

# PERAWATAN DI RUMAH UNTUK COVID-19

## Panduan Untuk Keluarga dan Perawat Pasien dirumah



### TENTUKAN SATU ANGGOTA KELUARGA YANG MERAWAT PASIEN

Perawat pasien tidak memiliki faktor risiko tinggi dan tidak sering kontak dengan orang lain di luar rumah.



### MENYIAPKAN RUANGAN TERPISAH

atau ruangan yang tersendiri untuk orang yang terinfeksi COVID-19



### MEMBUKA JENDELA

untuk meningkatkan ventilasi yang baik dan sirkulasi udara segar



### TIDAK MENGIJINKAN TAMU ATAU YANG BUKAN 1 RUMAH BERKUNJUNG

dan menghindari kontak dekat (kurang dari 1 meter) dengan orang terinfeksi COVID-19



### SEMUA ORANG HARUS MENGGUNAKAN MASKER

Ketika berada di satu ruangan yang sama dengan orang yang terinfeksi COVID-19



### RAJIN MENCUCI TANGAN DENGAN AIR BERSIH, MENGALIR DAN SABUN

atau gunakan cairan antiseptik berbasis alkohol



### MEMBERSIHKAN DAN DISINFEKSI SECARA RUTIN PERMUKAAN BENDA YANG SERING DISEHTUH

Terutama benda yang disentuh oleh orang yang terinfeksi COVID-19



### HIDANGAN MAKANAN TERPISAH,

dan menggunakan peralatan makan, gelas, peralatan tidur, dan peralatan mandi terpisah dari orang yang terinfeksi COVID-19



### ORANG YANG TERINFEKSI COVID-19 HARUS BERISTIRAHAT

minum banyak dan makan makanan bergizi dan tetap meneruskan pengobatan untuk penyakit kronis



### MEMINUM OBAT PENURUN PANAS (PARACETAMOL/ ACETAMINOPHEN) APABILA DEMAM

dan atau mengurangi sakit badan/ pegal sesuai instruksi. Antibiotik tidak efektif untuk COVID-19

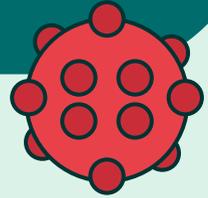


### MEMANTAU GEJALA ORANG YANG TERINFEKSI COVID-19 SECARA TERATUR, HUBUNGI PETUGAS KESEHATAN SECEPATNYA APABILA TERDAPAT GEJALA YANG MEMBAHAYAKAN :

- Kesulitan bernafas/sesak nafas/nafas pendek
- Sakit dada
- Kebingungan/ penurunan kesadaran
- Tidak dapat berbicara/bergerak



# Beberapa Orang mempunyai risiko COVID-19 yang lebih parah



Faktor risiko yang lebih tinggi :



BER USIA 60 TAHUN ATAU LEBIH	HIPERTENSI	DIABETES	PENYAKIT JANTUNG	PENYAKIT PARU KRONIS
PENYAKIT KARDIOVASKULAR	DEMENSIA	KELAINAN MENTAL	PENYAKIT GINJAL KRONIS	PENYAKIT KELAINAN KEKEBALAN TUBUH (TERMASUK HIV)
OBESITAS/KEGEMUKAN	KANKER	BELUM VAKSINASI		

**Wanita hamil** yang berusia lebih dari **35 tahun**, dengan **kegemukan (obesitas)**, **belum vaksinasi** dan mempunyai **penyakit kronis** juga mempunyai **risiko tinggi COVID-19**

**Orang yang terinfeksi COVID-19** dengan faktor risiko di atas harus **dipantau dengan baik** oleh **petugas kesehatan**

## PULSE OKSIMETER



**Alat pulse oksimeter dapat digunakan untuk memonitor saturasi oksigen :**

- Untuk orang yang berisiko tinggi, periksa saturasi oksigen 2x sehari dan laporkan hasilnya kepada petugas kesehatan.
- Mengikuti instruksi untuk menggunakan alat dengan benar.
- Apabila oksigen kurang dari 90%, hubungi petugas kesehatan untuk pertolongan darurat
- Apabila saturasi oksigen antara 90-94%, hubungi petugas kesehatan untuk petunjuk lebih lanjut
- Untuk anak-anak dengan saturasi oksigen kurang dari 90% disertai dengan batuk, kesulitan bernafas, tidak bisa menyusu atau minum, lemas, lesu, penurunan kesadaran, hubungi petugas kesehatan untuk pertolongan darurat

