

Sampai bila nak hilang? : Pasca Jangkitan COVID-19 – Dr Shaiful Ehsan



Negara kita sememangnya masih dibebani dengan pandemic COVID-19. Meskipun kebanyakan pesakit mengalami gejala-gejala ringan dan sederhana, dan sembuh tanpa rawatan khusus, namun tidak semua pesakit sembuh sepenuhnya dalam tempoh yang sama. Ini lebih ketara bagi pesakit yang mengalami jangkitan COVID-19 yang teruk seperti kegagalan fungsi organ dan memerlukan rawatan rapi di hospital. Kajian menunjukkan pesakit masih mengalami pelbagai gejala setelah jangkitan akut yang teruk.

Gejala selepas pasca jangkitan COVID-19

Secara umumnya, sebahagian besar pesakit pasca jangkitan COVID-19 akan mengalami beberapa gejala ringan mahupun ada yang terus bebas dari sebarang gejala. Gejala tersebut ada kalanya tidak khusus dan mungkin juga tidak berkaitan dengan gejala asal COVID-19. Ianya juga boleh berubah-ubah mengikut masa.

Antara gejala-gejala pasca jangkitan yang boleh terjadi termasuklah: bunyi desing di telinga, sakit telinga, sakit tekak, kurang deria rasa atau bau, sesak nafas, batuk – batuk, dada sempit, sakit dada, berdebar – debar, sakit perut, loya, cirit birit, kurang selera makan, keletihan, demam, sakit-sakit badan, sakit sendi, ruam-ruam kulit, sakit kepala, pening kepala, gangguan tidur, kemurungan mahupun merasa cemas.

Gejala-gejala ini boleh berterusan selama tiga sehingga enam bulan selepas jangkitan akut COVID-19. Ini boleh menimbulkan kekeliruan kepada pihak pesakit mahupun pihak warga kesihatan dalam menilai gejala-gejala ini samada merupakan penyakit yang lain atau pun merupakan kesan lama dari jangkitan COVID-19. Namun begitu, kebanyakan gejala selepas pasca jangkitan COVID-19 ini hadir dalam sekumpulan gejala dan bukannya satu gejala semata-mata.

Apa yang perlu dilakukan?

Pemantauan berkala oleh pihak kesihatan terhadap pesakit pasca COVID-19 ini sangat penting untuk menilai gejala pesakit ini secara menyeluruh. Matlamat utama pemantauan ini adalah untuk mengenalpasti sekiranya berulang kembali jangkitan COVID-19 dan menjalankan ujian COVID-19 sekiranya perlu. Untuk pesakit yang tidak memenuhi kriteria jangkitan semula COVID-19 dan tidak disebabkan oleh penyakit-penyakit yang lain melalui penilaian menyeluruh, rawatan simptomatik boleh diberikan untuk mengawal gejala yang ada. Pesakit juga boleh melakukan pemantauan sendiri di rumah.

Pesakit ini seperti juga pesakit yang lain, perlu dirujuk segera ke hospital jika mengalami sebarang tanda-tanda merbahaya seperti sukar bernafas, kurang kandungan oksigen dalam badan, sakit

dada yang tiba-tiba tanpa sebab yang jelas, sebarang gejala saraf dan apa jua kekeliruan kognitif pemikiran. Pesakit ini juga sekiranya mengalami sebarang komplikasi juga perlu dirujuk untuk dirawat dengan segera oleh jabatan berkaitan.

Kesimpulan

Secara umumnya, tiada jangkaan jelas berkenaan sejauh mana jangkitan COVID-19 akan memberi kesan dalam jangka masa panjang kepada pesakit, termasuklah ketika pasca jangkitan. Walau bagaimanapun, kebarangkalian gejala berterusan selepas jangkitan COVID-19 ini boleh berlaku di mana pemantauan sendiri, pemakaian penutup muka, mengelakkan kawasan sesak, penjagaan kebersihan dan pengambilan vaksin perlulah diutamakan.

Rujukan

1) Post Covid 19 Management Protocol 1st Edition 2021.

2) COVID-19: Evaluation and management of adults following acute viral illness. UpToDate.com

3)WHO bimbang sindrom pasca COVID-19 accessed
from <https://www.bharian.com.my/dunia/eropah/2021/08/847366/who-bimbang-sindrom-pasca-covid-19>