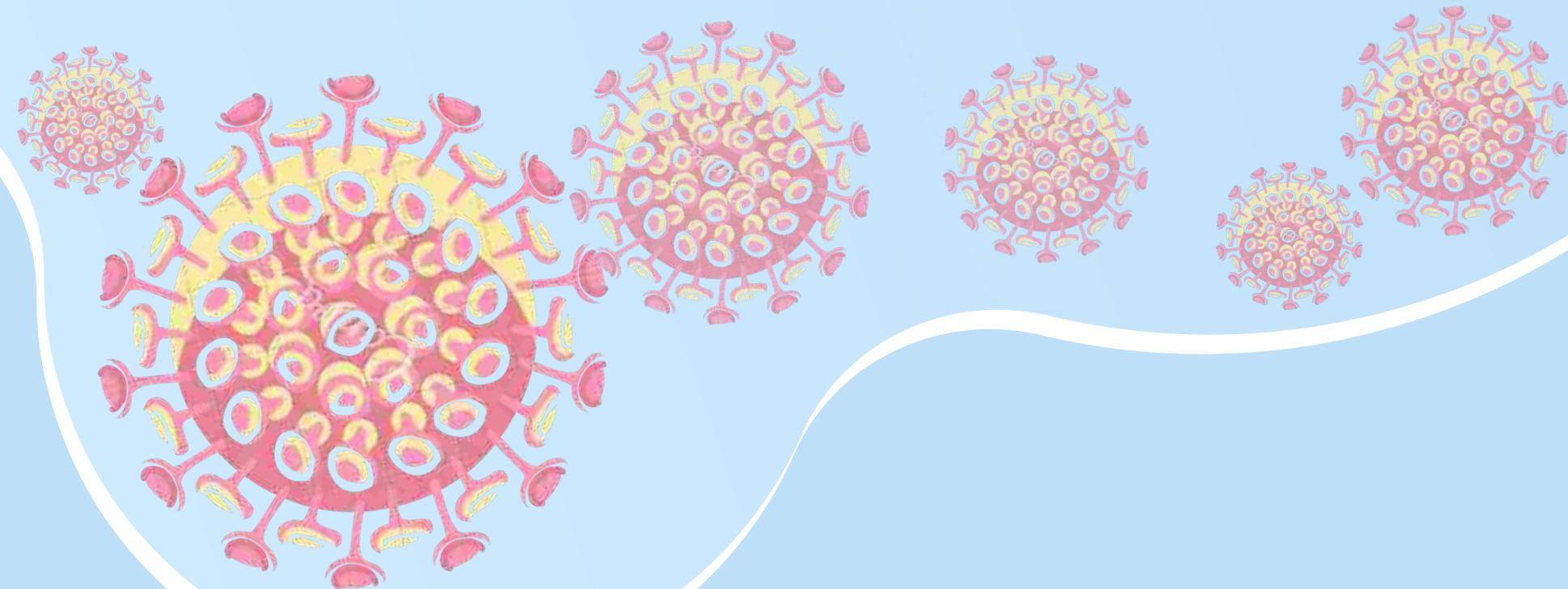


EDISI KHUSUS 23 April 2020

PERMATA SEHAT



AKU KAMU DAN COVID



JILID 2

**All the things
you need to
know about
Covid**

WWW.RSPERMATA.CO.ID

PRAKATA



Direktur RS Permata Keluarga Husada Grup

dr. Heldi Nazir, MARS

Assalamu'alaikum W.W

Kepada Sahabat Permata yang kami banggakan, semoga selalu sehat dan berbahagia.

Saat ini kita semua sedang menghadapi wabah Covid-19, saya yakin dan percaya wabah ini segera berhenti dan aktivitas kita kembali seperti semula. Hal tersebut tentu tidak terwujud jika kita tidak saling bekerjasama dalam menekan penyebarannya. Harapan kami, Sahabat Permata tetap di rumah dan kami disini bekerja memberi pelayanan terbaik yang bisa kami lakukan. Maka dari itu, untuk menemani Sahabat Permata di rumah dan memberikan ilmu pengetahuan dari sumber terpercaya dan terbaru, kami hadirkan **e-book ini**

yang membahas tentang Covid-19 secara komprehensif. Semoga bermanfaat bagi Sahabat Permata dan berdampak baik untuk kita semua. **Wassalamu'alaikum W.W**



Ketua Satgas Covid-19 RS Permata Depok

dr. Margaretha Irene, MARS

Assalamu'alaikum W.W

Kami mendapatkan konsultasi yang sangat banyak dari Sahabat Permata tentang sumber bacaan yang tidak tepat dari media sosial yang beredar di tengah masyarakat. Kami tergerak untuk mengumpulkan keresahan tersebut dan terbentuklah buku ini sebagai ikhtiar kami mengajak masyarakat melawan Covid-19. **Buku ini terdiri dari dua Jilid** yang dikemas semenarik mungkin disertai di dalamnya. Semoga buku bermanfaat bagi

Sahabat Permata semua.
Wassalamu'alaikum W.W



Ketua Satgas Covid-19 RS Permata Bekasi

dr. Guruh Depo Putra, MARS

Assalamu'alaikum W.W

Kepada sahabat Permata yang kami banggakan, tidaklah mudah saat situasi pandemi seperti ini untuk terus di rumah, tapi di rumah juga dapat dibuat menyenangkan bersama keluarga. Mulai dengan menyusun agenda setiap harinya dan mematuhi hal-hal yang sudah direncanakan. Salah satu yang bisa dilakukan ialah dengan membaca hal-hal yang bermanfaat, seperti buku Covid-19 yang kami siapkan untuk Sahabat Permata. Semoga Sahabat Permata senantiasa mendapat perlindungan dari Allah SWT dalam menjalani masa pandemi ini. **Wassalamu'alaikum W.W**

Penasihat

dr. Alfiben, SpOG
dr. Haldi Nazir, MARS

Editor

dr. Hadisono, SpP
dr. Fitrinilla Alresna, SpPD
dr. Dewi Prabarini, SpOG
dr. Diana Papayungan, SpKJ
dr. Fenti Erlianti
Ustadz Hudzaifah bin Muhammad

Penyusun

dr. Fenti Erlianti

Desain

Eselina Agista S.Ikom

Daftar Isi

Tentang Covid : 8-23

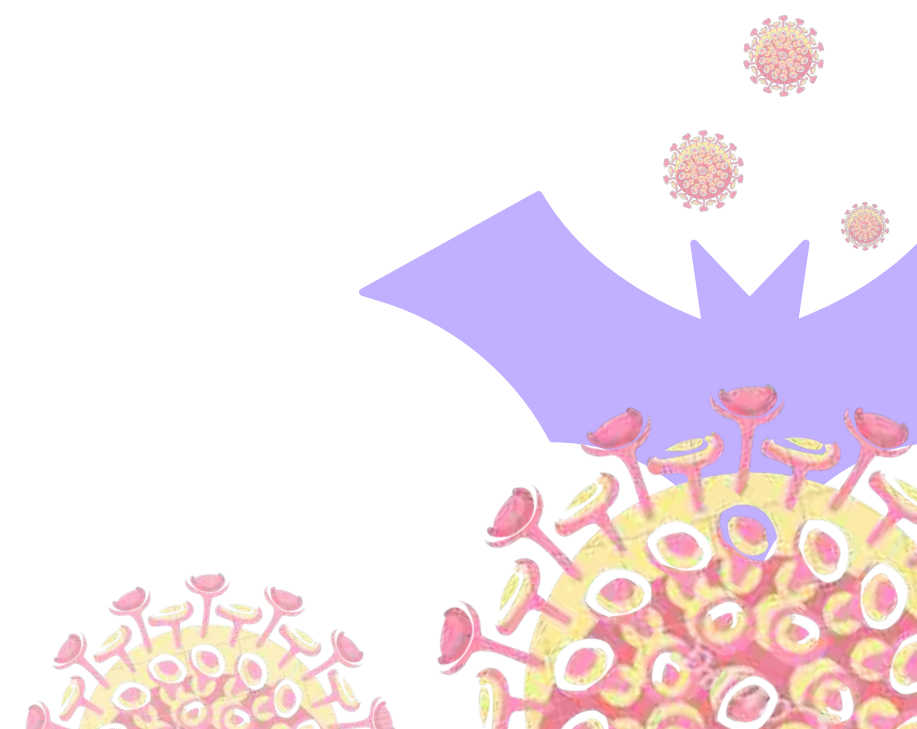
1. Apa itu Covid-19?
2. *Update* kasus Covid-19
3. Penularan Covid-19
4. Tanda dan gejala Covid-19
5. Populasi rentan
6. Mengapa harus dicegah penyebarannya?

KIA dan Covid : 24-29

1. Hubungan Covid-19 dengan ibu hamil
2. Hubungan Covid-19 dengan ibu menyusui
3. Hubungan Covid-19 dengan anak-anak

Melawan Covid : 30-41

1. Langkah-langkah pencegahan Covid-19
2. Cuci tangan yang baik dan benar
3. Kapan perlu mencuci tangan ?
4. Menggunakan sabun/ *handsanitizer*?
5. Syarat menggunakn *handsanitizer*
6. Etika batuk
7. Pentingkah menggunakan masker?
8. Menggunakan masker kain apakah boleh?
9. Cara menggunakan dan melepas masker yang baik
10. Kapan harus menggunakan masker?
11. Membersihkan benda-benda yang paling kotor



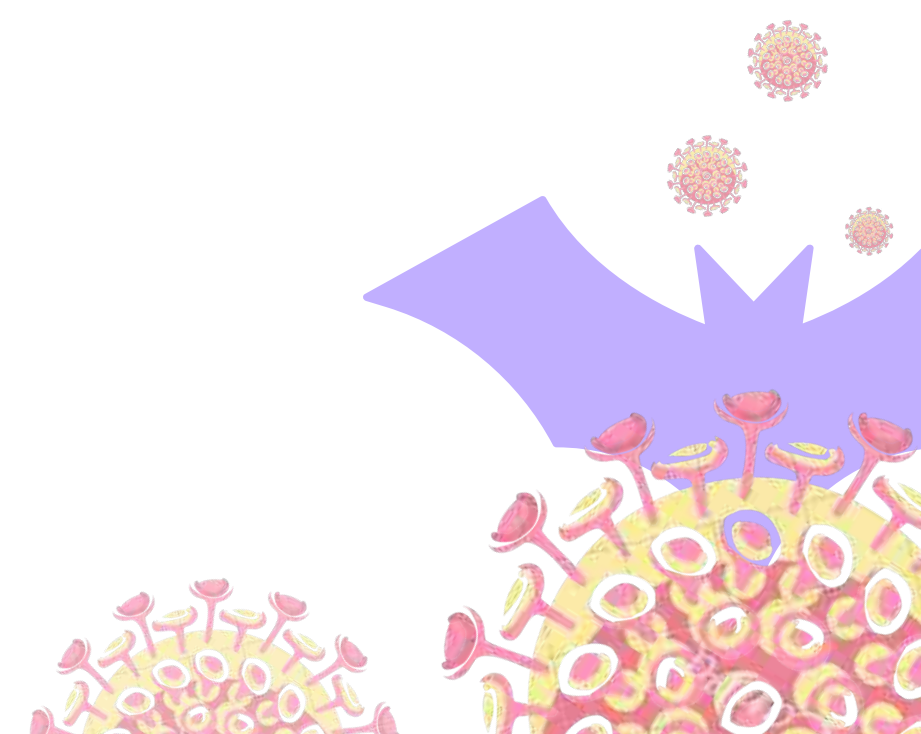
Daftar Isi

Terdampak Covid : 42-50

1. Mengenali status OTG/ODP/PDP/*Confirmed* Covid-19
2. Membedakan Pembatasan fisik/karantina mandiri/isolasi mandiri
3. Tips isolasi mandiri

