

ISPAT GROUP



PEDOMAN PENCEGAHAN VIRUS CORONA COVID-19 DITEMPAT KERJA ERA NEW NORMAL

1. TUJUAN

Pedoman ini disusun sebagai acuan / tatacara pencegahan covid 19 ditempat kerja dalam situasi pandemi Covid-19 sebagai upaya mitigasi dan kesiapan tempat kerja seoptimal mungkin sehingga dapat beradaptasi melalui perubahan pola hidup pada situasi COVID-19 (*New Normal*).

2. RUANG LINGKUP

Pedoman ini berlaku untuk dilingkungan ISPAT GROUP

3. REFERENSI

- 3.1.** KepMen Kesehatan nomor HK.01.07/MENKES/328/2020 tentang Panduan Pencegahan dan Pengendalian Covid-19 di Tempat Kerja Perkantoran dan Industri dalam Mendukung Keberlangsungan Usaha pada Situasi pandemic
- 3.2.** Peraturan Pemerintah nomor 21 Tahun 2020 tentang Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB)
- 3.3.** Kebijakan Pencegahan Covid 19 ISPAT GROUP
- 3.4.** Pedoman Gugus Covid 19 Untuk Pencegahan Virus Corona Covid 19 ISPAT GROUP
- 3.5.** Pedoman Bekerja Dirumah Untuk Pencegahan Virus Corona Covid-19 ISPAT GROUP

4. DEFINISI

- 4.1.** Mitigasi adalah tindakan-tindakan untuk mengurangi atau meminimalkan dampak dari suatu bencana terhadap masyarakat

5. PEDOMAN BAGI KARYAWAN

5.1. BERANGKAT DAN PULANG DARI TEMPAT KERJA

- 5.1.1. Pastikan anda dalam kondisi sehat, jika ada keluhan batuk, pilek, demam, sakit tenggorokan dan sesak nafas tetap tinggal dirumah dan segera periksakan ke pelayanan kesehatan sesuai domisili
- 5.1.2. Gunakan Pakaian Kerja Lengan Panjang
- 5.1.3. Selalu gunakan masker
- 5.1.4. Upayakan tidak menggunakan transportasi umum gunakan kendaraan pribadi anda.
- 5.1.5. Jika terpaksa menggunakan transportasi umum tetap memperhatikan hal – hal berikut ini :
 - Tetap menjaga jarak dengan orang lain minimal 1 meter
 - Upayakan tidak sering menyentuh fasilitas umum, selalu cuci tangan anda dengan fasilitas cuci tangan atau menggunakan hand sanitizer
 - Gunakan helm sendiri
- 5.1.6. Upayakan membayar secara non tunai, jika terpaksa memegang uang gunakan hand sanitizer sesudahnya.
- 5.1.7. Tidak menyentuh wajah atau mengucek mata dengan tangan, gunakan tissue bersih jika terpaksa.

5.2. SAAT DITEMPAT KERJA

- 5.2.1. Saat tiba segera mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir gunakan tisu atau punggung tangan untuk menutup kran air
- 5.2.2. Gunakan siku untuk membuka pintu
- 5.2.3. Tidak berkerumun dan menjaga jarak minimal 1 meter

ISPAT GROUP



PEDOMAN PENCEGAHAN VIRUS CORONA COVID-19 DITEMPAT KERJA ERA NEW NORMAL

- 5.2.4. Absensi tidak menggunakan finger print cukup menyampaikan nomor payroll anda kepada operator yang bertugas
- 5.2.5. Bersihkan meja / area kerja dengan disinfektan
- 5.2.6. Upayakan tidak sering menyentuh fasilitas /peralatan yang dipakai bersama diarea kerja, seperti alat makan, pegangan tangan dan tangga, area dan fasilitas umum gunakan hand sanitizer sesudahnya
- 5.2.7. Usahakan aliran udara dan sinar matahari masuk ke ruang kerja
- 5.2.8. Tidak berjabat tangan
- 5.2.9. Selalu gunakan masker
- 5.2.10. Selalu menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat ditempat kerja

5.3. BAGI PEKERJA YANG MEMBERIKAN PELAYANAN PUBLIC

- 5.3.1. Perketat penggunaan masker
- 5.3.2. Selalu mengingatkan kepada lawan bicara untuk selalu menggunakan masker
- 5.3.3. Tidak melayani pengunjung yang tidak menggunakan masker
- 5.3.4. Selalu menjaga jarak aman min. 1 meter
- 5.3.5. Sesering mungkin mencuci tangan dengan air sabun dan air mengalir atau hand sanitizer (4 jam sekali)

5.4. SAAT TIBA DIRUMAH

- 5.4.1. Jangan bersentuhan dengan anggota keluarga sebelum membersihkan diri (mandi dan mengganti pakaian kerja)
- 5.4.2. Cuci pakaian dan masker dengan detergen. Masker sekali pakai sebelum dibuang dirobek dan basahi dengan disinfektan agar tidak mencemari petugas pengelola sampah
- 5.4.3. Jika dirasa perlu diberisihkan handphone, kacamata, tas dengan disinfektan
- 5.4.4. Selalu terapkan hidup bersih dan sehat
- 5.5. Tingkatkan daya tahan tubuh dengan konsumsi gizi seimbang, aktifitas fisik minimal 30 menit perhari, istirahat cukup (tidur minimal 7 jam), berjemur di pagi hari
- 5.6. Lebih berhati-hati apabila memiliki penyakit degeneratif seperti diabetes, hipertensi, gangguan paru dan gangguan ginjal atau kondisi immunocompromised/penyakit autoimun dan kehamilan. Upayakan penyakit degeneratif selalu dalam kondisi terkontrol

6. PEDOMAN BAGI TEMPAT KERJA

- 6.1. Pihak manajemen/Tim Penanganan COVID-19 di tempat kerja selalu memperhatikan informasi terkini serta himbauan dan instruksi Pemerintah Pusat dan Daerah terkait COVID-19 di wilayahnya, serta memperbarui kebijakan dan prosedur terkait COVID-19 di tempat kerja sesuai dengan perkembangan terbaru. (Secara berkala dapat diakses <http://infeksiemerging.kemkes.go.id> dan kebijakan Pemerintah Daerah setempat)
- 6.2. Perusahaan wajib membentuk tim penanganan covid 19
- 6.3. Tidak memperlakukan kasus positif sebagai suatu stigma
- 6.4. Pengaturan bekerja dari rumah (*work from home*) dan bekerja dari kantor (*work from office*)
- 6.5. Pengaturan waktu kerja tidak terlalu panjang (lembur)
- 6.6. Untuk pekerja shift :
 - 6.6.1. Jika memungkinkan tiadakan shift 3 (waktu kerja yang dimulai pada malam hingga pagi hari)

