

Ano ang Dapat Ninyong Malaman Tungkol sa Avian Flu

Apa Yang Harus Anda ketahui tentang Flu Burung

ข้อควรรู้เกี่ยวกับโรคไข้หวัดนก



Apa itu Flu Burung ?

Flu Burung (H5N1) adalah suatu jenis influenza tipe A yang menyerang hewan unggas terutama ayam dan kadangkala kepada manusia. Flu Burung dapat berpindah dari unggas hidup kepada manusia, walaupun penularan antara manusia relatif jarang terjadi. Gejala umum dari flu burung sama seperti virus influenza lainnya, seperti demam, nyeri seluruh persendian otot, batuk dan sakit tenggorokan. Namun, pada beberapa kasus dapat berakibat pada demam yang tinggi, infeksi paru-paru, gagal pernafasan, kegagalan fungsi organ lainnya, dan kematian.

Pencegahan Flu Burung

- Kotoran dari burung atau unggas yang terinfeksi dapat membawa virus flu burung, jadi sebaiknya jangan menyentuh burung, unggas atau kotorannya.
- Bila anda telah memegang burung atau unggas, segera cuci tangan dengan sabun cair dan air.
- Masak dengan benar unggas dan telurnya sebelum dimakan/dihidangkan.
- Bila anda mengalami gejala flu, konsultasi ke dokter dan memakai masker untuk menghindari penyebaran penyakit.
- Perlindungan terbaik terhadap influenza adalah dengan memiliki pertahanan tubuh yang baik. Hal ini dapat dilakukan dengan diet yang seimbang, olahraga yang teratur, istirahat yang cukup, kurangi stress, dan tidak merokok. Hindari tempat umum padat yang bersirkulasi udara buruk.
- Bila anda mengalami gejala demam dan pernafasan setelah kembali dari negara yang dilaporkan ada wabah flu burung, konsultasi ke dokter anda dan ceritakan perjalanan anda selama ini.