Tips Menaklukan Covid : 51-72

1. Ketika keluar rumah
2. Memesan barang atau makanan *online*
3. *Driver / rider* yang harus bekerja
4. *Work From Home (WFH)*
5. Alternatif kegiatan ketika karantina di rumah
6. Manajemen keluarga kecil Anda
7. Bekerjasama dengan anak
8. Makanan bergizi dan suplemen meningkatkan imunitas
9. Jenis olahraga di rumah
10. Pengelolaan orang dengan penyakit kronik
11. Solusi bersama jika terpaksa harus mudik
12. Menjaga kesehatan mental



Daftar Isi

Pendeteksian Covid : 8-21

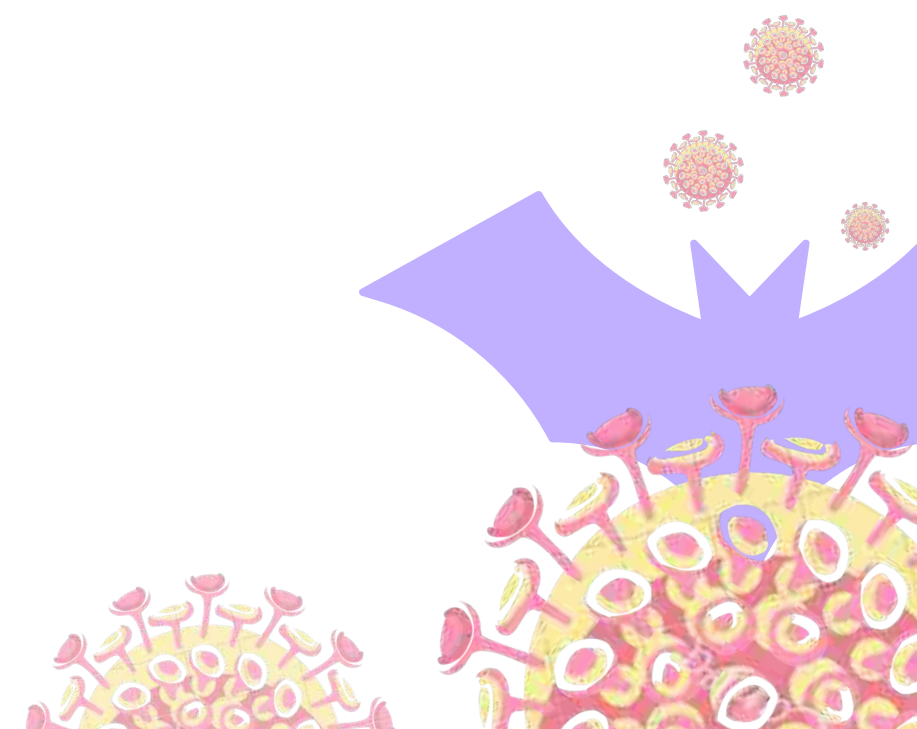
1. Kapan harus ke rumah sakit?
2. Kondisi kegawatdaruratan
3. Mengenal *Rapid test*
4. Analisis hasil *Rapid test*
5. Laboratorium Covid-19 di Indonesia

Pengendalian Covid : 22-35

1. Catatan harian (*Tracking*)
2. Cara membuang sampah medis rumah tangga
3. Waspada Covid di sekolah
4. Kekarantinaan kesehatan
5. Menjadi relawan kebaikan
6. Perilaku pencegahan sederhana bagi tenaga medis
7. Tingkatan APD fasilitas kesehatan
8. Daftar Rumah Sakit rujukan
9. *Hotline* Covid-19

Bilik Islami : 36-51

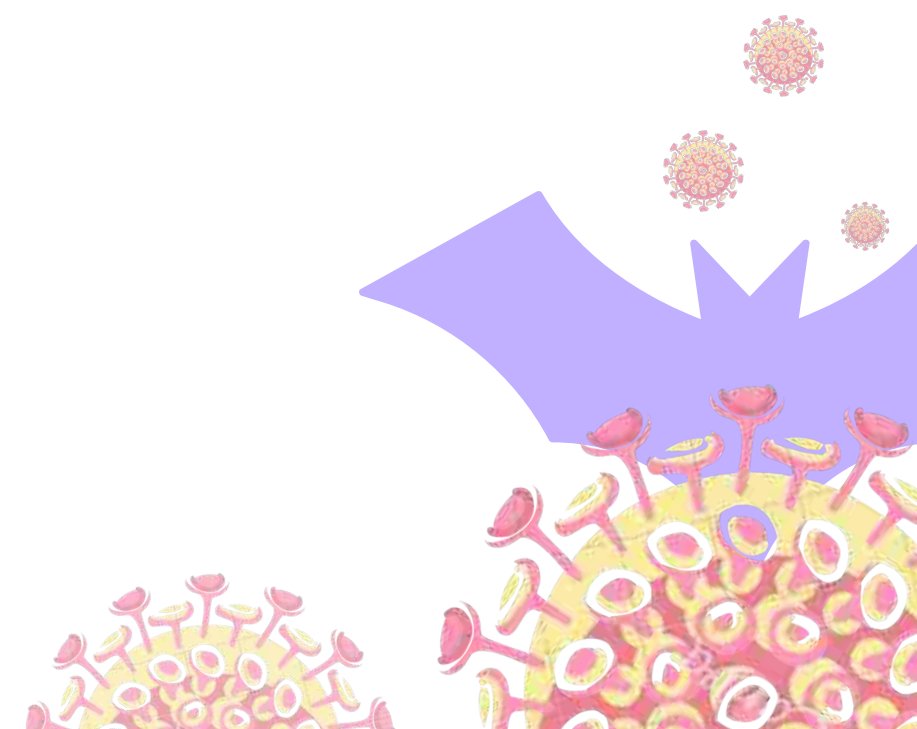
1. Islam memandang wabah
2. Fatwa MUI Sholat di masjid
3. Perawatan masjid
4. Fatwa MUI Sholat jenazah
5. Stop Stigma Jenazah Covid-19!
6. Fatwa MUI Sholat dengan APD
7. Tips mendekatkan diri kepada Rabb bagi pasien
8. Pesan semangat bagi tenaga kesehatan



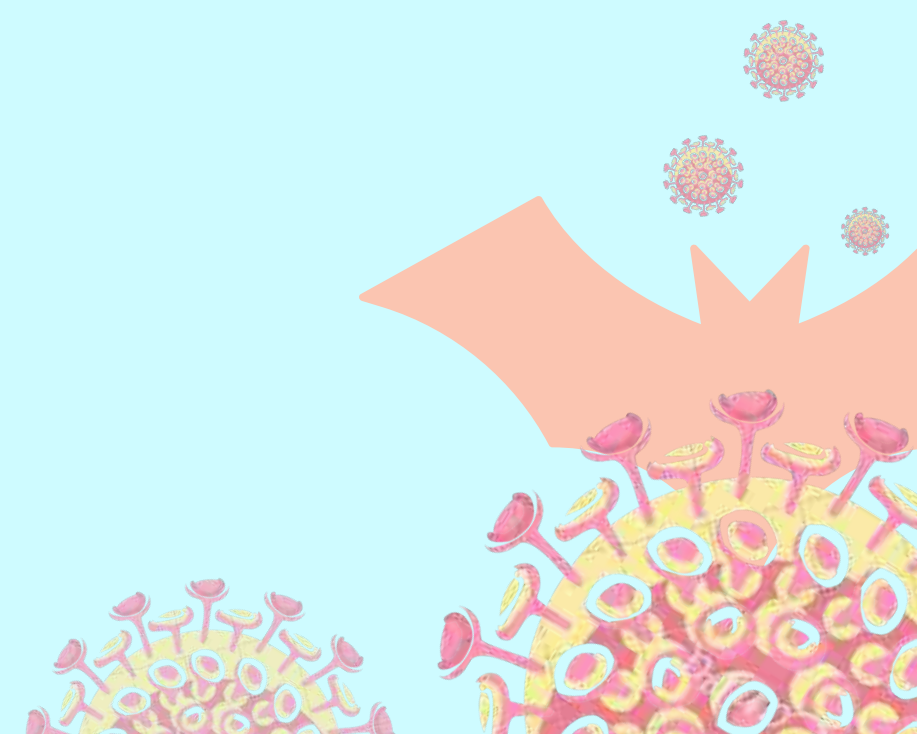
Disclaimer

E-book ini ditujukan kepada masyarakat luas agar mengenal Covid-19 secara menyeluruh dan memahami bagaimana dalam bersikap dan berperilaku yang sesuai saat pandemi seperti ini.

E-book ini hanya sebagai bahan edukasi. Sehingga tidak diperkenankan sebagai bahan pertimbangan medis pada suatu kondisi tertentu.



Pendeteksian Covid

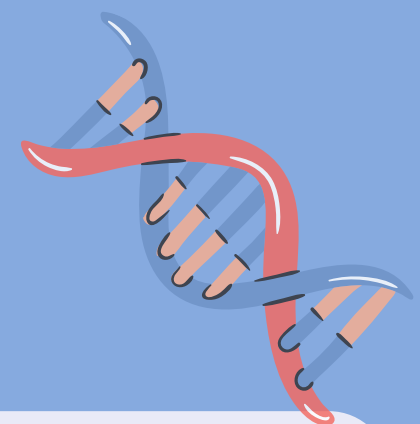


SIAPA YANG HARUSNYA KE RUMAH SAKIT?

Fasilitas kesehatan dan tenaga medis terbatas. Maka fasilitas kesehatan yang ada diperuntukan utamanya kepada pasien dengan risiko gejala berat

PANDEMI COVID-19

Siapa yang perlu memeriksakan diri ke Rumah Sakit?



Pernah kontak dengan pasien positif Covid-19 / pasien demam/ISPA(berada dalam satu ruangan yang sama/kontak dalam jarak 1 meter) **ATAU** pernah berkunjung ke negara/daerah endemis Covid-19 dalam 14 hari terakhir ?