ISPAT GROUP

**PEDOMAN PENCEGAHAN VIRUS CORONA COVID-19
DITEMPAT KERJA ERA NEW NORMAL**

- 6.6.2. Bagi pekerja shift 3 agar yang bekerja terutama pekerja berusia kurang dari 50 tahun
- 6.7.** Mewajibkan semua pekerja menggunakan masker selama di tempat kerja, selama perjalanan dari dan ke tempat kerja serta setiap keluar rumah
- 6.8.** Larangan masuk kerja bagi pekerja, tamu/pengunjung yang memiliki gejala demam/nyeri tenggorokan/batuk/pilek/sesak nafas. Berikan kelonggaran aturan perusahaan tentang kewajiban menunjukkan surat keterangan sakit
- 6.9.** Jika pekerja harus menjalankan karantina/isolasi mandiri agar hak-haknya tetap diberikan
- 6.10.** Menyediakan area/ruangan tersendiri untuk observasi pekerja yang ditemukan gejala saat dilakukan skrining
- 6.11.** Pada kondisi tertentu jika diperlukan, tempat kerja yang memiliki sumber daya dapat memfasilitasi tempat karantina/isolasi mandiri. Standar penyelenggaraan karantina/isolasi mandiri merujuk pada pedoman dalam www.covid19.go.id.
- 6.12.** Penerapan higiene dan sanitasi lingkungan kerja
 - 6.12.1. Selalu memastikan seluruh area kerja bersih dan higienis dengan melakukan pembersihan secara berkala menggunakan pembersih dan desinfektan yang sesuai (setiap 4 jam sekali). Terutama handle pintu dan tangga, peralatan kantor yang digunakan bersama, area dan fasilitas umum lainnya
 - 6.12.2. Menjaga kualitas udara tempat kerja dengan mengoptimalkan sirkulasi udara dan sinar matahari masuk ruangan kerja, pembersihan filter AC
- 6.13.** Melakukan rekayasa engineering pencegahan penularan seperti pemasangan pembatas atau tabir kaca bagi pekerja yang melayani pelanggan, dan lain lain
- 6.14.** Satu hari sebelum masuk bekerja dilakukan Self Assessment Risiko COVID-19 pada seluruh pekerja untuk memastikan pekerja yang akan masuk kerja dalam kondisi tidak terjangkit COVID-19. Tamu diminta mengisi Self Assessment. (Form 1)
- 6.15.** Melakukan pengukuran suhu tubuh (skrining) di setiap titik masuk tempat kerja :
 - 6.15.1. Petugas yang melakukan pengukuran suhu tubuh harus mendapatkan pelatihan dan memakai alat pelindung diri (masker dan *faceshield*) karena berhadapan dengan orang banyak yang mungkin berisiko membawa virus
 - 6.15.2. Pengukuran suhu tubuh jangan dilakukan di pintu masuk dengan tirai AC karena dapat mengakibatkan pembacaan hasil yang salah
 - 6.15.3. Interpretasi dan tindak lanjut hasil pengukuran suhu tubuh di pintu masuk terdapat pada Form 2 dan Form 3.
- 6.16.** Terapkan *physical distancing* / jaga jarak ;
 - 6.16.1. Pengaturan jumlah pekerja yang masuk agar memudahkan penerapan *physical distancing*
 - 6.16.2. Pada pintu masuk, agar pekerja tidak berkerumun dengan mengatur jarak antrian. Beri penanda di lantai atau poster/banner untuk mengingatkan
 - 6.16.3. Penggunaan tangga: jika hanya terdapat 1 jalur tangga, bagi lajur untuk naik dan untuk turun, usahakan agar tidak ada pekerja yang berpapasan ketika naik dan turun tangga. Jika terdapat 2 jalur tangga, pisahkan jalur tangga untuk naik dan jalur tangga untuk turun
 - 6.16.4. Lakukan pengaturan tempat duduk agar berjarak 1 meter pada meja/area kerja, saat melakukan meeting, di kantin, saat istirahat, dan lain lain
- 6.17.** Jika memungkinkan, menyediakan transportasi khusus pekerja untuk perjalanan pulang pergi dari mess/perumahan ke tempat kerja sehingga pekerja tidak menggunakan transportasi public

ISPAT GROUP**PEDOMAN PENCEGAHAN VIRUS CORONA COVID-19
DITEMPAT KERJA ERA NEW NORMAL**

- 6.18.** Petugas kesehatan/petugas K3/bagian kepegawaian melakukan pemantauan kesehatan pekerja secara proaktif:
- 6.18.1. Sebelum masuk kerja, terapkan Self Assessment Risiko COVID-19 pada seluruh pekerja untuk memastikan pekerja yang akan masuk kerja dalam kondisi tidak terjangkit COVID-19. (Form 1)
 - 6.18.2. Selama bekerja, masing-masing satuan kerja/bagian/divisi melakukan pemantauan pada semua pekerja jika ada yang mengalami demam/batuk/pilek
 - 6.18.3. Mendorong pekerja untuk mampu deteksi diri sendiri (self monitoring) dan melaporkan apabila mengalami demam/sakit tenggorokan/batuk/pilek selama bekerja
 - 6.18.4. Bagi pekerja yang baru kembali dari perjalanan dinas ke negara/daerah terjangkit COVID-19 pekerja diwajibkan melakukan karantina mandiri di rumah dan pemantauan mandiri selama 14 hari terhadap gejala yang timbul dan mengukur suhu 2 kali sehari. (Form 4)

7. LAMPIRAN

- 7.1.** FORM 1 INSTRUMEN *SELF ASSESSMENT RISIKO COVID-19*
- 7.2.** FORM 2 ALUR TINDAK LANJUT HASIL *SELF ASSESSMENT RISIKO COVID-19*
- 7.3.** FORM 3 SURAT KETERANGAN PEMERIKSAAN
- 7.4.** FORM 4 PEMANTAUAN MANDIRI PADA KARANTINA/ISOLASI MANDIRI (*Self Monitoring*)
- 7.5.** FORM 5 LAMPIRAN DESIGN POSTER NEW NORMAL

ISPAT GROUP


**PEDOMAN PENCEGAHAN VIRUS CORONA COVID-19
DITEMPAT KERJA ERA NEW NORMAL**
**INSTRUMEN SELF ASSESSMENT
RISIKO COVID-19**

Nama :
 NIK (No.KTP) :
 ID Kepegawaian :
 Satuan kerja / Bagian / Divisi :
 Tanggal :

Demi kesehatan dan keselamatan bersama di tempat kerja, anda harus **JUJUR** dalam menjawab pertanyaan di bawah ini.

NO	PERTANYAAN	YA	TIDAK	SKOR, YA	SKOR, TIDAK
1.	Apakah pernah keluar rumah/ tempat umum (pasar, fasyankes, kerumunan orang, dan lain lain) ?			1	0
2.	Apakah pernah menggunakan transportasi umum ?			1	0
3.	Apakah pernah melakukan perjalanan ke luar kota/internasional ? (wilayah yang terjangkit/zona merah)			1	0
4.	Apakah anda mengikuti kegiatan yang melibatkan orang banyak ?			1	0
5.	Apakah memiliki riwayat kontak erat dengan orang yang dinyatakan ODP,PDP atau konfirm COVID-19 (berjabat tangan, berbicara, berada dalam satu ruangan/ satu rumah) ?			5	0
6.	Apakah pernah mengalami demam/ batuk/pilek/ sakit tenggorokan/sesak dalam 14 hari terakhir.			5	0
JUMLAH TOTAL					

0 = Risiko Kecil

1 - 4 = Risiko Sedang

> 5 = Risiko Besar

TINDAK LANJUT :

