



Mari belajar tentang
COVID-19



Jangan main di luar!
Cuci tangan dan gunakan
hand sanitizer!
Jauhi 3C!



Kenapa mereka bilang
begitu?



Aku tau alasannya karena COVID-19,
tapi memangnya COVID-19 itu apa
sih?





Apa itu COVID-19?



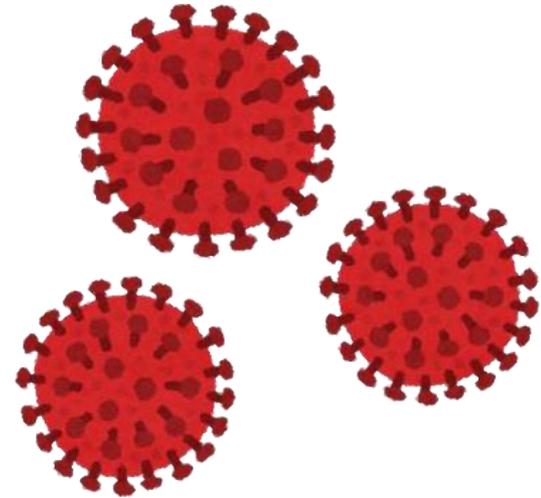
Apa itu virus?

Virus bentuknya sangatlah kecil, hingga mata kita tidak bisa melihatnya.

Itu menempel dan memasuki sel-sel seperti membran mukosa, untuk mereplikasikan diri.

Dengan cara ini, ia memasuki tubuh manusia dan hewan, membuat mereka sakit.

COVID-19 adalah satu jenis virus.



Bagaimana virus masuk ke tubuhmu?

(1) Transmisi droplet:
Virus masuk ke tubuh kamu dari batuk dan bersin orang lain



(2) Transmisi kontak:
Virus masuk ke tubuh kamu ketika kamu menyentuh sesuatu yang terkontaminasi virus



Gejala yang muncul saat COVID-19 telah masuk ke dalam tubuhmu

(1) Anak-anak:

Gejala kecil yang mirip dengan masuk angin



Anak-anak tidak sakit parah!

Gejala yang muncul saat COVID-19 telah masuk ke dalam tubuhmu

(2) Lansia dan mereka yang memiliki kondisi medis yang mendasarinya:



Mereka cenderung sakit parah dan bisa juga akhirnya meninggal.

Sangat, sangat menyeramkan.



Tindakan pencegahan terhadap COVID-19!!



~ Tindakan yang dapat dilakukan semua orang ~

Tindakan (1) Cuci tangan dan gunakan pembersih tangan (*hand sanitizer*)

Dengan mencuci dan membersihkan tangan, kamu bisa mengurangi virus di tangan kamu!!

Cuci tangan kamu:

- (1) ketika kamu kembali ke rumah
- (2) sebelum makan siang sekolah
- (3) setelah menggunakan toilet



Cuci tanganmu!

Tindakan (2) Amati adab batuk

Transmisi droplet:

Infeksi yang ditularkan kepada seseorang ketika mereka menghirup, melalui mulut atau hidungnya, virus yang dikeluarkan dari tubuh orang yang terinfeksi dalam bentuk batuk, bersin, atau air liur

Untuk mencegah penularan droplet, perhatikan tiga adab batuk!

Tindakan (2) Amati adab batuk

(1) Pakai masker

(2) Jika tidak memiliki masker, tutup mulut dan hidung dengan tisu atau sapu tangan

(3) Jika tidak memiliki masker, batuk atau bersin, tutup mulut dan hidung dengan siku

Amati adab batuk



Tindakan (3) Membangun tubuh yang sehat

Kamu dapat mencegah COVID-19 dengan menjaga kehidupan yang teratur untuk meningkatkan kekebalan tubuhmu!

Cobalah untuk tidur lebih awal, bangun lebih awal dan sarapan!



