

Mengenai Penyakit Infeksi Virus Corona (COVID-19)

■Apa itu penyakit infeksi virus Corona?

Virus Corona (COVID-19) adalah virus jenis baru yang menyerang sistem pernapasan. Pertama kali dilaporkan muncul di kota Wuhan, Provinsi Hubei, Cina pada Desember 2019. Dengan gejala seperti batuk, demam, sesak nafas, hingga radang paru-paru. Virus tersebut menular melalui infeksi droplet (percikan bersin atau batuk) atau infeksi kontak.

■Jika ada gejala seperti disebutkan di atas, silahkan hubungi "Pusat Konsultasi bagi Pemulangan, Kontak dengan Positif Corona"

- Jika ada gejala flu atau demam dengan suhu badan lebih dari 37.5°C, berturut-turut lebih dari 4 hari (atau 2 hari bagi lansia atau bagi yang mempunyai penyakit bawaan).
- Jika sangat lemah (merasa lemah) atau susah bernapas (sesak napas).

Setelah konsultasi di Pusat Konsultasi dan diduga positif terinfeksi virus Corona, maka akan segera dirujuk ke Instansi Medis Khusus. Ketika berkunjung, HARAP mengenakan masker dan sedapat mungkin TIDAK menggunakan transportasi umum.

■Cara pencegahan dan menghindari infeksi

Jika ada gejala flu seperti demam, dianjurkan untuk tidak masuk sekolah atau kantor.

Pencegahan yang dapat dilakukan perorangan.

- Cuci tangan dan kumur-kumur ketika pulang dari bepergian.
- Bersihkan seluruh tangan dan jari menggunakan antiseptik alkohol.
- Hindari pergi ke tempat orang banyak berkumpul.
- Usahakan menjaga suhu ruangan stabil.
- Hidup teratur dan istirahat yang cukup.
- Makan makanan bergizi seimbang dan minum yang cukup.



Pencegahan untuk menghindari penyebaran infeksi dengan cara "etika bersin/batuk"

- Memakai masker jika ada gejala seperti batuk dan/atau bersin.
- Menutup mulut dan hidung dengan tissue, sapu tangan atau lengan baju saat ingin batuk atau bersin, jika tidak tersedia masker.



Informasi mengenai virus Corona dalam beberapa bahasa (bahasa Jepang sederhana, Inggris)

<http://www.spira.or.jp/topic/corona>

Menerima konsultasi virus Corona melalui telepon

No. telepon **092-687-5535** Hari dan tanggal konsultasi **Buka 24 jam**
Senin ~ Minggu (7 hari/ minggu)

Bahasa yang dipergunakan **Inggris**, **中文** (Mandarin), **한국어** (Korea), **Tiê'ng Viê't** (Vietnam), **Bahasa Melayu** (Malaysia), **नेपाली** (Nepal), **Tagalog** (Philipina), **Bahasa Indonesia** (Indonesia), **Português** (Portugis), **Le français** (Perancis), **Español** (Spanyol), **Русский язык** (Rusia), **Italiano** (Italia), **Deutsch** (Jerman), **ภาษาไทย** (Thailand), **မြန်မာဘာသာ** (Birma), **ភាសាខ្មែរ** (Kamboja), **Монгол** (Mongolia)

Cara Mencuci Tangan yang Baik dan Benar

Gunakan sabun dan cucilah sesuai dengan petunjuk di bawah ini

<p style="background-color: #ffe6e6; padding: 2px;">Persiapan sebelum mencuci tangan</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆Apakah kuku sudah dipotong pendek? ◆Apakah cincin dan jam telah dilepas? <p style="color: blue; font-weight: bold;">Check !</p> 		<p style="background-color: #ffe6e6; padding: 2px;">Daerah yang masih ada kotoran</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆Ujung-ujung jari ◆Sela-sela jari ◆Ibu jari ◆Pergelangan tangan ◆Garis-garis kerutan tangan
<p>(1) Gunakan sabun dan gosok di telapak tangan</p> 	<p>(2) Gosoklah punggung tangan</p> 	
<p>(3) Gosoklah ujung-ujung jari dan sela-sela kuku</p> 	<p>(4) Gosoklah sela-sela jari</p> 	
<p>(5) Gosoklah ibu jari dengan memutar ibu jari dan telapak tangan seperti gambar</p> 	<p>(6) Jangan lupa menggosok pergelangan tangan</p> 	
<p style="color: magenta; font-weight: bold;">Bilashlah tangan dengan bersih sampai TIDAK ada sisa sabun, lalu dikeringkan tangan dengan menggunakan handuk kering dan bersih.</p>		