

Penularan virus Zika melalui hubungan kelamin perlu dipandang serius

# PENEMUAN PENTING HASIL KAJIAN

DARI MUKA 15

Menurut Foy, sekembalinya dari Senegal, dia mengalami simptom dijangkiti Zika seperti demam, sakit sendi, ruam dan kemuncaknya apabila air maninya mengandungi darah. Beberapa bulan kemudian, isterinya mengalami situasi sama.

Hasil kajian merumuskan kemungkinan besar isteri Foy mendapat virus Zika melalui hubungan seks. Ia didakwa sebagai kes pertama berlakunya penularan Zika melalui hubungan seksual.

Bagaimanapun, pendedahan Foy itu tidak menjadi 'mesin penggera kecemasan' kepada masyarakat, apatah lagi mereka yang terbabit secara langsung dengan bidang kesihatan juga seolah-olah masih ragu-ragu dengan penemuan berkenaan.

Begitu pun, beberapa kes selepas itu terutama yang membabitkan seorang warga Perancis dan pasangannya pada Februari 2016, membuka mata banyak pihak bahawa virus Zika boleh menular melalui hubungan seks.

Lelaki Perancis itu pulang dari Brazil dalam keadaan sihat. Namun, seminggu selepas kepulangannya, pasangannya yang tidak mengikutnya ke Brazil jatuh sakit. Pasangannya itu kemudian menjalani ujian dan didapati air mani serta air kencing lelaki itu disahkan mengandungi virus Zika.

Wanita itu pula dikesan mendapat jangkitan Zika pada air kencing dan air liurnya. Bagaimanapun, ujian palitan faraj yang dilakukan menunjukkan tanda negatif. Hasil ujian ini meyakinkan pakar berlaku penularan Zika ketika pasangan terbabit melakukan hubungan kelamin secara oral.

Malah, kajian yang dilakukan oleh Pusat Pengendalian Penyakit (CDC) ke atas seorang pesakit di Dallas, Texas, Amerika Syarikat mengukuhkan keyakinan



**BAYI yang dilahirkan dengan sindrom mikrosefali akibat Zika.**

**PENULARAN Zika melalui hubungan seksual memberi lebih risiko kepada wanita berbanding lelaki.**



bahawa jangkitan kuman Zika melalui seks memang boleh berlaku.

Wakil CDC, Anne Schuchat berkata, mereka yakin pesakit itu mendapat virus Zika melalui hubungan seks bersama pasangannya yang baru

pulang dari Venezuela.

## ANCAMAN KEPADA BAYI

Di Malaysia, walaupun ancaman Zika masih terkawal malah belum terdapat kes penularan virus terbabit melalui hubungan seksual, langkah waspada

tetap perlu diambil.

Menurut Pakar Perubatan Am dan Respiratori Hospital Pusrawi Kuala Lumpur, Dr Fazilah Ahmad, penularan Zika melalui hubungan seksual memberi lebih risiko kepada wanita berbanding lelaki.

“Sebenarnya, penyakit Zika lebih ringan jika dibandingkan dengan denggi walaupun ia dibawa oleh nyamuk yang sama iaitu aedes. Lazimnya, pesakit yang mengalami Zika hanya mengalami demam biasa, sakit kepala, ruam dan lenguh-lenguh sendi serta otot.

“Berbeza dengan denggi yang boleh menyebabkan komplikasi pendarahan, merosakkan organ serta membawa kematian. Malah di Malaysia, denggi menjadi ancaman utama berbanding Zika dengan meningkatnya kes kematian saban tahun.

“Begitupun, Zika mula menjadi perhatian di seluruh dunia selepas kajian membuktikan ia menjadi ancaman kepada wanita hamil,” katanya.

Di Brazil, ada bukti mengenai virus Zika menyebabkan bayi yang dikandung mengalami kecacatan kepala apabila dilahirkan. Keadaan yang dipanggil mikrosefali ini menyebabkan kepala bayi kecil dan otak bayi mungkin tidak mampu berkembang

dengan baik.

“Ribuan bayi yang dilahirkan di Brazil disahkan mengalami sindrom mikrosefali disyaki akibat virus Zika. Malah pada Februari 2016, Pertubuhan Kesihatan Sedunia (WHO) mengisytiharkan Zika sebagai kecemasan global selepas ia dikaitkan sebagai punca berlakunya mikrosefali ke atas bayi yang baru lahir.

“Oleh itu, dengan penemuan baharu Zika boleh dijangkiti melalui hubungan seks, ia menjadi isu yang mula diberi perhatian terutama oleh wanita walaupun di negara kita kes sebegini belum dilaporkan,” katanya.

Dr Fazilah berkata, jangkitan virus Zika melalui hubungan seksual boleh berlaku melalui perlakuan seks biasa, luar tabii mahupun secara oral atau perkongsian alat bantuan rangsangan seks.

Ia boleh disebarkan melalui air mani lelaki atau cecair faraj wanita yang menghidap Zika sama ada melalui kemaluan, dubur



(luar tabii) atau mulut (seks oral).

“Bagi lelaki yang menghidap Zika, virus itu boleh berada di dalam air maninya antara 41 hingga 69 hari malah boleh berlarutan sehingga 188 hari (enam bulan). Bagi wanita pula, virus Zika boleh menghuni dalam cecair farajnya antara 30 hingga 60 hari.

