

PENCEGAHAN

PENCEGAHAN PENYEBARAN/ PENULARAN PENYAKIT CORONA VIRUS :

- Cuci tangan pakai sabun dengan air mengalir atau pembersih tangan /hand sanitizer terutama setelah kontak langsung dengan orang sakit atau lingkungan orang sakit
- Etika batuk(ingatkan kepada orang dengan gejala infeksi saluran pernafasan harus menerapkan etika batuk,yakni jaga jarak dengan orang lain(minimal satu meter) atau menutup mulut dan hidung dengan saputangan,tissue atau lengan baju bagian dalam saat batuk atau bersin
- Hati-hati kontak dengan hewan
- Jangan makan daging yang tidak dimasak(masaklah daging dan telur sampai matang/dimasak sempurna)
- Makan makanan bergizi seimbang Istirahat yang cukup dan rajin berolahraga/minimal 30 menit sehari

BEDA BATUK, PILEK, ALERGI, DAN GEJALA VIRUS CORONA

Beberapa orang sulit membedakan antara gejala virus corona dengan batuk pilek biasa maupun alergi. Ketiga gejala gangguan kesehatan tersebut memiliki karakteristik yang berbeda-beda. Berikut penjelasannya.

BEDA BATUK BIASA DENGAN GEJALA VIRUS CORONA

BATUK BIASA	GEJALA VIRUS CORONA
<ul style="list-style-type: none"> • Tidak semua batuk kering atau berdahak merupakan gejala virus corona. • Batuk kering bisa jadi tanda iritasi atau radang di tenggorokan. • Batuk berdahak bisa jadi gejala salesma, alergi, bronkitis, mau pun pneumonia. 	<ul style="list-style-type: none"> • Menurut WHO, sekitar dua pertiga pasien atau 67,7 persen pasien Covid-19 yang terinfeksi virus corona mengalami gejala batuk kering. Sisanya batuk berdahak. • Perlu jadi perhatian, ketika pasien mengalami batuk disertai demam.

**Apa pun penyebab batuk, pasien yang merasakan gejala batuk tak kunjung sembuh wajib berkonsultasi ke dokter.*

BEDA PILEK, ALERGI DENGAN GEJALA VIRUS CORONA

PILEK DAN ALERGI	GEJALA VIRUS CORONA
<ul style="list-style-type: none"> • Pilek biasa dan alergi biasanya disertai bersin, mata gatal, dan terkadang batuk. • Pilek yang disertai sakit tenggorokan adalah tanda khas infeksi saluran pernapasan atas. 	<ul style="list-style-type: none"> • Hanya lima persen penderita infeksi virus corona pertama di China yang menunjukkan gejala pilek dan hidung tersumbat. • Penderita infeksi virus corona umumnya mengalami gangguan pernapasan bagian bawah. Sebagian besar penderita mengalami batuk kering, sesak napas, tetapi tidak disertai sakit tenggorokan.



NTT WASPADA



UNIT PROMOSI KESEHATAN
RSUD PROF.DR.W.Z.JOHANNES KUPANG
2020

KETAHUI...

PENYAKIT CORONA VIRUS

PENYAKIT CORONA VIRUS

merupakan Penyakit Infeksi Manular yang menyerang saluran pernafasan. Penyakit ini merupakan penyakit yang baru dikenal / ditemukan di negara china dan baru di umumkan secara resmi oleh badan kesehatan dunia (WHO) pada tanggal 31 desember 2019. Sejak itu penyakit ini terus berkembang dan banyak menimbulkan kematian penduduk china SERTA sekarang mulai menyebar ke negara negara lain



Gbr.virus corona

PENYEBAB

1. Sejenis virus yang dinamakan "NOVEL CORONA VIRUS", jadi penyakit ini dinamakan sesuai dengan penyebab penyakitnya.
2. Virus corona adalah zoonosis(ditularkan antara hewan dan manusia), tapi bila manusia sudah terkena maka dapat ditularkan juga dari manusia ke manusia

JAGA DIRI DAN KELUARGA ANDA DARI PENYAKIT CORONA VIRUS(COVID 19)

TANDA DAN GEJALA

Gejala penyakit corona virus ini biasanya mulai muncul dalam 2 hari sampai 14 hari setelah terpapar,dari gejala ringan sampai berkembang menjadi berat dan mengakibatkan kematian bila tak segera ditangani.



Tanda Dan Gejala Umum penyakit-corona (menurut WHO/organisasi kesehatan dunia),yakni :

1. Batuk Kering terus menerus(67,7% kasus),sisanya kadang mengalami batuk berdahak.
2. Demam
3. Letih, Lesu,nyeri otot/badan pegal pegal
4. Sulit Bernafas/sesak nafas

Pada kasus yang parah,dapat mengakibatkan pneumonia/radang paru-paru,gangguan pernafasan berat,gagal ginjal bahkan kematian

PENANGANAN

1. Merupakan penyakit yang bisa sembuh sendiri(self limited disease) dengan menjaga/ meningkatkan daya tahan tubuh,yakni tingkatkan makan yang bergizi(terutama protein dari ikan/ telur/tempe/tahukacang ijo/ daging,)vitamin C/vitamin E dari sayuran dan buah serta vitamin D dari sinar matahari pagi/ultraviolet B sekitar jam 10.00 sampai jam 11.00 (menurut studi dari Georgetown university medical centre, amerika serikat),istirahat cukup dan berolahraga.
2. Berikan terapi/obat-obatan sesuai gejala yang muncul
3. Minum banyak cairan