Covid-19 dan Delirium Pada Tenaga Kerja

Dr dr Lientje Setyawati K Maurits MS SpOk
Spesialis Kedokteran Okupasi & K3 RSA UGM

SANGAT sering dijumpai di tempat kerja seorang pekerja mengeluh sering gelisah, sulit tidur, daya ingat menurun, lambat bereaksi dengan sekitar serta sulit fokus dalam kehidupannya, sering disertai dengan kesulitan memulai berbicara serta adanya gangguan tidur dalam pola tidurnya. Dari hal-hal tersebut, bila terjadi pada para pekerja, pekerja tersebut sering mengalami penurunan produktivitas kerja dan peningkatan kesalahan yang diperbuat dalam pekerjaannya.

Terkait dengan COVID-19 apakah hal-hal diatas ada kaitannya dengan infeksi COVID-19 pada seseorang? Dalam suatu studi, disamping gejala-gejala diatas sering terdapat delirium. Apakah delirium ada kaitannya dengan gejala COVID-19? Seorang penderita COVID-19 mempunyai gejala yang sangat bervariasi yang pada pandemi ini, mempunyai dampak ekonomi yang tidak proposional pada sekmen tertentu dari populasi ketenagakerjaan yang dapat memperburuk / memengaruhi sebagian kelompok pekerja.

Pekerja yang sudah memiliki masalah gangguan kesehatan, khususnya yang berusia tua, menghadapi risiko masalah kesehatan yang lebih serius lagi karena penderitaan kesehatannya dan kerentanan ekonomi.

Pandemi COVID-19 berdampak terhadap berbagai sektor dan khususnya sektor ekonomi dan lebih khusus lagi tentang keberlangsungan dan pendapatan. Data Kementerian Ketenagakerjaan pada bulan April 2020 mencatat, lebih dari dua juta pekerja dari 116 perusahaan, terpaksa dirumahkan dan terkena COVID-19. Pemutusan hubungan kerja di perusahaan karena sejumlah perusahaan mengalami penurunan produksi, bahkan berhenti produksi yang berdampak langsung pada pekerja dan menimbulkan pengangguran.

Kurang Pasokan Oksigen

Salah satu gejala COVID-19 adalah adanya delirium, disamping gejala yang umum seperti hilangnya indera perasa dan penciuman, sakit kepala, batuk dan sesak napas. Delirium pada COVID-19 disebabkan oleh karena pengaruh COVID-19 terhadap sistem syaraf pusat, dan mengakibatkan perubahan neurocognitif seperti sakit kepala dan delirium. Penyebab adanya delirium tersebut, sangat mungkin karena kurang pasokan oksigen pada otak, peradangan jaringan otak karena

adanya invasi virus COVID-19 yang mudah menuju ke otak.

Seorang pekerja yang mengalami COVID-19 sangat besar kemungkinan kehilangan pekerjaan, namun sebelumnya pekerja tersebut suka melamun dan lambat bereaksi disamping daya ingat yang menurun, berhalusinasi, mudah tersinggung dan adanya perubahan mood yang mendadak serta kebiasaan tidur yang berubah.

Mengingat hal tersebut, para pekerja disamping adanya demam, sesak napas, batuk dan lesu yang menonjol adalah adanya delirium yang dialami lebih dari 28 % penderita. Diutarakan oleh University of Massachusetts Medical School bahwa usia rata-rata pasien 65 – 77 tahun. Lebih dari 25% pasien yang berusia lansia datang ke IGD rumah sakit dengan mengigau, dan 37 % dari pasien-pasien tersebut tidak memiliki tanda COVID-19 yang khas seperti demam atau sesak napas.

ILUSTRASI JOS

Menurut Ely, Delirium adalah barometer yang baik, karena dengan adanya delirium perlu diambil tindakan perawatan yang tepat, sebab secara umum pasien dengan delirium cenderung menunjukkan sakit yang lebih parah dibandingkan pasien yang lain.

Perlu diinformasikan bahwa, delirium adalah suatu tanda umum dari setiap infeksi pada orang tua, yang sistem kekebalan merespon penyakit sangat berbeda dibanding pada orang dewasa lebih muda.

Perhatian Khusus

Jadi gejala delirium, sebenarnya tidak selalu oleh karena paparan COVID-19 namun bila seseorang mengalami paparan COVID-19 yang berat, berpeluang mengalami gangguan fungsi otak disamping gangguan metabolik sehingga terjadi delirium.