“Dalam tempoh berkenaan, jika mereka melakukan hubungan seks, ia boleh menjangkiti pasangan masing-masing walaupun pemeriksaan mengesahkan pesakit sudah sihat daripada penyakit Zika.

“Ini bermakna, jika wanita dijangkiti Zika, selain risiko ke atas kehamilannya, penularan virus berkenaan kepada suami sangat tinggi jika mereka melakukan hubungan kelamin dalam masa dua bulan bermula hari pertama dia disahkan menghidap Zika.

“Namun penularan Zika daripada isteri kepada suami tidak begitu mendatangkan bahaya kepada si suami berbanding sebaliknya. Risikonya lebih tinggi kepada wanita kerana jika berlaku kehamilan ketika itu atau mereka masih dalam peringkat awal kehamilan, jangkitan Zika dibimbangi menyebabkan janin yang dikandung mengalami sindrom mikrocefali.

“Ini kerana biasanya kandungan yang baru mencapai trimester satu dan dua iaitu usia janin antara satu hingga 27 minggu lebih mudah dijangkiti virus Zika,” katanya.



Dengan penemuan baharu Zika boleh dijangkiti melalui hubungan seks, ia menjadi isu yang mula diberi perhatian terutama oleh wanita walaupun di negara kita kes sebegini belum dilaporkan

**DR FAZILAH AHMAD**

#### LINDUNGI DIRI

Justeru, Dr Fazilah menasihatkan agar wanita mengambil langkah pencegahan bagi mengelak jangkitan Zika melalui hubungan seks.

Langkah paling drastik adalah menghindari hubungan seks selama enam bulan jika suami disahkan menghidap Zika terutama jika isteri sedang hamil atau merancang untuk hamil.

Begitu pun, beberapa langkah pencegahan lain seperti penggunaan kondom juga mampu menghindarkan pasangan suami isteri daripada dijangkiti Zika melalui hubungan intim.

Dr Fazilah berpendapat, ketakutan masyarakat terhadap Zika mempunyai hikmah tersendiri meskipun gejala penyakit ini belum mencapai tahap serius di negara ini.

“Apabila masyarakat takut kepada Zika, mereka akan mengambil langkah pencegahan. Seperti difahami, penyakit ini berpunca daripada nyamuk aedes yang lebih sinonim dengan demam denggi. Jadi, apabila masyarakat memerangi Zika dengan menghapuskan nyamuk aedes, secara tidak langsung mereka memerangi denggi.

“Tindakan ‘satu peluru dua sasaran’ ini perlu terus dipertingkatkan kerana denggi menjadi antara punca kematian tertinggi di negara kita. Kempen tiada aedes tiada denggi perlu ditambah kepada tiada aedes, tiada denggi dan Zika,” ujar Dr Fazilah. - Rodly Fadly

## PERUBAHAN KECIL UBAH TAHAP KESIHATAN



**BADAN** sihat mempengaruhi kesihatan jantung.

**Setiap** individu mengimpikan badan yang sihat dan tidak berpenyakit namun ramai antara kita hanya tahu bercakap daripada mengamalkannya.

Sedarkah anda membuat perubahan kecil secara drastik mampu merubah kesihatan sekali gus memastikan jantung dalam keadaan sihat?

Ini kerana badan yang sihat secara tidak langsung menjadikan jantung sihat dan terhindar daripada ancaman penyakit berbahaya.

Dengan melakukan lima langkah mudah di bawah ia mampu membantu untuk pengawalan tahap kolesterol yang lebih berkesan:

**1. Kawal tahap kolesterol**  
Pantau tahap kolesterol

dan tekanan darah supaya sentiasa berada dalam bacaan normal. Untuk tekanan darah pastikan ia sentiasa berada di bawah 120/80 mmHg, jumlah kolesterol di bawah 5.2 mmol/L manakala jisim badan indeks (BMI) di antara 18.5 dan 22.9 kg/m<sup>2</sup>.

**2. Kekal aktif**

Risiko mendapat penyakit jantung berkurangan sekiranya anda rajin bergerak. Dengan melakukan aktiviti secara tetap setiap hari, ia mampu menurunkan tekanan darah, memperbaiki tahap kolesterol dan mendapatkan berat badan yang sihat.

**3. Pilih makanan berkhasiat**

Pilih ikan, sayur dan buah-buahan dalam hidangan harian anda

setiap hari. Pilih makanan dan minuman kurang lemak dengan mengekalkan cara memasak mengukus, membakar dan memanggang daripada menggoreng.

**4. Bebas tembakau**

Rokok menjadi antara punca utama kematian. Risiko perokok wanita mendapat penyakit jantung serta terdedah kepada strok adalah dua hingga tiga kali ganda berbanding wanita yang tidak merokok.

**5. Pengurusan tekanan**

Tekanan adalah sebahagian daripada kehidupan namun boleh dikurangkan. Melakukan aktiviti fizikal setiap hari boleh mengurangkan sakit kepala, susah tidur dan kemurungan.

**IBU** hamil yang dijangkiti Zika memudaratkan janin.

