



# MENGENAL LEBIH JAUH TENTANG FLU SINGAPURA

## PADA ANAK



# MENGENAL LEBIH FLU SINGAPURA

Penyakit flu Singapura pertama kali di temukan di Singapura . Flu Singapura, atau dalam bahasa medis disebut Hand, Foot, and Mouth Disease (HFMD) adalah penyakit infeksi virus yang menyerang tangan, kaki, dan mulut. Flu Singapura disebabkan oleh virus Coxsackievirus A 16 (CVA16) dan Enterovirus 71 (EV-71 ) yang tergolong dalam influenza tipe B. Meskipun flu Singapura bisa menyerang segala usia, tetapi penyakit ini lebih rentan dan banyak dialami oleh anak-anak di bawah usia lima tahun. Flu Singapura ini memiliki gejala khas berupa bintik warna kemerahan di bagian mulut, kaki, dan telapak tangan.





# CARA PENULARAN FLU SINGAPURA

1. Menyentuh benda yang terkontaminasi virus, lalu menyentuh mata, hidung, atau memasukkan jari ke dalam mulut
2. Berbagi alat makan atau minum dengan penderita
3. Menghisap percikan liur ketika penderita bersin atau batuk
4. Menyentuh mata, hidung, atau mulut tanpa mencuci tangan setelah menyentuh tinja penderita

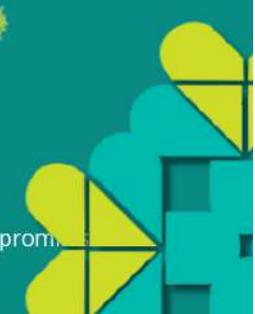




# BAGAIMANA GEJALA FLU SINGAPURA

## PADA ANAK?

1. Demam ringan hingga tinggi mencapai 37 derajat atau lebih, tanpa disertai gejala kejang. Anak mudah menangis dan cenderung rewel
2. Nyeri pada tenggorokan dan kesulitan menelan
3. Terdapat luka atau sariawan di rongga tenggorokan, lidah, dan gusi serta pipi bagian dalam
4. Lepuh dan ruam di tangan, kaki, mulut, dan area genital
5. Kehilangan nafsu makan seperti tidak ingin menyusu, makan, atau minum
6. Lemah dan lelah
7. Luka atau sariawan di dalam mulut, pada lidah, gusi, dan pipi bagian dalam

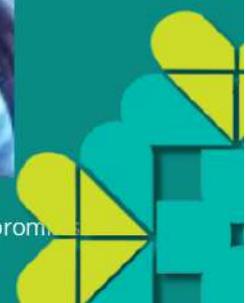




# **PENANGANAN FLU SINGAPUR**

## **PADA ANAK?**

1. Mengonsumsi obat pereda nyeri, seperti Hufagrip TMP Sirup, Tempra Forte Sirup, atau Proris Suspensi
2. Istirahat yang cukup
3. Memperbanyak konsumsi minuman dingin untuk meredakan gejala sakit tenggorokan
4. Menjauhi makanan dan minuman asam atau pedas
5. Jika anak menunjukkan tanda-tanda dehidrasi, seperti tampak sangat lemas, bibir dan mulut kering, menangis tanpa adanya air mata, mata cekung, dan jarang buang air kecil, segera bawa anak ke rumah sakit terdekat.





# PENGOBATAN FLU SINGAPURA

## PADA ANAK?

1. Memberikan obat parasetamol untuk menurunkan demam.
2. Mengompres badan anak dengan kompres hangat untuk membantu menurunkan demam anak.
3. Memberikan anak minum yang cukup untuk mencegah dehidrasi. Bisa dengan air putih dingin atau cairan elektrolit.
4. Sediakan minuman atau makanan dingin seperti air putih dingin, yogurt dingin, buah potong dingin, atau susu dingin untuk bantu penuh cairan tubuhnya.
5. Hindari dulu memberikan makanan atau minuman yang panas dan asam karena dapat memperparah sakit di mulut akibat luka atau sariawan.



# PENGOBATAN FLU SINGAPURA

## PADA ANAK?

- Untuk meredakan rasa gatal akibat ruam, memandikan si Kecil dengan air dingin. Setelah mandi, keringkan badannya handuk yang lembut. Tepuk-tepuk lembut kulitnya, jangan digosok. Hati-hati agar jangan sampai meletuskan lepuhannya, karena cairan dalam lenting mengandung virus yang bisa tertinggal di handuk dan berisiko menular ke orang lain





# CARA MENCEGAH PENULARAN FLU SINGAPURA

1. Rajin mencuci tangan minimal 20 detik menggunakan sabun dan air mengalir. Tunjukkan pada anak cara mencuci tangan dan bantu mereka melakukannya sesering mungkin.
2. Disinfeksi area umum dan permukaan furnitur atau benda-benda yang sering digunakan dengan sabun dan air. Selanjutnya, bersihkan dengan larutan encer pemutih klorin dan air.
3. Hindari kontak dekat. Karena HMFD sangat menular, anak harus membatasi paparannya terhadap orang lain dan anak-anak di sekitarnya saat masih bergejala.
4. Ajarkan anak memiliki kebersihan diri yang baik dan tidak memasukkan jari, tangan, atau benda lain apa pun ke dalam mulut mereka.
5. Tidak membuang ludah dan menyentuh mulut dan mata sembarangan.





Tidak ada pengobatan khusus untuk mengatasi flu Singapura pada anak. Kebanyakan anak yang terkena flu Singapura bisa sembuh sendiri dalam 7-10 hari. Jika gejala sakit si Kecil masih terus berlanjut, jangan ragu untuk segera konsultasi ke dokter demi mendapatkan penanganan medis yang tepat. Pengobatan akan lebih difokuskan untuk meredakan gejala yang ditimbulkannya.

**TERIMA KASIH  
PROMKES**

