

## Mengenai Penyakit Infeksi Virus Corona Baru

### ■Apa itu penyakit infeksi virus Corona baru?

Penyakit infeksi sistem pernapasan yang berhubungan dengan Virus Corona yang baru (COVID-19) yang telah dilaporkan munculnya di Provinsi Hubei, Republik Rakyat Tiongkok pada Desember 2019. Dilaporkan gejalanya seperti batuk, demam maupun terjadinya radang paru-paru. Virus tersebut dipikirkan menular melalui infeksi droplet atau infeksi kontak.

- Hubungilah ke Pusat Kesehatan Masyarakat sebelumnya jika ada gejala batuk, demam dan lain-lain. (37.5°C~, 4days~)
- Pergilah ke instansi medis dengan memakai masker dengan mengikuti petunjuk Pusat Kesehatan Masyarakat.

### ■Pentingnya pencegahan infeksi dan memberhentikan penyebaran infeksi oleh masing-masing orang

#### Tindakan pencegahan yang bisa dilakukan masing-masing

- Usahakan untuk mencuci tangan dan kumur-kumur setelah pulang dari luar.
- Membersihkan tangan dan jari-jari dengan menggunakan antiseptik alkohol.
- Tidak pergi ke tempat yang banyak orang berkumpul.
- Usahakan menjaga suhu yang sesuai dan ventilasi udara di kamar.
- Mengatur kehidupan sehari-hari secara teratur dan beristirahat yang cukup.
- Perhatikan untuk makanan yang gizinya seimbang dan minum air secukupnya.



#### Tindakan pencegahan agar tidak menyebarkan infeksi dengan cara “etika ketika batuk”

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



### Informasi mengenai virus Corona baru dalam multi bahasa

[http://www.spira.or.jp/topic/corona\\_](http://www.spira.or.jp/topic/corona_)



### Menerima konsultasi telepon mengenai virus Corona Baru

No. telepon	<b>092-687-5535</b>	Hari dan tanggal konsultasi	24H 7 days
-------------	---------------------	-----------------------------	---------------

Bahasa yang bisa digunakan

**English**(<sup>えいご</sup>英語)、**中文**(<sup>ちゅうごくご</sup>中国語)、**한국어**(<sup>かんこくご</sup>韓国語)、**Tiê'ng Viê't**(<sup>ていんぎやう</sup>ベトナム語)、**Bahasa Melayu**(<sup>マレー語</sup>マレー語)、**नेपाली**(<sup>ネパール語</sup>ネパール語)、**Tagalog**(<sup>タガログ語</sup>タガログ語)、**Bahasa Indonesia**(<sup>インドネシア語</sup>インドネシア語)、**Português**(<sup>ポルトガル語</sup>ポルトガル語)、**Le français**(<sup>フランス語</sup>フランス語)、**Español**(<sup>スペイン語</sup>スペイン語)、**Русский язык**(<sup>ロシア語</sup>ロシア語)、**Italiano**(<sup>イタリア語</sup>イタリア語)、**Deutsch**(<sup>ドイツ語</sup>ドイツ語)、**ภาษาไทย**(<sup>タイ語</sup>タイ語)、**မြန်မာဘာသာ**(<sup>ミャンマー語</sup>ミャンマー語)、**ភាសាខ្មែរ**(<sup>クメール語</sup>クメール語)、**Монгол**(<sup>モンゴル語</sup>モンゴル語)

# Marilah Mencuci Tangan

Menggunakan sabun, mencuci dengan mengikuti petunjuk di bawah ini

<p><b>Persiapan sebelum mencuci tangan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆Apakah kuku sudah dipotong pendek ?</li> <li>◆Apakah cincin dan jam telah dicopot ?</li> </ul> <p><b>Check !</b></p> 		<p><b>Daerah yang masih ada kotoran</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆Ujung jari</li> <li>◆Di antara jari</li> <li>◆Di sekeliling jari jempol</li> <li>◆Lengan tangan</li> <li>◆Garis kerutan tangan</li> </ul>
<p><b>(1) Gunakanlah sabun, menggosok telapak tangan</b></p>	<p><b>(2) Menggosok dengan memanjangkan tangan bagian atas</b></p>	
		
<p><b>(3) Ujung jari dan di antara kuku-kuku dengan hati-hati digosok</b></p>	<p><b>(4) Di antara jari-jari di cuci</b></p>	
		
<p><b>(5) Mencuci dengan memutar jari jempol dan telapak tangan</b></p>	<p><b>(6) Jangan lupa mencuci pergelangan tangan</b></p>	
		
<p><b>Di cuci jangan sampai ada sisa sabun, kemudian dikeringkan dengan menggunakan handuk yang bersih.</b></p>		