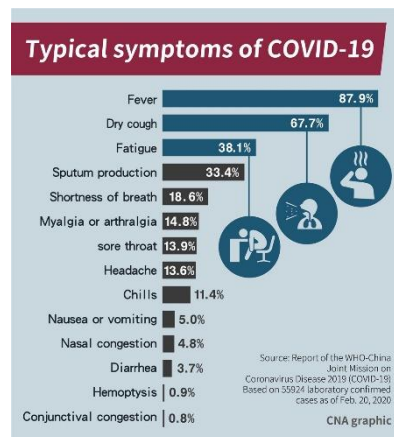


## WASPADA CORONAVIRUS (COVID-19)

Coronavirus adalah keluarga besar virus yang menyebabkan penyakit mulai dari gejala ringan sampai berat. Ada setidaknya dua jenis coronavirus yang diketahui menyebabkan penyakit yang dapat menimbulkan gejala berat seperti *Middle East Respiratory Syndrome (MERS)* dan *Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS)*. Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) adalah penyakit jenis baru yang belum pernah diidentifikasi sebelumnya pada manusia. Virus penyebab COVID-19 ini dinamakan Sars-Cov-2.



Tanda dan gejala umum infeksi COVID-19 antara lain gejala gangguan pernapasan akut seperti demam, batuk, dan sesak napas. Masa inkubasi rata-rata 5-6 hari dengan masa inkubasi terpanjang 14 hari. Pada kasus COVID-19 yang berat dapat menyebabkan pneumonia, sindrom pernapasan akut, gagal ginjal, dan bahkan kematian. Tanda-tanda dan gejala klinis yang dilaporkan pada sebagian besar kasus adalah demam, dengan beberapa kasus mengalami kesulitan bernapas, dan hasil rontgen menunjukkan infiltrat pneumonia luas di kedua paru. Sejak 30 Desember 2019 sampai 1 April 2020 pukul 15.53 WIB, terdapat 1.677 kasus konfirmasi positif COVID-19 (103 sembuh dan 157 meninggal).

Berdasarkan bukti yang tersedia, COVID-19 ditularkan melalui kontak dekat dan droplet, bukan melalui transmisi udara. Adapun 3 hal yang harus kita ketahui mengenai COVID-19;



### 1. Ketahui cara mengurangi risiko

- sering cuci tangan pakai sabun dan air adalah pertahanan pertama dari virus corona;
- menghindari menyentuh mata, hidung, dan mulut;
- terapkan etika batuk atau bersin dengan menutup hidung dan mulut dengan lengan atas bagian dalam atau tisu, lalu buanglah tisu ke tempat sampah;
- pakailah masker medis jika memiliki gejala pernapasan dan melakukan kebersihan tangan setelah membuang masker;
- menjaga jarak (minimal 1 meter).

### 2. Ketahui informasi yang benar



Virus Corona adalah penyakit baru dan para ahli masih terus meneliti sejauh mana keganasan dan tingkat penyebarannya. Informasi berubah cepat dan banyak hoax beredar di masyarakat. Ikuti selalu informasi terbaru dari para ahli yang kredibel.

### 3. Ketahui apa yang perlu dilakukan bila sakit



Gejala utama infeksi virus corona adalah demam, batuk dan sesak napas. Gejala-gejala yang dialami biasanya bersifat ringan dan muncul secara bertahap. Namun bila mengalaminya, tidak berarti Anda terkena virus corona karena gejala-gejala itu mirip dengan flu biasa. Sebagian besar orang yang terinfeksi virus corona akhirnya sembuh. Kelompok lansia (lanjut usia) dan mereka yang memiliki masalah kesehatan memiliki risiko yang lebih besar. Segera kontak sarana kesehatan untuk konsultasikan lebih lanjut.

- Kelompok lansia (lanjut usia) dan orang dengan masalah kesehatan menahun (kronis) seperti penyakit jantung, diabetes dan penyakit paru berisiko mengalami sakit yang serius.
- Jika Anda merasa tidak sehat, demam, lelah dan batuk kering, istirahatlah yang cukup di rumah dan cukup minum. Bila keluhan berlanjut, atau disertai dengan kesulitan bernapas (sesak atau napas cepat), segera berobat ke fasilitas pelayanan kesehatan.
- Jaga jarak setidaknya 1 meter dari anggota rumah tangga lainnya
- Pada saat berobat ke fasilitas layanan kesehatan gunakan masker. Ikuti etika batuk/bersin yang benar dengan menutup mulut dan hidung dengan siku terlipat atau tisu yang langsung dibuang ke tempat sampah tertutup.

#### Di fasilitas layanan kesehatan

- Tenaga kesehatan (nakes) di fasyankes akan melakukan screening suspect. Jika memenuhi kriteria suspek virus corona (COVID-19), Anda akan dirujuk ke salah satu rumah sakit (RS) rujukan yang siap menanganani COVID-19.
- Jika tidak memenuhi kriteria suspek, Anda akan dirawat inap atau rawat jalan tergantung diagnosa dan keputusan dokter.

**Jika Anda Sehat**, namun jika dalam 14 hari terakhir Anda melakukan perjalanan ke negara terjangkit COVID-19 atau merasa pernah kontak dengan penderita:

Segera **Hubungi Hotline Center Corona 119 ext 9.**



Pedoman Pencegahan dan Pengendalian Coronavirus Disease (COVID-19) (revisi keempat)

<https://www.covid19.go.id/3-langkah-penting/>

<https://covid19.kemkes.go.id/situasi-infeksi-emerging/info-corona-virus/situasi-terkini-perkembangan-coronavirus-disease-covid-19-1-april-2020/>

<https://www.covid19.go.id/portfolio-items/3-hal-yang-harus-diketahui-seputar-covid-19/>