YA

TIDAK

Sedang atau pernah mengalami :
- demam ($>38^{\circ}\text{C}$)
- batuk
- sesak napas
- pilek

Sedang atau pernah mengalami :
- demam ($>38^{\circ}\text{C}$)
- batuk
- sesak napas
- pilek

YA

TIDAK

YA

TIDAK

Hubungi **119 EXT 9** atau periksakan diri ke Rumah Sakit rujukan Covid-19 di daerah Anda

Karantina diri Anda selama 14 hari terhitung setelah kontak atau kunjungan

Periksakan diri ke dokter terdekat dan istirahat yang cukup

Anda tidak perlu periksakan diri di Rumah Sakit, selalu jaga kesehatan Anda

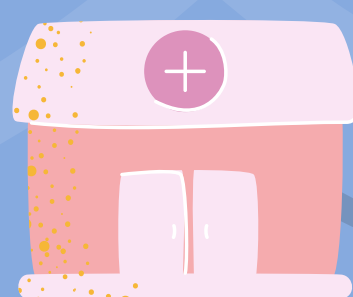
Selama karantina diri Anda mengalami :
- demam ($>38^{\circ}\text{C}$)
- batuk
- sesak napas
- pilek

Hubungi **119 EXT 9** atau periksakan diri ke Rumah Sakit rujukan Covid-19 di daerah Anda

YA

TIDAK

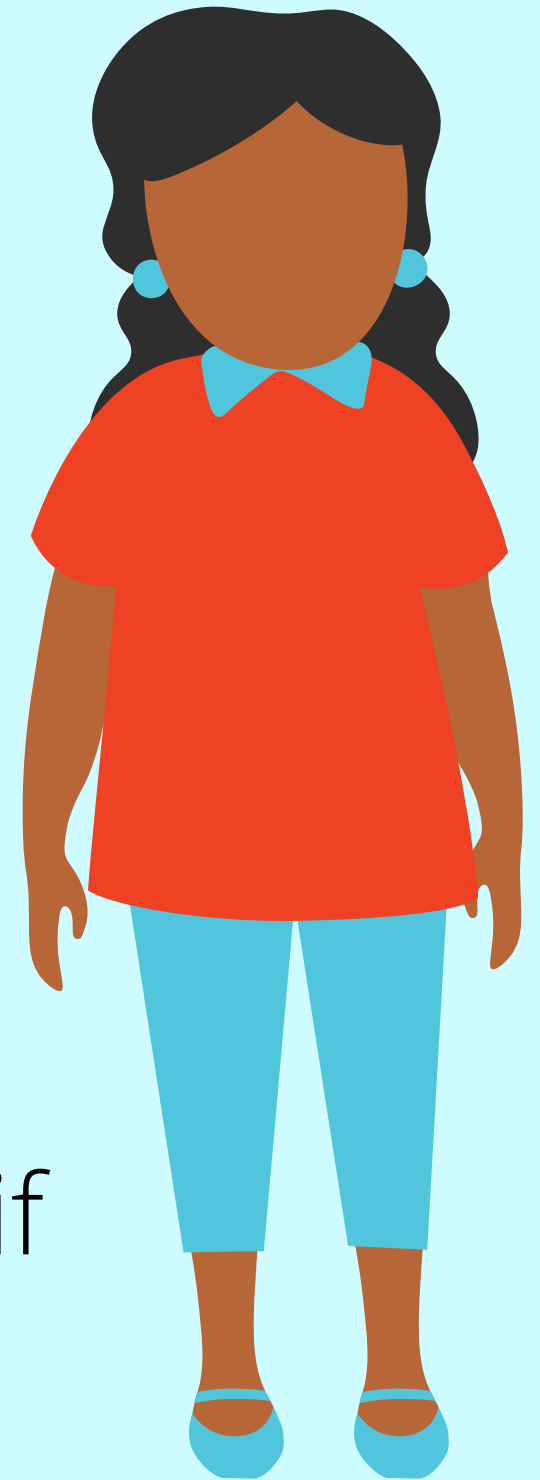
Anda tidak perlu periksakan diri di Rumah Sakit, selalu jaga kesehatan Anda



KONDISI KEGAWATDARURATAN

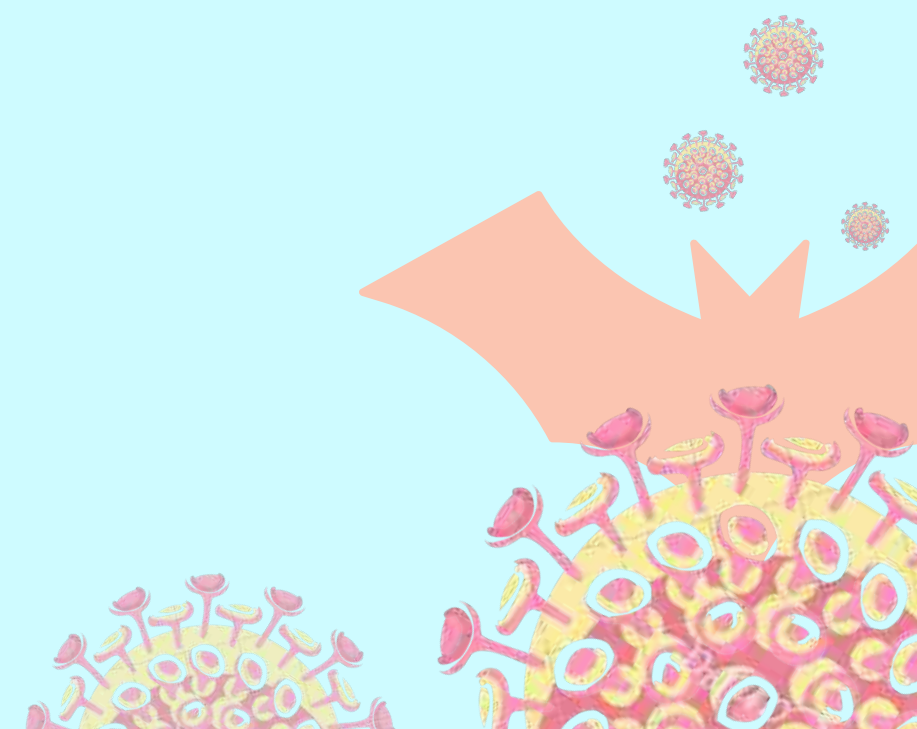
Tunda ke dokter ANAK kecuali :

- Demam tinggi 3 hari atau lebih
- Diare dan muntah terus menerus
- Sesak napas
- Tidak mau makan dan minum
- Perdarahan banyak
- Bentol kemerahan seluruh tubuh
- Kejang dua kali atau lebih
- penurunan kesadaran atau anak tidak aktif
- Imunisasi dapat ditunda maksimal 2 minggu.

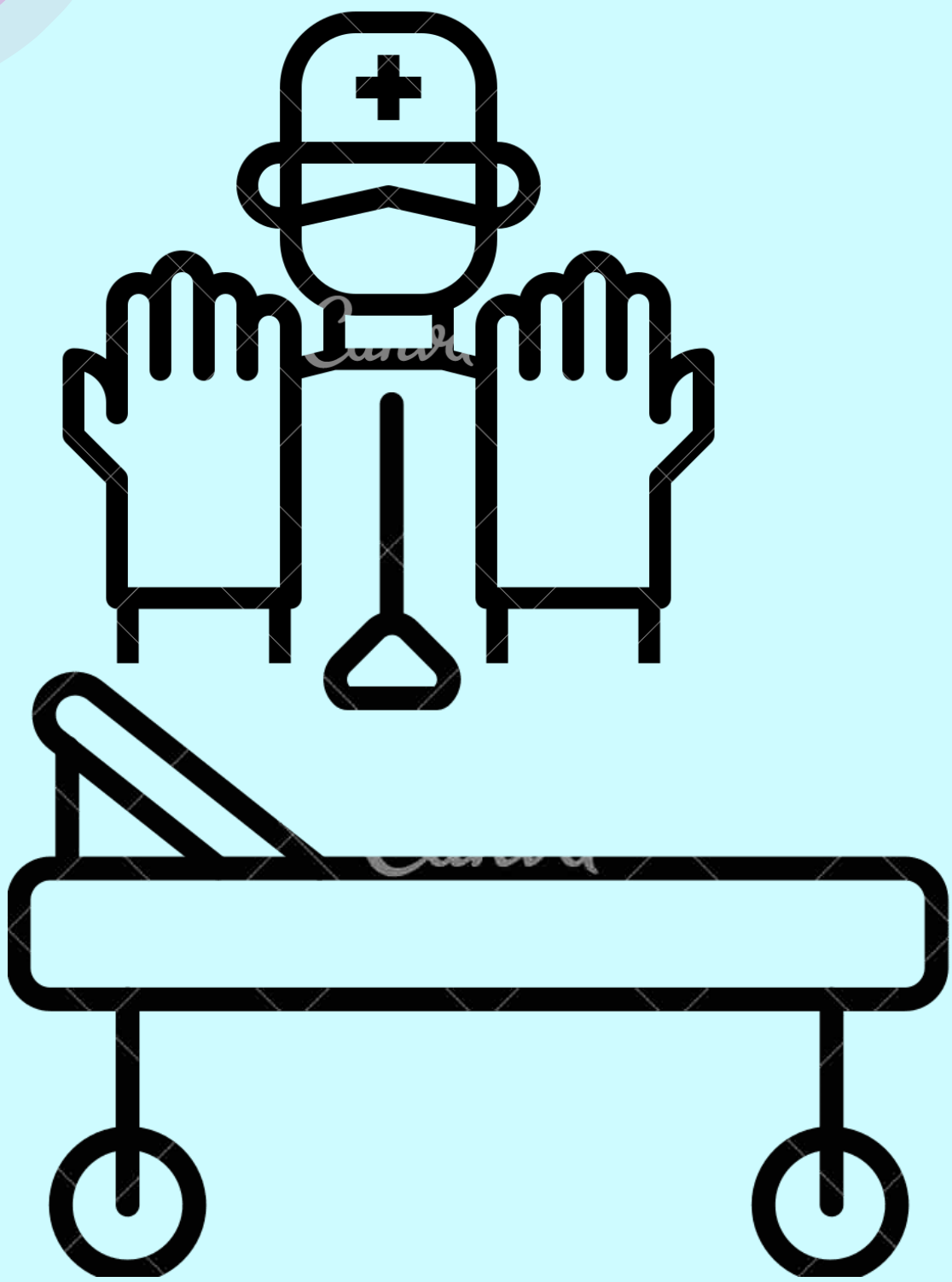


Tunda ke dokter KANDUNGAN kecuali :

- Muntah hebat
- Perdarahan
- Kontraksi atau nyeri perut hebat
- Pecah ketuban
- Tekanan darah tinggi
- Nyeri kepala hebat
- Tidak merasakan gerakan janin
- Kejang



