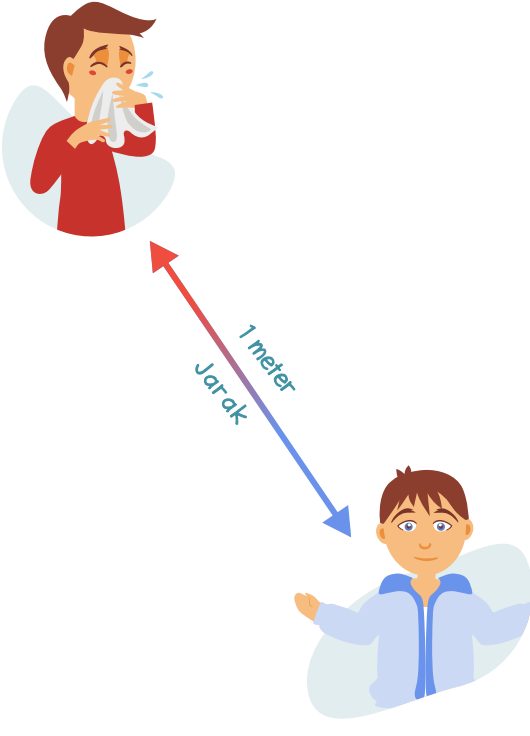
Fakta Virus Corona yang Harus Kalian Tahu

COVID-19 (Corona) menular via droplet (melalui percikan bersin) bukan airborne atau udara.

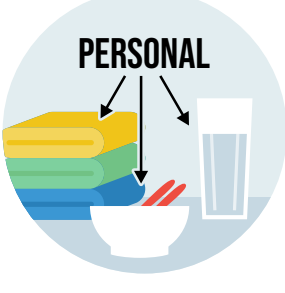
Jika kalian melihat orang batuk atau bersin

Jaga Jarak 0,5 meter agar terhindar dari droplet



Lakukan tips ini agar terhindar dari corona covid

Jangan sentuh wajah kalian maupun orang lain. (Jika memang harus menyentuh, jangan lupa cuci tangan menggunakan sabun)



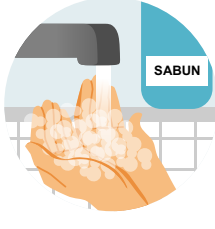
Jangan berbagi handuk, alat makanan dan gelas.

Terus Bagaimana Etika Batuk yang Benar?

Tutup Mulut & Hidung Dengan Tisu, & Buang di Tempat Sampah

Tutup Mulut & Hidung Dengan Lengan Baju Atas

Gunakan Masker Saat Batuk & Flu Agar Tidak Menular



Cucilah Tangan Dengan Sabun atau yang Berbahan Alkohol

Bagaimana sih cara CUCI TANGAN yang benar?

Cuci Tangan Dengan Sabun atau Antiseptik

*Sabun
Basuh Tangan Dengan Air Terlebih Dahulu

*Sabun/Antiseptik
Tuang ke Tangan Secukupnya

*Sabun/Antiseptik
Ratakan Dengan Kedua Telapak Tangan

*Sabun/Antiseptik
Gosok Bagian Punggung Tangan

*Sabun/Antiseptik
Gosok Sela-Sela Jari Kedua Tangan

*Sabun/Antiseptik
Jari-Jari Kedua Tangan Saling Mengunci

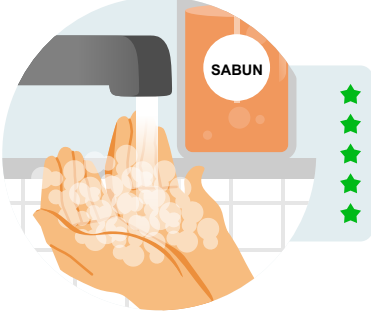
*Sabun/Antiseptik
Gosok Ibu Jari Kiri & Kanan Berputar Dalam Genggaman Tangan

*Sabun/Antiseptik
Gosokan Dengan Memutar Ujung Jari Tangan

*Sabun
Gosok Pergelangan Tangan & Bilas Kedua Tangan Dengan Air

Bagaimana Jika menggunakan Hand Sanitizer?

Cuci tangan dengan sabun dan air mengalir jauh LEBIH EFEKTIF daripada menggunakan hand sanitizer lho.



Haruskah kita menggunakan Masker?

Mencegah lebih baik daripada mengobati, gunakan masker di kondisi ini ya guys.

- ✓ Jika Anda sehat tidak perlu memakai masker.
- ✓ Kenakan masker jika Anda batuk atau bersin.

Apa saja gejala Corona?

- ✓ Demam
- ✓ Infeksi saluran pernafasan disertai batuk kering
- ✓ Pilek
- ✓ Sulit bernafas
- ✓ Lemas
- ✓ Infeksi berat (sepsis)
- ✓ Gagal ginjal
- ✓ Mengarah ke pneumonia

Apa saja gejala Corona?

Influenza

- Terjadi mendadak
- Lebih berbahaya dari demam
- Demam tinggi dan bisa mencapai 40 derajat
- Menggigil
- Batuk
- Sakit tenggorokan
- Mual & muntah
- Diare
- Sakit kepala
- Mata merah

Selesma

- Pilek
- Hidung tersumbat
- Sakit tenggorokan
- Demam ringan
- Setelah 2-3 hari ingus lebih kental dan berwarna

Corona

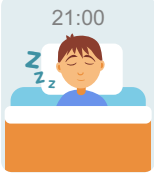
- Demam
- Infeksi saluran pernafasan disertai batuk kering
- Pilek
- Sulit bernafas
- Lemas
- Infeksi berat (sepsis)
- Gagal ginjal
- Mengarah ke pneumonia

✓ Demam
✓ Infeksi saluran pernafasan disertai batuk kering
✓ Pilek
✓ Sulit bernafas
✓ Lemas
✓ Infeksi berat (sepsis)
✓ Gagal ginjal
✓ Mengarah ke pneumonia

BW | @iikbhaktiwiyata

Kita dapat hindari Corona dengan meningkatkan level imun kita lho:

Makan porsi cukup dengan gizi seimbang



Tidur yang cukup

Rajin olahraga 150 menit/minggu

Hindari begadang

Minum Multivitamin

Rajin cuci tangan

Jangan Panik, Penderita yang terjangkit Corona bisa Sembuh.

Menurut data dari John Hopkins university Sekitar 50% pasien yang terjangkit corona telah sembuh. Yuk, tingkatkan kewaspadaan karezma mencegah lebih baik daripada mengobati.*

90.937*

Terjangkit Corona

48.063*

48.063 TELAH SEMBUH (50,62%)

3.117*

Meninggal (3.42%)

Refrensi

Centers Desease Control and Prevention (CDVGov)
Ns.Rizal Do. (Afriezal Kamil)
* Data Per 3 Maret 2020

* source : https://systems.jhu.edu/research/public-health/ncov/