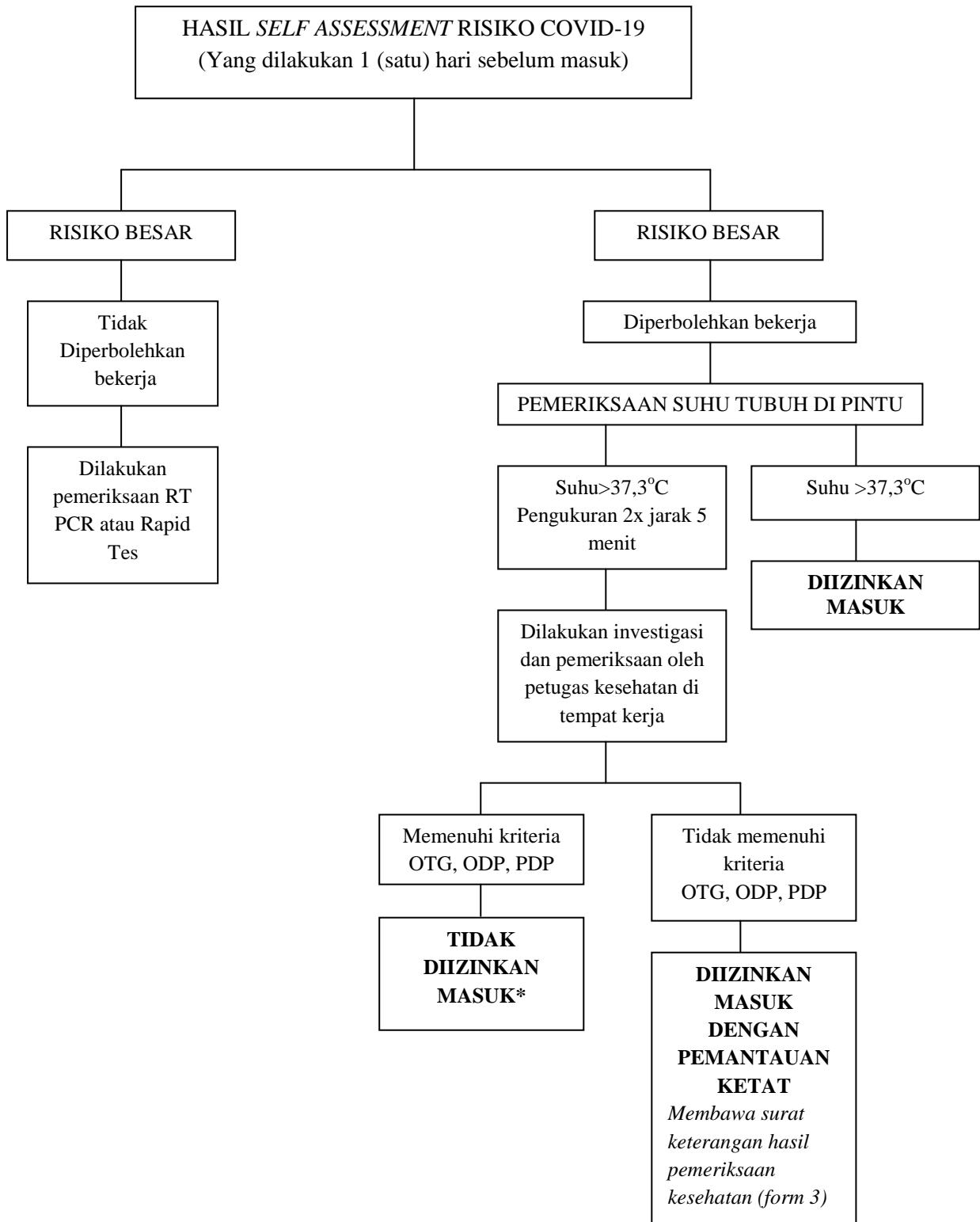
- Risiko besar, agar dilakukan investigasi dan tidak diperkenankan masuk bekerja. Pekerja dilakukan pemeriksaan RT-PCR, jika tidak tersedia dapat dilakukan Rapid Tes oleh petugas kesehatan / fasyankes setempat.
- Risiko kecil - sedang, diperbolehkan masuk bekerja namun dilakukan pemeriksaan suhu di pintu masuk tempat kerja. Apabila didapatkan suhu > 37,3°C agar dilakukan investigasi dan pemeriksaan petugas kesehatan. Jika dipastikan pekerja tidak memenuhi kriteria OTG, ODP atau PDP. Pekerja dapat masuk bekerja.

ISPAT GROUP



**PEDOMAN PENCEGAHAN VIRUS CORONA COVID-19
DITEMPAT KERJA ERA NEW NORMAL**

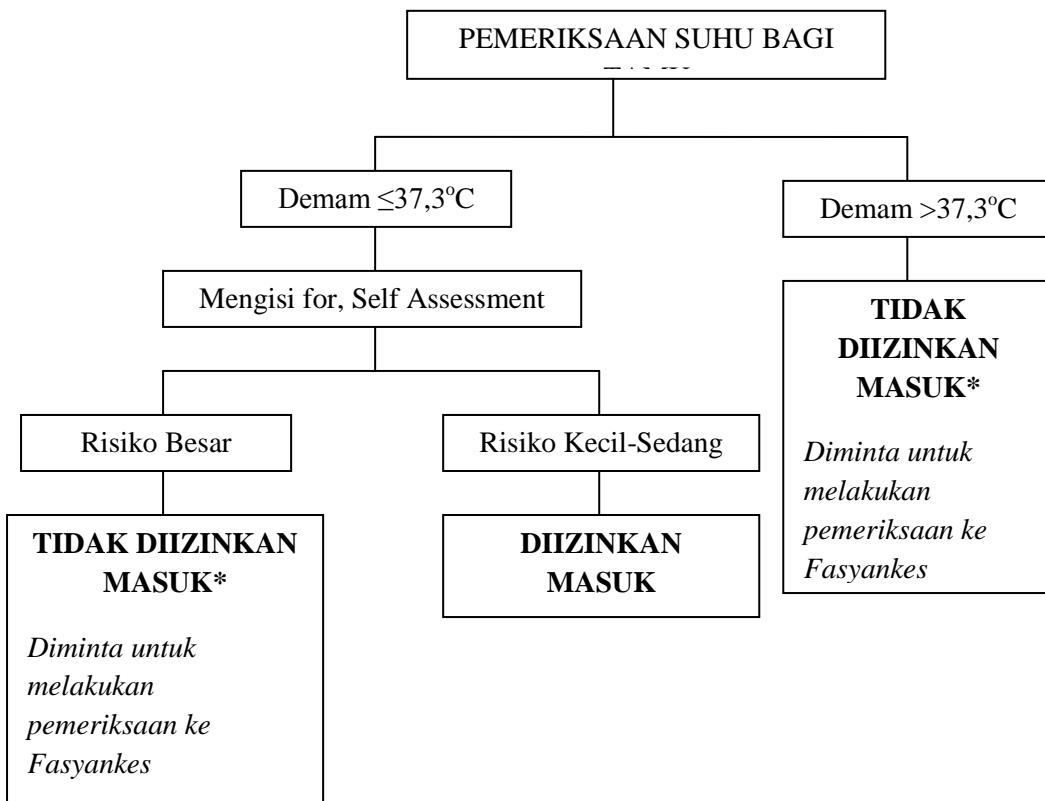
ALUR TINDAK LANJUT HASIL SELF ASSESSMENT RISIKO COVID-19



ISPAT GROUP



**PEDOMAN PENCEGAHAN VIRUS CORONA COVID-19
DITEMPAT KERJA ERA NEW NORMAL**



*) Keterangan:

- Pekerja : tidak diizinkan untuk bekerja, istirahat di rumah untuk karantina mandiri.
- Tamu : tidak diijinkan masuk tempat kerja lebih dalam lagi.
- Pengantar barang : barang ditinggalkan di ruangan depan, dilakukan disinfeksi pada barang baru diteruskan ke penerima.

ISPAT GROUP**PEDOMAN PENCEGAHAN VIRUS CORONA COVID-19
DITEMPAT KERJA ERA NEW NORMAL****SURAT KETERANGAN PEMERIKSAAN**

Yang bertanda tangan dibawah ini, dokter menerangkan bahwa:

Nama :
Usia :
Alamat :
Status : pegawai/tamu* (*pilih salah satu)
Bagian/Divisi :

Berdasarkan hasil pemeriksaan pada tanggal....., jam,..... tidak ditemukan gejala dan tanda yang mengarah pada infeksi COVID-19 (OTG,ODP, PDP) dan selanjutnya DIIZINKAN/TIDAK DIIZINKAN DENGAN CATATAN/ TIDAK DIIZINKAN* masuk ke area/tempat kerja.

Catatan:

Demikian surat keterangan ini dibuat dengan sebenarnya dan mohon dipergunakan sebagaimana mestinya.

.....,..... 20...
Dokter Pemeriksa

Nama
SIP.

*Pilih salah satu

ISPAT GROUP



PEDOMAN PENCEGAHAN VIRUS CORONA COVID-19 DITEMPAT KERJA ERA NEW NORMAL

FORM PEMANTAUAN MANDIRI PADA KARANTINA/ISOLASI MANDIRI (*Self Monitoring*)

Nama : ...

Tanggal Pemeriksaan Pertama :

Status COVID-19

Riwayat Kontak



Perjalanan Ke dan Dari Tempat Kerja



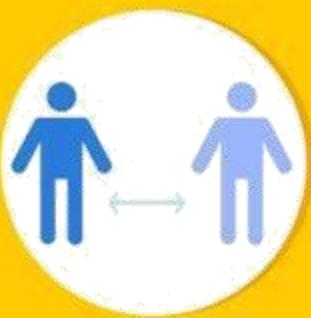
Pastikan anda dalam kondisi sehat, jika ada keluhan batuk ,pilek,demam

TETAP TINGGAL DI RUMAH

Upayakan mengenakan pakaian lengan panjang

Gunakan Masker

Upayakan tidak menggunakan transportasi umum



- Tetap menjaga jarak dengan orang lain minimal 1 meter



Kalau terpaksa menggunakan transportasi umum

- Upayakan tidak sering menyentuh fasilitas umum, gunakan handsanitizer
- Gunakan helm sendiri



Upayakan membayar secara non tunai, jika terpaksa memegang uang gunakan handsanitizer sesudahnya.