KONDISI KEGAWATDARURATAN

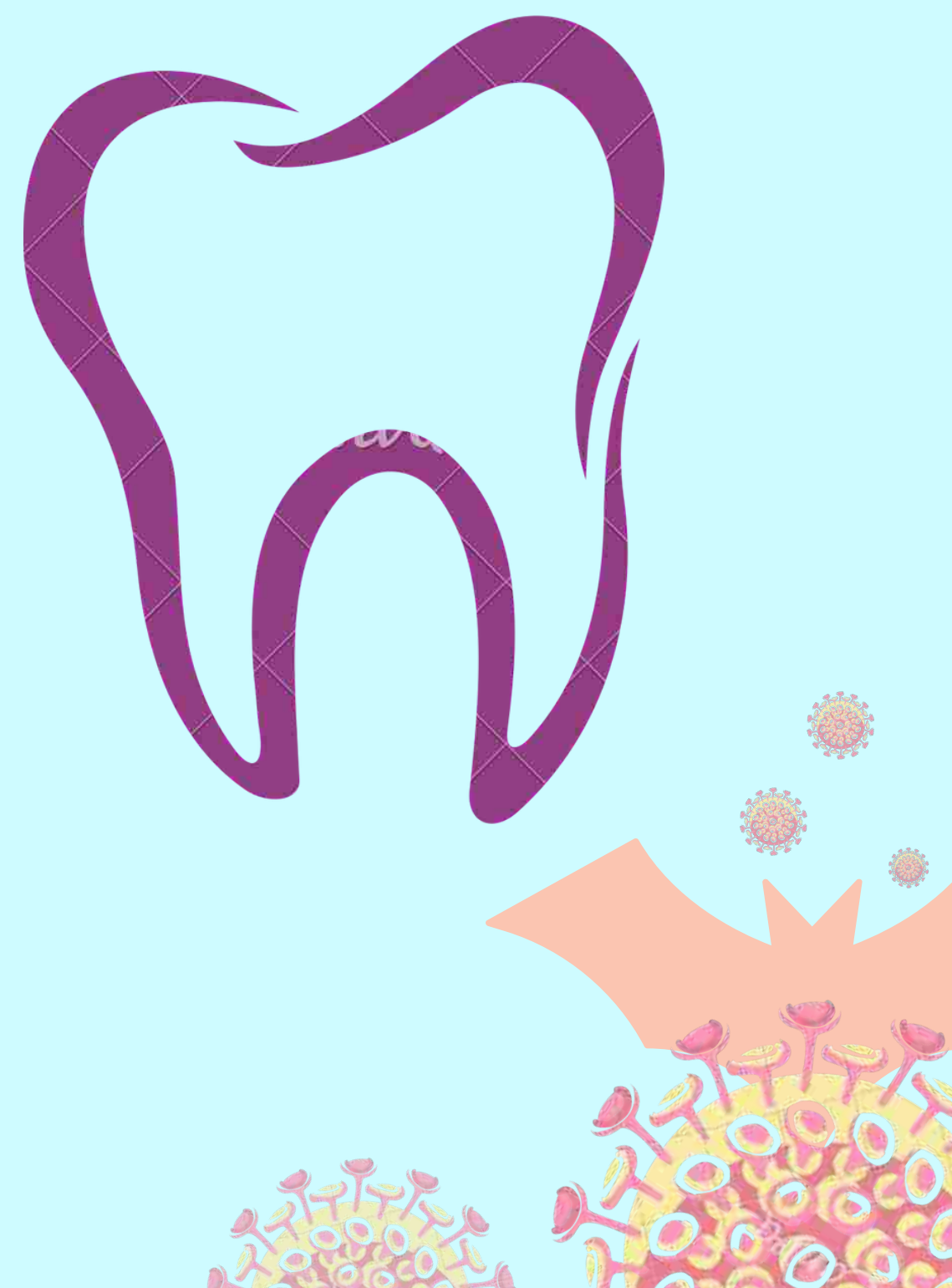


Tunda ke dokter **BEDAH** kecuali :

- Luka dengan perdarahan hebat
- Hernia disertai nyeri, tidak bisa BAB/Flatus /muntah
- Nyeri perut semakin lama semakin berat
- Tidak bisa BAB atau flatus
- Tidak bisa BAK
- Perdarahan saluran cerna mendadak
- Benjolan disertai nyeri dan kemerahan
- Benda asing dalam tubuh

Tunda ke dokter **GIGI** kecuali :

- Perdarahan yang tidak dapat berhenti
- Infeksi/bengkak yang menyebabkan sulit bernapas
- Gigi lepas secara mendadak
- Sakit gigi tidak tertahankan



KONDISI KEGAWATDARURATAN

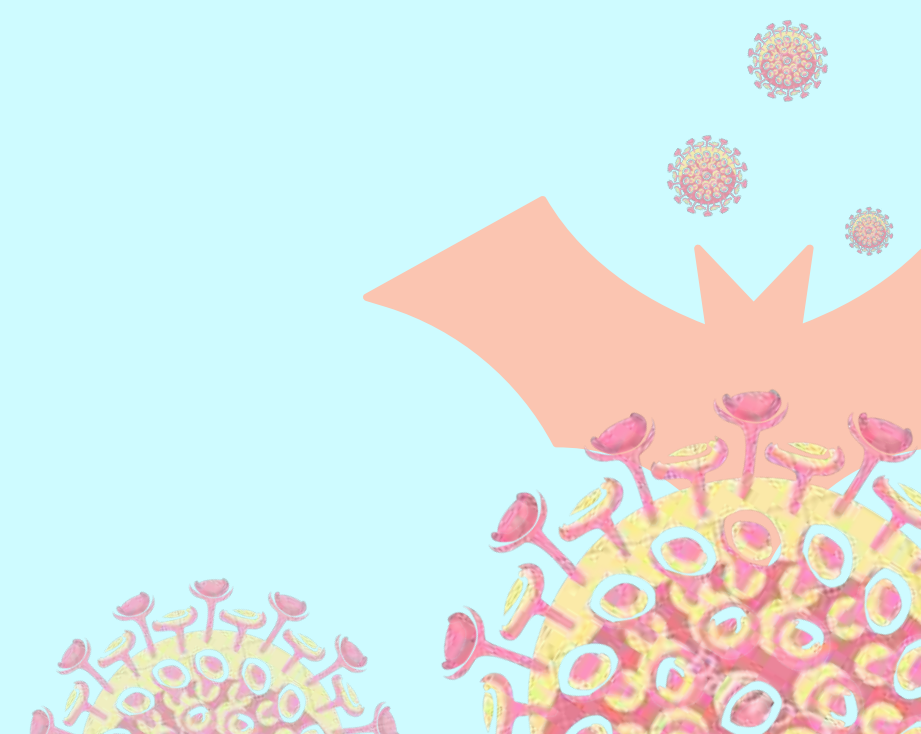
Tunda ke dokter ORTHOPAEDI & TRAUMATOLOGI kecuali :

- Kecurigaan patah tulang dengan/tanpa luka terbuka
- Infeksi tulang/sendi yang ditandai kemerahan, bengkak dan demam
- Dislokasi / pergeseran sendi
- Nyeri hebat paa otot/tulang yang tidak reda dengan obat nyeri
- Kelemahan anggota gerak mendadak disertai gangguan BAK / BABHubungi RS terlebih dahulu sebelum kontrol pasca operasi



Tunda ke dokter MATA kecuali :

- Mata merah
- Buram mendadak
- Trauma mata
- Nyeri hebat
- Pasca operasi kurang dari sebulan, ikuti jadwal kontrol sesuai intruksi dokter



KONDISI KEGAWATDARURATAN

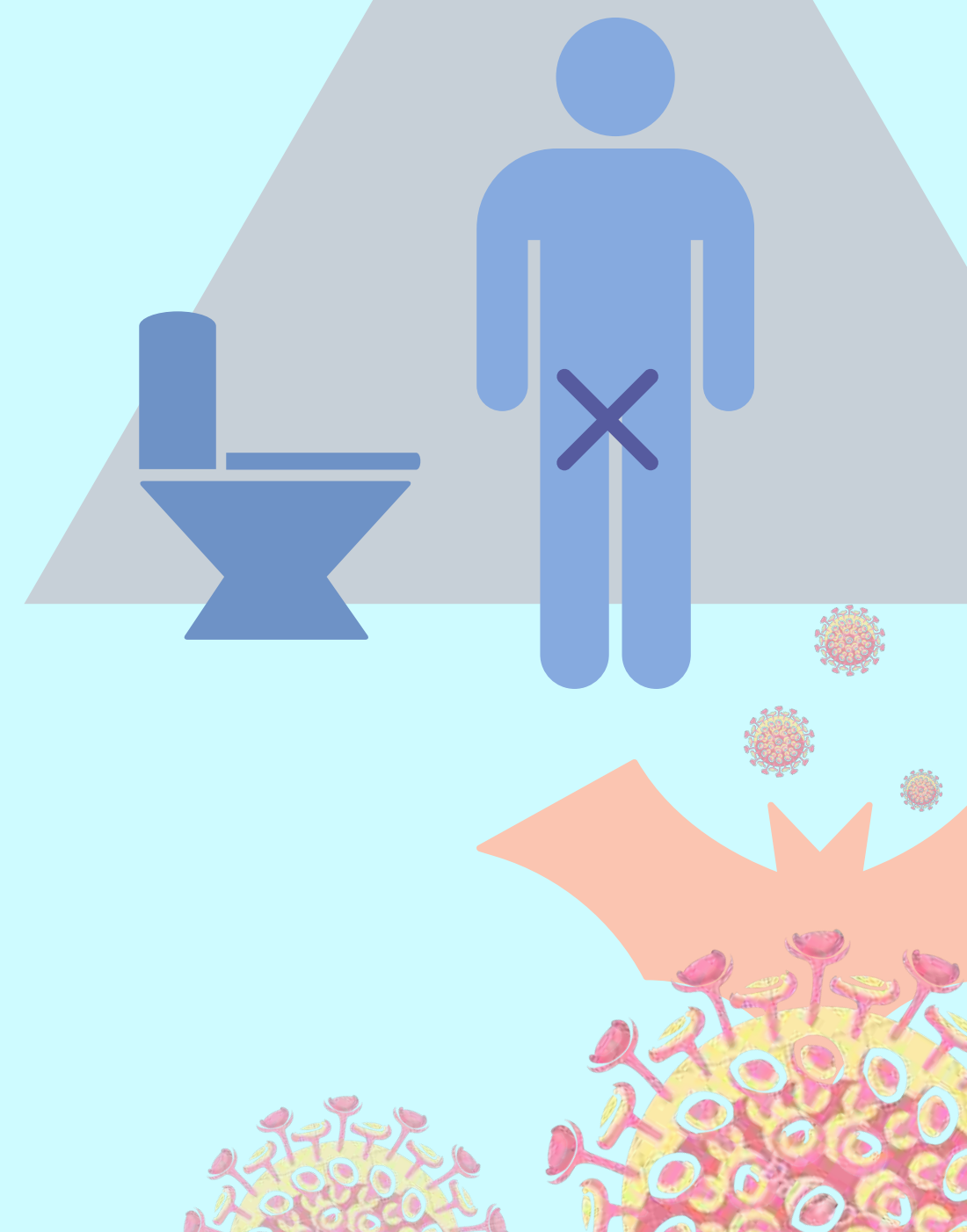
Tunda ke dokter JANTUNG kecuali :

- Sesak yang : memberat dengan posisi tidur, tidak bisa tidur posisi rata, disertai batuk riak berdahak pink.
- Nyeri dada yang seperti ditindih/ditimpa beban berat, menjalar ke lengan atau leher atau punggung, disertai mual, muntah dan keringan dingin.
- Jika obat rutin habis, ikuti jadwal kontrol sesuai instruksi dokter.



Tunda ke dokter UROLOGI kecuali :

