulkan nyeri di mulut bertambah.

Anak-anak cenderung menyebarkan penyakit ini dalam 1 minggu terinfeksi, tapi virusnya dapat bertahan di dalam tinja selama beberapa bulan dan dapat menyebar ke orang lain. Untuk mencegah penyebaran HFMD, ada beberapa hal yang dapat dilakukan antara lain: mengisolasi anak yang

sedang terinfeksi di rumah sehingga mencegah penularan ke orang lain, selalu menjaga kebersihan perorangan dan lingkungan, seperti rajin mencuci tangan dengan menggunakan sabun (sebelum dan sesudah makan, sesudah buang air kecil/besar), hindari kontak erat dengan penderita, memberi makanan yang bergizi seimbang.

DAFTAR PUSTAKA

1. 2017. Hand, Foot, and Mouth Disease (HFMD). <https://www.cdc.gov/hand-foot-mouth/> (16 Januari 2017).
2. Nervi S.J., Bronze M.S.(Ed). 2016 Hand-Foot-and-Mouth Disease. <http://emedicine.medscape.com/article/218402clinical#showall> (16 Januari 2017).
3. 2015. What is hand-foot-and-mouth disease?. <http://www.webmd.com/children/guide/hand-foot-and-mouth-disease-topic-overview#1>. (16 Januari 2017).

Dipersembahkan oleh:
PT LIPPO GENERAL INSURANCE Tbk
www.lippoinsurance.com

Dilarang mengubah isi atau tulisan dan logo LippoInsurance dalam Health Corner ini tanpa seizin PT Lippo General Insurance Tbk