

Waspada Covid Tongue, Gejala Covid-19 yang Menyerupai Sariawan



JAKARTA (IM) - Gejala Covid-19 biasanya berupa demam tinggi, batuk dan kehilangan indra perasa atau penciuman. Tetapi, seorang ilmuwan telah memperkirakan tentang gejala lain di dalam mulut Anda. Gejala ini diketahui sebagai Covid tongue yang menyerupai sariawan.

Profesor Tim Spector, yang menjalankan aplikasi ZOE Covid Symptom Study mengatakan salah satu gejala Covid yang kurang umum berkembang di mulut. Sekira 20% dari semua pasien menunjukkan gejala yang tidak ada dalam daftar resmi gejala virus korona baru.

"Setiap ruam kulit baru atau sariawan bisa disebabkan oleh Covid-19," kata Spector dilansir dari Express, Senin (1/2).

Spector memperingatkan bahwa beberapa orang mungkin mengembangkan Covid tongue. Di mana satu dari lima pasien Covid-19 memiliki gejala yang kurang umum yang tidak masuk daftar resmi seperti ruam kulit. "Melihat peningkatan jumlah Covid tongue dan sariawan yang aneh. Jika Anda memiliki gejala yang

aneh atau bahkan hanya sakit kepala dan kelelahan tetapi di rumah," jelas Spector, seorang profesor epidemiologi genetik di King's College London.

Beberapa orang telah mengabarkan kemunculan Covid tongue dengan kondisi lain yang dikenal dengan Geographic tongue. Yang terakhir adalah kondisi peradangan yang mempengaruhi permukaan lidah.

Ini menyebabkan bercak berkembang di seluruh lidah yang tampak mirip dengan peta.

terlihat mengkhawatirkan, itu sama sekali tidak berbahaya, dan biasanya sembuh sendiri dalam beberapa hari atau minggu. Tetapi jika Anda memiliki Covid

tongue bersama dengan salah satu dari tiga gejala virus corona baru yang utama, Anda harus segera menjalani tes Covid-19.

Adapun tiga gejala utama Covid-19 yang harus diwaspadai termasuk demam tinggi, batuk terus menerus, atau hilangnya rasa atau bau.

Kebanyakan orang yang terinfeksi Covid-19 memiliki setidaknya satu dari gejala ini. ● tom

Studi: Minyak Kelapa Bisa Bantu Menghilangkan Lemak Perut

JAKARTA (IM) - Belakangan coconut oil atau minyak kelapa dianggap minyak yang sehat untuk memasak, tapi di sisi lain ada juga bukti menunjukkan dapat membantu meningkatkan pemangkasan lemak dan mengurangi lemak perut. Ini dikarenakan minyak kelapa dapat merangsang metabolisme dan menekan nafsu makan.

Beberapa penelitian terkontrol menunjukkan bahwa mengganti beberapa lemak memasak yang lain seperti minyak kedelai dengan minyak kelapa dapat mengurangi lingkar pinggang, demikian dilansir dari The Health Site.

Namun, karena minyak kelapa sangat tinggi kalori, itu dapat dengan mudah menyebabkan penambahan berat badan jika dikonsumsi dalam jumlah banyak.

Oleh karena itu, disarankan untuk menggunakan minyak kelapa dengan hemat. Selain itu, penelitian tentang manfaat penurunan berat badan dengan minyak kelapa masih terbatas.

Lemak perut, yang juga dikenal sebagai lemak visceral, tidak hanya tidak membuat penampilan perut terlihat buncit, tetapi juga dapat

meningkatkan risiko penyakit jantung dan diabetes. Minyak kelapa telah terbukti efektif untuk mengurangi lemak ini hingga beberapa saat.

Dalam sebuah penelitian, wanita dengan obesitas perut diminta untuk memasukkan 2 sendok makan (30 mL) minyak kelapa per hari ke dalam makanan mereka.

Setelah 12 minggu, mereka mengalami penurunan yang signifikan pada Indeks Massa Tubuh (BMI) dan lingkar pinggang dibandingkan dengan kelompok minyak kedelai.

Studi 4 minggu lainnya membuat 20 pria obesitas mengonsumsi 2 sendok makan (30 mL) minyak kelapa per hari dan mereka kehilangan 2,54 cm dari lemak pinggang mereka.

