

Sel Imun Ternyata Lebih Rentan Alami Peradangan Setelah Terkena Covid-19

Berdasarkan studi, sekitar 16 persen partisipan yang pernah mengalami Covid-19 ringan juga melaporkan gejala berkepanjangan atau long Covid. Gejala long Covid ini muncul dalam kurun waktu 3-5 bulan setelah terkena Covid-19. Menariknya, perubahan inflamasi yang terlihat pada makrofag para partisipan ini tampak memudar setelah 12 bulan.

JAKARTA (IM) - Sel imun tertentu bisa menjadi lebih rentan terhadap inflamasi atau peradangan, beberapa bulan setelah seseorang terkena Covid-19 ringan. Kerentanan ini akan membaik sekitar satu tahun kemudian.

Pernyataan ini didasarkan pada sebuah studi terbaru yang dilakukan oleh peneliti dari Karolinska Institute, Helmholtz Center Munich, dan Technical University of Munich serta dipublikasikan dalam jurnal Mucosal Immunology. Studi ini dilakukan

untuk mengetahui perubahan imun yang mungkin terjadi pada kasus Covid-19 ringan.

Dalam studi ini, tim peneliti mengumpulkan sampel darah dari 68 orang yang sebelumnya terdiagnosis dengan Covid-19 ringan. Tim peneliti juga menggunakan sampel darah dari orang-orang yang belum terkena Covid-19 sebagai pembandingan. Sampel darah dari penyintas Covid-19 diambil dua kali, yaitu pada kurun waktu 3-5 bulan setelah infeksi dan sekitar satu tahun setelah infeksi.

Para peneliti secara spesifik berfokus pada makrofag, yaitu sel darah putih yang berperan dalam mendeteksi "penyusup" asing yang masuk ke dalam tubuh. Makrofag juga berperan dalam memberitahu sel imun lain mengenai infeksi yang terjadi. Selain itu, makrofag mampu menelan bakteri yang menyusup masuk ke dalam tubuh.

Peneliti mendorong makrofag untuk beraksi dengan cara memaparkan makrofag pada sinyal infeksi tiruan. Setelah itu, tim peneliti melakukan penilaian mengenai bagaimana makrofag bereaksi dan melihat gen apa yang bekerja secara aktif.

Makrofag yang diambil dalam kurun waktu 3-5 bulan setelah infeksi Covid-19 ringan tampak memiliki perilaku berbeda dibandingkan makrofag yang diambil dari orang-orang yang belum pernah terkena Covid-19.

Perbedaan ini khususnya b2erlntan dengan jumlah molekul yang dilepaskan oleh makrofag. Makrofag dari orang

yanh terinfeksi tampak melepaskan lebih banyak molekul yang berkaitan dengan terjadinya inflamasi.

Seperti diketahui, inflamasi merupakan aspek kunci mengenai bagaimana tubuh merespons infeksi kuman, seperti virus korona. Namun di beberapa kasus Covid-19, respons imun bisa menjadi pedang bermata dua yang berdampak pada kerusakan di sekitar tubuh.

"Bahkan pada kasus penyakit yang ringan, kami menemukan adanya perubahan respons pada sel imun, beberapa bulan setelah penyembuhan infeksi," jelas peneliti Craig Wheelock, seperti dilansir // Gizmodo, Rabu (23/3).

Inflamasi yang terjadi setelah pemulihan Covid-19 kerap dikaitkan dengan kondisi long Covid. Kondisi ini diyakini lebih umum dialami oleh penyintas Covid-19 berat. Namun studi ini dan beberapa studi lainnya mengindikasikan bahwa kasus Covid-19 ringan juga bisa dihadapkan dengan masalah long Covid.

Berdasarkan studi, sekitar 16 persen partisipan yang pernah mengalami Covid-19 ringan juga melaporkan gejala berkepanjangan atau long Covid.

Gejala long Covid ini muncul dalam kurun waktu 3-5 bulan setelah terkena Covid-19. Menariknya, perubahan inflamasi yang terlihat pada makrofag para partisipan ini tampak memudar setelah 12 bulan.

"Meski setelah seseorang kembali sehat, sistem imun mereka menunjukkan sebuah perubahan fungsi selama setidaknya beberapa bulan," pungkask Wheelock.

Terlepas dari itu, studi terbaru ini memiliki beberapa keterbatasan. Salah satunya adalah jumlah sampel yang terbilang kecil. Relevansi temuan ini terhadap kasus long Covid juga belum benar-benar jelas, karena para pasien tidak diteliti secara eksplisit.

