

Bahaya Penyakit Saat Banjir Ditengah Pandemi

Pakar ingatkan Covid-19 bisa memperburuk penyakit yang hinggap saat hujan dan banjir.

JAKARTA (IM) - Di tengah musim hujan dan bencana banjir yang melanda beberapa wilayah di Indonesia, terdapat berbagai potensi penyakit yang mungkin dapat timbul pada masyarakat.

“Potensi kita terjangkit penyakit di musim hujan dan banjir cukup besar karena saat musim hujan, sistem imun kita cenderung berkurang akibat aktivitas yang terbatas dan cuaca yang membuat kita malas sehingga menghambat untuk berolahraga,” ujar Dokter Spesialis Penyakit Dalam Primaya Hospital Betang Palembang (Palangkaraya), dr. Alex Ranusetto, Sp.PD dalam keterangan persnya, kemarin.

Ia menambahkan bahwa penyakit yang ditularkan oleh nyamuk akan semakin banyak karena selalu ada genangan air sebagai indukan mereka selama musim hujan dan banjir. Selain itu, hujan dan banjir juga media penularan yang mudah dan cepat untuk penyakit leptospirosis (infeksi yang disebabkan oleh hewan).

Ia mengatakan Covid-19 akan memperburuk seseorang yang sedang terjangkit penyakit-penyakit yang dapat disebabkan oleh musim hujan dan banjir. “Tentu saja bila seseorang telah terjangkit salah satu penyakit musim hujan dan banjir yang kemudian superinfeksi dengan Covid-19 akan

menjadi lebih berat prognosis atau perkembangan penyakit yang dideritanya,” ujarnya.

Menurutnya, penyakit yang berpotensi timbul saat musim hujan dan banjir diantaranya adalah flu (influenza), demam berdarah, malaria, diare, hepatitis A, demam tifoid (infeksi akut usus halus yang disebabkan oleh salmonella typhi), dan leptospirosis.

Masyarakat perlu berhati-hati terhadap dampak terburuk penyakit-penyakit yang diderita seseorang selama musim hujan dan banjir tersebut.

Ia mengimbau agar masyarakat memahami gejala-gejala sebagai berikut selama musim hujan dan banjir melanda:

Flu (influenza)

Mulai dari keluhan demam, batuk, pilek, radang tenggorok, hingga potensi terjadi pneumonia (radang paru akut) yang bisa menyebabkan kematian.

Demam berdarah

gejala awal mirip dengan influenza yang disebut sebagai flu-like syndrome yaitu kumpulan gejala penyakit yang mirip dengan influenza yang khas dengan keluhan demam tinggi secara terus menerus baik siang maupun malam disertai dengan munculnya perdarahan di kulit hingga perdarahan yang menyebabkan syok dan kematian.



Malaria

gejala penyakit malaria yang khas (disebut sebagai TRIAS malaria) yang muncul berupa demam tinggi, menggigil, dan diakhiri dengan banyak keringat. Demam pada malaria memiliki berbagai tipe yang khas dan berbeda-beda tergantung dengan penyebab malaria itu sendiri. Dampak terburuk dari malaria adalah anemia gravis (anemia yang cukup berat), kerusakan sel otak (falciparum), dan kematian karena kegagalan multi organ.

Diare

pada musim hujan sering disebabkan karena konsumsi makanan dan minuman yang kurang bersih dan terkontaminasi bakteri, virus, atau jamur. Penyakit ini bisa sembuh dengan sendirinya namun bila sampai tidak tertangani dengan baik bisa menyebabkan dehidrasi berat, syok, dan kematian.

Hepatitis A

Merupakan penyakit akibat peradangan hati akibat virus hepatitis A dimana penyakit ini akan menyebabkan keluhan flu-like syndrome yang diikuti dengan badan kuning. Penyakit ini bisa sembuh dengan sendirinya namun bila tidak diobati dengan baik bisa juga menyebabkan gagal hati akut yang berakibat kematian.

Demam tifoid

Penyakit ini sering disebut sebagai penyakit tipus yang masuk melalui makanan dan minuman yang terkontaminasi oleh kuman salmonella typhi. Penyakit ini dapat menyebabkan demam berhari-hari atau lebih dari 2 minggu yang khas muncul pada sore hari disertai sakit kepala, keluhan saluran cerna berupa diare, sakit perut, dan perdarahan saluran cerna. Bila tidak segera diobati, demam tifoid bisa menyebab-

kan bocornya usus, peritonitis (peradangan pada lapisan tipis pada dinding perut), sepsis (infeksi akibat sistem kekebalan tubuh yang tidak terkendali), radang otak, pneumonia, dan kematian.

