

Musim Hujan Tiba, Waspada 3 Penyakit yang Mengintai Kesehatan

Category: LifeStyle
Januari 18, 2024



Prolite – Musim hujan telah tiba waspada berbagai penyakit yang gampang menyerang kondisi tubuh anda.

Kota Bandung sudah memasuki curah hujan yang cukup tinggi bahkan ada beberapa daerah yang terendam banjir karena hujan yang tidak berhenti-berhenti beberapa hari lalu.

Dengan kondisi yang tidak menentu ini sudah pasti kondisi tubuh juga akan gampang terserang berbagai penyakit.

Ada beberapa penyakit yang akan menyerang tubuh di tengah-tengah musim hujan saat ini.

Berikut beberapa penyakit yang mengintai saat musim hujan:

1. Influenza



Klik dokter

Influenza adalah penyakit pernapasan menular yang disebabkan oleh virus influenza yang dapat menyebabkan penyakit ringan sampai penyakit berat. Gejalanya yaitu rasa tidak enak badan, demam, rasa pegal linu, lemas, lesu, bersin-bersin dan terasa nyeri di otot-otot dan sendi.

Virus ini menyebar melalui cairan tubuh seperti ingus ataupun air liur yang dapat ditularkan melalui mulut, hidung ataupun tangan yang menyentuh benda terkontaminasi.

Cara mencegahnya dengan olahraga dan istirahat yang cukup, memperbanyak konsumsi buah dan sayur, mencuci tangan dan memakai masker saat flu.

2. Demam Berdarah



Dinkes Bandung

Penyakit demam berdarah merupakan penyakit akibat gigitan nyamuk *Aedes aegypti*. Siapa saja yang terkena demam berdarah akan merasakan demam tinggi dan flu.

Jangan anggap remeh penyakit demam berdarah pasalnya penyakit ini harus ditangani dengan tepat.

Jika tidak ditangani dengan tepat penyakit ini akan mengancam nyawa si penderitanya.

Penyakit akibat gigitan nyamuk *Aedes aegypti* yang sering terjadi di musim penghujan saat berkembangbiakan nyamuk meningkat

Cara mencegah penyakit Demam Berdarah yakni melakukan 3M plus : menguras bak mandi, menutup tempat air dan memanfaatkan barang bekas serta melakukan PSN (Pemberantasan Sarang Nyamuk).

3. Diare



Alodokter

Penyakit diare adalah gangguan pencernaan yang ditandai dengan buang air besar encer 3 (tiga) kali atau lebih dalam sehari.

Penyebab diare adalah mengonsumsi makanan yang terkontaminasi bakteri, virus atau parasit. Diare disebabkan oleh Bakteri E. Coli, Salmonella, Shigella dan lain- lain.

Cara mencegah diare dengan mencuci tangan pakai sabun di bawah air mengalir, buang air besar pada tempatnya dan menjaga kebersihan dan kesehatan makanan.

Masih banyak lagi berbagai penyakit yang mengintai kesehatan anda. Bagaimana , semoga informasi ini dapat bermanfaat buat kita semua. Selalu jaga kesehatan di tengah-tengah musim hujan yang sering melanda Kota Bandung akhir-akhir ini.