



Kriteria orang isolasi diri sendiri

- Seseorang yang sakit, namun tidak memiliki risiko penyakit penyerta lainnya.
- Orang dalam pemantauan yang memiliki gejala demam atau gejala pernapasan dengan riwayat dari negara atau area transmisi lokal.
- Orang yang tidak menunjukkan gejala tetapi pernah memiliki kontak erat dengan pasien Covid-19.

Adapun masa isolasi diri dapat dilakukan selama 14 hari, hingga hasil pemeriksaan sampel di laboratorium diketahui.

Tindakan Saat Isolasi Diri Sendiri

- Tinggal dirumah, jangan pergi bekerja dan ke ruang publik.
- Gunakan kamar terpisah di rumah dari anggota keluarga lainnya. Jika memungkinkan, upayakan menjaga jarak 1 meter dari anggota keluarga lain.
- Gunakan selalu masker selama isolasi diri berlangsung.
- Lakukan pengukuran suhu harian dan observasi gejala klinis seperti batuk atau kesulitan bernapas.
- Hindari pemakaian peralatan makan (piring, sendok, garpu, gelas) dan peralatan mandi (handuk, sikat gigi, gayung) dan sprei secara bersama.
- Terapkan Perilaku hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dengan mengonsumsi makanan bergizi, membersihkan tangan secara rutin, mencuci tangan dengan sabun serta air mengalir dan terapkan etika batuk atau bersin.
- Berada di ruang terbuka dan berjemur di bawah sinar matahari setiap pagi.
- Jaga kebersihan rumah dengan cairan desinfektan.
- Segera hubungi fasilitas pelayanan kesehatan jika sakit memburuk (seperti sesak napas) untuk dirawat lebih lanjut.



KEMENTERIAN PERTANIAN
REPUBLIK INDONESIA

VIRUS CORONA Covid-19

Novel coronavirus (2019-nCoV) adalah virus baru penyebab penyakit saluran pernafasan. Virus ini berasal dari Cina. Novel coronavirus merupakan satu keluarga dengan virus penyebab SARS dan MERS

GEJALA KLINIS



DEMAM



BATUK PILEK



GANGGUAN PERNAPASAN



SAKIT TENGGOROKAN



LETIH LESU

PENCEGAHAN

- Sering cuci tangan pakai sabun.
- Gunakan masker bila batuk atau pilek.
- Konsumsi gizi seimbang, perbanyak sayur dan buah.
- Hati-hati kontak dengan hewan.
- Rajin Olahraga dan istirahat cukup.
- Jangan mengonsumsi daging yang tidak dimasak.
- Bila batuk, pilek dan sesak nafas segera ke fasilitas kesehatan.

Hot line
Layanan Covid-19 Jawa Barat

0811 20 933 06

