

Elak aktiviti berat sekurangnya seminggu selepas terima suntikan vaksin COVID-19

Hafizi Rosli

Januari 20, 2022 11:40 MYT



Elak lakukan aktiviti berat serta guna pakai tenaga berlebihan selama sekurang-kurangnya seminggu selepas divaksin bagi mengelak menghadapi radang otot jantung atau miokarditis. - Gambar hiasan

KUALA LUMPUR: Elak lakukan aktiviti berat serta guna pakai tenaga berlebihan selama sekurang-kurangnya seminggu selepas divaksin bagi mengelak menghadapi radang otot jantung atau miokarditis.

Jelas Pakar Perunding Pediatrik dan Kardiologi, Persatuan Pediatrik Malaysia, Datuk Dr Zulkifli Ismail, seperti jangkitan penyakit lain, vaksin seperti jangkitan virus akan menyerang organ yang paling aktif dan apabila beriadah, jantung menjadi sasaran dan boleh membawa risiko kegagalan fungsi jantung.

Penyakit ini boleh merisikokan golongan dewasa, remaja mahupun kanak-kanak.

"Miokarditis boleh berlaku apabila seseorang melakukan aktiviti berlebihan selepas vaksin. Jika tidak sihat seperti demam, selesema dan melakukan aktiviti berat itu, virus akan menyerang organ yang aktif.

"Ketika melakukan aktiviti berat itu organ paling aktif adalah jantung," jelasnya dalam program AWANI Pagi pada Khamis.

Tambah Dr Zulkifli, beberapa panduan perlu diikuti sebelum dan selepas mengambil vaksin termasuk bagi semua golongan antaranya pastikan mereka sihat sebelum mengambil vaksin.

Tempoh selepas divaksin adalah paling penting dengan memastikan mereka mendapat rehat yang mencukupi.

Antara simptom yang boleh dikesan sekiranya mengalami miokarditis adalah seperti sakit dada, jantung berdebar laju serta demam.

Jesterus rawatan segera diperlukan bagi mengelak komplikasi lebih termasuk serangan jantung dan strok.