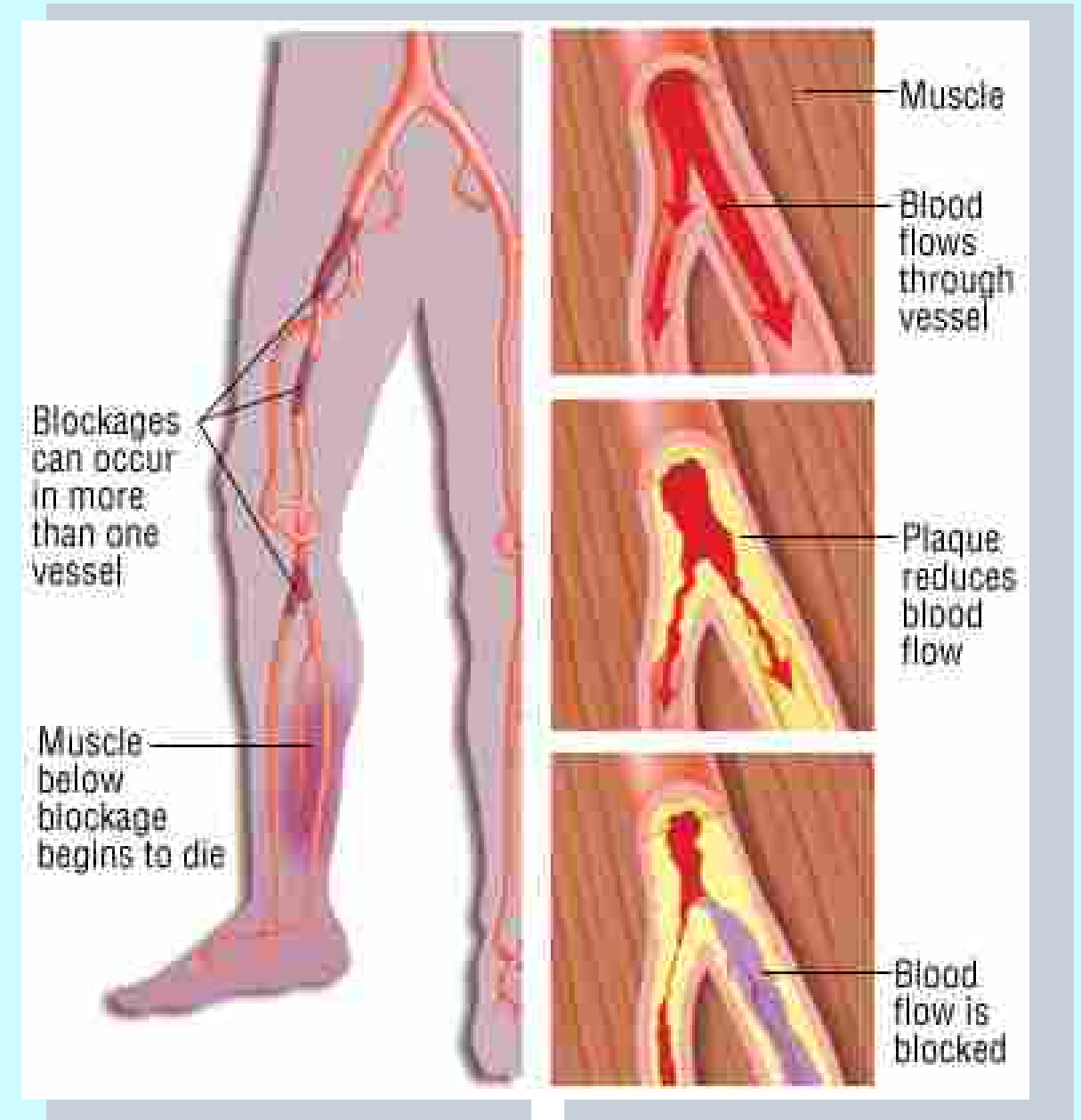
- Tidak bisa buang air kecil
- Tidak buang air kecil sama sekali
- Buang air kecil berwarna merah
- Nyeri pinggang hebat
- Ereksi terus menerus (priapismus)
- Nyeri hebat pada kantung buah zakar



KONDISI KEGAWATDARURATAN

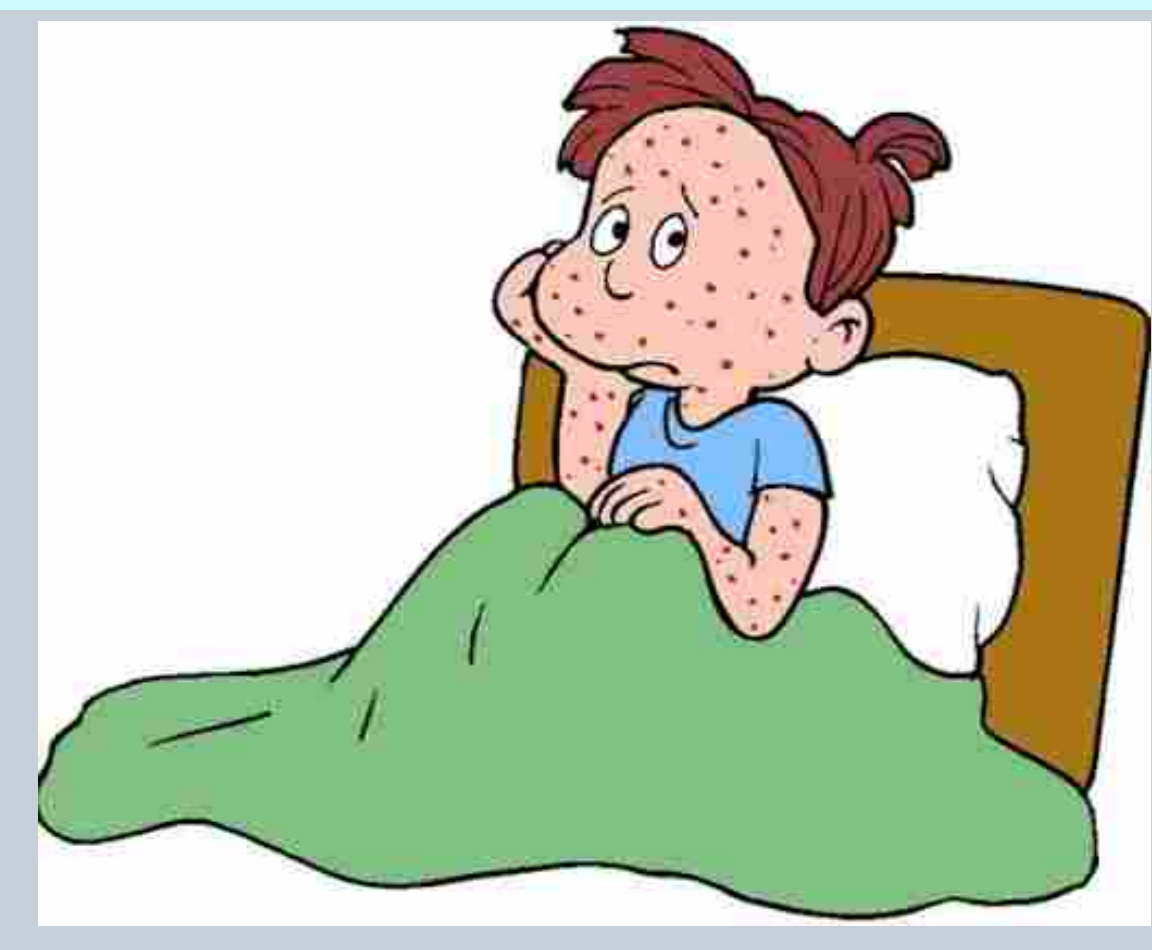
Tunda ke dokter **BEDAH** **VASKULAR** kecuali :

- Akses hemodialisa macet
- Kecelakaan/cedera dengan curiga rusak pembuluh darah
- Nyeri hebat pada tungkai atau lengan disertai kebiruan
- Nyeri pada tungkai disertai bengkak dan kulit kemerahan
- Borok pada kaki penderita DM disertai demam
- Benjolan berdenyut pada perut yang disertai nyeri



Tunda ke dokter **KULIT** **KELAMIN** kecuali :

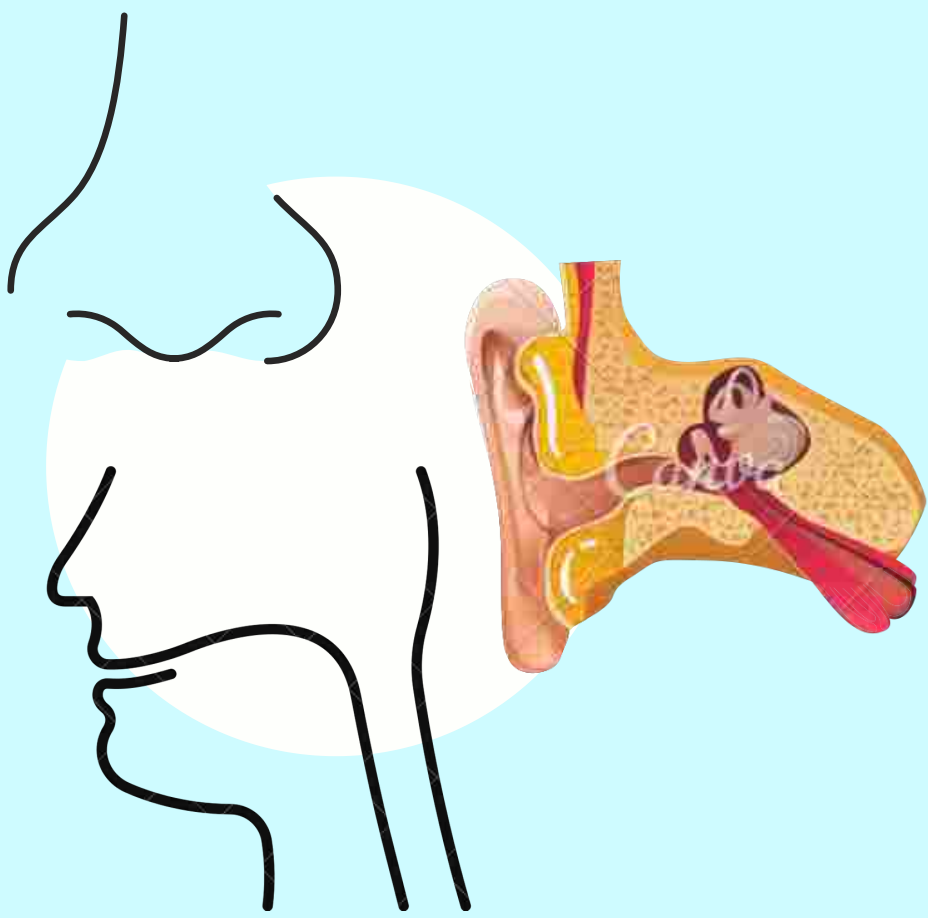
- Lepuh yang luas
- Ruam kulit luas
- Lepuh disertai lecet di (mata, mulut atau kelamin)
- Biduran dengan bengkak di mata atau bibir
- Bercak kulit disertai nyeri



KONDISI KEGAWATDARURATAN

Tunda ke dokter THT kecuali :

- Mimisan banyak tidak berhenti
- Keluar cairan telinga disertai demam, sakit kepala hebat
- Kemasukan benda asing ke telinga, hidung, tenggorok dan saluran napas
- Trauma pada wajah dan leher
- Penurunan pendengaran secara drastis dan tiba-tiba
- Sakit telinga hebat disertai pilek
- Nyeri wajah/dahi hebat (pada dugaan sinusitis)
- Nanah (abses) daerah leher



Tunda ke dokter **BEDAH PLASTIK** kecuali :

