

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**

Silakan segera berkonsultasi dengan “Kikokusya・Sessyokusya Soudan Sentaa” (artinya: Pusat Konsultasi untuk Orang yang Pulang dari Luar Negeri/Orang yang Berkontak), apabila dikenai setidaknya salah satu dari yang berikut ini:

✓ Apabila memiliki salah satu dari gejala berat seperti kesulitan bernapas (sesak napas), kelelahan berat (rasa lemas), demam tinggi dan sebagainya.

✓ Orang yang berisiko sakit lebih parah (※) dan apabila memiliki gejala pilek yang relatif ringan seperti demam, batuk, dan sebagainya.

(※) Orang lanjut usia, orang yang memiliki riwayat penyakit mendasar seperti diabetes, gagal jantung, penyakit pernapasan (PPOK, dll), dan sebagainya, atau orang yang menjalani cuci darah, orang yang menggunakan obat immunosupresif, obat antikanker dan sebagainya.

✓ Orang yang selain di atas dan apabila gejala pilek yang relatif ringan seperti demam, batuk, dan sebagainya berlangsung.

(Pastikan untuk berkonsultasi jika gejalanya berlangsung lebih dari 4 hari. Setiap orang memiliki gejala yang bervariasi. Oleh karena itu silakan segera berkonsultasi jika Anda merasa gejalanya berat. Hal yang sama bagi orang yang harus meminum obat penurun demam, dan sebagainya secara terus menerus.)

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

外国人技能実習機構

(厚生労働省「新型コロナウイルスを防ぐには」、「相談・受診の目安」を参考に作成)