



Panduan Perawatan COVID-19 yang Sangat Menular

Created in 2020.12
Bahasa Indonesia vision in 2024.09

I. Apa itu COVID-19?

Pada 11 Februari 2020, Organisasi Kesehatan Dunia menggolongkan penyakit yang disebabkan oleh virus corona baru ini sebagai COVID-19. Di negara kami, penyakit ini termasuk dalam kategori hukum ke-4 sebagai "Penyakit Menular Berbahaya". Penyakit ini disebabkan oleh virus corona tipe 2 Sindrom Pernapasan Akut Berat (SARS-CoV-2). Gejala utamanya meliputi masalah pernapasan seperti hidung tersumbat, pilek, batuk, demam, sesak napas, dan diare.

II. Cara Penularan

- (i) Penularan melalui percikan: Saat penderita batuk, bersin, atau berbicara, mereka melepaskan percikan yang mengandung virus. Percikan ini dapat langsung masuk ke saluran pernapasan orang sehat dan merupakan cara utama penyebaran.
- (ii) Penularan melalui kontak: Termasuk kontak langsung dengan penderita atau dengan permukaan atau benda yang telah disentuh oleh penderita (disebut kontak tidak langsung). Jika menyentuh sekresi hidung atau mulut penderita yang mengandung virus, kemudian menyentuh mata, hidung, atau mulut sendiri, ini juga bisa menyebabkan penularan.
- (iii) Penularan melalui aerosol: Dalam kondisi tertentu, terutama di ruangan tertutup dengan ventilasi buruk, virus dapat menyebar melalui aerosol kecil di udara. Penularan dalam kondisi ini disebut penularan udara.
- (iv) Penularan feses-oral: Meskipun bukan jalur penularan utama, virus dapat ada dalam tinja penderita dan dapat menyebar melalui kontak dengan benda terkontaminasi atau makanan.

III. Masa inkubasi

Biasanya 2 hingga 14 hari setelah terinfeksi, dengan sebagian besar orang memiliki inkubasi sekitar 5 hingga 6 hari. Bahkan selama inkubasi, penderita mungkin tidak bergejala atau hanya memiliki gejala ringan, tetapi tetap dapat menularkan virus.

IV. Cara mendiagnosis

- (i) Tes RNA (real-time reverse-transcription polymerase chain reaction, RT-PCR): Menggunakan sampel swab tenggorokan atau sampel saluran napas

untuk mendeteksi RNA virus secara real-time melalui PCR. Metode tes ini dapat mengonfirmasi apakah seseorang terinfeksi COVID-19.

- (ii) Tes antigen: Mendeteksi protein antigen virus corona baru dalam sampel pasien. Tes ini biasanya lebih cepat daripada RT-PCR, tetapi memiliki sensitivitas lebih rendah, terutama setelah beberapa hari gejala muncul.
- (iii) Tes antibodi (serologi): Mendeteksi keberadaan antibodi dalam darah. Biasanya tidak digunakan untuk diagnosis awal karena antibodi mungkin belum diproduksi pada awal infeksi.

V. Kinerja klinis

Gejala utamanya meliputi demam, batuk, dan sesak napas, serta beberapa pasien dapat mengalami gejala gastrointestinal seperti mual, muntah, dan diare. Pada X-ray dada, biasanya dapat terlihat pneumonia, sementara pada kasus berat dapat terjadi gagal ginjal akut, pericarditis, dan koagulopati intravaskular diseminata.

VI. Faktor risiko yang parah

Usia ≥ 65 tahun, kanker, diabetes, penyakit ginjal kronis, penyakit kardiovaskular (tidak termasuk hipertensi), penyakit paru kronis (fibrosis interstisial, emboli paru, hipertensi pulmonal, bronkiektasis, penyakit paru obstruktif kronis), tuberkulosis, penyakit hati kronis (sirosis hati, hepatitis non-alkoholik, penyakit hati alkoholik, hepatitis imun), perokok, BMI ≥ 30 atau pada anak-anak dan remaja berusia 12–17 tahun yang termasuk dalam persentil 95 ke atas, kehamilan (atau dalam enam minggu setelah melahirkan), gangguan kekebalan tubuh (infeksi HIV, imunodefisiensi bawaan, penggunaan steroid atau immunosupresan lainnya), status sosial ekonomi rendah, kurangnya akses layanan medis yang memadai, tinggal atau bekerja di daerah padat penduduk, kurangnya langkah-langkah perlindungan pribadi yang memadai, dll.

