Hari Hepatitis Sedunia: Kenali, Cegah, dan Lawan Hepatitis

Setiap tanggal 28 Juli, dunia memperingati Hari Hepatitis Sedunia. Tujuannya adalah untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang bahaya hepatitis, yaitu penyakit yang menyerang hati. Hepatitis bisa disebabkan oleh virus, konsumsi alkohol berlebihan, atau penggunaan obat-obatan tertentu.

Ada beberapa jenis hepatitis, seperti hepatitis A, B, dan C. Gejalanya bisa berupa lemas, mual, kulit dan mata menguning, serta nyeri di perut. Namun, banyak orang yang tidak merasakan gejala apa pun sehingga sering tidak sadar sudah terinfeksi.

Pencegahan hepatitis sangat penting. Cara yang bisa dilakukan antara lain dengan menjaga kebersihan makanan dan minuman, tidak berbagi jarum suntik, serta melakukan vaksinasi hepatitis, terutama untuk hepatitis B. Selain itu, hindari perilaku berisiko seperti hubungan seksual tidak aman.

Jika Anda merasa berisiko atau mengalami gejala hepatitis, segera periksakan diri ke dokter. Dengan deteksi dini dan pengobatan yang tepat, hepatitis bisa dikendalikan dan dicegah penularannya.

Mari kita jaga kesehatan hati kita dan dukung upaya pencegahan hepatitis untuk hidup yang lebih sehat!