

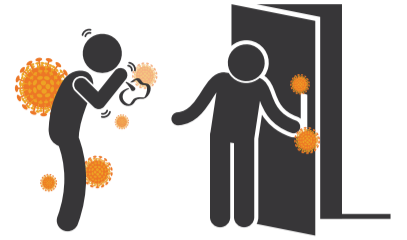
# CORONAVIRUS DISEASE 2019 (COVID-19)

## PERLU UNTUK KITA KETAHUI

Disebabkan oleh virus baru;  
situasi masih terus berkembang.

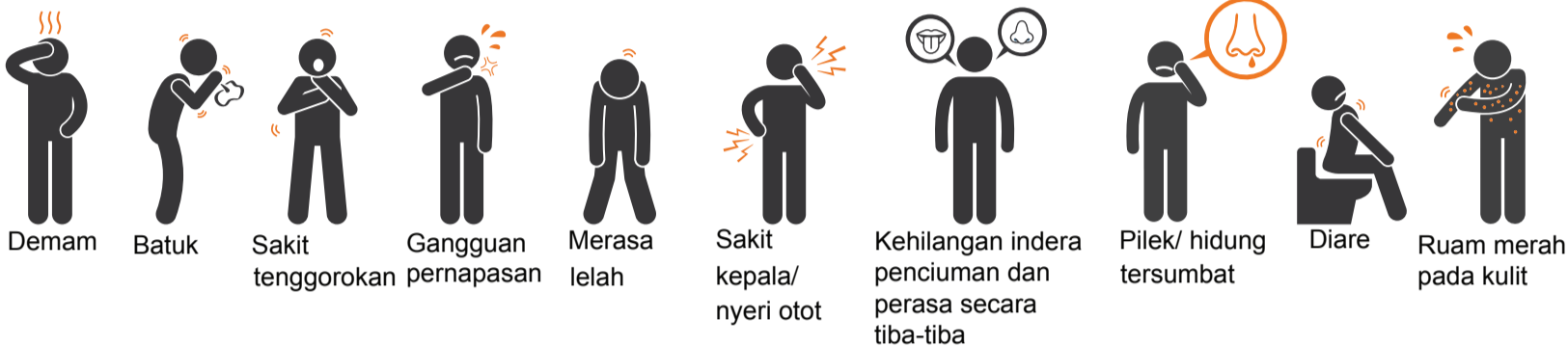
### PENULARAN

- Menyebarkan di antara orang-orang yang melakukan kontak erat.
- Orang-orang yang terinfeksi mengeluarkan **droplet (percikan)** ketika mereka berbicara, batuk atau bersin. Droplet ini dapat masuk ke mata / hidung / mulut Anda.
- Droplet tersebut dapat berpindah ke tangan kita ketika kita menyentuh **benda yang terkontaminasi**. Jika kemudian kita menyentuh area wajah dengan tangan terkontaminasi tersebut, maka virus dapat masuk ke tubuh melalui hidung / mata / mulut
- Droplet (percikan) yang sudah terinfeksi dapat **terhirup**
- Orang yang terinfeksi dan memiliki gejala **ringan atau bahkan tanpa gejala** masih dapat menyebarkan COVID-19



### GEJALA KLINIS

Beberapa orang mungkin tidak memiliki gejala apapun namun masih dapat menyebarkan virus



Sebagian kasus bersifat **RINGAN**, namun beberapa kasus dapat menjadi **PARAH** bahkan dapat menyebabkan kematian.

Jika Anda telah terpapar virus atau memiliki gejala, **ikuti prosedur daerah setempat** mengenai karantina/ isolasi mandiri/ mencari bantuan medis.



### TIPS PENCEGAHAN



**Pakai masker** (atau kain penutup hidung dan mulut) ketika berada di area publik, terutama:

- Saat bertatap muka dengan orang lain.
- Saat tidak dapat menjaga jarak 1-2 m (3-6 kaki) dari orang lain.
- Saat berada di fasilitas pelayanan kesehatan
- Saat batuk atau bersin
- Saat merawat orang sakit
- Bila Anda termasuk ke dalam kelompok berisiko tinggi

**Vaksin flu** – tidak dapat mencegah seseorang terinfeksi virus korona namun dapat melindungi seseorang dari virus flu dan mencegah kerancuan gejala flu dan COVID-19.



#### Mengurangi penularan virus:

- Jika Anda memiliki gejala walaupun hanya gejala ringan, tetap tinggal di rumah dan cari saran medis. Ikuti panduan daerah setempat.
- Seringlah mencuci tangan Anda. Gunakan cairan pembersih tangan berbasis alkohol jika tidak tersedia sabun dan air
- Jika Anda batuk dan bersin, tutuplah dengan siku, jangan menggunakan tangan
- Hindari menyentuh wajah Anda (mata, hidung dan mulut) – terutama setelah Anda menyentuh barang-barang yang sering disentuh orang lain (seperti pegangan tangga, gagang pintu)
- Jangan berbagi makanan, minuman dan barang pribadi termasuk ponsel.
- Bersihkan dan disinfeksi permukaan yang sering disentuh.
- Jangan berpergian bila Anda sakit.

#### Hindari potensi paparan:

- Sebisa mungkin, tetap tinggal di rumah saja.
- Di tempat umum, jaga jarak 1-2 meter (3-6 kaki) dari orang lain. Hindari tempat ramai.
- Jangan memeluk, mencium atau berjabat tangan saat menyapa orang lain.
- Persingkat interaksi tatap muka.
- Jaga jarak dari orang sakit. Hindari paparan batuk atau bersin dari orang lain.
- Hindari fasilitas kesehatan kecuali Anda membutuhkan layanan medis
- Sebisa mungkin, gunakan kendaraan pribadi.
- Kurangi pertemuan langsung dengan teman dan keluarga

**PENANGANAN:** Tidak ada pengobatan khusus. Terapi suportif akan membantu meringankan gejala.

Saat ini **belum tersedia** vaksin untuk mencegah COVID-19.



**Dapatkan berita dan informasi terkini dari situs pandemi International SOS:**  
<https://pandemic.internationalsos.com/2019-ncov>

Infografik ini dikembangkan untuk keperluan edukasi semata dan benar pada saat dipublikasikan. Ini bukan merupakan pengganti saran medis profesional. Jika Anda memiliki pertanyaan atau kekhawatiran terkait topik dimaksud, silakan konsultasikan dengan tenaga kesehatan Anda.

pindai kode QR untuk menonton video  
COVID-19 Top 10 Preventative Measures  
atau kunjungi: <https://vimeo.com/442298528>