Pertahankan kehidupan yang teratur



Tindakan (4) Ukur suhu tubuhmu setiap hari

Sebagian besar anak tampaknya tidak menyadari mereka terinfeksi COVID-19.

Ukur suhu tubuhmu agar tidak menularkan penyakit ke orang-orang di sekitarmu!



Tindakan (5) Hindari 3K

Apakah kamu sudah dengar tentang 3K?

3K mengacu pada:

Kamar/Ruang Tertutup

Kerumunan

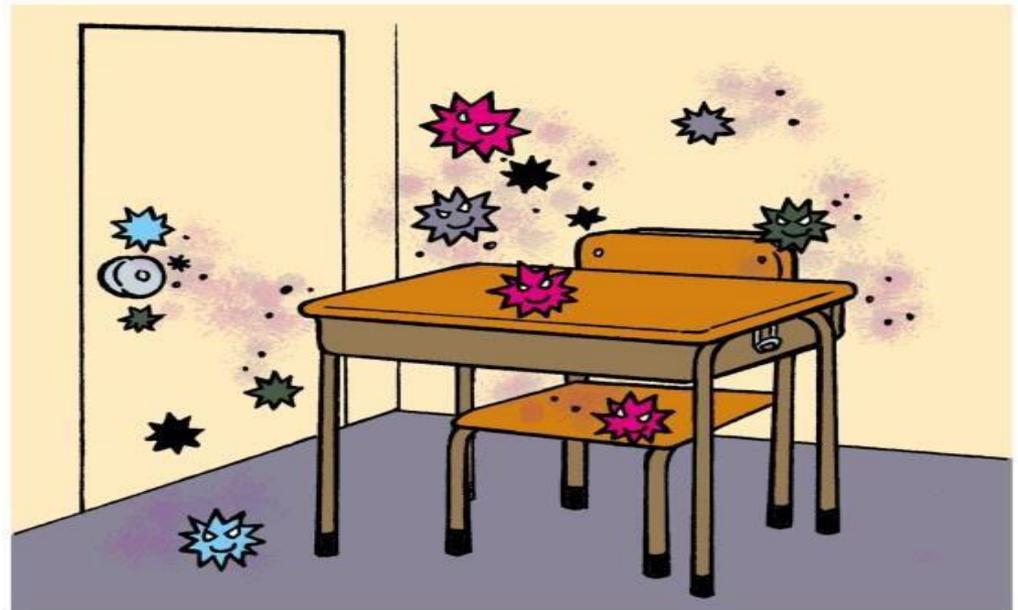
Kontak Dekat

Jangan sampai 3K ini terjadi bersamaan!

Tindakan (5) Hindari 3K

☆Kamar/Ruang tertutup: Ruang tertutup dengan ventilasi yang buruk
(Tempat tanpa ventilasi udara)

Ruang kelas
tertutup
mengandung
banyak
partikel
virus...