"Temuan ini tidak menjelaskan mekanisme long Covid," pungkask Wheelock. ● tom

Buah Cranberry Kurangi Risiko Kardiovaskular Dalam 2 Jam

JAKARTA (IM) - Penyakit kardiovaskular adalah penyebab utama kematian secara global.

National Health Service menjelaskan, penyakit kardiovaskular adalah istilah umum untuk kondisi yang memengaruhi jantung atau pembuluh darah dan biasanya dikaitkan dengan penumpukan lemak di dalam arteri serta peningkatan risiko pembekuan darah.

Penyakit kardiovaskular sering kali bisa dicegah dengan menjalani gaya hidup sehat, salah satunya dengan rajin mengonsumsi buah cranberry. Sebuah uji klinis terbaru

menemukan, konsumsi cranberry setiap hari selama satu bulan meningkatkan fungsi kardiovaskular pada pria sehat.

Studi yang diterbitkan di jurnal Food & Function tersebut menganalisis bubuk cranberry beku-kering dan dampaknya terhadap kesehatan kardiovaskular. Penelitian ini melibatkan 45 pria sehat yang mengonsumsi bubuk cranberry yang setara dengan 100 gram cranberry segar per hari (9 gram bubuk) atau plasebo selama satu bulan.

Studi mengungkapkan bahwa mereka yang mengonsumsi cranberry, aliran pembuluh darahnya lebih bersih dari endapan lemak dan kolesterol jahat. Dr Ana Rodriguez-Mateos, dosen nutrisi senior di King's College London sekaligus penulis studi mengatakan, peningkatan polifenol dan metabolit dalam aliran darah setelah konsumsi cranberry menekankan peran penting cranberry dalam pencegahan penyakit kar-

diovaskular. "Fakta bahwa peningkatan kesehatan kardiovaskular ini terlihat dengan jumlah cranberry yang dapat dikonsumsi secara wajar setiap hari, sehingga cranberry menjadi buah penting dalam pencegahan penyakit kardiovaskular bagi masyarakat umum," kata Rodriguez-Mateos, seperti dilansir dari Express, Rabu (23/3).

Para peneliti mencatat konsumsi buah dan sayuran yang rendah adalah salah satu faktor risiko teratas yang dapat dimodifikasi terkait dengan insiden penyakit kardiovaskular yang tinggi di seluruh dunia. Hasilnya menunjukkan bahwa makan cranberry sebagai bagian dari diet sehat dapat membantu mengurangi risiko



diiovaskular dengan meningkatkan fungsi pembuluh darah.

Sebuah studi percontohan awal melibatkan lima pria muda yang sehat untuk mengonfirmasi aktivitas biologis dari konsumsi bubuk beku-kering cranberry.

Studi ini menemukan peningkatan signifikan dalam pelepasan aliran darah dua jam setelah asupan pertama dan setelah satu bulan konsumsi harian. Meskipun penyebab pasti penyakit kardiovaskular tidak jelas, NHS mengatakan ada banyak faktor risiko yang harus diperhatikan, terutama mengenai pola makan. NHS mengatakan, diet yang tidak sehat dapat menyebabkan kolesterol tinggi dan tekanan darah tinggi, yang merupakan faktor risiko.

Selain itu, kelebihan berat badan atau obesitas juga meningkatkan risiko terkena diabetes dan tekanan darah tinggi. Keduanya merupakan faktor risiko penyakit kardiovaskular. ● tom

Penderita Hipertensi Jangan Lupa Minum Obat saat Puasa

JAKARTA (IM) - Ahli Gizi dari Rumah Sakit Cipto Mangunkusumo (RSCM), Fitri Hidayani SST SGz MKM menyarankan kepada para penderita darah tinggi atau hipertensi untuk disiplin dalam mengonsumsi obat dan menjaga pola hidup sehat.

"Kalau hipertensi yang masih sering melonjak tekanan darahnya, kemungkinan disebabkan karena tidak teraturnya minum obat hipertensi. Itu yang harus diwaspadai dan disadari di

mana jika sudah dengan hipertensi maka kuncinya adalah rajin kontrol ke dokter, minum obat dan dipatuhi serta jalani pola hidup sehat," jelas Fitri.

"Artinya sebelum memasuki bulan suci Ramadhan, silahkan lakukan pengecekan dan konsultasi ke dokter dan mulai ubah pola hidup sehat," sambungnyanya.

Lebih lanjut, Fitri mengatakan, melakukan pengendalian akan jauh lebih baik untuk menghindari situasi yang tidak

diinginkan akibat hipertensi. Misalnya saja seperti serangan stroke. "Jika kita mengidap hipertensi, maka melakukan pengendalian akan jauh lebih baik untuk menghindari kondisi yang tidak diharapkan misalnya seperti serangan stroke," kata Fitri.