Tidak menyentuh wajah atau mengucek mata dengan tangan, gunakan tissue bersih jika terpaksa



Di Tempat Kerja



Saat tiba,
segera mencuci
tangan dengan
sabun dan
air mengalir



Gunakan siku
untuk membuka
pintu dan
menekan
tombol lift



Tidak berkerumun
dan menjaga
jarak di lift
dengan posisi
saling
membelakangi



Untuk
sementara tidak
menggunakan
absensi
finger print



Bersihkan meja
/area kerja
dengan
desinfektan



Upayakan
tidak sering
menyentuh
fasilitas/
peralatan
yang dipakai
bersama di area
kerja, gunakan
handsanitizer



Tetap
menjaga
jarak dengan
rekan kerja
minimal
1 meter



Usahakan
aliran udara
dan sinar
matahari
masuk ke
ruang kerja



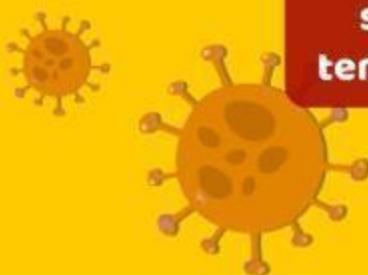
Biasakan
tidak berjabat
tangan



Masker tetap
digunakan



Selalu
menerapkan
perilaku hidup
bersih dan
sehat di
tempat kerja





KEMENTERIAN
KESEHATAN
REPUBLIK
INDONESIA



Di Tempat Kerja Area Publik

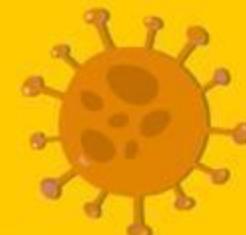
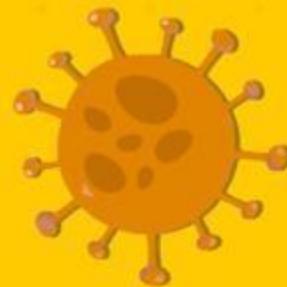
Bagi pekerja yang memberikan pelayanan publik



Perketat
penggunaan
masker



Selalu menjaga
jarak aman



Sesering mungkin mencuci
tangan dengan air sabun dan
air mengalir, atau handsanitizer
(4 jam sekali)



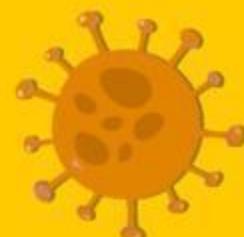
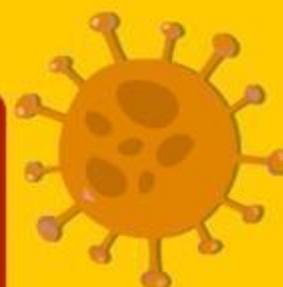


Saat Tiba di Rumah



Jangan bersentuhan dengan anggota keluarga sebelum membersihkan diri (mandi dan mengganti pakaian kerja)

Cuci pakaian dan masker dengan deterjen. Masker sekali pakai, sebelum dibuang robek dan basahi dengan desinfektan agar tidak mencemari petugas pengelola sampah.



Jika dirasa perlu bersihkan handphone, kacamata, tas dengan desinfektan

Selalu terapkan perilaku hidup bersih dan sehat di rumah.



JIKA HARUS TETAP BEKERJA, BAGAIMANA AGAR KITA TERHINDAR DARI COVID-19

#yukdirumahaja

Perjalanan Ke dan Dari Tempat Kerja



Pastikan anda dalam kondisi sehat, jika ada keluhan batuk,pilek,demam.
TETAP TINGGAL DI RUMAH



Gunakan Masker 



Upayakan tidak menggunakan transportasi umum



Upayakan membayar secara non tunai, jika terpaksa memegang uang gunakan handsanitizer sesudahnya

Di Tempat Kerja/Pabrik



Gunakan siku untuk membuka pintu dan menekan tombol lift



Untuk sementara tidak menggunakan absensi finger print



Tetap menjaga jarak dengan rekan kerja minimal 1 meter



Masker tetap digunakan

Di Tempat Kerja Area Publik



Perketat penggunaan masker



Selalu menjaga jarak aman



Sesering mungkin mencuci tangan dengan air sabun dan air mengalir, atau handsanitizer (4 jam sekali)



Saat Tiba di Rumah



Jangan bersentuhan dengan anggota keluarga sebelum membersihkan diri (mandi dan mengganti pakaian kerja)



Cuci pakaian dan masker dengan deterjen. Masker sekali pakai, sebelum dibuang robek dan basahi dengan desinfektan agar tidak mencemari petugas pengelola sampah.



Selalu terapkan perilaku hidup bersih dan sehat di rumah.



ISPAT GROUP



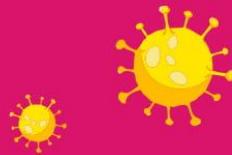
PEDOMAN PENCEGAHAN VIRUS CORONA COVID-19
DITEMPAT KERJA ERA NEW NORMAL



ISPAT GROUP



**PEDOMAN PENCEGAHAN VIRUS CORONA COVID-19
DITEMPAT KERJA ERA NEW NORMAL**



Tim Penyusun

Pengarah

Dr. Ir. Penny Kusumastuti Lukito, M.C.P
Dra. Elin Herlina, Apt, MP
Dra. Rita Endang, Apt, M.Kes
Dra. Reri Indriani, Apt, M.Si
Dra. Rr Maya Gustina Andarini, Apt, M.Sc

Penanggung Jawab

Bayu Wibisono, S.Si., Apt.
Dra. Dewi Prawitasari, Apt, M.Kes
Dra. Tri Asti Isnariani, Apt, M.Pharm.
Drs. Martin Suhendri, Apt, M.Farm

Penyusun

Nurvika Widyaningrum, S.Si., Apt., M. Epid.
Eka Rosmalasari, S.Si., Apt., M.K.M.
Silma Awalia, S. Far., Apt
Reka Sasmoyo, S.T.P.
Tio Mahesa Putro Wardoyo, S.Ikom.

Editor

Nurvika Widyaningrum, S.Si., Apt., M. Epid.
Eka Rosmalasari, S.Si., Apt., M.K.M.

Kontributor

Dra. Dyah Sulistyorini, Apt, M.Sc.
Yanti Kamayanti Latifa, SP
Yustina Muliani Budijanto, S.Si, Apt, M.Si
Dra. Sri Mulyani, Apt.
Dena Pratama Putro, S.Farm, Apt
Ari Novianti Nugroho Basuki, SP.
Elpina Yunisa, S.Farm.,Apt.
Zein Fadhlurrahman, S.T.P
Arifiya Fazian, S.Kom





daftar isi

a	COVID-19 (Definisi, Gejala, Cara Penularan)	04
b	Cara Pencegahan Penyebaran	06
c	Cara Cuci Tangan yang Benar	07
d	Masker untuk Semua	08
e	Cara Penggunaan dan Mencuci Masker yang Benar	10
f	Tips Pencegahan di Kendaraan Umum	12
g	Tips Pencegahan di Tempat Kerja	13
h	Tips Pencegahan Setelah Bepergian	14
i	Tips Menjaga Daya Tahan Tubuh	15
j	Obat dan Makanan Aman dengan Cek KLIK	16
k	Tips Keamanan Pangan di Warung Makan	25
l	Tips Keamanan Pangan di Restoran	26
m	Tips Keamanan Pangan Berjualan Kue Tradisional	27
n	Tips Keamanan Pangan oleh Pedagang Kreatif Lapangan	28
o	Tips Keamanan Pangan di Sarana Ritel	29
p	Tips Belanja Pangan Online	33
q	Pengobatan COVID-19	34
r	Saluran Komunikasi Terkait COVID-19	41



PEDOMAN PENCEGAHAN VIRUS CORONA COVID-19 DITEMPAT KERJA ERA NEW NORMAL

a



COVID-19

COVID-19 merupakan penyakit menular yang disebabkan oleh jenis virus Corona baru (novel coronavirus/nCov).

Virus Corona baru mirip dengan keluarga virus yang menyebabkan SARS (*Severe Acute Respiratory Syndrome*) dan sejumlah influensa biasa.