Gunakan minyak kelapa murni organik daripada versi olahan untuk mendapatkan hasil maksimal.

Memang studi ini menunjukkan bahwa menggunakan minyak kelapa untuk memasak dapat membantu mengurangi lemak perut Anda, tapi ingat untuk menggunakan dalam jumlah sedang dan mengombinasikan dengan diet seimbang serta olahraga teratur. ● tom

Kesehatan 11

50 Perempuan Indonesia Meninggal Setiap Hari Akibat Kanker Serviks

Menurut GLOBOCAN 2020, Human Papilloma Virus (HPV) sebagai penyebab kanker serviks telah merenggut 21.003 jiwa, dan terdapat 36.633 kasus baru terhadap perempuan.

JAKARTA (IM) - Hingga saat ini, kanker serviks masih menjadi penyakit yang ditakuti dan memakan banyak korban jiwa. Padahal, kanker tersebut merupakan salah satu kanker yang dapat dicegah dengan melakukan vaksinasi HPV dan IVA Test/Pap smear.

Berdasarkan data GLOBOCAN 2020, Human Papilloma Virus (HPV) sebagai penyebab kanker serviks telah merenggut 21.003 jiwa, dan terdapat 36.633 kasus baru terhadap perempuan. Artinya, 50 perempuan di Indonesia meninggal setiap harinya, dan hal tersebut menjadikan kanker serviks sebagai kanker urutan kedua di Indonesia.

Terlebih lagi, dari keseluruhan kasus kanker serviks baru yang ditemukan di Indonesia, diketahui lebih dari 80% sudah pada stadium lanjut. Pada kondisi ini, pen-

obatan menjadi lebih sulit, lebih mahal serta tingkat keberhasilan juga menurun. Melihat kondisi yang mengkhawatirkan ini, Koalisi Indonesia Cegah Kanker Serviks (KICKS), bekerja sama dengan Cancer Information & Support Center (CISC), dan Rumah Sakit Kanker Dharmas (RSKD), dalam rangka Bulan Peduli Kanker Serviks dan Hari Kanker Sedunia memberikan edukasi kepada masyarakat mengenai kanker serviks, gejala dan pencegahannya.

Selain menyebabkan kanker serviks pada perempuan, virus HPV juga dapat menyebabkan beberapa penyakit kulit dan kelainan pada laki-laki. Vaksinasi dianggap sebagai pencegahan primer karena telah terbukti menurunkan insiden kanker serviks.

Melalui program vaksinasi HPV, Australia berhasil menurunkan insiden

kanker hingga 40 persen. "Bahkan, Australia telah mencanangkan 2030 bebas kanker serviks karena mereka memulai program vaksinasi HPV nasional sejak 2007," ungkap Prof. Dr. dr. Andriyono, SpOG, K-onk, Ketua Umum Himpunan Onkologi dan Ginekologi Indonesia (HOGI) yang juga salah satu penggagas utama dari KICKS.

Upaya pencegahan kanker serviks sangat penting untuk dilakukan segera, sesuai dengan anjuran WHO yang menyatakan bahwa tindakan pencegahan primer untuk mencegah terjadinya kanker serviks adalah dengan melakukan vaksinasi HPV yang membuat tubuh membentuk antibodi terhadap virus HPV.

Sehingga tubuh memiliki kekebalan terhadap virus HPV yang berisiko tinggi sebabkan kanker serviks. Oleh karena itu, vaksinasi HPV penting dilakukan sedini mungkin agar mengurangi risiko terkena virus HPV. Jika tidak bertindak, kematian akibat kanker serviks akan meningkat hampir 50% pada tahun 2030.

Sementara, dr. R. Soeko Werdi Nindito Daroekoesoemo, MARS, selaku Direktur Utama Rumah Sakit Kanker

Dharmas mengatakan, sebagian besar pasien tidak mengetahui bahwa pada akhirnya mereka mengidap kanker serviks.

Sebab, kanker serviks adalah kanker yang sangat sulit dideteksi pada stadium awal, karena memang tidak ada gejala yang terlihat dan keluhan apapun dari pasien.

Untuk itu, kami memiliki visi yang sama dengan KICKS dan CISC untuk selalu mengingatkan para perempuan untuk melakukan deteksi dini melalui IVA Test atau Pap smear dan vaksinasi HPV sebagai cara untuk mencegah kanker serviks," terang dr. Soeko.

