

# Kenali Penyakit GONDONGAN / PAROTITIS

**PT EOS CONSULTANTS**



# Apa itu Gondongan ?

**Parotitis** atau **gondongan** adalah penyakit yang disebabkan oleh infeksi virus dari golongan *paramyxovirus* yang menyerang kelenjar liur (kelenjar parotis) di dalam mulut. Infeksi ini dapat menyebabkan pembengkakan serta rasa nyeri pada kelenjar tersebut

## Siapa saja yang diserang ?

Parotitis dapat menyerang siapa saja, tetapi umumnya lebih sering terjadi pada **anak-anak usia 5-9 tahun**

## Data Kejadian Parotitis atau Gondongan :

Angka insidensi **sebelum ditemukan Vaksin Parotitis** sebesar **85%** dengan puncak insidensi pada kelompok umur 5 - 9 tahun. **Setelah ditemukan Vaksin Parotitis** (gondongan) angka kejadian **menjadi jarang**.



## Cara Penularan :

Parotitis dapat menular melalui droplet atau percikan air ludah penderita parotitis ketika bersin atau batuk terhirup oleh orang lain. Tak hanya itu, bersentuhan langsung dengan benda-benda yang sudah terkontaminasi virus juga dapat meningkatkan risiko tertular penyakit ini.

## Gejala Parotitis :

- Demam
- Kelenjar ludah atau pipi bengkak dan terasa sakit, terutama pada saat mengunyah dan menelan
- Kelelahan
- Badan pegal-pegal
- Nyeri atau rasa tidak nyaman di telinga
- Sakit kepala
- Nafsu makan hilang

**Gejala parotitis** biasanya akan **menghilang dengan sendirinya** dalam waktu 4–8 hari. Meski demikian, penanganan medis harus tetap dilakukan untuk meredakan gejala dan mencegah terjadinya komplikasi.



## Penanganan parotitis :

Jika parotitis dialami oleh anak-anak, Anda disarankan untuk membawanya ke **dokter** sebelum memberikan obat kepada anak. Hal ini dilakukan agar tidak terjadi efek samping yang membahayakan anak.

- Memperbanyak istirahat dan mengonsumsi air putih untuk mencegah **dehidrasi** akibat demam
- Mengonsumsi makanan bertekstur lembut, seperti bubur
- Menghindari makanan yang harus sering dikunyah
- **Mengompres** pipi yang bengkak dengan air hangat atau air dingin untuk membantu meringankan rasa nyeri

## Pencegahan parotitis :

1. Memastikan anak mendapat vaksin MMR (Mumps, Measles, Rubella)
2. Budayakan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)
3. Rutin mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir.
4. Tidak berbagi peralatan mandi atau makan dengan penderita.
5. Menerapkan etika batuk, seperti menutup mulut dan hidung dengan tisu ketika batuk dan bersin.
6. Tingkatkan Imunitas Tubuh
7. Makan makanan bergizi dan seimbang
8. Lakukan aktifitas fisik secara rutin
9. Istirahat yang cukup



# SUMBER

**DINKES SALATIGA: <https://dinkes.salatiga.go.id/kenali-penyakit-gondongan-parotitis/>**