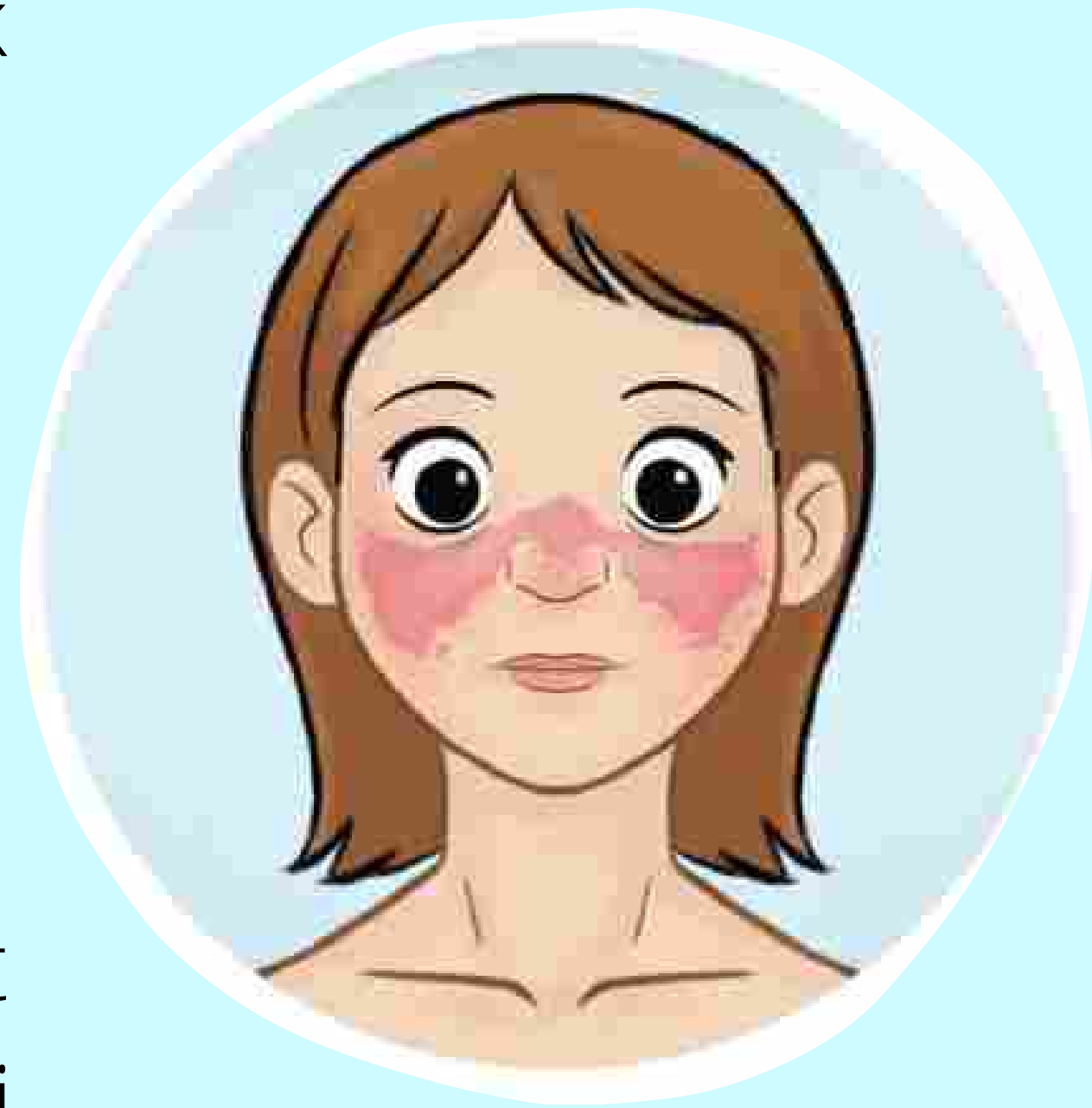
- Luka bakar
- Trauma tulang wajah
- Penis putus
- Jari atau tangan putus
- Terlindas dan kulit terkelupas
- Robekan wajah dengan perdarahan tidak berhenti



KONDISI KEGAWATDARURATAN

Tunda ke dokter RHEUMATIK DAN AUTOIMUN kecuali :

- Sendi makin sakit atau bengkak
- Ruam merah kulit meluas
- Kejang atau tidak sadar atau mengantuk terus
- Perdarahan
- Penurunan penglihatan atau pendengaran tiba-tiba
- Pucat dan lemas semakin berat
- Ujung jari menghitam dan nyeri
- Sesak napas
- Demam tinggi



Tunda ke dokter ONKOLOGI RADIASI kecuali :

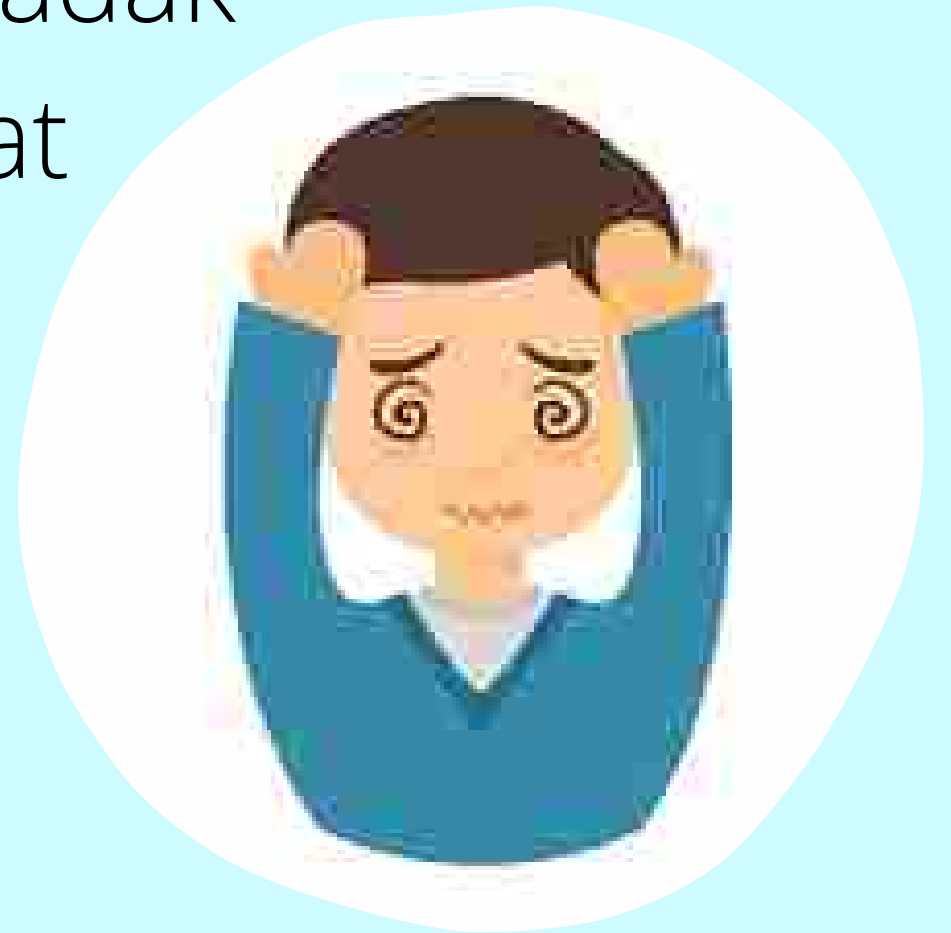
- Pasien yang sedang menjalani terapi sinar
- Pasien baru dengan surat mendesak (cito)
- Timbul gejala yang berat pasca radiasi



KONDISI KEGAWATDARURATAN

Tunda ke dokter SARAF kecuali :

- Nyeri hebat yang tidak membaik dengan obat
- Kelumpuhan/kelemahan tubuh mendadak
- Pusing berputar dengan muntah hebat
- Kejang
- Penurunan kesadaran
- Sulit berbicara / pelo mendadak



Tunda ke dokter PSIKIATER kecuali :

- Pikiran / perilaku bunuh diri
- Perilaku kekerasan yang membahayakan
- Perilaku dan atau emosi yang tidak terkontrol



Tunda ke dokter REHABILITASI MEDIK kecuali :

Nyeri hebat (VAS 7-10) tidak hilang dengan kompres hangat atau dingin, istirahat, tidur angkat kaki, latihan ringan, konsumsi obat nyeri sesuai anjuran dokter.

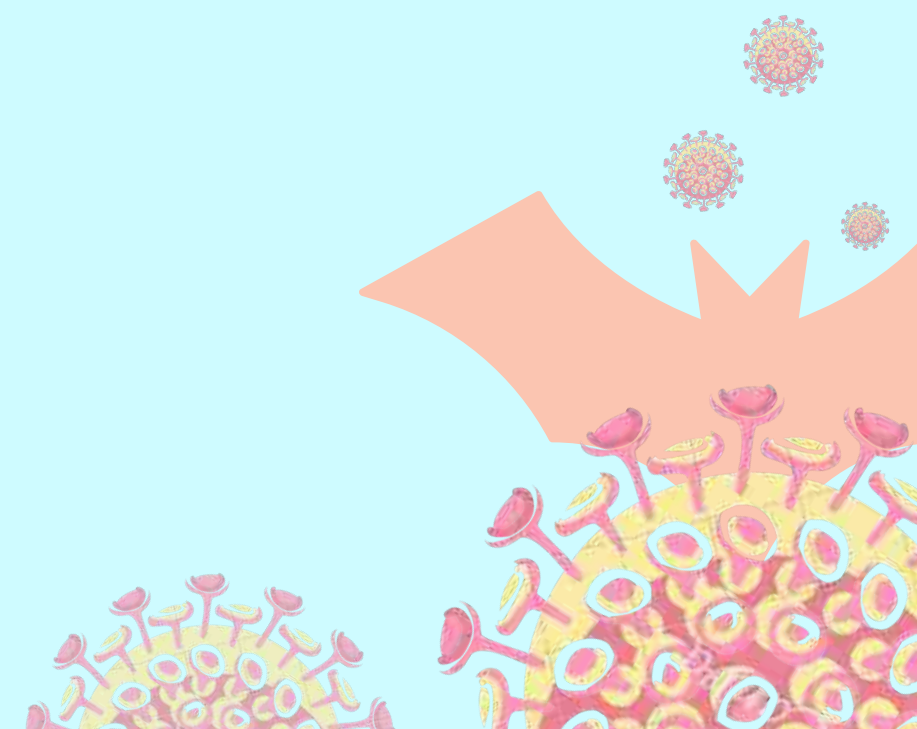


RAPID DIAGNOSTIC TEST COVID-19

RAPID DIAGNOSTIC TEST (RDT) adalah alat pendeteksi antibodi atau antigen virus dari serum darah yang dapat menunjukkan hasil dengan cepat (rata-rata 30-60 menit). Hasil pemeriksaan RDT-Antibodi atau RDT-Antigen tetap dikonfirmasi dengan Real Time PCR (RT-PCR) sebagai diagnostik pasti Covid-19 (rata-rata 4-6 jam).



- RDT-Antibodi Covid-19 adalah sebuah alat test cepat dari sampel darah yang mendeteksi imun seseorang yang pernah diserang oleh virus SARS COV-2.
- RDT-Antigen Covid-19 adalah sebuah alat test cepat dari sampel darah yang mendeteksi virus SARS COV-2.
- RT-PCR Covid-19 adalah alat uji diagnostik pasti yang mendeteksi partikel genetik virus SARS COV-2 (RNA). Sampel dari usap tenggorok atau saluran napas yang lain.



RAPID TEST

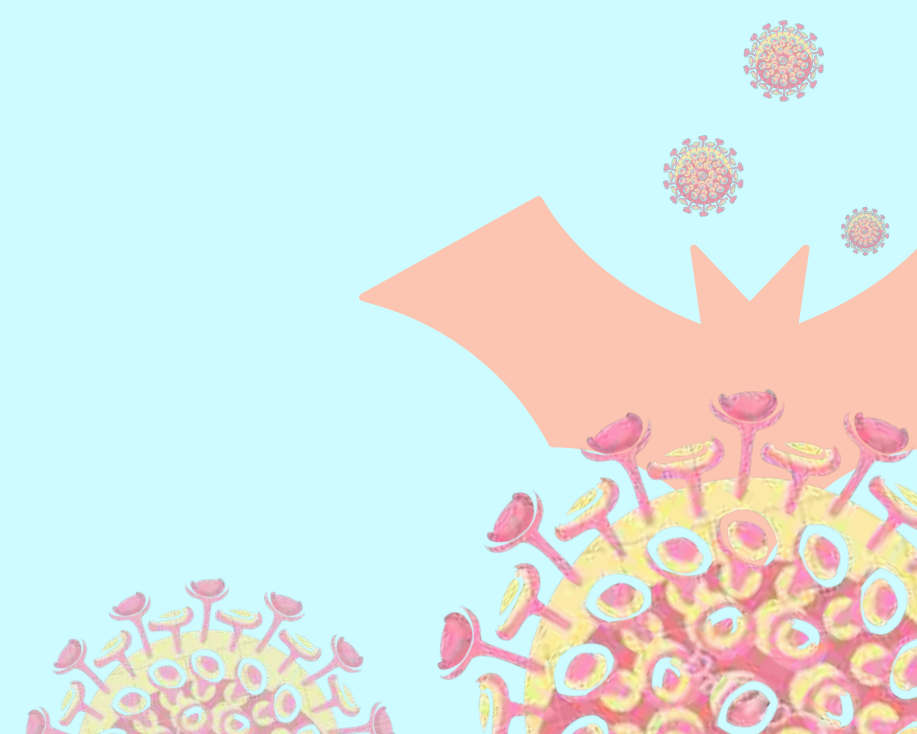
Sekali lagi, Rapid Test ini tujuannya bukan untuk diagnostik pasti melainkan untuk :

1. Mendeteksi dini, apakah ada kemungkinan terinfeksi Covid-19 atau tidak.
2. Mengisolasi pasien yang hasilnya positif (mandiri/rawat inap) dan diperiksa lebih lanjut dengan Real Time PCR sebagai diagnostik pasti. Jika hasilnya negatif, juga tidak diizinkan keluar rumah, tetap karantina diri, 7-10 hari diperiksa kembali.
3. Menciptakan kewaspadaan yang lebih bagi pasien dan tenaga medis dalam menyaring pasien yang sudah terinfeksi.

