

FAQ Ringkas: Penjagaan Pesakit Denggi Sebagai Pesakit Luar

Panduan ringkas untuk pesakit yang dipantau di rumah. Ikut nasihat doktor anda.

Pergi ke Jabatan Kecemasan segera jika ada tanda amaran:

- Sakit perut yang kuat
- Muntah berulang kali
- Pendarahan hidung atau gusi
- Muntah darah
- Najis hitam atau berdarah
- Terlalu lemah, mengantuk, keliru, atau gelisah
- Sesak nafas
- Pening atau hampir pitem
- Tangan atau kaki sejuk
- Kurang membuang air kecil

1. Bolehkah denggi dirawat di rumah?

Ya. Ramai pesakit denggi boleh dirawat sebagai pesakit luar jika mereka masih boleh minum dengan baik, membuang air kecil seperti biasa, sedar, dan tiada tanda amaran. Namun, denggi boleh menjadi lebih teruk dengan cepat, terutamanya apabila demam mula kebah.

2. Apa yang perlu saya minum?

Minum sedikit tetapi kerap. Pilihan yang sesuai termasuk air kosong, garam rehidrasi oral (ORS), sup, susu, jus buah, dan minuman isotonik. Jangan berlebihan dengan minuman manis jika anda menghidap diabetes. Sasaran yang baik ialah air kencing berwarna pucat dan kencing secara tetap.

3. Ubat apa yang boleh diambil untuk demam atau sakit badan?

Ambil paracetamol/acetaminophen mengikut dos yang disarankan. Elakkan aspirin, ibuprofen, naproxen, diclofenac, dan ubat tahan sakit jenis NSAID yang lain kerana boleh meningkatkan risiko pendarahan.

4. Perlukah saya membuat ujian darah setiap hari?

Biasanya ya, terutamanya bermula dari hari ke-3 sakit sehingga keadaan jelas bertambah baik dan tiada demam selama 24-48 jam. Ujian darah seperti kiraan darah dan haematocrit membantu doktor mengesan denggi yang semakin serius.

5. Bilakah denggi paling berbahaya?

Selalunya apabila demam mula kebah, biasanya sekitar hari ke-3 hingga hari ke-7 sakit. Tanda amaran sering muncul dalam tempoh 24-48 jam selepas demam kebah.

6. Perlukah saya paksa diri untuk makan?

Tidak. Kurang selera makan adalah biasa. Cecair lebih penting. Makan makanan ringan jika boleh diterima.

7. Bolehkah antibiotik merawat denggi?

Tidak. Denggi disebabkan oleh virus. Antibiotik tidak merawat denggi, kecuali doktor mengesyaki terdapat jangkitan bakteria yang lain.

8. Bagaimana saya boleh mengelakkan denggi merebak di rumah?

Elakkan gigitan nyamuk dalam minggu pertama sakit. Gunakan ubat penghalau nyamuk, pakai pakaian berlengan panjang, tidur menggunakan kelambu jika perlu, dan hapuskan air bertakung di sekitar rumah.

9. Bilakah saya boleh kembali kepada aktiviti biasa?

Hanya apabila demam sudah kebah, selera makan dan tenaga semakin pulih, kencing normal, dan doktor berpuas hati bahawa ujian darah anda stabil atau semakin baik. Elakkan aktiviti berat sehingga pulih sepenuhnya.

Nota: Risalah ini ialah panduan umum. Ia tidak menggantikan penilaian doktor. Dapatkan rawatan segera jika keadaan bertambah buruk atau anda mempunyai tanda amaran.