RS Kanker Dharmas sendiri menawarkan tes HPV DNA. Tes ini dilakukan dengan mengumpulkan sel dari leher rahim untuk diuji dan mencari keberadaan dari Human Papilloma Virus (HPV).

Dalam proses pemeriksaan, para perempuan juga dapat menjalani pemeriksaan menyeluruh dengan menggunakan alat pembesar khusus, yaitu kolposkopi, untuk memeriksa sel-sel abnormal. Saat menggunakan kolposkopi, dokter akan mengambil sel-sel untuk diuji di laboratorium.

Anjuran deteksi dini dan vaksinasi HPV juga sejalan

dengan WHO yang baru-baru ini mengemukakan strategi global untuk mempercepat penghentian kanker serviks.

Strategi tersebut mengikuti seruan untuk bertindak pada tahun 2018 untuk mengakhiri kanker yang dapat dicegah.

Pada tahun 2030, strategi tersebut bertujuan untuk menjangkau 90 persen cakupan vaksinasi HPV, cakupan skrining 70 persen dan akses ke perawatan terkait 90 persen di semua negara.

Kanker serviks paling banyak diderita oleh orang yang berada di usia produktif, yakni 35-55 tahun.

"Padahal, kita tahu bahwa perjuangan melawan kanker bukanlah hal yang mudah. Apalagi, 80% pasien kanker serviks mayoritas terdiagnosis saat sudah stadium lanjut," beber Aryanthi Baramuli Putri, Ketua Umum dan Pendiri CISC.

Untuk itu, dibutuhkan edukasi yang berkelanjutan terhadap masyarakat luas bahwa deteksi dini kanker serviks, dan vaksin HPV merupakan investasi kesehatan sebagai langkah perlindungan utama dari berbagai macam penyakit di masa depan yang diakibatkan virus HPV. ● tom

DARI HAL 1

Deretan Pemimpin Dunia Kecam...

hasil pemilu yang demokratis di Myanmar.

"Amerika Serikat menentang setiap upaya untuk mengubah hasil pemilu baru-baru ini atau menghalangi transisi demokrasi Myanmar," kata Psaki, dikutip dari Reuters.

Bukan hanya itu pemerintahan AS mengancam akan mengambil tindakan tegas terhadap pihak yang bertanggung jawab jika upaya untuk mengubah hasil pemilu Myanmar tidak dihentikan.

Kecaman keras juga disampaikan pemerintah Australia Menteri Luar Negeri Marise Payne mengatakan pemerintahannya sangat prihatin dengan penangkapan Suu Kyi. Militer ingin kembali menguasai pemerintahan Myanmar dengan cara-cara tidak demokratis.

"Kami menyerukan kepada militer untuk menghormati supremasi hukum, menyelesaikan perselisihan melalui mekanisme yang sah dan segera membebaskan semua pemimpin sipil dan lainnya yang ditahan secara tidak sah," kata Payne.

Aktivis Human Rights Watch John Sifton mengatakan

junta militer yang memerintah Myanmar selama beberapa dekade tidak pernah benar-benar mundur dari kekuasaan.

"Mereka tidak pernah benar-benar tunduk pada otoritas sipil sejak awal, jadi peristiwa hari ini dalam arti tertentu hanya mengungkapkan realitas politik yang sudah ada," ujar John Sifton sebagaimana dikutip BBC.

Sementara itu, sejarawan dan penulis yang berbasis di Yangon, Thant Myint-U menilai akan ada "pintu terbuka" untuk masa depan yang sangat berbeda.

"Saya memiliki firasat buruk bahwa tidak ada yang benar-benar dapat mengendalikan apa yang akan terjadi selanjutnya," ujarnya.

"Dan ingat Myanmar adalah negara yang penuh dengan senjata, dengan perpecahan yang mendalam lintas etnis dan agama, di mana jutaan orang hampir tidak bisa menghidupi diri mereka sendiri," lanjutnya.

Pemerintahan Myanmar kini diserahkan ke Panglima Angkatan Bersenjata Jenderal Min Aung Hlaing. Suu Kyi

berserta para pejabat pemerintah ditangkap karena dituduh melakukan kecurangan pemilu pada November 2020.