GEJALA



Batuk dan Pilek



Demam



Sakit Tenggorokan



Letih dan Lesu



Gangguan Pernafasan



Virus ini menyebabkan timbulnya Pneumonia yaitu infeksi atau peradangan akut di jaringan paru-paru



BAGAIMANA PROSES PENULARANNYA?





b



Cara Pencegahan Penyebaran



Mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir selama minimal 20 detik



Menutup mulut dan hidung dengan masker



Membersihkan tangan dengan cairan *hand sanitizer* berbasis alkohol



Hindari berada dalam kerumunan



Hindari berkumpul di tempat-tempat umum



Memasak dan memanaskan makanan secara menyeluruh



Hindari bersentuhan dengan binatang secara langsung



Hindari memegang dan berbagi barang



Hindari bersentuhan dengan orang lain



Hindari melakukan perjalanan



Segera berkonsultasi dengan dokter/petugas kesehatan ketika timbul gejala sakit



Virus Corona merupakan jenis virus yang tidak mampu bertahan hidup lama jika berada diluar inang (makhluk hidup).

Virus ini juga **tidak mampu bertahan pada suhu diatas 56°C selama 30 menit.**



C



Cara Cuci Tangan yang Benar

Cuci tangan merupakan salah satu bentuk pencegahan untuk memutus rantai penyebaran **COVID-19**.

Cuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir selama **20 detik** paling efektif untuk membunuh virus maupun bakteri.



Basahi tangan dengan air



Ambil sabun secukupnya



Gosok kedua telapak tangan dan punggung tangan



Basahi tangan, gosok sela-sela jari kedua tangan



Gosok kedua telapak dengan jari rapat-rapat



Jari-jari dirapatkan sambil digosok ke telapak tangan



Gosok ibu jari kiri secara berputar dalam genggaman tangan kanan, dan sebaliknya



Gosukkan kuku jari kanan memutar ke telapak tangan kiri, dan sebaliknya



Basuh dengan air



Keringkan dengan handuk/tisu/pengering udara



Matikan keran air dengan handuk/tisu



Tangan bersih



d 

Masker untuk Semua

Ikuti saran *World Health Organization (WHO)* untuk mencegah penyebaran COVID-19, pemerintah wajibkan penggunaan masker saat beraktifitas di luar rumah.

Cegah Penyebaran COVID-19
Yuk, gunakan #MaskerUntukSemua



ISPAT GROUP**PEDOMAN PENCEGAHAN VIRUS CORONA COVID-19
DITEMPAT KERJA ERA NEW NORMAL**

JENIS MASKER



MASKER KAIN

ORANG SEHAT

Masker kain dapat digunakan oleh masyarakat yang sehat di tempat umum dan berinteraksi dengan orang lain dengan tetap menjaga jarak minimal 1-3 meter.

Masker juga dapat dicuci dan digunakan kembali.



MASKER BEDAH

TENAGA MEDIS & ORANG SAKIT

Penggunaan masker bedah disarankan bagi tenaga medis di fasilitas layanan kesehatan. Tapi dipakai masyarakat umum hanya bila ada gejala flu, batuk, hidung berair dan radang tenggorokan.



MASKER N95

TENAGA MEDIS & KONTAK LANGSUNG

Penggunaan masker N95 dapat dipakai berulang dengan tata cara tepat. Misalnya setelah dipakai harus dijemur di bawah sinar matahari selama 3-4 hari sehingga virus sudah mati dan dapat digunakan kembali.

Masker ini memiliki pori-pori yang sangat kecil sehingga mampu menyaring 95% partikel besar maupun kecil di udara.

Masker ini ketat jika digunakan, sehingga pengguna yang mempunyai penyakit tertentu dapat kesulitan untuk bernafas.

Jangan gunakan masker jika sudah berubah bentuk, kotor, maupun basah.



Cara Penggunaan dan Mencuci Masker Kain yang Benar

Gunakan masker kain untuk aktivitas sehari-hari.
Ikuti petunjuk penggunaan agar dapat terhindar dari COVID-19.



BERSIHKAN TANGAN

Sebelum gunakan masker, cuci tangan dengan sabun atau *hand sanitizer* berbasis alkohol.



MASKER HARUS MENUTUPI

Pastikan bagian hidung dan mulut tertutup dengan baik tanpa ada celah antara wajah dan masker. Gunakan maksimal 4 jam.



JANGAN SENTUH MASKER

Hindari menyentuh masker ketika digunakan, jika tersentuh, kembali bersihkan tangan dengan sabun atau *hand sanitizer* berbasis alkohol.



BUKA DARI BELAKANG

Saat membuka masker, hindari menyentuh bagian depan, bukalah dari tali belakang, setelah selesai kembali bersihkan tangan dengan sabun dan air mengalir selama 20 detik.



SETELAH PAKAI, CUCI MASKER

Setelah satu kali pemakaian langsung cuci masker dengan cara:

- Siapkan air, bila mungkin air panas dengan suhu 60-65°C
- Tambahkan deterjen dan rendam masker beberapa saat
- Kucek masker hingga kotoran luruh
- Bilas di bawah air mengalir, hingga busa hilang
- Keringkan di bawah sinar matahari atau menggunakan pengering panas
- Setrika dengan suhu panas agar bakteri dan virus mati
- Masker siap digunakan



TIPS MEMBUANG MASKER



Lepaskan masker melalui bagian tali dari belakang telinga



Lipat masker sehingga kuman/droplet ada di bagian dalam lipatan



Disinfeksi masker dengan disinfektan/klorin/cairan pemutih



Rusak masker dengan cara menggantung tali dan tutupnya



Masukkan ke wadah/plastik yang aman dan buang ke tempat sampah domestik



Cuci tangan setelah membuang masker. Gunakan sabun dan air mengalir selama 20 detik/hand sanitizer



ISPAT GROUP



PEDOMAN PENCEGAHAN VIRUS CORONA COVID-19
DITEMPAT KERJA ERA NEW NORMAL



Tips Pencegahan di Kendaraan Umum



Gunakan masker
dan *hand sanitizer*
berbasis alkohol



Hindari menyentuh pintu atau
pegangan dengan telapak
tangan tanpa sarung tangan



Makan makanan
yang aman dan
bergizi serta
minum air putih



Jaga jarak antar
penumpang
1 meter



Jangan berbagi makanan dan
minuman dari wadah
yang sama



Gunakan waktu
perjalanan untuk
istirahat dan berdoa



g ☀️

Tips Pencegahan di Tempat Kerja

- Hindari pertemuan sosial dan jaga jarak fisik minimal 1 meter
- Pastikan tempat kerja memiliki ventilasi yang baik
- Cuci tangan sesering mungkin memakai sabun dan air yang mengalir selama minimal 20 detik
- Bila perlu, gunakan *hand sanitizer* berbasis alkohol
- Jaga kebersihan area kerja dan lakukan disinfeksi berkala
- Bila sakit, bekerjalah dari rumah
- Gunakan masker
- Meludah, batuk atau bersin memakai tisu dengan menutup seluruh hidung dan mulut
- Bungkus tisu bekas pakai ke dalam kantung plastik sebelum dibuang ke tempat sampah tertutup





Tips Pencegahan Setelah Bepergian

Ketika pulang ke rumah dari bepergian jangan lupa untuk selalu membersihkan diri sebelum bercengkrama dengan keluarga ya.

Buka Alas Kaki



Buka sepatu/sandal sebelum masuk ke dalam rumah

Semprot Disinfektan



Semprot disinfektan pada alas kaki maupun pada peralatan yang digunakan, seperti pakaian, ponsel, pulpen, laptop, dll

Buang Sampah



Buang semua yang dipegang dan yang tidak dibutuhkan lagi seperti kuitansi, kertas, dll

Cuci Tangan



Jangan menyentuh apapun di dalam rumah, lakukan cuci tangan dengan sabun dan air selama 20 detik

Letakkan Pakaian Kotor



Lepaskan pakaian yang dipakai dan masukkan ke dalam tempat cucian yang tertutup

Bersihkan Badan



Langsung mandi sebelum bersantai dan/ atau berkumpul bersama keluarga



Tips Menjaga Daya Tahan Tubuh



Konsumsi pangan
aman dan bergizi



Minum air putih 8 gelas
per hari



Olah raga rutin 30
menit per hari



Tidur cukup 7-9 jam
per hari



Konsumsi suplemen
bila perlu



Cuci tangan dengan
sabun dan air mengalir
selama 20 detik



**PEDOMAN PENCEGAHAN VIRUS CORONA COVID-19
DITEMPAT KERJA ERA NEW NORMAL**

j



Obat dan Makanan Aman dengan Cek KLIK

Sebelum membeli dan mengonsumsi produk Obat dan Makanan, lakukan Cek KLIK (Kemasan, Label , Izin Edar, dan Kedaluwarsa).