Penderita hipertensi lebih sensitif mengalami keluhan saat menjalankan puasa. Mereka yang mengidap penyakit tersebut bisa saja mengalami kondisi seperti pusing, rasa berat pada

tengkuik, mual, serta muntah.

Jika mengalami keluhan tersebut, tentunya hal itu akan mengganggu kenyamanan berpuasa. Untuk menghindari situasi tersebut, maka pengidap hipertensi perlu menjaga tekanan darah agar tetap terkendali. Selain itu, jika merasa sudah tidak kuat untuk menahan rasa sakit yang dialami, sebaiknya segerakan untuk berpuasa dengan mengonsumsi air mineral.

"Jika kecenderungan tekanan darah kita tinggi, maka secepatnya lakukan tindakan penanganan dengan meriksakan diri. Karena hipertensi bukan sesaat saja. Biasanya memang sudah ada riwayat," pungkasknya.

Untuk menjaga tubuh tetap prima di bulan suci Ramadhan, Fitri pun menyarankan agar penderita darah tinggi atau hipertensi untuk beristirahat yang cukup, hindari stres dan berolahraga yang tidak memberatkan. ● tom

tekanan darah kita tinggi, maka secepatnya lakukan tindakan penanganan dengan meriksakan diri. Karena hipertensi bukan sesaat saja. Biasanya memang sudah ada riwayat," pungkasknya.

Untuk menjaga tubuh tetap prima di bulan suci Ramadhan, Fitri pun menyarankan agar penderita darah tinggi atau hipertensi untuk beristirahat yang cukup, hindari stres dan berolahraga yang tidak memberatkan. ● tom

Warga Tiongkok Mulai Frustrasi karena Lockdown Melulu

WUHAN (IM) - Sudah dua tahun berlalu sejak dunia dihantam pandemi Covid-19 yang bermula di Wuhan, Tiongkok. Sejak saat itu, Tiongkok memberlakukan aturan yang super ketat dan banyak pembatasan untuk mencegah virus Sars-CoV-2 penyebab Covid-19.

Namun di saat banyak negara mulai melonggarkan aturan, Tiongkok tetap pada strategi 'zero Covid', membuat negara itu akan mengunci

wilayah yang mengalami lonjakan kasus. Saat ini, negara itu kembali mengalami kenaikan kasus sehingga harus membatasi warganya tinggal di rumah.

Kebijakan Tiongkok untuk mengatasi Covid-19 ini dipuji dunia, namun dianggap memberatkan bagi sebagian besar warganya. Penguncian masalah dan pengujian wajib berulang telah menyebabkan meningkatnya frustrasi di seluruh Tiongkok.

Dikutip dari Reuters, Rabu (23/3), dalam rekaman yang dibagikan di media sosial pekan lalu, kerumunan orang di Shenyang menggedor jendela di pasar pakaian saat mereka berteriak frustrasi atas pengumuman akan diadakannya lagi tes massal Covid-19.

Yang lain telah menyuarakan frustrasi pada platform media sosial Tiongkok, Weibo. "Tolak karantina!" tulis satu pengguna.

"Pilek biasa lebih serius

dari ini (COVID-19)! Badan pengujian ingin ini terus berlanjut. Perusahaan vaksin ingin menyuntik selamanya," keluh pengguna lainnya.

Warga juga mengeluhkan sifat aturan yang sewenang-wenang dari komite perumahan. Di Yanjiao, Hebei, tempat asrama bagi para pekerja di Beijing, banyak penduduk berjuang untuk pulang di tengah penguncian yang ketat.

Gambar yang dibagikan secara online, banyak di anta-

ranya telah dihapus, menunjukkan penduduk mengantre di tengah salju tebal untuk hasil tes agar bisa keluar dari ibu kota. Postingan tersebut menuai ratusan komentar.

"Sudah tiga tahun sejak wabah dan pemerintah masih sangat tidak efektif dalam menanganinya - pemerintah malas untuk mengabaikan hidup dan mati orang-orang," kata seorang netizen, dengan nama pengguna Aobei. ● tom

SAMBUNGAN

kesalahan dalam mengatur regulasi, kondisi itu kemudian dimanfaatkan oleh pengusaha yang berusaha mencari keuntungan.

"Dia lihat ada celah dalam

peraturan, langkah, ya dia masuk. Jadi jangan kita langsung mencap bahwa ini adalah mafia," ujar Rachmat Gobel dalam sebuah siaran pers, Selasa (22/3) kemarin.