Sementara Wakil Presiden Pertama Myanmar, Myint Swe, akan menjabat sebagai penjabat (plh) presiden negara itu,

demikian diwartakan televisi milik militer Myanmar, setelah kudeta yang terjadi pada Senin (1/2). ● mar

Jokowi Sebut PPKM Tak Efektif...

kemaren malah diperpanjang bapak? Heran deh!!," ungkap @dind_13

Sementara itu, akun @deasdias menilai wajar PPKM tidak efektif lantaran sejak awal rencana PPKM tidak efektif.

"PPKM tidak efektif, ya emang dr awal rencana aja sudah tidak efektif bapak, ibu. hadehhhh kebiasaan kudu kedaden sek br sadar," cuit @deasdias.

"PSBB/PPKM atau apapun namanya tidak akan efektif kalau tetap ada pengecualian, dan penerapannya hanya pada daerah yang positifnya tinggi, karena banyak orang tidak hanya berpergian didalam daerah itu saja," tulis @bangea93.

PPKM sendiri telah diberlakukan sejak 11-25 Januari lalu. Kemudian pemerintah memperpanjang dari 26 Januari sampai dengan 8 Februari 2021. Perpanjangan tersebut berdasarkan hasil monitoring dan evaluasi PPKM tahap pertama. Di mana penyebaran Covid-19 masih meningkat.

Sebelumnya PPKM telah diterapkan di tujuh provinsi di Pulau Jawa dan Bali. Di antaranya DKI Jakarta, Banten, Jawa Barat, Jawa Tengah, DI Yogyakarta, Jawa Timur, dan Bali. PPKM berlaku di 73 kabupaten/kota yang terdapat

di provinsi-provinsi tersebut Gubernur Jawa Barat Ridawan Kamil juga ikut menanggapi pernyataan Presiden Jokowi yang menilai PPKM di Pulau Jawa – Bali tidak efektif, Menurutnya, PPKM seharusnya diawali dengan pembenahan data, khususnya terkait data kasus terkonfirmasi positif Covid-19.

Salahnya, data kasus harian kasus Covid-19 yang dirilis pemerintah pusat dinilainya ambruk. Bahkan, dari data yang dirilis, Jabar terus menunjukkan tren buruk karena terus memecahkan rekor kasus Covid-19.

Menurut Emil, sapaan akrabnya, selama ini, acuan dalam menganalisis sebuah kebijakan penanganan Covid-19 di Indonesia adalah kasus baru per hari. Sayangnya, data kasus yang selama ini dirilis setiap hari dinilainya kurang tepat.

"PPKM ini data kurang tepat dari sisi kasus, misalnya di Jabar ada 3.000 kasus baru. Padahal, 2.000 kasus itu merupakan data lama," kata Emil, Senin (1/2).

Menurutnya, pemerintah pusat sebaiknya melakukan perbaikan data terlebih dahulu dan tidak lagi melakukan kesalahan dalam merilis data

harian kasus Covid-19.

Dia membeberkan, saat ini saja, masih ada sekitar 10.000 kasus di Jabar yang belum dirilis oleh pemerintah pusat. Dia khawatir, data tersebut nantinya dirilis sekaligus yang mengakibatkan lonjakan kasus signifikan di Jabar.

"Data ini jangan sampai salah karena untuk menganalisis," ujarnya.

Di sisi lain, Emil memastikan bahwa penegakan hukum pelanggaran protokol kesehatan (prokes) Covid-19 di Jabar semakin ketat. Dalam dua pekan terakhir saja, sedikitnya ada 9,6 juta warga Jabar ditegur oleh aparat karena tidak mematuhi prokes.

Adapun tingkat kedisiplinan warga Jabar dalam menggunakan masker saat ini naik dari 50 persen menjadi 83 persen. Selain itu, persentase warga yang menerapkan jaga jarak di Jabar pun semakin membaik dari sebelumnya.

"Jadi kalau non-kasus ini angkanya semakin baik, termasuk dengan tingkat keterisian tempat tidur di rumah sakit," katanya.

