

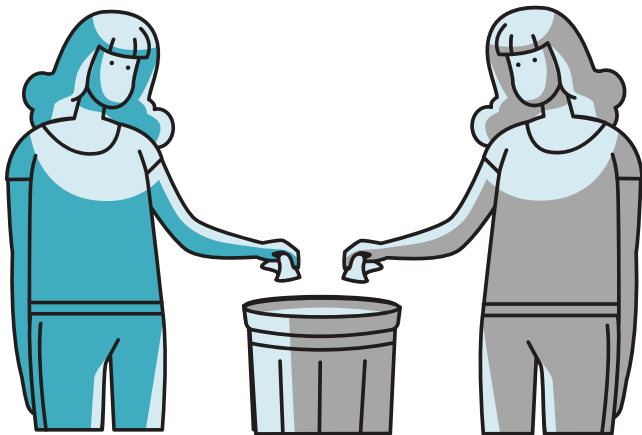
2

Tutup hidung dan mulut menggunakan tisu.



3

Jangan lupa membuang tisu di tempat sampah.



4

Cuci tangan gunakan air mengalir dan sabun, atau hand sanitizer berbasis alkohol.



5

Gunakan masker saat flu & batuk, juga bila berada di keramaian atau dengan orang lain.



ETIKA BATUK DAN BERSIN



RSUD dr. M. Haulussy

Jl. dr. Kayadoe, Kel. Benteng, Kec. Nusaniwe
Ambon - Maluku
Telp. 0911-344871
www.rsudhaulussy.malukuprov.go.id



MENGAPA ORANG BATUK DAN BERSIN ?

Batuk terjadi karena :

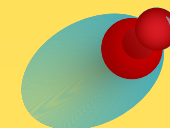
- Batuk adalah upaya pertahanan tubuh di saluran pernafasan.
- Merupakan suatu gejala penyakit atau reaksi tubuh terhadap iritasi di tenggorokan karena adanya lendir, makanan, debu, asap, dan sebagainya.

Apa itu bersin ?

- Bersin adalah bentuk pertahanan tubuh terhadap benda asing yang masuk ke dalam hidung.
- Bersin merupakan proses tubuh dalam membersihkan hidung dari masuknya benda asing, seperti debu, kotoran, serbuk sari, atau lainnya.
- Udara yang keluar saat bersin dapat mencapai kecepatan 70m/detik.



APA ITU ETIKA BATUK DAN BERSIN ?



Tatacara batuk dan bersin yang baik dan benar, yaitu: menutup hidung dan mulut menggunakan tisu atau lengan baju, agar bakteri tidak menyebar ke udara dan menular ke orang lain.

BAGAIMANA ETIKA BATUK DAN BERSIN ?

1

Tutup mulut dan hidung dengan menggunakan lengan bagian dalam tidak gunakan telapak tangan.