Leptospirosis

Penyakit yang dibawa oleh hewan pengerat, anjing, sapi, kuda, kelelelawar, dan lain sebagainya.

Penyakit ini ditularkan melalui kencing hewan-hewan tersebut yang ada di genangan air dan masuk melalui luka terbuka di kulit sehingga dapat menyebabkan keluhan demam tinggi, khas penyakit otot-otot terutama betis yang nyeri dan pegal, serta mata merah yang khas.

Penyakit ini sering menyebabkan gagal organ bila tidak segera diterapi dan dapat menyebabkan kematian. ● tom

SAMBUNGAN

Bepergian ke Luar Kota Wajib Tunjukkan...

yang melakukan perjalanan dalam negeri harus mengikuti sejumlah ketentuan an.

Ketentuan itu di antaranya, setiap individu yang melaksanakan perjalanan orang dengan kendaraan pribadi atau umum bertanggung jawab atas kesehatan masing-masing serta tunduk dan patuh pada syarat dan ketentuan yang berlaku.

Untuk perjalanan ke Pu-

lau Bali, diberlakukan senjumlah persyaratan, seperti beriku ini :

“Pelaku perjalanan yang menggunakan moda transportasi udara wajib menunjukkan surat keterangan hasil negatif RT-PCR yang sampelnya diambil dalam kurun waktu maksimal 2x24 jam sebelum keberangkatan sebagai persyaratan perjalanan dan mengisi e-HAC Indonesia,” demikian dikutip dari SE tersebut, Selasa

(9/2).

Sementara pelaku perjalanan yang menggunakan transportasi darat atau laut wajib menunjukkan hasil negatif tes RT-PCR atau negatif rapid test antigen, yang sampelnya diambil maksimal 3x24 jam sebelum keberangkatan.

SE ini juga memngtur perjalanan dari dan ke Pulau Jawa serta perjalanan antara provinsi/kabupaten/kota di Pulau Jawa.

Pelaku perjalanan yang menggunakan transportasi umum darat dites secara acak rapid test atau genose test jika diperlukan Satgas Covid-19 di daerah.

Pelaku perjalanan udara

juga wajib menunjukkan hasil negatif RT PCR yang sampelnya diambil maksimal 3x24 jam atau rapid test antigen yang sampelnya diambil maksimal 2x24 jam.

Pelaku perjalanan laut wajib menunjukkan hasil negatif RT-PCR atau rapid test antigen yang sampelnya diambil maksimal 3x24 sebelum keberangkatan.

Pelaku perjalanan kereta api antarkota juga wajib menunjukkan hasil negatif RT-PCR atau rapid test antigen/genose test yang sampelnya diambil 3x24 jam sebelum keberangkatan.

Ketentuan ini juga ber-

laku untuk pelaku perjalanan darat dengan kendaraan pribadi.

Sementara khusus libur panjang atau keagamaan, pelaku perjalanan jarak jauh darat dan menggunakan KA serta kendaraan pribadi telah tes RT-PCR/rapid test antigen/genose test yang sampelnya diambil 1x24 jam sebelum keberangkatan.

Pembatasan perjalanan selama libur panjang dengan moda transportasi darat kendaraan pribadi.

Surat edaran ini berlaku efektif mulai 9 Februari sampai waktu yang ditentukan kemudian. ● mei

DARI HAL 1

26 Juta Pekerja Bakal Disuntik...

membaik.

“Perusahaan-perusahaan diharapkan agar vaksinasi bisa segera dilaksanakan sehingga memberikan rasa aman dan nyaman dalam beraktivitas. Kita juga berharap agar iklim usaha segera pulih dan perekonomian dapat bergerak,” katanya.

Batas waktu pendaftaran tahap awal yang rencana berakhir pada tanggal 10 Februari 2021, dikarenakan beberapa perusahaan masih membutuhkan waktu maka pendaftaran dimundurkan hingga tanggal 17 Februari 2021.

Dikatakan Rosan, lebih lanjut regulasi program vaksi-

nasi mandiri itu sedang tahap penyusunan terkait dengan pelaksanaan teknis vaksinasi ditargetkan selesai pada minggu ke 3 Februari ini. Program vaksinasi mandiri akan dilakukan setelah vaksinasi dilakukan terhadap sektor prioritas yang sudah ditetapkan pemerintah, yakni tenaga kesehatan dan petugas pelayanan publik.