Tudingan adanya praktik mafia minyak goreng diungkap Muhammad Lutfi saat bertemu dengan Komisi VI DPR, Kamis pekan lalu. Lutfi mengklaim sudah ditemukan

beberapa terduga pelaku dan perkaranya sedang ditangani oleh Badan Reserse Kriminal (Bareskrim) Polri.

Di sisi lain, Senin lalu Wakil Ketua Satgas Pangan

Polri Brigjen Pol Whisnu Hermawan mengaku belum menerima laporan dari Kementerian Perdagangan (Kemendag) terkait tuduhan

polri. Selain itu, ia juga menuliskan nama Mayjend Indra Hidayat yang merupakan mantan perwira tinggi TNI AD dan mantan Kepala Staf Komando Cadangan Strategis AD sebagai Pakde nya. ● osm

DARI HAL 1

Tersangka Mafia Minyak Goreng yang...

Putin akan ke Bali Meski Rusia...

"Tentu dia ingin datang, namun melihat situasi dan kondisi yang ada sekarang. Kami juga memang diundang," ujar Vorobieva dalam konferensi pers di gedung Kedutaan Besar Rusia di Jakarta, Rabu (23/2).

Sementara itu, Amerika Serikat dan sejumlah negara Barat berencana menentang Rusia dari keanggotaan G20. Hal ini imbas dari serangan militernya ke Ukraina.

Menurut Vorobieva, jika hal itu benar terjadi, keputusan itu tidak sejalan dengan tema presidensi G20.

"G20 diselenggarakan dengan tema pemulihan ekonomi, 'Recover Together Re-

cover Stronger', dan menentang Rusia dari keanggotaan ini tidak akan membantu tujuan tersebut tercapai," katanya.

Sebagai informasi, Rusia sendiri pernah meng-

hadapi kondisi 'ditendang' dari keanggotaan G7, yang sebelumnya bernama G8, pada 2014.

Alasannya, karena Rusia mencaplok wilayah Krimea dari Ukraina. ● mar

Tambah 6.376 Kasus Covid-19,...

kematian dari Covid-19 kini mencapai 154.221.

Bersamaan dengan itu, Satgas juga melaporkan saat ini tercatat ada 168.563 kasus aktif Covid-19. Kasus aktif adalah pasien yang masih terkonfirmasi positif virus co-

rona, dan menjalani perawatan di rumah sakit atau isolasi mandiri.

Selain itu, pemerintah juga mencatat bahwa kini terdapat 11.655 orang yang berstatus suspek. Lebih lanjut, terdapat 510 kabupaten/kota yang ter-

papar Covid-19 di 34 provinsi.

Kategori suspek Covid-19 diberikan pada orang yang mengalami infeksi saluran pernapasan akut (ISPA) dan pada 14 hari terakhir sebelum timbul gejala memiliki riwayat perjalanan atau tinggal di neg-

ara/wilayah Indonesia yang melaporkan transmisi lokal.

Kemudian istilah suspek juga merujuk pada seseorang yang mengalami infeksi saluran pernapasan akut (ISPA) dan selama 14 hari terakhir punya riwayat kontak dengan

penderita Covid-19.

Lebih lanjut, suspek Covid-19 juga merujuk pada orang dengan ISPA berat atau pneumonia berat yang butuh perawatan rumah sakit tanpa penyebab klinis yang meyakinkan. ● mar

Heboh! Kopassus Gadungan Nikahi...

wanita pujaannya. Saat ditangkap, petugas mengamankan KTP, SIM, 3 foto berseragam TNI AD, 1 kartu fitness, sepeda motor dan mobil minibus Avanza. Hebatnya lagi, Slamet pun nekat mencantumkan nama

Panglima TNI Jenderal Andika Perkasa, beserta nama sejumlah pejabat lainnya pada kolom 'turut mengundang' pada katsu undangan pernikahannya itu.

Berdasarkan undangan pernikahan yang beredar, ked-

uanya telah melakukan akad nikah pada 22 November 2021 lalu. Keduanya juga berencana akan melaksanakan resepsi pada tanggal 23 - 24 Mei 2022.

Dalam salah satu unggahan video pada akun Insta-

gram @andreli_48, Berbagai tokoh dalam kolom 'turut mengundang' menjadi sorotan warganet. Dalam kolom 'turut mengundang', Slamet menuliskan nama Jenderal Andika Perkasa sebagai Panglima TNI.

