

HFMD

1. Apa itu HFMD?

- a. HFMD merupakan singkatan dari *Hand, foot and mouth disease* (Penyakit tangan, kaki dan mulut) yang disebabkan oleh virus(kumpulan enterovirus) dan biasanya menjangkiti kanak-kanak di bawah umur 5 tahun.

2. Bagaimana HFMD menular?

- a. Penularan penyakit/virus HFMD adalah melalui sentuhan langsung dengan cecair hidung, air liur, lepuh (*blister*) dan najis kanak-kanak yang dijangkiti serta sentuhan pada permukaan dan alatan permainan yang tercemar dengan virus HFMD.

3. Apakah gejala HFMD?

- a. Mereka yang dijangkiti akan menunjukkan satu atau lebih tanda seperti demam, luka (*ulcer*) di mulut, ruam atau lepuh di tapak tangan dan kaki.
- b. Hilang selera makan.
- c. HFMD selalunya menyebabkan jangkitan ringan dan sembuh dengan sendiri. Namun begitu, segelintir jangkitan HFMD yang disebabkan oleh jangkitan EV71 boleh menyebabkan komplikasi seperti radang otak dan jantung.

4. Bagaimana mencegah HFMD?

- a. Langkah pencegahan terbaik adalah menjaga kebersihan diri dan persekitaran. Penularan jangkitan HFMD sangat berkait rapat dengan amalan kebersihan diri dan persekitaran di mana ia mudah berlaku di tempat sesak serta mutu kebersihan yang rendah.
- b. Cuci tangan dengan sabun dan air bersih sebelum menyediakan makanan, selepas ke tandas, selepas menukar lampin anak dan selepas mencuci najis anak.

- c. Jangan berkongsi barang-barang peribadi seperti berus gigi, sapu tangan, tuala, cadar dan sudu.
- d. Ibu bapa atau penjaga perlu membawa kanak-kanak dengan gejala HFMD mendapatkan rawatan dan tidak membawa kanak-kanak tersebut ke tempat awam termasuk sekolah dan pusat jagaan kanak-kanak.
- e. Pengurus pusat jagaan kanak-kanak perlu menjalankan aktiviti pembersihan premis dan saringan terhadap kanak-kanak di bawah jagaan mereka.
- f. Cuci alat mainan, permukaan meja, kerusi dan lantai yang dicemari air liur anak.