K

EMASAN

Pastikan kemasan produk dalam kondisi baik, tidak berlubang, sobek, karatan, penyok, dll.



L

ABEL

Baca informasi produk yang tertera pada label kemasan dengan cermat.



I

ZIN EDAR

Pastikan memiliki izin edar dari Badan POM. Izin edar dapat dicek melalui aplikasi Android Cek BPOM.



K

EDALUWARSA

Pastikan tidak melebihi batas kedaluwarsa.

ISPAT GROUP


**PEDOMAN PENCEGAHAN VIRUS CORONA COVID-19
DITEMPAT KERJA ERA NEW NORMAL**

NOMOR IZIN EDAR BADAN POM RI


OBAT

Diawali dengan kode 3 (tiga) huruf dan kode 12 (dua belas) digit.

Contoh:

DKL 1234567891A8

HURUF I

- D : Nama Dagang
- G : Generik

HURUF II

- B : Obat Bebas
- T : Obat Bebas Terbatas
- K : Obat Keras
- P : Psikotropika
- N : Narkotika

HURUF III

- L : Obat Produksi Dalam Negeri
- I : Obat Impor
- E : Obat untuk Keperluan Ekspor
- K : Obat untuk Keperluan Khusus


**SUPLEMEN
KESEHATAN**

Diawali dengan **POM** diikuti kode 2 (dua) huruf dan 9 (sembilan) digit angka.

Contoh:

POM SD 123456789

SD : Suplemen Kesehatan Dalam Negeri

SI : Suplemen Kesehatan Impor

SL : Suplemen Kesehatan Lisensi


KOSMETIK

Diawali dengan kode 2 (dua) huruf dan 11 (sebelas) digit angka.

Contoh:

NX 12345678901

Huruf I : N (Notifikasi)

Huruf II : Kode benua (Asia/Australia/Eropa/Afrika/Amerika)


**OBAT
TRADISIONAL**

Diawali dengan **POM** diikuti kode 2 (dua) huruf dan 9 (sembilan) digit angka.

Contoh:

POM TR 123456789

- TR : Obat Tradisional Dalam Negeri
- TI : Obat Tradisional Impor
- HT : Herbal Terstandar
- FF : Fitofarmaka


**PANGAN
OLAHAN**

Diawali dengan **BPOM RI** kode 2 (dua) huruf dan 12 (dua belas) digit angka.

Contoh:

BPOM RI MD 123456789123

MD : Pangan Dalam Negeri

ML : Pangan Impor

ISPAT GROUP



PEDOMAN PENCEGAHAN VIRUS CORONA COVID-19
DITEMPAT KERJA ERA NEW NORMAL

TIPS MENDAPATKAN OBAT AMAN



Beli obat di sarana
pelayanan kesehatan/
kefarmasian resmi

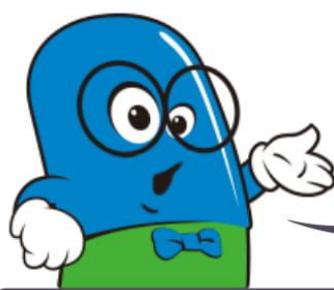
Beli obat keras harus
menggunakan resep dokter



Hati-hati penawaran *online*
dari sumber dan keaslian
yang tidak diketahui

Beli obat dan vitamin
secukupnya

Jangan lupa, selalu
Cek KLIK



Laporkan jika ada
penjualan obat ilegal
secara *online* ke

Halobpom 1500533

#dirumahaja
WASPADA OBAT ILEGAL YANG DIJUAL ONLINE



RISIKO MEMBELI OBAT SECARA ONLINE



Identitas penjual tidak jelas, sehingga tidak ada jaminan keamanan dan mutu obat, bahkan bisa jadi obatnya ilegal atau palsu

Mendapat obat rusak dan kedaluwarsa atau bahkan ilegal atau palsu

Tidak mendapat informasi penggunaan dan efek samping obat dari tenaga kefarmasian



ISPAT GROUP



PEDOMAN PENCEGAHAN VIRUS CORONA COVID-19
DITEMPAT KERJA ERA NEW NORMAL

TIPS PENGGUNAAN SUPLEMEN KESEHATAN



Harus sesuai aturan dosis.



Beberapa kandungan suplemen kesehatan dapat berinteraksi dengan obat, minumlah 1-1,5 jam setelah mengonsumsi obat.



Suplemen kesehatan tidak dapat menggantikan (substitusi) makanan secara utuh.



Suplemen kesehatan tidak memiliki khasiat untuk mengobati penyakit.



Konsultasikan kepada dokter atau apoteker:

- Penggunaan pada anak.
- Penggunaan bersama obat resep dokter/makanan/minuman.
- Saat hamil/merencanakan kehamilan/menyusui.
- Sebelum/setelah menjalani operasi.
- Terjadi efek samping.



TIPS PENGOLAHAN JAMU DI RUMAH TANGGA

DALAM UPAYA MENCEGAH PENYEBARAN COVID-19



PENYIMPANAN BAHAN SEGAR

Cuci bahan segar jamu menggunakan air mengalir dan keringkan. Simpan dalam tempat bersih dan kering.

SELAMA PENGOLAHAN



KEBERSIHAN ALAT DAN BAHAN

Pastikan tempat dan peralatan yang digunakan dalam keadaan bersih.

Gunakan peralatan dari *stainless steel*.



KEBERSIHAN PEMBUAT JAMU

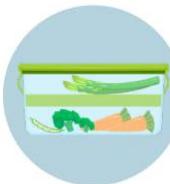
Gunakan pakaian bersih. Cuci tangan dengan sabun dan air mengalir selama minimal 20 detik sebelum pengolahan, pakai masker dan sarung tangan.



CARA PEMBUATAN

Gunakan air bersih dan rebus air sampai mendidih.

SETELAH PENGOLAHAN



Simpan pada wadah yang sesuai (*food grade*).

Jangan menggunakan botol bekas air mineral sekali pakai.



Simpan jamu pada suhu sejuk.

Jangan disimpan terlalu lama.



Sebelum dikonsumsi, pastikan tidak ada perubahan warna, bau dan rasa pada jamu yang telah disimpan.



PENTING DIPERHATIKAN!

KETIKA MEMANFAATKAN TUMBUHAN OBAT SEBAGAI JAMU



Reaksi **alergi** individu



Takaran dan kombinasi
tidak berlebihan



**Kelompok yang
berisiko:**
bayi, anak-anak,
wanita hamil, orang
lanjut usia, serta
kondisi penyakit
tertentu (terutama jika
membutuhkan
konsultasi dokter)



Hati-hati penggunaan
jangka panjang



**Konsultasi dengan
dokter** untuk penggunaan
bersamaan dengan obat





CARA PENYAJIAN SECARA UMUM



Bahan segar dan bahan kering direbus dalam air mendidih suhu 100°C selama 15-30 menit tergantung kemudahan penyajian



Bentuk serbuk kering dapat diseduh dalam satu gelas air mendidih selama 5 menit



Rebusan/seduhan Herba Sambiloto dikonsumsi **sebelum makan**
Seduhan Jahe dikonsumsi **setelah makan**

TUMBUHAN

	DOSIS/TAKARAN
Herba Sambiloto	<ul style="list-style-type: none"> Bahan kering: 3,0 gr, 2 kali sehari Serbuk kering: 1,5-3,0 gr, 3 kali sehari
Herba Meniran	<ul style="list-style-type: none"> Bahan segar: 45-90 gr/hari, dalam 2-3 dosis terbagi
Temulawak	<ul style="list-style-type: none"> Serbuk kering: 3,0 gr/hari, dalam 3 dosis terbagi
Kunyit	<ul style="list-style-type: none"> Bahan segar: 3,0-9,0 gr/hari Serbuk kering: 1,5-3,0 gr/hari
Jahe	<ul style="list-style-type: none"> Serbuk kering: 1,0-4,0 gr/hari
Jambu Biji	<ul style="list-style-type: none"> Dapat langsung dimakan 1 buah jambu biji berukuran sedang (55 gr)



TIPS MEMILIH PELEMBAP



Mencuci tangan dengan sabun dan penggunaan *hand sanitizer* dapat membuat **kulit menjadi kering**. Gunakan pelembap segera setelah mencuci dan mengeringkan tangan. Pelembap melindungi kulit agar tetap **lembap, halus, dan lembut**.