Diperkirakan pelaksanaan program Vaksinasi Gotong Royong bisa mulai dilaksanakan dalam rentang kuartal I tahun 2021 hingga memasuki awal kuartal II tahun 2021. Dia pun memperkirakan, sedikitnya 20 juta pekerja di sektor formal bisa mengikuti

program tersebut.

“Total 40% dari angkatan kerja yang jumlahnya 130 juta orang adalah 52 juta orang. Sehingga, kemungkinan yang ikut adalah setengahnya, yakni sekitar 26 juta orang, atau setidaknya 20 juta pegawai,” ujarnya.

Rosan juga memastikan bahwa program vaksinasi tersebut tidak dibebankan kepada karyawan, melainkan ditanggung oleh masing-masing perusahaannya. Jenis vaksin yang akan digunakan di luar dari Sinovac atau merek lain yang ada dalam daftar program vaksinasi gratis pemerintah. ● mar

Terbukti Cabuli Korban Pemerkosaan...

pemerkosaan yang sedang didampingi oleh Ansori.

“Menjatuhkan berupa tindakan kabiri kimia terhadap terdakwa untuk jangka waktu paling lama 1 tahun setelah terdakwa menjalani pidana pokok,” kata ketua majelis hakim Etik Purwaningsih saat membacakan vonis dalam sidang putusan, Selasa (9/2).

Majelis hakim juga menjatuhkan pidana pokok kepada petugas Pusat Pelayanan Terpadu Pemberdayaan Perempuan dan Anak (P2T2A) Lampung Timur itu. Terdakwa Dian Ansori dijatuhi pidana penjara selama 20 tahun.

“Menjatuhkan pidana terhadap terdakwa Dian Ansori dengan pidana penjara selama 20 tahun dan denda sebesar Rp 800 juta, dengan ketentuan bila denda tidak dibayar, diganti dengan pidana kurungan selama 3 bulan,” kata Etik saat membacakan vonis.

Selain pidana penjara selama 20 tahun dan ke-

putusan itu berkekuatan hukum tetap.

Diberitakan sebelumnya, bocah berusia 13 tahun mengalami nasib tragis saat dititipkan di rumah aman P2T2A Lampung Timur.

Pelajar yang menjadi korban pemerkosaan itu malah dicabuli oleh Dian Ansori yang merupakan Ketua P2T2A Lampung Timur.

Pencabulan itu bermula sejak korban menjalani program pendampingan dari UPT tersebut pada April – Juni 2020 lalu.

Padaحال, korban awalnya diajukan ke P2T2A dalam rangka pemulihan baik secara psikis maupun mental.

Sejak akhir tahun 2019, korban harus menjalani perlindungan di rumah aman yang dirujuk oleh Dian Ansori.

Namun, bukannya mendapatkan perlindungan yang layak, korban malah menjadi pelampiasan nafsu Dian Ansori. ● mar

Mengenal Aritmia, Kelainan Irama Denyut Jantung

JAKARTA (IM) - Jantung bertugas memompa darah ke seluruh tubuh. Tetapi aliran darah bisa terhambat jika jantung itu sendiri mengalami kelainan irama jantung atau disebut juga dengan aritmia.

Dokter spesialis jantung dan pembuluh darah dr. Dicky Armein Hanafy, Sp.JP(K), menjelaskan, disebut aritmia, jika terjadi keadaan di mana jantung berdenyut tidak seharusnya. “Harusnya teratur reguler, kalau ada tidak teratur ringan itu variasi saja.

Kedua denyutnya antara sampai 50 pun, terutama pada atlet masih oke.

Jadi 50-90 dalam kondisi istirahat, tidak aktivitas. Jadi tergantung dari aktivitas yang dilakukan,” jelas dokter Dicky saat siaran langsung bersama Radio Kesehatan Kemenkes, Senin (8/2/2021).

Jika dalam keadaan tidak beraktivitas tetapi denyut jantung di atas 100, dokter Dicky mengatakan bahwa

kondisi itu menandakan aritmia. Bukan hanya denyut yang terlalu cepat, terlalu lambat juga menandakan kelainan pada jantung.

“Terlalu cepat tidak normal, terlalu lambat di bawah 40 itu juga sudah tidak normal. Lalu ketidakaturan kalau sangat tidak teratur seperti ada jeda, denyutnya hilang-hilang, itu juga disebut aritmia,” paparnya.

Ada beragam macam penyebab terjadinya aritmia. Mulai dari faktor luar tubuh maupun karena kondisi jantung itu sendiri.