Delirium adalah gejala yang harus mendapat perhatian khusus, karena seseorang terkonfirmasi positif terinfeksi Corona yang sudah berat. Gejala delirium yang umum yakni kebingungan, kurang fokus, disorientasi dan perubahan cognitif lain. Dengan delirium pada penderita COVID-19 menunjukkan sakit yang sangat parah, sehingga bila melihat adanya delirium sebagai gejala COVID-19 memungkinkan identifikasi dan manajemen lebih awal dari pasien yang rentan.

Perlu diinformasikan bahwa COVID-19 sangat besar dampaknya juga pada kesehatan jiwa, dimana lebih dari 47 % mengalami gejala kecemasan (data suatu penelitian menunjukkan lebih banyak pada pekerja wanita). Diutarakan oleh seorang peneliti bahwa, tidak bisa diabaikan bahwa pandemi juga mempertontonkan potret isolasi sosial, kecemasan karena kondisi finansial maupun ketakutan terhadap risiko penularan COVID-19 yang akhirnya mengakibatkan banyak orang menderita depresi dan kecemasan yang tinggi juga pada para pekerja di Indonesia.

Imbas pandemi virus corona (COVID-19) yang melanda Indonesia, telah menghantam multi sektor. Selain ekonomi, wabah tersebut juga berdampak hebat pada sektor kesehatan termasuk kesehatan jiwa.

"Salam K3"

RUMAH SAKIT "JIH"
EMERGENCY CALL
0274-4663555

JIHealthy corner
Tanya jawab kesehatan

• Pertanyaan dapat dikirimkan melalui e-mail konsultasi@rs-jih.co.id •

Long Covid-19 dan Akupunktur Medik

Oleh: dr. Harizah Umri Sp.Ak
Dokter Spesialis Akupunktur Medik RS JIH
Senin dan Sabtu 08.00 – 13.00 dan Rabu dan Kamis 16.00 – 20.00

LONG Covid-19 adalah suatu gejala sisa yang dialami pasien yang sudah dinyatakan sembuh dari (penyintas) Covid-19, berdasarkan hasil tes swab PCR yang sudah negatif.

Gejala Long Covid-19 beragam berupa kelelahan kronis, nyeri otot dan sendi, bernapas tidak lega (karena menurunnya fungsi paru), sakit kepala, gangguan mood, gangguan tidur, kecemasan hingga depresi. Dapat berlangsung beberapa minggu, bahkan berbulan dan menetap. Dampak jangka panjang Covid-19 pada kesehatan ini, masih akan terus diteliti dan dipelajari.

Kriteria pasien sembuh, sesuai Pedoman Pencegahan dan Pengendalian Covid-19 revisi ke-5 Kemenkes RI Juli 2020 yaitu: Pasien yang terkonfirmasi tanpa gejala, gejala ringan, gejala sedang, dan gejala berat/kritis dinyatakan sembuh apabila telah memenuhi kriteria selesai masa isolasi (masing-masing kelompok pasien berbeda) serta hasil tes swab PCR yang sudah negatif. Kemudian juga telah dikeluarkannya Surat Pernyataan Selesai Pemantauan, berdasarkan penilaian dokter di fasyankes tempat dilakukannya pemantauan atau oleh dokter penanggung jawab pasien (DPJP).

Menyerang Organ Lain

Sebab Covid-19 selain mengenai paru-paru, juga menyerang organ lain seperti pembuluh darah, otot jantung, dan organ lainnya. Gangguan organ dan fungsi tersebut mungkin dapat meninggalkan kerusakan yang menetap. Hingga saat ini, penanganan yang paling tepat untuk Long Covid-19 belum dapat dipastikan.

Belum ada kesepakatan para ahli tentang hal ini. Penelitian di dalam dan luar negri tentang peran Akupunktur Medik terhadap Covid-19, semakin banyak dan terus menerus dilakukan. Walau belum dapat disimpulkan namun dari beberapa penelitian, telah diperlihatkan efek menguntungkan dari Akupunktur Medik.

Pemanfaatan Akupunktur Medik dapat meliputi beberapa tujuan, salah satunya, rehabilitatif (membantu proses pemulihan), atas dasar ini penulis berpendapat bahwa, Akupunktur Medik dapat dicobakan untuk mengatasi keluhan Long Covid-19.