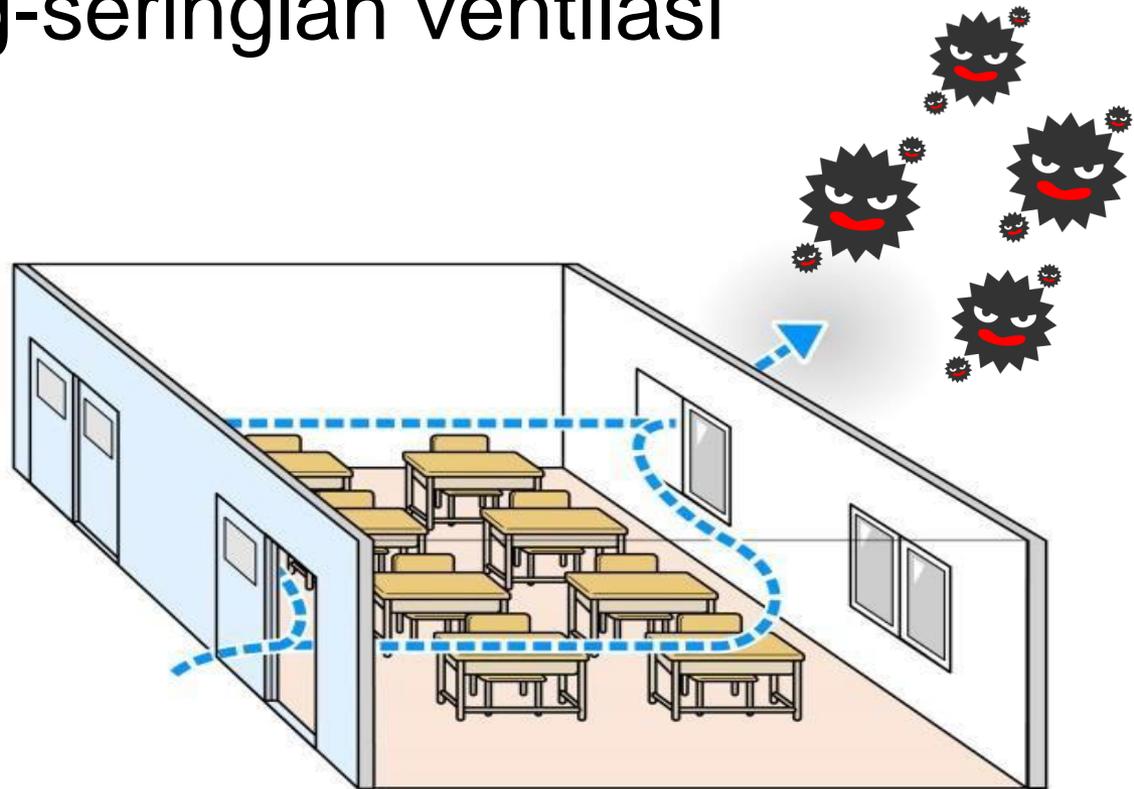


Tindakan (5) Hindari 3K

Agar tidak membuat kamar/ruang tertutup, sering-seringlah ventilasi ruangan!

(buka jendela)

Membuka kedua jendela dan pintu lebih efektif!



Tindakan (5) Hindari 3K

☆Kerumunan:

Tempat di mana ada banyak orang di ruang kecil.

Ada banyak virus di tempat seperti itu; kemungkinan besar kamu akan terinfeksi.

Untuk menghindari kerumunan, jangan pergi ke tempat di mana ada banyak orang!



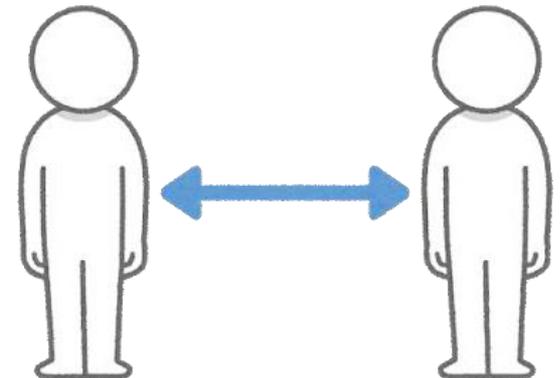
Tindakan (5) Hindari 3K

☆Kontak Dekat:

Situasi di mana orang-orang berada dalam kontak dekat satu sama lain.

Percakapan dalam jarak dekat meningkatkan risiko penularan droplet!

Untuk menghindari kontak dekat, jangan berbicara dengan orang dalam jarak dekat!



Tindakan (6) Lindungi kesehatan mentalmu

Apa yang akan kamu lakukan jika temanmu sakit atau terinfeksi COVID-19?

Kamu tidak boleh membedakan temanmu yang terinfeksi COVID-19.

Kita harus saling membantu!



Ringkasan

Sekarang kamu tahu lebih banyak tentang COVID-19.

Ayo lakukan apa yang bisa kita lakukan untuk melawannya!