

Jika “Kenalan/teman Anda positif terinfeksi COVID-19” atau “Teman makan bersama Anda positif terinfeksi COVID-19”, dan Anda merasa khawatir, berikut daftar untuk memastikan apakah Anda terinfeksi COVID-19:

Pertama-tama pastikan pada penderita COVID-19

<Hal yang dipastikan pada penderita COVID-19>

✓ Kapan gejala mulai muncul → tanggal : _____ bulan : _____

Tanyakan tanggal pemeriksaan, jika merupakan kasus konfirmasi tanpa gejala (asimtomatik)

✓ Tanggal pemeriksaan → tanggal : _____ bulan : _____

↓ Setelah memastikan, lanjutkan ke ①

① Perkiraan kapan terinfeksi COVID-19

Untuk Kasus konfirmasi dengan gejala (simptomatik):

→ Dua hari sebelum (tanggal: _____ bulan: _____) gejala mulai muncul (tanggal: _____ bulan: _____)

Untuk Kasus konfirmasi tanpa gejala (asimptomatik):

→ Dua hari sebelum (tanggal: _____ bulan: _____) tes PCR/swab/dll (tanggal: _____ bulan: _____)

② Apakah Anda pernah bertemu dengan penderita dalam masa perkiraan terinfeksi COVID-19?

Tidak →

Kemungkinan kecil Anda terinfeksi COVID-19. Daftar pemeriksaan sampai di sini saja. Tetaplah waspada dan menjalankan seluruh tindakan preventif COVID-19

↓ Ya, lanjutkan ke ③

③ Bagaimana situasi dan kondisi pada saat bertemu?

Tidak ↑

- Anda dan penderita COVID-19 tidak mengenakan masker (*mask*), berada dalam jarak sentuhan tangan (± 1 m) selama ≥ 15 menit.
- Penderita COVID-19 tidak mengenakan masker (*mask*), berada dalam jarak sentuhan tangan (± 1 m) selama ≥ 15 menit.

↓ Walaupun hanya memenuhi salah satu kondisi, lanjutkan ke ④

④ Aktivitas yang dilakukan saat bertemu (situasi dan kondisi kontak):

Tidak ↑

- Bercakap-cakap
- Makan-minum
- Berada dalam ruangan berventilasi buruk
- Merokok
- Karaoke
- Berada dalam satu mobil/kendaraan

↓ Walaupun hanya memenuhi salah satu kondisi, lanjutkan:

Kemungkinan Anda terinfeksi COVID-19
(Kasus suspek)

Lanjutkan ke halaman berikutnya.

Bagi Anda yang merupakan “Kemungkinan Terinfeksi COVID-19 (Kasus suspek)”

Lakukanlah karantina mandiri, dll yang merupakan tindakan preventif dan kuratif yang diperlukan selama 3 hari, terhitung dari hari berikutnya setelah hari terakhir pertemuan dengan penderita COVID-19.

Hari terakhir pertemuan.	Hari ke-1	Hari ke-2	Hari ke-3
Bln : Tgl:	Bln : Tgl:	Bln : Tgl:	Bln : Tgl:
Hari ke-4	Hari ke-5	✂Jangan lupa mencatat tanggal di samping!	
Bln : Tgl:	Bln : Tgl:		

Sampai pada hari ke-5,

- Ukurlah suhu tubuh setiap hari, perhatikan keadaan kesehatan Anda, pakailah masker (*mask*) dengan baik dan benar, cucilah tangan dengan baik dan benar, dll, dan lakukanlah selalu tindakan-tindakan dasar preventif.
- Hindarilah pertemuan dengan orang-orang, mengunjungi tempat umum untuk makan minum, dll, yang beresiko tinggi menularkan COVID-19.

Jika Anda mengalami demam, dll. Yang merupakan gejala COVID-19:

- Segera telepon dan konsultasikan dengan dokter terdekat Anda.
- Jika tidak ada dokter terdekat, hubungi Konsultasi Medis (*Jushin*)/ Pusat Konsultasi (*Sōdan sentā*) [☎ 0954-69-1102] setiap hari, pukul: 6:00 s/d 22:00.

Kontak informasi:

○Konsultasi Medis/ Pusat Konsultasi (*Jushin/ Sōdan Sentā*)

Melayani konsultasi Kontak Erat COVID-19, dan segala konsultasi yang berhubungan dengan COVID-19.

[☎ 0954-69-1103] melayani setiap hari, pukul: 6:00 s/d 22:00.

○Melayani konsultasi dan merujuk rumah sakit dalam bahasa asing (21 bahasa).

[☎ 092-687-5535] melayani setiap hari, pukul 6:00 s/d 22:00.