

3 PERKARA PENTING

1

Minum air secukupnya dan banyakkan rehat.



2

Pakai pelitup muka jika perlu keluar untuk rawatan.



3

Duduk di rumah ketika demam / masih tidak sihat.



IMBAS UNTUK MAKLUMAT LANJUT

drfaez.com

WhatsApp: 011-5770 5344

No. G280A, Bangunan 2 1/2 Tingkat Arked Majlis, Pusat Pekan, 21700 Kuala Berang, Terengganu.

Rujukan: KKM / InfoSihat - Influenza

Maklumat pendidikan kesihatan - bukan pengganti pemeriksaan doktor.

KENALI INFLUENZA

Bukan semua demam selsema ialah influenza

Demam + batuk + sakit tekak + sakit badan?



Batuk



Sakit tekak



Sakit badan

APA ITU INFLUENZA?

Influenza ialah jangkitan virus pada salur pernafasan. Gejalanya biasanya datang secara tiba-tiba dan boleh menjadi ringan atau serius.



TANDA & GEJALA BIASA



Demam



Batuk



Sakit tekak



Sakit kepala



Sakit badan / sendi



Cepat letih

INGAT Influenza boleh berlaku sepanjang tahun di Malaysia. Golongan berisiko boleh mendapat komplikasi lebih serius.

Siapa perlu lebih berhati-hati?

- Kanak-kanak kecil dan warga emas.
- Ibu mengandung.
- Individu dengan penyakit kronik atau imuniti rendah.

APA YANG BOLEH DIBUAT?



Minum air secukupnya



Rehat secukupnya



Paracetamol jika perlu



Dapatkan pemeriksaan

TIP

Antibiotik tidak merawat influenza kerana ia disebabkan virus. Ubat antiviral mungkin diperlukan bagi kes tertentu selepas penilaian doktor.

TANDA BAHAYA - DAPATKAN RAWATAN SEGERA



Sesak nafas / sakit dada



Muntah berterusan



Kurang responsif / terlalu lemah



Demam > 3 hari atau berulang

CEGAH PENULARAN INFLUENZA



Basuh tangan dengan sabun



Tutup mulut ketika batuk / bersin



Pakai pelitup muka jika bergejala



Duduk di rumah ketika sakit

KLINIK SHUKOR AJIL 011-5770 5344

drfaez.com