

Pencegahan Penyakit Infeksi Virus Corona dan Influenza

Sampai saat ini informasi mengenai virus corona yang terbaru memiliki karakteristik yang sama dengan virus influenza. Pencegahan hampir sama dengan virus influenza.

【Pencegahan Infeksi Dasar】

- **Sering lakukan cuci tangan**
- **Meningkatkan daya tahan tubuh, mengatur pola hidup. (menjaga keseimbangan gizi, waktu tidur yang cukup)**
- **Bagi orang yang memiliki gejala batuk, sebaiknya menggunakan masker dan mengetahui cara batuk yang benar.**
- **Pasien yang memiliki penyakit bawaan seperti Diabetas melitus, harus bisa melakukan pengontrolan diri.**
- **Sebisa mungkin hindari tempat yang banyak orang. Bila tidak perlu,sebaiknya tidak melakukan perjalanan ke luar negri.**

Penanganan secara medis untuk virus corona yang terbaru di Indonesia hampir sama dengan di Jepang.

Dalam 14 hari sebelumnya melakukan perjalanan ke seluruh wilayah di china, memiliki kontak langsung dengan orang dengan gejala virus corona dan saat kembali ke Indonesia, orang tersebut memiliki suhu tubuh di atas 37.5°C, atau tanpa demam namun disertai gejala gangguan pernafasan.



Tolong hubungi klinik kami segera

Setelah dokter melakukan anamnesa, apabila diperlukan akan disarankan untuk ke rumah sakit yang telah ditentukan oleh pemerintah untuk dilakukan pemeriksaan virus corona

Meskipun merasa khawatir, jika tidak ada tanda dan gejala, pemeriksaan virus corona tidak dapat dilakukan.

Karena itu hal yang penting untuk menjaga fungsi klinik dan rumah sakit umum, mohon tolong dimengerti.

◆ **Virus corona terbaru adalah infeksi kontak langsung dan infeksi droplet.**

Pasien yang terinfeksi virus corona, saat batuk dan bersin, virus akan tersebar sejauh 1-2 m dan virus tersebut akan masuk ke dalam tubuh manusia. Virus itu tidak menyebar ke orang dengan kontak jarak jauh.

Karena penyebaran percikan virus itu akan menempel pada gagang pintu dan meja, oleh karena itu apabila menyentuh daerah tersebut akan dapat memperluas infeksi. Virus itu akan mudah masuk ke dalam tubuh melalui hidung dan mulut dengan tangan. Oleh karena itu sangat penting untuk menjaga kebersihan tangan sendiri.

- ✓ Virus corona akan sangat mudah mati pada lingkungan yang suhunya hangat atau suhu panas, dan virus corona tidak akan bertahan hidup lama di luar tubuh makhluk hidup.
Oleh sebab itu, disarankan untuk tetap menjaga kebersihan lingkungan (alat alat rumah tangga dan gagang pintu) dengan antiseptik alcohol.
- ✓ Pada saat tidak bisa mencuci tangan, sebagai penggantinya perlu membersihkan tangan dengan alcohol spray (gel)
- ✓ Dari WHO dan Menteri Kesehatan Jepang disarankan untuk sering cuci tangan.

Pergunakan masker dengan benar

Masker sekali pakai yang biasa digunakan disebut masker bedah. Masker bedah ini sudah cukup.

Hal yang perlu diperhatikan adalah penggunaan masker yang salah dapat meningkatkan resiko terjadinya infeksi.

- ✓ **Saat Anda batuk dan bersin, gunakan masker untuk mencegah penyakit infeksi disekitar lingkungan Anda.**

Masker ini efektif dalam mencegah serbuk sari dan debu dari luar, akan tetapi karena virus ini sangat kecil sehingga bisa melewati serat-serat dari masker.

Staf klinik dan Lembaga medis lainnya akan menggunakan masker saat berbicara dengan pasien.

Tolong gunakan masker saat Anda datang ke klinik jika Anda memiliki gejala batuk.



【Cara menggunakan masker yang benar】

1. Sebelum menggunakan masker sebaiknya cuci tangan.
2. Tekuk bagian keras masker, agar menempel erat di hidung karena virus bisa masuk ke dalam masker lewat sela-sela hidung.
3. Buka lipatan masker dengan meregangkan ke bawah, dan tutup hidung, mulut, sampai dagu secara tepat.
4. Dilarang keras menggunakan masker hanya di dagu. Dengan menggunakan masker di dagu, virus yang menempel di muka akan masuk ke dalam masker, dan virus itu akan masuk melalui hidung dan mulut.
5. Tolong tangan jangan sampai menyentuh permukaan masker, ketika Anda sedang menggunakan masker. Saat Anda tidak sengaja menyentuh permukaan masker, tolong cuci tangan. Hal yang perlu di ketahui, tangan Anda dan permukaan masker adalah tempat yang paling kotor.
6. Pada dasarnya masker sekali pakai langsung dibuang, tolong jangan gunakan lagi masker yang sudah dipakai.

【Cara melepas masker yang tepat】

1. Tanpa menyentuh permukaan masker, lepas masker hanya dengan memegang tali masker, dan buang langsung ke tempat sampah yang ada tutupnya.
 2. Setelah membuang masker, cucilah tangan dengan bersih.
- ✓ Masker N95 adalah masker khusus partikel halus yang digunakan oleh tim medis pada saat kontak dekat dengan pasien. Masker ini tidak digunakan dalam jangka waktu yang lama, karena dapat menyebabkan susah bernafas. Bagi orang umum masker ini tidak perlu digunakan sebagai alat pelindung.

Jangan panik apabila Anda sedang tidak membawa masker ditangan.
Mari lakukan pencegahan infeksi dasar.

Apabila ada hal yang ingin ditanyakan boleh menghubungi
KAIKOUKAI CLINIC SENAYAN.

Silahkan menghubungi : info@kaikou.co.id