Dia menambahkan, Pemprov Jabar pun akan melakukan penguatan penerapan prokes dibantu TNI dan Polri selama PPKM diberlakukan. ● mar

AHY Sebut Pejabat di Lingkaran Jokowi...

dukungan dari sejumlah menteri dan pejabat penting di Pemerintahan Jokowi. Kendati demikian, AHY menegaskan, pihaknya tetap mengedepankan asas praduga tak bersalah dalam permasalahan tersebut.

"Karena itu, tadi pagi, saya telah mengirimkan surat secara resmi kepada yang terhormat Bapak Presiden Joko Widodo untuk mendapatkan konfirmasi dan klarifikasi dari beliau terkait kebenaran berita yang kami dapatkan ini," ujar AHY.

AHY menuturkan, upaya pengambilalihan kepemimpinan

Partai Demokrat itu ia ketahui setelah menerima laporan dari para kader di tingkat pusat, daerah, maupun cabang AHY menyebut, ada lima orang pelaku gerakan tersebut yang terdiri dari seorang kader Demokrat aktif, seorang kader Demokrat yang sudah 6 tahun tidak aktif, seorang mantan kader yang sudah 9 tahun diberhentikan dengan tidak hormat karena terlibat korupsi, dan seorang kader yang keluar dari Demokrat sejak 3 tahun lalu.

"Sedangkan yang non-kader partai adalah seorang

pejabat tinggi pemerintahan yang, sekali lagi, sedang kami mintakan konfirmasi dan klarifikasinya kepada Presiden Joko Widodo," kata AHY.

AHY menyebut gerakan tersebut bertujuan untuk menjadikan Partai Demokrat sebagai kendaraan politik dalam Pemilu 2024 mendatang.

"Dalam komunikasi mereka, pengambilalihan posisi Ketua Umum Partai Demokrat akan dijadikan jalan atau kendaraan bagi yang bersangkutan sebagai calon presiden dalam Pemilu 2024 mendatang," kata AHY. ● mar

500 WNI di Myanmar Dipastikan...

yang saat ini terjadi di Myanmar.

Indonesia meminta semua

Kasus Positif Bertambah 10.994 Orang...

yang tutup usia setelah dinyatakan positif virus korona. Sehingga, angka kematian akibat Covid-19 di Indonesia tercatat sebesar 30.227 orang.

Dengan update data tersebut, maka kasus aktif Covid-19 di Indonesia kini ada 175.349 orang. Kasus aktif adalah jumlah pasien positif Covid-19 yang masih menjalani perawatan di rumah sakit atau isolasi mandiri. Selain kasus positif, pemerintah juga mencatat ada 76.343 orang yang kini berstatus suspek.

Data Spesimen

Sebanyak 10.994 kasus baru Covid-19 diketahui setelah pemerintah melakukan pemeriksaan terhadap 48.213 spesimen dalam sehari. Pada

pihak agar menahan diri dan mengedepankan dialog untuk mencari jalan keluar. ● mar

periode 31 Januari sampai 1 Februari 2021, ada 31.893 orang yang diambil sampelnya untuk menjalani pemeriksaan spesimen.

Total, pemerintah sudah memeriksa 9.286.902 spesimen dari 6.190.345 orang yang diambil sampelnya.

Sebagai catatan, satu orang bisa menjalani pemeriksaan spesimen lebih dari satu kali. Kasus Covid-19 saat ini sudah tercatat di semua provinsi di Indonesia dari Aceh hingga Papua. Secara lebih rinci, ada 510 kabupaten/kota dari 34 provinsi yang mencatat pasien akibat terinfeksi virus korona. Artinya, lebih dari 99 persen wilayah di Indonesia sudah terdampak pandemi Covid-19. ● mar

Pembakar Mobil Via Vallen...

kata Ridwan.

Sementara itu Mella Rossa mengaku agak puas dengan putusan kasus pembakaran mobil Via Vallen tersebut. Tapi jika pelaku divonis tiga tahun seperti tuntutan jaksa, maka ia tidak akan puas dan menurutnya itu tak adil.

"Setelah terdakwa divonis enam tahun kami merasa agak puas dibandingkan dengan tuntutan sebelumnya. Kami berharap agar pelaku tidak

mengulangi perbuatannya kembali karena Indonesia ini merupakan negara hukum," kata Mella.