Pada penyakit dan atau penyebab lain, Akupunktur Medik terbukti efektif mengatasi kelelahan kronis, berbagai nyeri termasuk nyeri otot dan sendi, nyeri kepala, keluhan pernapasan, gangguan tidur, mengurangi kecemasan hingga depresi.

Selain itu, Akupunktur Medik tindakannya sederhana (hanya menggunakan jarum khusus yang sangat kecil, steril dan sekali pakai, tanpa obat/zat kimia lain). Akupunktur Medik yaitu tindakan medik, berupa perangsangan titik akupunktur dengan jarum di permukaan tubuh. Akupunktur medik dapat dikombinasikan dengan moksibusi, yaitu perangsangan titik akupunktur dengan pemanasan moksa yang berasal dari tanaman Artemisia vulgaris.

Minim Efek Samping

Akupunktur Medik juga aman dilakukan pada rentang usia anak hingga usia lanjut ,sebab minim efek samping dan tindakannya dapat diterima dgn baik oleh pasien. Tetap pastikan praktisi akupunktur yang melakukan sesuai dengan kompetensi yang dimilikinya.

Cara kerja Akupunktur Medik sangatlah kompleks. Terkait dengan gejala Long Covid-19 maka Akupunktur Medik diduga mempengaruhi berbagai sitokin dan peptida pada tubuh yang berperan pada timbulnya rasa kelelahan. Akupunktur Medik memperbaiki komunikasi sel tubuh, menurunkan kadar kortisol (hormon stres), meningkatkan kadar endorfin, dopamin, serotonin dan reseptor GABA, meregulasi berbagai sistem di otak kita termasuk sistem limbik dan area frontalis di otak. Akupunktur Medik mempunyai efek anti-nyeri, anti-peradangan dan pelemas otot.

Upaya berbagai bidang termasuk Akupunktur Medik untuk penanganan Long Covid-19 ini, diharapkan dapat mendukung masyarakat Indonesia khususnya penyintas Covid-19, agar dapat tetap menjalankan aktivitasnya secara produktif dan optimal di kehidupan sehari-hari, serta dapat berinteraksi kembali di masyarakat, pasca terinfeksi.

Tetap yang utama adalah langkah pencegahan yaitu konsisten mematuhi protokol kesehatan 3M (memakai masker, menjaga jarak dan mencuci tangan dengan sabun) juga terus mendukung 3T (testing, tracing, treatment). ***

Bertugas Saat Pandemi Butuh Tenaga Ekstra

KR-Unggul Priambodo

AKP Fiska Ananda

TIDAK mudah menjalankan tugas di tengah pandemi Covid-19, sebagai seorang polisi dituntut bisa membantu dan mengayomi masyarakat. Akan tetapi juga memastikan kondisi aman saat berada di rumah bersama keluarga. Protokol kesehatan menjadi sebuah keharusan agar bisa menjalankan aktivitas dengan aman.

Kasatlantas Polres Kendal AKP Fiska Ananda seperti halnya dengan polisi yang lain dalam bertugas apalagi seorang Polisi Wanita (Polwan), tentunya memiliki naluri keibuan yang tinggi. Tenaga ekstra harus dikeluarkan untuk aktivitas tugas di lapangan dan juga di rumah. Seperti halnya kebanyakan seorang ibu, tentu melayani keluarga adalah tugasnya. Setiap ada libur maka itulah kesempatan untuk bersama keluarga.

"Menjadi polwan tidak mengesampingkan tugas saya sebagai seorang ibu bila ada waktu luang misal di hari libur, saya meluangkan waktu untuk anak-anak dan keluarga, satu harian full bisa bermain dengan anak-anak. Tapi saatnya harus bekerja lagi, saya meemberikan pemahaman dan pengertian kepada keluarga,"ujar Fiska.

Fiska setiap hari harus berada di lapangan dan bertemu dengan banyak orang yang berbeda dan tidak mengetahui kondisi kesehatannya. Menjaga diri itu yang menjadi pegangan bagi ibu yang memiliki dua putra dan satu putri ini.

Anjuran penerapan 3 M, mencuci tangan dengan air mengalir dan menggunakan sabun, memakai masker dan jaga jarak dilaksanakan betul.

"Setiap akan berangkat kerja saya pastikan mencuci tangan, masker juga selalu saya pakai, saat berada di lapangan meskipun dekat dengan anggota dan juga masyarakat tetap saya jaga jarak aman dan hal ini juga selalu saya informasikan kepada masyarakat,"lanjut Fiska.