Yang digunakan di Indonesia saat ini hanya RDT-Antibodi Covid-19, belum menggunakan RDT-Antigen. Adapun RDT-Antibodi tersebut antara lain :

1. OnSite COVID-19 IgG/IgM Rapid Test
2. COVID-19 IgG/IgM Rapid Test Cassette (Whole Blood/Serum/Plasma)
3. 2019-nCoV Ab Test (Colloidal Gold) (IgM/IgG Whole Blood/Serum/Plasma Combo)
4. STANDARD Q COVID-19 IgM/IgG Duo Test – SD BIOSENSOR, Inc.
5. VivaDiag COVID-19 IgM/IgG Rapid Test
6. Wondfo SARS-CoV-2 antibody test (Lateral Flow Method)
7. Cellex qSARS-CoV-2 IgGIgM Cassette Rapid Test (Lateral flow method)
8. COVID-19 IgG/IgM Rapid Test Cassette

Note : hanya boleh digunakan oleh dokter/profesional



RAPID TEST

Masyarakat umum yang ingin tahu status kesehatan dirinya

Hubungi Call center:
1. BNPB 117
2. Kemenkes 119 ext 9
3. Kanal info lainnya

Masyarakat umum yang merasa ada kontak erat dengan orang COVID-19 positif

Orang Tanpa Gejala (OTG)

Rapid test

Negatif

PHBS

Positif

Karantina Rumah
14 hari

Orang yang datang dengan salah satu gejala (demam, batuk menetap, sakit tenggorokan)

Orang Dalam Pemantauan (ODP)

Rapid test

Negatif

Di tes ulang dalam waktu 10 hari

Positif

Isolasi Diri Di Rumah

Orang dengan gejala Demam menetap, Infeksi saluran napas (meningkatkan frekuensi napas dan batuk), Penurunan kesadaran

Pasien Dalam Pengawasan (PDP)

Rapid test

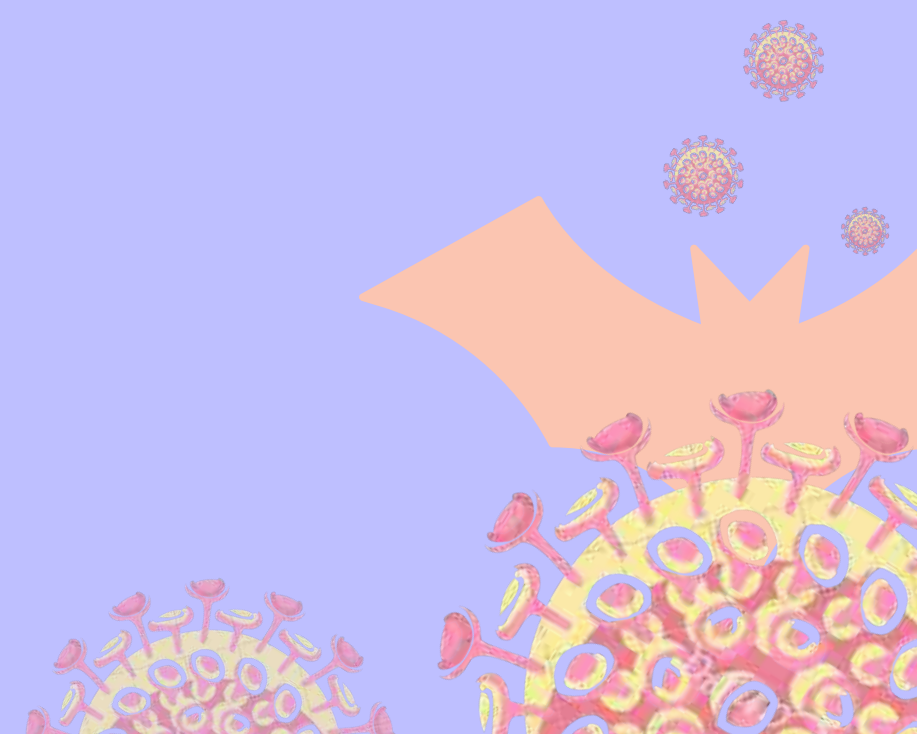
Negatif

Pengobatan sesuai gejala

Positif

1. Ringan: Isolasi Rumah
2. Sedang: Isolasi RS Darurat
3. Berat: Isolasi RS Rujukan

Pengendalian Covid



PENTINGNYA MENULIS BUKU HARIAN

Tahukah anda menulis catatan harian sangat penting untuk pengendalian penularan Covid-19 ?

Tujuan menulis catatan harian :

1. Jika Anda positif Covid-19 (semoga tidak) dapat mengabarkan orang-orang yang kontak dengan Anda untuk dilakukan pemeriksaan.
2. Jika orang yang pernah berkontak dengan Anda positif Covid-19, Anda juga dapat melaporkan ke fasilitas kesehatan untuk dilakukan pemeriksaan.
3. Jika Anda bergejala, pantau perkembangan kesehatan Anda. Catat suhu dan keluhan lainnya yang timbul.



PENTINGNYA MENULIS BUKU HARIAN



Contoh penulisan catatan harian

Senin, 5 April 2020

07.30 : Berangkat kerja naik motor. Kondisi sehat walafiyat.

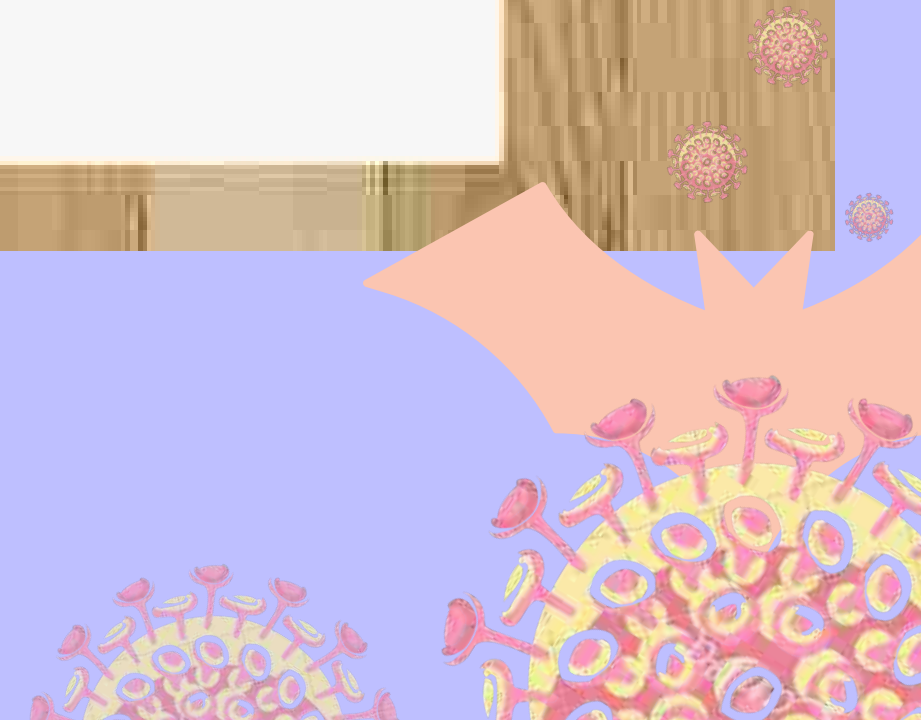
08.00 -12.00 : Di kantor, aku sudah jaga jarak dengan yang lain minimal 1 meter.

12.30 : Makan siang bareng Selin, lupa jaga jarak.

13.30 : Dipanggil dokter Heldi ke ruangnya, masih jaga jarak, aku pakai pulpen dokter Heldi ketika tanda tangan.

14.00 : Pulang kerja langsung ke parkiran naik motor. kertas parkiran aku pegang dengan tisu saat memberi ke petugasnya. Sampai rumah sehat walafiyat.

**Dari catatan di atas, kontak yang paling dekat
ialah dengan Selin dan dr. Heldi, semoga aku sehat
dan mereka juga sehat.**



PENGOLAHAN SAMPAH MEDIS DI RUMAH

sampah medis rumah tangga ialah sampah yang dipakai oleh OTG/ODP/PDP di rumah

JENIS SAMPAH MEDIS



CARA MEMBUANGNYA

- Pisahkan sampah medis dengan sampah yang lain
- Beri tanda X pada bungkus sampah
- Khusus sampah masker, semprot desinfektan terlebih dahulu dan gunting permukaan masker menjadi beberapa bagian
- Gunakan box khusus jika sampah jarum suntik atau jarum infus.
- Pisahkan dan beri tanda yang jelas, agar petugas mengetahui jenis sampah yang akan diambil.

WASPADA COVID DI SEKOLAH

suatu hari jika sekolah harus dijalankan kembali apa yang harus dilakukan?

BAGI ADMINISTRASI SEKOLAH, GURU DAN STAF

1. Siapapun yang sakit tidak datang ke sekolah
2. Sekolah membuat tempat cuci tangan dan sabun di beberapa lokasi
3. Sekolah menjaga kebersihan dan rutin melakukan desinfektan lingkungan sekolah
4. Perbanyak ventilasi sekolah
5. Pasang poster-poster edukasi
6. Mengatur dan mempromosikan physical distancing



WASPADA COVID DI SEKOLAH

suatu hari jika sekolah harus dijalankan kembali apa yang harus dilakukan?

