

# Untuk Mencegah Virus Corona Jenis Baru

## ■ Apa Itu Penyakit Infeksi Virus Corona Jenis Baru

Ciri-ciri yang sering dikeluhkan oleh banyak penderita adalah demam atau sakit tenggorokan, batuk berkepanjangan (kurang lebih satu minggu), dan kelelahan berat (rasa lemas).

Meskipun terinfeksi, ada juga banyak kasus gejalanya ringan atau dapat sembuh, tetapi jika dibandingkan dengan Influenza musiman, dianggap bahwa ada risiko lebih tinggi akan menjadi parah. Gejala yang parah bisa menyebabkan pneumonia/radang paru-paru, dan kasus kematian juga telah dikonfirmasi. Oleh karena itu, harus berhati-hati.

Terutama, dianggap bahwa orang lanjut usia atau orang yang memiliki penyakit kronis ada kemungkinan akan menjadi parah.

Virus corona jenis baru menular melalui tetesan dan kontak.

Dianggap bahwa belum terjadi penularan melalui udara, tetapi perlu diperhatikan ketika berbicara dengan banyak orang di ruangan tertutup atau jarak dekat dan sebagainya.

Penularan melalui tetesan	Virus dikeluarkan bersama tetesan (bersin, batuk, air liur, dll.) dari orang yang terinfeksi. Orang lain menghirup virus tersebut melalui mulut, hidung, dan sebagainya, sehingga terinfeksi.
Penularan melalui kontak	Setelah orang yang terinfeksi menutup hidung dan mulut dengan tangan saat batuk atau bersin, lalu menyentuh benda di sekitarnya dengan tangan tersebut, maka virus menempel. Jika orang lain menyentuh benda itu, maka virus bisa menempel di tangannya, dan apabila menyentuh mulut dan hidung dengan tangan tersebut, sehingga terinfeksi melalui selaput lendir.

## ■ Hal yang Harus Diperhatikan dalam Kehidupan Sehari-hari

Pertama, mencuci tangan adalah hal yang penting. Sering-seringlah mencuci tangan dengan sabun atau pencuci tangan berbasis alkohol setelah pulang dari bepergian, sebelum dan sesudah memasak, sebelum makan, dan sebagainya.

Orang yang mengalami gejala batuk dan sebagainya harus melakukan etika batuk, karena jika menutup hidung dan mulut dengan tangan saat batuk atau bersin,

kemudian virus bisa menempel pada sentuhan dengan tangan tersebut, maka ada kemungkinan menularkan penyakit ke orang lain melalui gagang pintu dan sebagainya.

Orang yang memiliki penyakit kronis dan orang lanjut usia perlu lebih berhati-hati, **hindari tempat ramai / banyak orang** sedapat mungkin.

✓ **Tidak hadir ke sekolah atau perusahaan, jika ada gejala pilek seperti demam, dll.**

✓ Ukur dan catat suhu tubuh setiap hari, jika ada gejala pilek seperti demam, dll.

## ■ Orang yang Seperti Ini Harus Berhati-hati

Berkonsultasilah dengan “Kikokusya • Sessyokusya Soudan Sentaa” (artinya: Pusat Konsultasi untuk Orang yang Pulang dari Luar Negeri/Orang yang Berkontak), jika ada gejala berikut ini:

✓ Gejala pilek atau demam melebihi 37.5 °C berlangsung selama lebih dari 4 hari.

(termasuk harus minum obat penurun demam secara terus menerus)

✓ Kelelahan berat (rasa lemas) atau sulit bernapas (sesak napas).

✖ **Bagi orang lanjut usia atau orang yang memiliki penyakit kronis:**

**Apabila keadaan tersebut di atas berlangsung selama sekitar 2 hari.**

Melalui hasil konsultasi di Sentaa/Pusat, jika ada dugaan terinfeksi virus corona jenis baru, maka kami memperkenalkan ahli “Kikokusya • Sessyokusya Gairai” (artinya: Pasien Rawat Jalan untuk Orang yang Pulang dari Luar Negeri dan Orang yang Berkontak). Jika Anda menjalani pemeriksaan, kenakan masker dan hindari penggunaan transportasi umum.

“Kikokusya • Sessyokusya Soudan Sentaa” ditempatkan di setiap prefektur. Untuk informasi lebih jelas, Anda dapat melihat melalui URL di bawah ini.

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou\\_iryuu/covid19-kikokusyasessyokusya.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/covid19-kikokusyasessyokusya.html)