Pastikan sudah melakukan **Cek KLIK**
(Cek Kemasan, Label, Izin Edar, dan Kedaluwarsa)
sebelum memilih/membeli pelembap.

Jenis pelembap yaitu:
Hand Cream, Body Cream, Body Butter, Body Lotion dan Moisturizer

Untuk **kulit sensitif**, pilih pelembap yang tidak mengandung **pewarna dan pewangi**.

ISPAT GROUP


**PEDOMAN PENCEGAHAN VIRUS CORONA COVID-19
DITEMPAT KERJA ERA NEW NORMAL**


Tips Keamanan Pangan di Warung Makan

**BERSIH**

Pastikan warung, tempat memasak dan peralatan makan bersih

**PHYSICAL DISTANCING**

Jaga jarak fisik 1 meter dengan pengunjung lainnya

**MASKER & SARUNG TANGAN**

Penjual/penyaji makanan menggunakan masker dan sarung tangan

**CUCI TANGAN**

Penjual/penyaji makanan dan pengunjung (jika makan di tempat) selalu cuci tangan pakai sabun dan air mengalir selama 20 detik atau gunakan *hand sanitizer*

**BARU/SEGAR**

Pilih makanan yang baru dimasak, hindari gorengan yang warnanya sudah gelap, sayur yang kelihatan sudah berulang dipanaskan

**BAWA PULANG**

Beli makanan dan segera bawa pulang

ISPAT GROUP



PEDOMAN PENCEGAHAN VIRUS CORONA COVID-19
DITEMPAT KERJA ERA NEW NORMAL



Tips Keamanan Pangan di Restoran



CUCI TANGAN

Cuci tangan sebelum mengolah dan menyajikan pangan



MASKER & SARUNG TANGAN

Gunakan masker dan sarung tangan plastik selama mengolah pangan



DAPUR

Pastikan kebersihan peralatan untuk mengolah pangan



ALAT SAJI

Pastikan kebersihan peralatan untuk menyajikan pangan



AREA BERSIH

Pastikan kebersihan area restoran (meja, kursi dan lantai) serta jarak aman pelanggan lebih dari 1 meter



PENYAJIAN

Gunakan masker selama menyajikan pangan



Tips Keamanan Pangan Berjualan Kue Tradisional



Pastikan saat berjualan, tubuh dalam kondisi sehat



Jangan lupa untuk menggunakan masker saat berjualan



Pastikan kue yang dijual aman dan selalu dalam keadaan tertutup



Hindari penggunaan **stapler** untuk mengikat wadah pembungkus



Hindari penggunaan koran dan kertas bekas



Gunakan sarung tangan atau penjepit untuk mengambil kue



Selalu rutin mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir atau gunakan *hand sanitizer*



Jaga jarak dari orang lain termasuk pembeli minimal 1 meter



Jajanan dibungkus/ ditutup dengan kemasan yang bersih



n ☀

Tips Keamanan Pangan oleh Pedagang Kreatif Lapangan



Pilih bahan baku yang baik dan segar serta cuci sayur dan buah sebelum dimasak



Cuci tangan dengan sabun dan air mengalir (minimal 20 detik) sebelum memasak, menyajikan pangan dan setelah memegang uang



Gunakan sarung tangan plastik, penjepit atau sendok



Gunakan masker atau penutup kepala



Jaga jarak fisik dengan sesama sejauh 1 meter



Bungkus pangan dengan pembungkus yang aman dan bersih





O



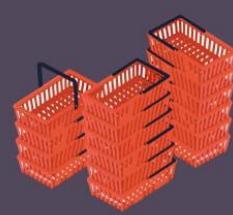
Tips Keamanan Pangan di Sarana Ritel



Penyediaan wastafel dengan sabun atau *hand sanitizer*



Pemberlakuan jam belanja dan jumlah belanjaan untuk menghindari penimbunan



Pembersihan troli dan keranjang belanja



TIPS BELANJA PANGAN AMAN DI RITEL MODERN

BUAT DAFTAR BELANJA



- JENIS DAN JUMLAH PANGAN
- KEMAMPUAN PENYIMPANAN DI RUMAH
- BELI SECUKUPNYA SESUAI KEBUTUHAN



PERHATIKAN URUTAN BELANJA



ISPAT GROUP



PEDOMAN PENCEGAHAN VIRUS CORONA COVID-19
DITEMPAT KERJA ERA NEW NORMAL



**PILIH PANGAN
OLAHAN AMAN**

**JANGAN LUPA
SELALU
CEK KLIK**

KEMASAN, LABEL, IZIN EDAR
DAN KEDALUWARSA



**PILIH PANGAN
SEGAR AMAN**



- Tekstur bersih, mulus dan segar
- Warna cerah
- Tidak berbau busuk/tengik

**PILIH PANGAN
SIAP SAJI AMAN**



- Jangan beli pangan yang berwarna mencolok
- Pastikan pangan tertutup/dibungkus dengan bersih dan aman
- Perhatikan kebersihan lokasi dan penjaga



SETELAH BELANJA PASTIKAN



Pangan beku tetap disimpan dalam keadaan beku (simpan dalam *coolbox/ cooler bag/* gunakan es batu)

Pangan siap saji dibawa terpisah dengan pangan mentah





PEDOMAN PENCEGAHAN VIRUS CORONA COVID-19 DITEMPAT KERJA ERA NEW NORMAL

p



Tips Belanja Pangan *Online*

SEBELUM BELANJA ONLINE

PASTIKAN JARINGAN INTERNET STABIL DAN CUKUP KUOTA



PILIH PANGAN TERKEMAS

Tanyakan kepada penjual untuk memastikan produk yang ingin dibeli



BANKING

Pastikan saldo cukup sehingga tidak perlu ke ATM atau bayar tunai



CEK KLIK

Tanyakan kepada penjual untuk memastikan deskripsi produk terkait informasi Kemasan, Label, Izin Edar Badan POM/PIRT, dan Kedaluwarsa

SAAT PESANAN DIKIRIM & DITERIMA



Pastikan paket tidak sobek/rusak



Hindari kontak langsung dengan kurir, gunakan masker dan sarung tangan



Semprot paket dengan disinfektan, cuci tangan atau gunakan hand sanitizer



Segera pindahkan isi paket ke wadah bersih



Buang segera wadah awal paket pada tempat sampah bertutup



ISPAT GROUP



PEDOMAN PENCEGAHAN VIRUS CORONA COVID-19 DITEMPAT KERJA ERA NEW NORMAL

q 

Pengobatan COVID-19

KLOROKUIN



INFORMASI PRODUK KLOROKUIN UNTUK PASIEN

- Klorokuin merupakan golongan obat keras yang penggunaannya harus dalam pengawasan dokter.
- Klorokuin bukan untuk pencegahan.
- Klorokuin tidak dapat dibeli secara bebas.

KHASIAT/MANFAAT OBAT KLOROKUIN

Badan POM memberikan persetujuan penggunaan *emergency* (darurat)* klorokuin fosfat untuk mengobati COVID-19. Hanya untuk pasien dewasa dan remaja.

** Persetujuan hanya berlaku pada masa pandemi dan akan ditinjau kembali sesuai perkembangan dan kondisi terkini.*



DI MANA BISA DIPEROLEH

Di sarana pelayanan kesehatan/rumah sakit yang ditunjuk.

HATI-HATI!

Pemberian **obat keras** harus dilakukan oleh tenaga kesehatan terlatih dan dibawah **pengawasan dokter**.