Pembakaran mobil Via Vallen terjadi pada Selasa 30 Juni 2020 lalu, sekitar pukul 03.00 WIB. Saat itu mobil Toyota Alphard warna putih bernopol W 1 VV miliknya tengah diparkir di samping rumahnya di Desa Kalitengah, Kecamatan Tanggulangin, Sidoarjo. ● osm

Semprotkan Merica saat Tangkap...

seluruh AS atas ketidakadilan rasial dan kebrutalan polisi.

Polisi Rochester pada hari Sabtu (30/1) menyatakan bahwa mereka diharuskan untuk menggunakan borgol dan bahan tertentu terhadap bocah itu demi keselamatannya sendiri.

Walikota Lovely Warren mengutuk penggunaan kekerasan terhadap anak tersebut dan menjanjikan peninjauan internal terhadap praktik pen-

egakan hukum kota tersebut.

"Jelas dari video itu bahwa kita perlu berbuat lebih banyak untuk mendukung anak-anak dan keluarga kita," katanya pada konferensi pers hari Minggu (31/1) waktu setempat.

"Saya punya anak berusia 10 tahun, jadi dia masih anak-anak, dia masih kecil. Video ini, sebagai seorang ibu, bukanlah sesuatu yang ingin Anda lihat," imbuhnya.

Insiden ini adalah kedua

kalinya dalam setahun ketika Rochester menjadi sorotan nasional atas kekerasan polisi terhadap orang Afrika-Amerika, menyusul pembunuhan Daniel Prude pada Maret 2020 lalu, yang meninggal setelah polisi memaksanya telungkup di jalan.

Kematian Prude, yang juga mengalami krisis kesehatan mental pada saat penahanannya, memicu penyelidikan dan aksi protes massa. ● osm

InternationalMedia

PEMIMPIN REDAKSI: Osmar Siahaan
PELAKSANA HARIAN: Lusi J, Prayan Purba.
PENANGGUNG JAWAB: Bambang Suryo Sularso.
KORDINATOR LIPUTAN/FOTO: Sukris Priatmo.
REDAKSI: Frans G, Vitus DP, Berman LR, Bambang Suryo Sularso.
ARTISTIK: M Rifki, James Donald, Indra Saputra.
SIRKULASI-PROMOSI: A Susanto, Nurbayin, A. Sumardi, Slamet, Ahyar, Ferry.
AGEN: JOGJA (Hidup Agency), **PADANG** (Karel Chandra), **PALEMBANG** (Angkasa), **SOLO** (ABC), **BELITUNG** (Naskafa Tjen), **PANGKAL PINANG** (Yuliani, John Tanzil), **BALIK-PAPAN** dan **SAMARINDA** (Cv Gama Abadi, Alan/Tatang), **MAKASSAR** dan **MANADO** (Jefri/Meike, Jemmy), **TARAKAN KALTIM** (Ali), **BALI** (Swasti), **PEKANBARU** (Bob), **LAMPUNG** (Kartika), **SURABAYA**, **MEDAN** dan **PONTIANAK**.
KEUANGAN/IKLAN: Citta.
BIRO BOGOR: Subagiyo (Kepala Biro), Jaidarman
BIRO TANGERANG: Johan (Kepala Biro), Soar Siringoringo.
BIRO BEKASI: Madong Lubis (Kabiro), Riston Pardamean Lubis, Kartoni Lubis.
BIRO SEMARANG: Tri Untoro.
BIRO BANDUNG: Lyster Marpaung.
BIRO BANTEN: Drs H Izul Jazuli (Kepala Biro), Stefano (Koordinator Berita Serang, Pandeglang dan Lebak).
BIRO LEBAK: Nofi Agustina (Kabiro).
BIRO JAMBI: Ratumas Sabar Riah, Rts Zuchriah.
HARGA ECERAN: Rp 2.500,-/leks (di luar kota Rp 3.000,-/leks), Harga Langganan Rp 50.000,-/Bulan.
PERCETAKAN: PT. International Media Web Printing
ALAMAT: Jl. Kapuk Kamal Raya No. 40-A, Jakarta Barat. (isi di luar tanggung jawab pencetakan).

Alamat Redaksi/Iklan : Gedung Guo Ji Ribao Lt 3
 Jalan Gunung Sahari XI No. 291 Jakarta Pusat 10720
 Telp : 021-6265566 pesawat 4000
 Fax : 021-639.7652.
 Twitter: International Media @redaksi_IM