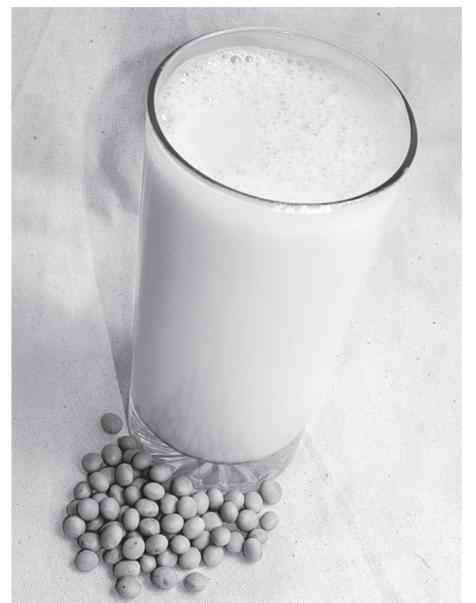
Menurut dokter Dicky, setiap orang memiliki kecenderungan aritmia berbeda.

“Ada yang terpengaruh genetik, tapi ada juga kelainan bawaan seperti ada alur listrik berlebih.

Jadi di jantung itu ada alur listrik, ada kabel listrik. Atau efek samping dari lingkungan.

Terpapar toksin, obat, virus. Itu bisa mengubah listrik dalam jantung,” jelasnya. ● tom

Deretan Khasiat Susu Kedelai untuk Kesehatan Tubuh



JAKARTA (IM) - Selain susu sapi, susu kedelai juga bermanfaat untuk kesehatan tubuh. Susu kedelai memiliki manfaat antara lain memperkuat pembuluh darah hingga mencegah kanker prostat.

Berikut ini beberapa manfaat susu kedelai untuk kesehatan seperti dilansir dari Fitday.

Menjaga berat badan

Susu kedelai secara alami lebih rendah kadar gula daripada susu biasa. Selain itu, asam lemak tak jenuh tunggal dalam susu kedelai dapat menghambat penyerapan lemak dari usus Anda, sehingga dapat menjaga berat badan selama berpuasa.

Memperkuat pembuluh darah

Asam omega-3 dan omega-6 lemak serta kuat phyto antioksidan dalam kedelai, secara efektif melindungi

pembuluh darah dari luka dan perdarahan. Senyawa ini mengikat lapisan pembuluh darah, dan mempertahankan sel-sel lapisan Anda dari serangan radikal bebas dan deposit kolesterol.

Menurunkan kolesterol

Tidak seperti susu sapi yang tinggi lemak jenuh dan kolesterol, sebaliknya susu kedelai mengandung lemak tak jenuh dan non kolesterol. Asam lemak tak jenuh tunggal yang dikandung oleh kedelai dapat menghambat transportasi kolesterol dalam aliran darah Anda.

Mencegah kanker prostat

Susu kedelai merupakan sumber yang kaya fitoestrogen, hormon unik yang dapat menghambat produksi testosteron pada pria. Kadar testosteron berkurang secara signifikan dapat mengurangi risiko kanker prostat. ● tom

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 : TriUntoro.
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 percetakan).

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

Heboh Tautan Situs Komik Porno...

ada juga yang disimpan di perpustakaan,” ujarnya.

Iwan tak menyalahkan penerbit atau penulis buku tersebut. Menurut dia, awalnya tautan situs tersebut memaparkan mengenai suku dan budaya Sunda. Namun, belakangan saat hendak diajarkan ke siswa dengan mengecek tautan tersebut, ternyata malah dialihkan ke situs komik porno.

“Beberapa guru yang penasaran membuka tautan tersebut, bukan menceritakan soal kebudayaan Sunda lagi, ternyata malah komik dewasa,” kata Iwan.

Langkah yang bisa dilakukan sekarang adalah meminta Kominfo RI untuk menutup atau memblokir situs tersebut di Indonesia.

“Buku itu sudah banyak beredar di toko-toko di Jawa, tak hanya di Jawa Barat, lebih baik situsnya diblokir saja,” ucap Iwan.

Langkah yang kedua, menurut Iwan, adalah meminta agar Kemendikbud melalui Puskurbuk agar lebih awas bila ada buku yang menjadi bahan ajar, merujuk ke situs-situs swasta non-pemerintah.

“Bisa saja kalau merujuk ke dinas pendidikan kota/kabupaten, ke Disparbud atau apa,” ujarnya.

Lalu yang paling penting adalah, agar penulis buku lebih hati-hati agar mencantumkan rujukan dari situs internet. Pasalnya, situs di internet rawan diretas atau berganti kepemilikan bila tak dirawat. ● osm