Ingin, ada **efek samping obat!**

ISPAT GROUP

**PEDOMAN PENCEGAHAN VIRUS CORONA COVID-19
DITEMPAT KERJA ERA NEW NORMAL****EFEK SAMPING OBAT KLOROKUIN**

Gangguan retina



Mual



Muntah

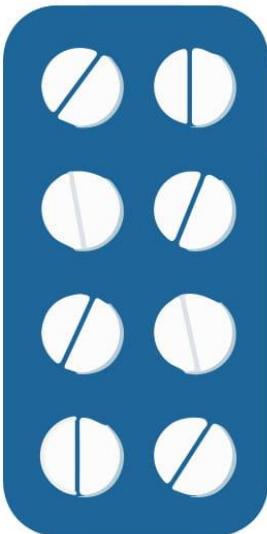
Sakit kepala ringan
hingga berat

Efek samping yang paling umum dilaporkan adalah sakit perut, mual, muntah, dan sakit kepala. Efek samping ini seringkali dapat dikurangi dengan mengkonsumsi klorokuin dengan makanan.

Kejadian efek samping sangat dipengaruhi oleh kondisi individu.

Jika mengalami detak jantung tidak teratur, turunnya gula darah yang umumnya ditandai dengan gejala gemetar atau keringat dingin, kejang, gangguan penglihatan, gangguan pendengaran, kelemahan otot, memar di kulit, atau gatal-gatal,

**KONSULTASIKAN DENGAN DOKTER
ANDA SEGERA!**



INFORMASI KEHATI-HATIAN OBAT KLOROKUIN

Jangan menggunakan klorokuin bila memiliki riwayat alergi terhadap klorokuin atau hidroksiklorokuin atau memiliki masalah retina pada mata. Sampaikan kepada dokter jika Anda pernah memiliki riwayat tersebut.

KINA/KININ DAN KLOROKUIN APAKAH SAMA DAN BISA MENGOBATI COVID-19?

- Kina/Kinin adalah obat yang berasal dari ekstrak kulit batang tanaman Chincona.
- Kina/Kinin tablet adalah **Obat Bebas Terbatas**.
- Klorokuin adalah obat yang dibuat dari bahan kimia dengan struktur mirip zat yang terkandung dalam Kinin.
- Klorokuin tablet adalah **Obat Keras**.
- Penggunaan **Obat Keras** harus dalam pengawasan dokter.

Cinchona officinalis





HIDROSIKLOKLUIN



INFORMASI PRODUK HIDROSIKLOKLUIN UNTUK PASIEN

Hidroksiklorokuin merupakan golongan obat keras yang penggunaannya harus dalam pengawasan dokter.

KHASIAT/MANFAAT OBAT HIDROSIKLOKLUIN

- Pengobatan pada lupus erimatosus sistemik/*Systemic Lupus Erythematosus* (SLE)
- Badan POM memberikan persetujuan penggunaan *emergency* (darurat)* klorokuin fosfat untuk mengobati COVID-19. Hanya untuk pasien dewasa dan remaja.

* Persetujuan hanya berlaku pada masa pandemi dan akan ditinjau kembali sesuai perkembangan dan kondisi terkini.

ISPAT GROUP**PEDOMAN PENCEGAHAN VIRUS CORONA COVID-19
DITEMPAT KERJA ERA NEW NORMAL****EFEK SAMPING OBAT
HIDROKSIKLOROKUIN**

Efek samping yang paling umum dilaporkan adalah sakit perut, mual, muntah, dan sakit kepala.

Efek samping ini seringkali dapat dikurangi dengan mengkonsumsi hidroksiklorokuin dengan makanan.

Kejadian efek samping sangat dipengaruhi oleh kondisi individu.

Jika mengalami detak jantung tidak teratur, turunnya gula darah yang umumnya ditandai dengan gejala gemetar atau keringat dingin, kejang, gangguan penglihatan, gangguan pendengaran, kelemahan otot, memar di kulit, atau gatal-gatal,

**KONSULTASIKAN DENGAN
DOKTER ANDA SEGERA!**

**INFORMASI
KEHATI-HATIAN OBAT
HIDROKSIKLOROKUIN**

Jangan menggunakan hidroksiklorokuin bila memiliki riwayat alergi terhadap hidroksiklorokuin atau klorokuin atau memiliki masalah retina pada mata. Sampaikan kepada dokter jika Anda pernah memiliki riwayat tersebut.

ISPAT GROUP**PEDOMAN PENCEGAHAN VIRUS CORONA COVID-19
DITEMPAT KERJA ERA NEW NORMAL****FAVIPIRAVIR****INFORMASI PRODUK
FAVIPIRAVIR (AVIGAN®) UNTUK
PASIEN**

Favipiravir (AVIGAN®) merupakan golongan obat keras yang penggunaannya harus dalam pengawasan dokter.

**KHASIAT/MANFAAT OBAT
FAVIPIRAVIR (AVIGAN®)**

Badan POM memberikan persetujuan penggunaan *emergency* (darurat) favipiravir untuk mengobati COVID-19.
Hanya untuk pasien dewasa.

**EFEK SAMPING OBAT
FAVIPIRAVIR (AVIGAN®)**

- Gangguan saluran cerna (diare)
- Peningkatan kadar asam urat

Kejadian efek samping sangat dipengaruhi oleh kondisi individu.

Efek samping yang paling umum dilaporkan adalah gangguan saluran cerna berupa diare, mual, muntah, sakit perut, perut tidak nyaman, radang perut, tukak lambung. Favipiravir juga dapat menyebabkan gangguan hati dan penurunan produksi sel darah merah. Pada beberapa orang, favipiravir dapat menyebabkan gatal dan eksim.

Jika terjadi efek samping yang serius,
**KONSULTASIKAN DENGAN DOKTER ANDA
SEGERA!**

ISPAT GROUP



PEDOMAN PENCEGAHAN VIRUS CORONA COVID-19
DITEMPAT KERJA ERA NEW NORMAL



**INFORMASI KEHATI-HATIAN
OBAT FAVIPIRAVIR (AVIGAN®)**

- Jangan menggunakan favipiravir jika Anda sedang hamil.
- Diskusikan dengan dokter jika Anda sedang merencanakan kehamilan pada saat Anda harus menggunakan FAVIPIRAVIR (AVIGAN®)
- Apabila Anda sedang menyusui, maka diharuskan untuk menghentikan menyusui karena favipiravir dapat terdistribusi dalam air susu ibu.

**KHASIAT/MANFAAT OBAT
FAVIPIRAVIR (AVIGAN®)**

Badan POM memberikan persetujuan penggunaan *emergency* (darurat) favipiravir untuk mengobati COVID-19. Hanya untuk pasien dewasa.

INFORMATORIUM OBAT COVID-19 DI INDONESIA
bit.ly/InformatoriumObatCOVID19

ISPAT GROUP



PEDOMAN PENCEGAHAN VIRUS CORONA COVID-19
DITEMPAT KERJA ERA NEW NORMAL



**Saluran Komunikasi
Terkait COVID-19**



HOTLINE CENTER CORONA

119 ext 9

INFORMASI DAN PENGADUAN OBAT DAN MAKANAN



bpom_ri



@BPOM_RI



halobpom@pom.go.id



0811 9181 533



bpom.official



0812 1999 9533



Badan POM RI



pom.go.id

ISPAT GROUP



PEDOMAN PENCEGAHAN VIRUS CORONA COVID-19
DITEMPAT KERJA ERA NEW NORMAL

REFERENSI



ISPAT GROUP



PEDOMAN PENCEGAHAN VIRUS CORONA COVID-19
DITEMPAT KERJA ERA NEW NORMAL



SEMANGAT SEHAT!

Hidup bersih dan sehat, jaga kesehatan,
jaga jarak fisik, dan sering cuci tangan!

Tetap

#dirumahaja



bersama
#lawancovid19



ISPAT GROUP



PEDOMAN PENCEGAHAN VIRUS CORONA COVID-19
DITEMPAT KERJA ERA NEW NORMAL



bakti
untuk
negeri



bersama
#lawancovid19



SATGAS PENCEGAHAN DAN PENANGGULANGAN COVID-19 BADAN POM

BIDANG KOMUNIKASI PUBLIK BADAN POM Jl. Percetakan Negara no. 23 Jakarta Pusat

pom.go.id

bpom_ri

bpom.official

bpom_ri

Badan POM RI

ISPAT GROUP



**PEDOMAN PENCEGAHAN VIRUS CORONA COVID-19
DITEMPAT KERJA ERA NEW NORMAL**

ISPAT GROUP



**PEDOMAN PENCEGAHAN VIRUS CORONA COVID-19
DITEMPAT KERJA ERA NEW NORMAL**