VII. Metode pengobatan

- (i) Perawatan suportif: Untuk pasien dengan gejala ringan hingga sedang, termasuk istirahat, asupan cairan yang cukup, nutrisi yang adekuat, dan jika perlu, penggunaan antipiretik dan obat batuk untuk mengurangi gejala.
- (ii) Ventilasi mekanis: Pasien yang berkembang menjadi kasus berat, terutama dengan kesulitan bernapas dan hipoksemia, mungkin memerlukan terapi oksigen atau bahkan ventilasi mekanis (misalnya, ventilator) untuk membantu pernapasan.
- (iii) Terapi antivirus: Saat ini digunakan untuk mengobati COVID-19, seperti Remdesivir, Paxlovid, dan Molnupiravir, yang dapat menghambat replikasi virus dan membantu mengurangi jumlah virus serta durasi infeksi virus.

(iv) Terapi modulasi imun: Beberapa pasien mungkin menerima terapi modulasi imun, seperti kortikosteroid atau Tocilizumab, yang digunakan untuk mengurangi peradangan, mengatasi stres, mengatasi alergi, dan mengontrol keseimbangan natrium dan air, serta bertanggung jawab atas metabolisme protein dan lemak.

VIII. Tindakan pencegahan untuk kehidupan sehari-hari

- (i) Saat sakit, lebih baik tinggal di rumah untuk istirahat, mengukur suhu tubuh secara teratur, mencatat dengan rinci suhu tubuh, kondisi kesehatan, dan riwayat aktivitas, serta mengenakan masker medis dan menghindari keluar, dan menjaga jarak minimal 1 meter dari orang lain sebisa mungkin.
- (ii) Saat masker terkena sekresi dari hidung dan mulut, segera ganti dan buang ke tempat sampah setelah dilipat.
- (iii) Pertahankan kebersihan tangan, dan lakukan kebiasaan mencuci tangan secara teratur, dengan menggunakan sabun dan air atau cairan pembersih tangan berbasis alkohol.
- (iv) Hindari menyentuh mata, hidung, atau mulut langsung dengan tangan, jika tangan terkena sekresi saluran pernapasan, cuci tangan dengan sabun dan air sampai bersih.
- (v) Kebersihan lingkungan dapat menggunakan larutan desinfektan buatan sendiri untuk lingkungan di rumah. Misalnya, larutan pemutih yang umum dijual mengandung natrium hipoklorit sekitar 5%, disarankan untuk mencairkan dengan 1 c.c. larutan pemutih ditambahkan dengan 100 c.c. air dingin (yaitu 1: 100 pencairan), larutan yang diencerkan memiliki fungsi pembunuhan bakteri yang efektif dalam 24 jam.
- (vi) Khawatir dengan gas yang menguap dari larutan pemutih berbahaya bagi tubuh, dan bagi mereka yang memiliki alergi saluran pernapasan, disarankan untuk meninggalkan area disinfeksi dan buka jendela untuk menjaga sirkulasi udara, disinfeksi selama 10 menit kemudian membersihkan atau menggosok dengan air bersih, mengurangi stimulasi kulit.
- (vii) Tidak perlu disinfeksi dalam skala besar, hanya perlu membersihkan dan mendisinfeksi permukaan barang atau perabotan rumah tangga yang sering disentuh, seperti pegangan pintu, meja, mainan anak, dll.
- (viii) Berkolaborasi dengan kebijakan vaksinasi COVID-19, meningkatkan daya perlindungan diri.
- (ix) Jika muncul gejala seperti demam, batuk, atau kesulitan bernapas, perlu melakukan tes cepat antigen sendiri, jika perlu, pergi ke fasilitas medis untuk perawatan medis, naik transportasi umum dan keluar harus mengenakan masker, dan mengikuti mekanisme penyebaran yang ditetapkan oleh rumah sakit untuk perawatan.

Setelah keluar, harap ikuti petunjuk dokter dan kembali ke klinik tepat waktu untuk tindak lanjut. Jika Anda memiliki pertanyaan, silakan tanyakan kapan saja. Staf perawat sangat membantu. Kami dengan senang hati melayani Anda; jika Anda memiliki pertanyaan setelah pulang, Anda dapat menggunakan hotline konsultasi kesehatan Rumah Sakit Mackay Memorial: Taipei/Tsui Macai/Pediatri (02) 25713760, Hsinchu Macai/Pediatri (03) 5745098, Taitung Macai (089)310150 hingga 311. 9:00~12:00, 2:00~5:00.

Semoga Tuhan memberkati Anda