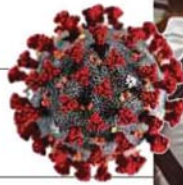


# Terus berwaspada elak dijangkiti COVID-19



Kewujudan pelbagai varian punca wabak cepat merebak jika tidak dicegah

**Varian Delta** dengan kadar transmisi yang tinggi, iaitu dua kali lebih mudah berjangkit berbanding varian Alpha, dilihat semakin mengganas apabila kes dilaporkan di seluruh dunia kian meningkat.

Malaysia juga tidak terlepas daripada menjadi sasaran varian Delta dengan mencatatkan purata baki sepanjang tempoh tiga bulan.

Pakar Perunding Penyakit Berjangkit dan Ketua, Jabatan Perubatan, Pusat Pengajian Perubatan International Medical University (IMU), Prof Dr James Koh, berkata sejak virus kali pertama dikenal pasti di Wuhan pada 2019, dunia melihat pelbagai mutasi COVID-19.

Katanya, gelombang terkini ialah Delta dan muncul varian lain.

"Mutasi virus perkara yang biasa. Apabila virus memasuki sel-sel di dalam badan, virus akan melepaskan bahan genetiknya ke dalam sel. Sel ini kemudiannya menggunakan bahan genetik untuk menghasilkan lebih banyak salinan virus.

"Apabila virus mereplikasi dengan pantas di dalam masyarakat, iaitu ketika penularan besar-besaran, kadang kala berlaku kesilapan semasa proses replikasi ini," katanya.

**Varian menular secara berbeza**  
Beliau berkata, apabila dipindahkan kepada lebih ramai orang, semakin tinggi kebarangkalian untuk bermutasi.

Setiap varian menular ketika ledakan wabak dalam populasi berbeza seperti di United Kingdom, Amerika Selatan dan India.

Mutasi adalah proses semula jadi dan tidak semestinya membuatkan sesuatu virus itu menjadi lebih kuat atau lebih berbahaya.

"Biasanya mutasi ini tidak memberi sebarang faedah kepada virus, tetapi dengan masa dan peluang yang cukup, mutasi boleh berlaku dan menambah keupayaan kepada virus untuk bertahan," katanya.

Ini bermakna jika tidak berjagajaga dan tidak mengawal penularan virus termasuk melalui vaksinasi dan mematuhi prosedur operasi standard (SOP), akan membiarkan pintu terbuka untuk kemunculan lebih banyak varian.

## Bagaimana virus berfungsi

Kemunculan varian Delta bermakna virus mempunyai kadar kebolehhajangan yang lebih baik melalui mutasi.

Virus perlu melekatkan dirinya pada reseptor yang ada di permukaan sel terlebih dahulu - dalam kes COVID-19, ia melekat pada sel respiratori dengan menggunakan 'spike' protein.

Sebaik melekat, virus ini akan memasuki sel dan boleh mereplikasi.

"Spike" protein pada varian Delta ini mengalami pengubahsuaian-molekularnya masuk ke dalam sel-sel dengan lebih pantas dan dengan itu lebih cepat mereplikasi, sekali gus lebih mudah menular.

Perlindungan vaksin terhadap varian Delta memang tidak sekuat perlindungan ke atas varian Alpha, Beta dan Gamma.

"Apabila vaksin diperkenalkan, ia menyasarkan kepada 'spike' protein virus yang asal dan kini dengan varian Delta 'spike' protein sudah berubah.

"Bagaimanapun, vaksin tetap memberikan perlindungan yang dapat merangsang antibodi bagi mengesan 'spike' protein varian Delta, walaupun mungkin tidak dapat menetralkan virus itu," katanya.

## Ruang udara di pejabat terbatas

Pada permulaan pandemik, pengetahuan kita berdasarkan virus hampir sama, yang kebanyakannya tersebar melalui titisan (cecair badan). Titisan ini, partikel besar yang jatuh ke tanah atau permukaan dengan cepat tidak tersebar jauh.

Menurut kajian virus akan terus terapung di udara selama tiga hingga sembilan jam.

Selain, memastikan aliran udara dan pengalihan udara yang baik, orang ramai digalakkan memakai dua helai penutup muka dan pelindung muka.

Lebih selamat berada di luar kerana udara bergerak bebas, berbanding di dalam bangunan seperti pejabat udaranya diedarkan semula.

Bagaimanapun, Prof James mengingatkan, walaupun individu sudah menerima vaksinasi penuh, mereka tetap mempunyai risiko sama untuk mendapat jangkitan virus.

"Orang yang divaksin dapat melawan jangkitan dengan lebih baik, tetapi mereka yang mempunyai komorbiditi masih berisiko untuk dimasukkan ke unit rawatan rapi (ICU).

Mengamalkan gaya hidup sihat untuk perlindungan daripada dijangkiti virus.

"Penyelidik mendapati apabila terdedah kepada varian Delta, penerima vaksin menunjukkan jumlah kesan virus sama dengan orang yang tidak divaksin," katanya.

Mengenai tempoh kebolehhajangan, di mana tempoh ini lebih singkat bagi orang sudah divaksin berbanding yang belum.

Tempoh kebolehhajangan individu

divaksin mungkin beberapa hari saja tetapi tempoh ini lebih lama berbanding tempoh lebih lama bagi individu tidak divaksin.

## Vaksin dan imuniti kelompok

Mengikut laporan 80 peratus penduduk divaksin ini akan bertindak sebagai pelindung jangkitan untuk golongan tidak boleh mendapatkan vaksin seperti penghidap penyakit tidak membenarkan mereka divaksinkan.

Untuk mengekalkan imuniti kelompok, penduduk mesti statik (berada di tempat sama).

Sebaik sahaja sempadan dibuka dan orang mula merentas negeri atau negara, nisbah yang divaksin kepada tidak divaksin akan sentiasa berubah-ubah.

"Ketika itu tidak ada cara untuk mengetahui jika kita masih mempunyai komuniti kelompok," katanya.

"Sebaiknya semua orang perlu divaksinkan. Tiada sesiapa yang boleh nyatakan mereka selamat, selain usaha pencegahan yang berpanjangan," katanya.

Tambah pula, adanya berita mengatakan antibodi menyusut selepas enam bulan daripada suntikan kedua, turut membuatkan Amerika Syarikat, Israel dan Singapura mula merancang mem-berikan suntikan penggalak kepada mereka berumur 60 tahun ke atas.

"Suntikan penggalak tidak dapat dielakkan seperti perlindungan untuk influenza dan virus lain," katanya. Hakikatnya, setidak-tidaknya individu yang divaksin cenderung memiliki kesihatan lebih baik berbanding orang tidak divaksin.

"Justeru, ramai masih teragak-agak kerana tidak pasti tentang soal keselamatan. Tidak kira sama ada sudah divaksin atau tidak.

"Buat masa ini semua perlu berhati-hati dengan orang lain yang duduk di sebelah mahupun ketika berselisih di jalanan. Terus utahi SOP sehingga kita semua sudah divaksin," katanya.



**Sebaiknya semua orang perlu divaksinkan. Tiada sesiapa yang boleh nyatakan mereka selamat, selain usaha pencegahan yang berpanjangan"**

Prof Dr James Koh

Orang yang divaksin dapat melawan jangkitan dengan lebih baik.

