

## Cegah Tifus di Musim Hujan



Datangnya musim hujan harus dibarengi dengan meningkatnya kewaspadaan orang tua pada kesehatan anak-anak. Telat makan, bermain hujan-hujan, dan sanitasi yang buruk jadi penyebab banyaknya penyakit yang dapat mengancam kesehatan si Kecil. Salah satu penyakit yang sering diderita adalah tifus.

Untuk berjaga-jaga, yuk simak penjelasan dari dokter Elana Pearl Ben-Joseph, yang dimuat di situs Kid's Health, untuk mencari tahu penyebab, tanda-tanda, sekaligus cara perawatan dan pencegahan penyakit tifus.

### **Penyebab Penyakit Tifus**

Tifus disebarkan oleh bakteri *Salmonella typhi* yang hidup pada manusia yang keluar lewat feses dan urin. Bakteri dapat masuk ke dalam tubuh lewat makanan atau air minum yang terkontaminasi dan dengan cepat berkembang biak, serta menyebar lewat aliran darah. Selain lewat makanan dan minuman, penyakit tifus dapat terinfeksi lewat sentuhan dengan tangan penderita yang kotor.

### **Gejala-gejala Penyakit Tifus**

Gejala penyakit ini dapat dirasakan tiba-tiba atau bertahap tergantung dari usia, kondisi kesehatan, dan sejarah vaksinasi. Beberapa tanda yang umum diderita adalah demam hingga 40°C, badan pegal dan lemah, sembelit, diare, sakit kepala, kehilangan nafsu makan, dan radang tenggorokan. Jika tidak segera diobati, gejala-gejala penyakit tifus

akan semakin parah seperti berat badan turun, perut membesar, ruam pada dada bagian bawah atau perut bagian atas, hingga menyebabkan kematian.

### **Perawatan Penyakit Tifus**

Jika si Kecil mengalami tanda-tanda di atas, dokter akan mengambil sampel feses, urin, dan darah untuk pengujian penyakit tifus. Setelah dinyatakan positif, akan diberikan antibiotik untuk membunuh bakteri penyebab penyakit ini. Selain itu, konsumsi banyak cairan untuk mencegah dehidrasi. Untuk membantu mengurangi demam dan membuat anak merasa nyaman, berikan obat anti inflamasi dan anti nyeri.

### **Pencegahan Penyakit Tifus**

Cara terbaik untuk mencegah atau mengurangi bahaya penyakit tifus adalah memberikan vaksin secara rutin. Selain itu ada beberapa cara yang bisa orang tua lakukan untuk meminimalkan risiko terkena penyakit ini. Rebus air untuk keperluan air minum, memasak, membuat es, bahkan menyikat gigi. Ajarkan pada si Kecil agar tidak menelan air apapun selain air yang sudah direbus. Di musim hujan ini, sebisa mungkin tidak jajan atau membeli makanan dari pedagang di jalanan untuk menghindari kontaminasi bakteri *Salmonella typhi*. Sajikan masakan sehat dan bernutrisi yang dibuat sendiri dengan penuh cinta ya, Bu. Selain itu, biasakan untuk mencuci tangan hingga bersih menggunakan air hangat dan sabun, terutama setelah menggunakan kamar mandi atau sebelum menyentuh makanan. Sediakan selalu pembersih tangan berbasis alkohol pada saat bepergian.

Semoga penjelasan di atas membantu orang tua dalam memahami bahaya, tanda-tanda, perawatan maupun pencegahan penyakit tifus ya.

<https://www.sahabatnestle.co.id/content/view/cegah-tifus-di-musim-hujan.html>