Selain itu, ia juga menuliskan nama Mayjend Indra Hidayat yang merupakan mantan perwira tinggi TNI AD dan mantan Kepala Staf Komando Cadangan Strategis AD sebagai Pakde nya. ● osm

Cekcok dengan Istri, Oknum Polisi...

melapor ke Polsek Sukmajaya lantaran mendengar suara tembakan.

"Karena mendengar suara tembakan, masyarakat kemudian melaporkan ke Polsek

Sukmajaya," kata Supriyadi.

Setelah dilakukan pemeriksaan, ternyata orang yang menembakkan pistol adalah anggota Polres Jakarta Selatan. Kemudian, Polres De-

pok berkoordinasi dengan Polres Jakarta Selatan untuk melimpahkan perkara tersebut.

"Setelah didatangi dan diamankan, ternyata dia anggota

polisi. Akhirnya Provos Polres Metro Depok koordinasi dengan Provos Jakarta Selatan.

Kemudian, malam itu juga diserahkan dan dijemput oleh Provos Polres Jakarta Selatan

karena itu anggotanya," ujar Supriyadi.

Supriyadi mengatakan, anggota kepolisian itu menembakkan pistol ke atas lantaran kesal kepada istrinya. ● mar

Baru Dibuka, Taliban Minta Sekolah...

Komunitas internasional telah menjadikan hak atas pendidikan untuk semua hal yang sulit dalam negosiasi bantuan dan pengakuan terhadap rezim baru Taliban.

Sebelumnya, Kementerian Pendidikan Afghanistan mengatakan membuka kembali sekolah selalu menjadi tujuan pemerintah dan Taliban tidak tunduk pada

tekanan.

"Kami tidak membuka kembali sekolah untuk membuat masyarakat internasional bahagia, kami juga tidak melakukannya untuk

mendapatkan pengakuan dari dunia," kata Aziz Ahmad Rayan, Juru Bicara Kementerian Afghanistan.

Menurutnya, Kementerian Pendidikan Af-

ghanistan melakukannya melainkan sebagai bagian dari tanggung jawab untuk memberikan pendidikan dan fasilitas lainnya kepada siswa. ● mar

SAMBUNGAN

Jokowi Melarang Pejabat Lakukan...

Meski melarang buka puasa bersama dan open house, Jokowi memastikan masyarakat sudah diperbolehkan mudik Lebaran. Namun, syaratnya, kata Jokowi, harus sudah divaksinasi booster.

"Bagi masyarakat yang ingin melakukan mudik lebaran juga dipersilakan, juga diperbolehkan, dengan syarat sudah mendapatkan 2 kali vaksin dan 1 kali booster, serta tetap menerapkan protokol kesehatan yang ketat," ucapnya.

Jokowi pun berharap kondisi pandemi Covid-19 semakin baik menjelang Ramadan. Dia juga berpesan agar masyarakat tetap menjaga protokol kesehatan secara ketat.

"Semoga tren yang semakin membaik ini dapat kita pertahankan, saya minta kita semua tetap menjalankan protokol kes-

ehatan, disiplin menggunakan masker, rajin mencuci tangan, dan menjaga jarak," ujarnya.

Presiden Jokowi juga menegaskan secara resmi telah menghapus syarat karantina bagi pelaku perjalanan dari luar negeri. Meski demikian, Jmreka tetap harus menjalani tes PCR sebata di Tanah Air.

"Pelaku-pelaku perjalanan luar negeri yang tiba melalui bandara di seluruh Indonesia tidak perlu lagi harus melewati karantina," kata Jokowi.

"Namun pemerintah tetap mewajibkan pelaku perjalanan yang tiba dari luar negeri untuk melakukan tes usap PCR," katanya.

Jokowi mengatakan mereka yang negatif tes PCR boleh langsung beraktivitas. Jika positif, ditangani satgas terkait.

"Kalau negatif silakan langsung keluar dan beraktivitas," ujar Jokowi. ● mar

InternationalMedia

PEMIMPIN REDAKSI: Osmar Siahaan
PELAKSANA HARIAN: Lusi J, Prayan Purba.
PENANGGUNG JAWAB: Bambang Suryo Sularto.
KORDINATOR LIPUTAN/FOTO: Sukris Priatmo.
REDAKSI : Frans G, Vitus DP, Berman LR, Bambang Suryo Sularto.
ARTISTIK : M Rifki, James Donald, Indra Saputra.
SIRKULASI-PROMOSI : A Susanto, Nurbayin, 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).
BIRO BEKASI: Madong Lubis (Kabiro),
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./eks (di luar kota Rp 3.000./eks), Harga Langgan 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