Fiska mengatakan usai beraktivitas, saat pulang ke rumah, dirinya memastikan sudah aman baru bertemu dengan keluarga. "Anak-anak seharian di rumah, saya seharian bertugas di lapangan, sehingga saya harus benar-benar terapkan prokes agar semua baik-baik saja,"pungkasnya.

Jejak Ayah

Wanita kelahiran Jakarta, 11 Juni 1988 ini menuturkan menjadi polwan awalnya bukan cita-citanya. Namun karena ayahnya yang juga seorang anggota Polri ingin sekali meneruskan jejaknya. Akhirnya Fiska diberikan motivasi untuk mencoba tes masuk polwan yang saat itu ada pendaftaran Calon Taruna Akpol. "Alhamdulillah berkat dukungan dari orang tua juga, saya mampu mengikuti tes sampai dengan akhir, dan sayapun jadi Polwan seperti sekarang," jelasnya. Lain di tempat tugas lain di rumah, layaknya warga kebanyakan Fiska juga berkegiatan di rumah tinggalnya.

Lingkungan tempat saya tinggal yaitu di daerah Tugurejo, kehidupan sosialnya menurut saya begitu tinggi, budaya yang betul-betul peduli dengan sesama warganya.

"Sering saya juga turut serta bergabung dengan masyarakat tempat tinggal saya seperti kerja bakti dan juga olehraga, pertemuan RT rutin dan juga arisan PKK selaku saya ikuti mesti sibuk," pungkasnya.

(Ung)

KR-Unggul Priambodo

AKP Fiska membagikan jamu pada warga untuk tingkatkan imun.

Tanam Bawang Merah dan Tebar Lele KWT Srikandi Praktikkan 'Wolkaponik'

KR-Ist

Anggota KWT antusias menanam bawang merah

MASA pandemi Covid-19, bukan halangan untuk tetap kreatif. Seperti dilakukan ibu-ibu dari Kelompok Wanita Tani (KWT) Srikandi RW 06 Sidikan Pandeyan Umbulharjo Yogyakarta.

Belum lama ini, mempraktikkan Wolkaponik yaitu budidaya sayur secara vertikal dan budidaya ikan lele dengan kolam kecil di bawahnya. Ini merupakan langkah cerdas, menyiasati keterbatasan lahan di perkotaan.

" Latar belakang pemikiran, di antaranya adalah pemanfaatan lahan kosong di wilayah perkotaan agar dimanfaatkan untuk kegiatan tanam menanam untuk mewujudkan program pemerintah kota yaitu pertanian perkotaan dan juga untuk mewujudkan ketahanan pangan di masyarakat," kata Wawali Yogya, Heroe Poerwadi MA, saat tebar lele dan penanaman bawang merah.

Dikatakan, kegiatan ini juga sebagai sarana untuk menjaga kerukunan dan kekompakan warga. Ini juga sesuai dengan motto pertanian di Yogya yaitu "nandura sik dipangan, mangana sik ditandur".

Meski suasana gerimis, namun ibu-ibu dan warga tampak antusias mengikuti kegiatan.

Ketua KWT Srikandi, Sarjilah SPd mengatakan, semoga pemanfaatan lahan kosong bisa mendukung ketahanan pangan, menambah gizi dan penghasilan keluarga. "Kami selalu berusaha untuk kreatif dan produktif, selain pertanian, juga pelatihan pengolahan pangan menjadi produk yang punya nilai jual lebih," kata Sarjilah.

Selama masa pandemi, juga ada kegiatan yang bermanfaat bagi warga, yaitu Jumat Lung Tinulung, dan hasil panenan dibagi ke warga, seperti pembagian serai dan bayam belum lama ini.

Tanaman Unggul

Heroe menambahkan, bawang merah merupakan tanaman yang diunggulkan , karena bawang merah cepat panen, dan semua rumah tangga membutuhkan. Bahkan semua pengusaha kuliner juga membutuhkan bawang merah. Harga bawang merah yang sering berubah dan melambung harganya, jadi bawang merah dapat dijual seperti harga pasar pada umumnya.

Bawang merah juga dapat dimanfaatkan sebagai komoditas yang dapat dapat diolah menjadi bahan kemasan. Juga dapat dikembangkan sebagai identitas tanaman bagi warga RW 06. Apalagi diintegrasikan dengan kolam lele, yang airnya dapat bermanfaat untuk penyiram tanaman yang sangat baik **(Fia)-d**