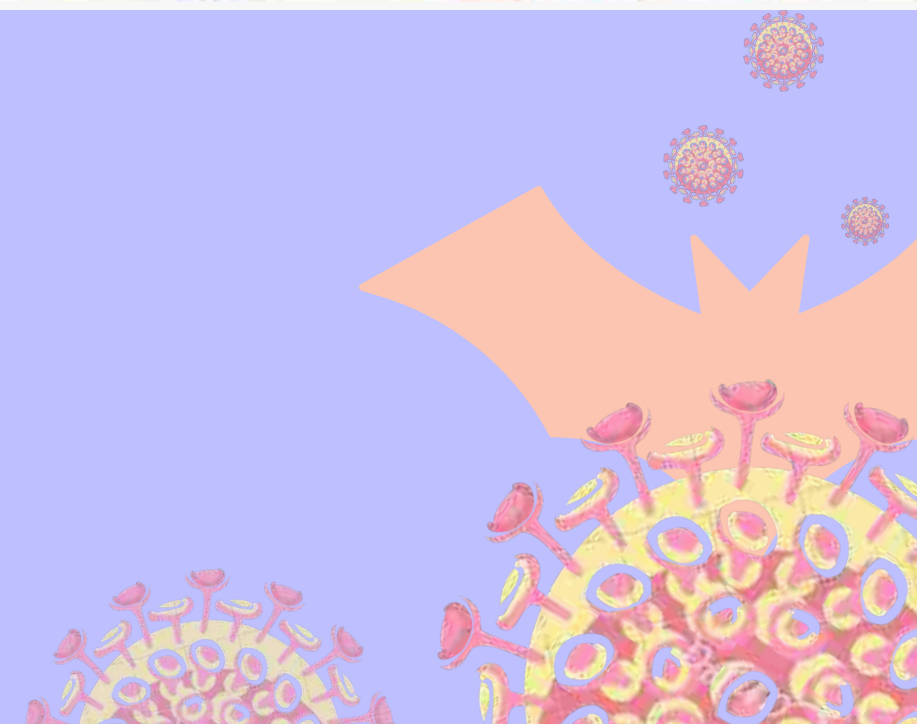
BAGI ORANG TUA, PENGASUH, ANGGOTA MASYARAKAT

1. Masukkan ke sekolah jika anak sehat
2. Pantau kesehatan anak di rumah
3. Ajarkan cara mencuci tangan dan etika batuk dengan baik
4. Ajarkan anak untuk tetap peduli satu sama lain, hanya kontak fisik yang dibatasi.
5. Tetap koordinasi dengan pihak sekolah terkait informasi yang harus diketahui orang tua.



BAGI PELAJAR

1. Jangan takut, bertanyalah kepada orang yang kamu percaya seperti Pak Guru/ Bu Guru
2. Terapkan PHBS, sementara hindari berbagi makanan
3. Jadilah contoh kebersihan bagi yang lain
4. Jangan curiga dengan teman-teman, jauhi prasangka buruk dengan teman sendiri
5. Beritahu gurumu atau orang tuamu jika kamu sakit.



KARANTINA

Karantina adalah pembatasan kegiatan dan/atau pemisahan seseorang yang terpapar penyakit menular sebagaimana ditetapkan dalam peraturan perundangundangan meskipun belum menunjukkan gejala apapun atau sedang berada dalam masa inkubasi, dan/atau pemisahan peti kemas, Alat Angkut, atau Barang apapun yang diduga terkontaminasi dari orang dan/atau Barang yang mengandung penyebab penyakit atau sumber bahan kontaminasi lain untuk mencegah kemungkinan penyebaran ke orang dan/atau Barang di sekitarnya

So, mari kita gunakan kata karantina ya, bukan lockdown.

JENIS- JENIS KARANTINA



Karantina
Rumah



Karantina
Rumah Sakit



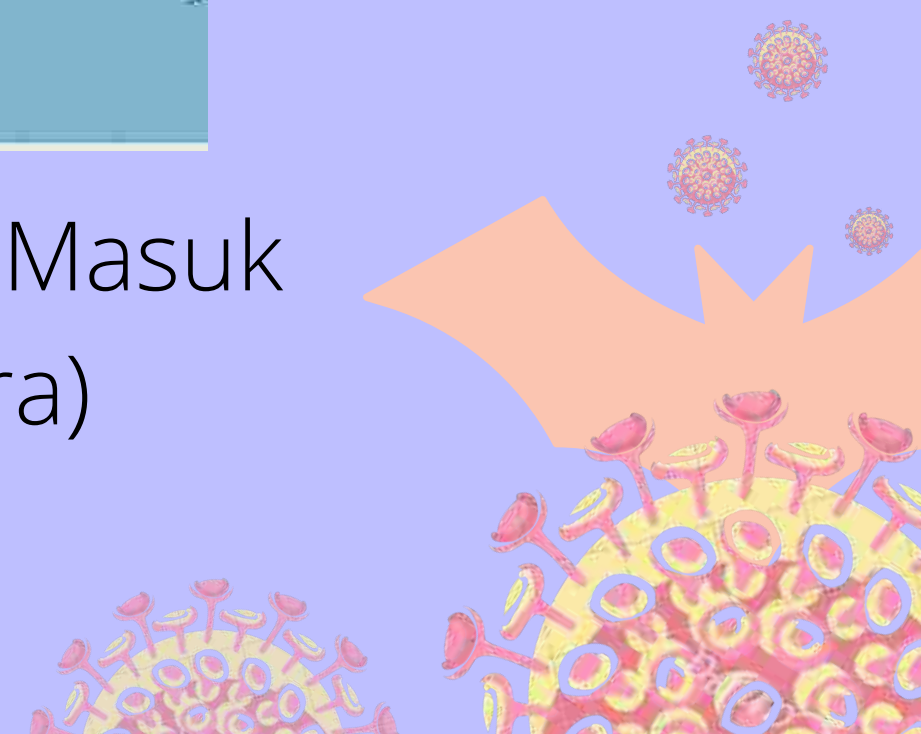
Karantina Wilayah
(lingkup daerah)



Pembatasan sosial
berskala besar



Karantina di Pintu Masuk
(lingkup negara)



APA YANG BISA KITA LAKUKAN?

Menjadi Relawan Kebaikan

1. Tetaplah di rumah.
2. Menjadi agen informasi yang valid dan baik ke masyarakat
3. Mengedukasi masyarakat yang bertindak tidak sesuai dalam merespon wabah (seperti warga yang menolak jenazah Covid-19 atau warga yang mendiskrimasi tetangganya).
4. Ikut terjun ke masyarakat sesuai dengan kompetensinya.
5. Beri dukungan psikologis pada kenalan Anda yang terinfeksi Covid-19 maupun keluarganya.



APA YANG BISA KITA LAKUKAN?

Menjadi
Relawan
Kebaikan



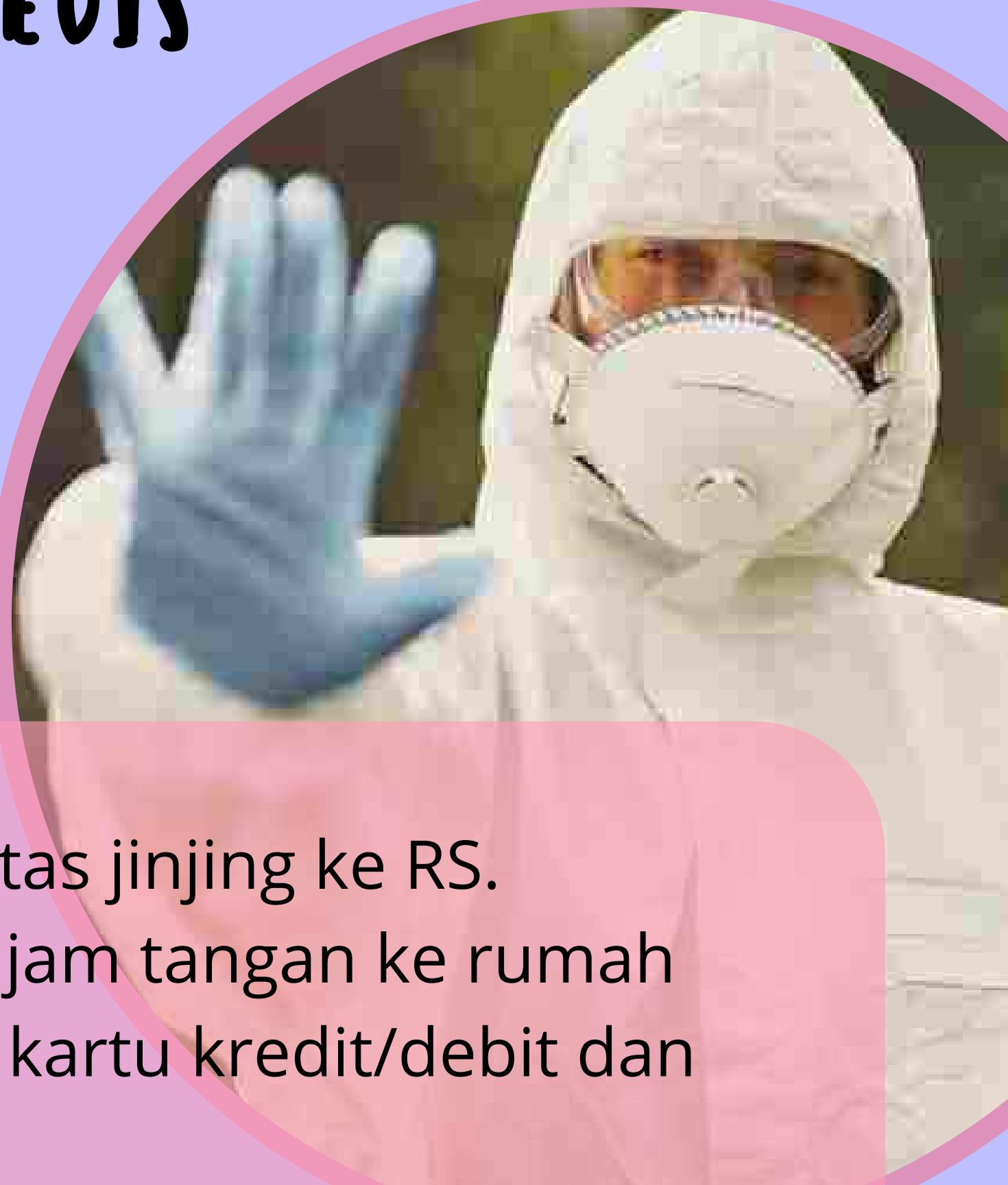
4. Jika memiliki rezeki, bisa salurkan kepada lembaga penyalur donasi APD/Makanan kepada tenaga kesehatan atau secara mandiri berdonasi juga bisa Anda lakukan.
5. Mendoakan rekan atau keluarga yang terinfeksi Covid-19 atau membantu warga yang terdampak ekonomi karena wabah Covid-19.
6. Mendoakan tenaga kesehatan agar diberi kesehatan dan kekuatan dalam merawat pasien Covid atau non-Covid.
7. Tidak menyelah-nyalahkan orang lain, fokus kepada hal yang bisa diberikan untuk melawan Covid-19 bersama.
8. Menyebarkan perilaku positif, kreatif dan inovatif di tengah wabah.
9. Meningkatkan amal sholeh dan mendoakan agar wabah segera berakhir.



TIPS SEDERHANA BAGI TENAGA MEDIS

**Bagi tenaga kesehatan
dimanapun berada**

Dari hal kecil bisa bermanfaat banyak



- Berhenti membawa laptop dan tas jinjing ke RS.
- Hindari membawa dompet dan jam tangan ke rumah sakit. Cukup dengan membawa kartu kredit/debit dan notes kecil.
- Tinggalkan casing HP di mobil dan hanya membawa HP ke dalam RS.
- Hindari menaruh barang sehari-hari (hp, laptop, notes) di kamar, baik kamar rumah maupun di kamar jaga RS.
- Bersihkan kaca mata dan kunci mobil dengan larutan antiseptik pada saat tiba dan meninggalkan RS. Begitu juga ketika di rumah.
- Ganti pakaian saat tiba di RS, kemudian gunakan lagi pakaian yang awal ketika pulang dari RS.
- Terapkan mencuci tangan pada saat tiba dan meninggalkan rumah sakit. Begitu juga ketika di rumah.



LEVEL APD DI FASILITAS KESEHATAN

Masker Bedah

Sepatu Tertutup



APD - Level 0

Penutup Kepala /
Kerudung

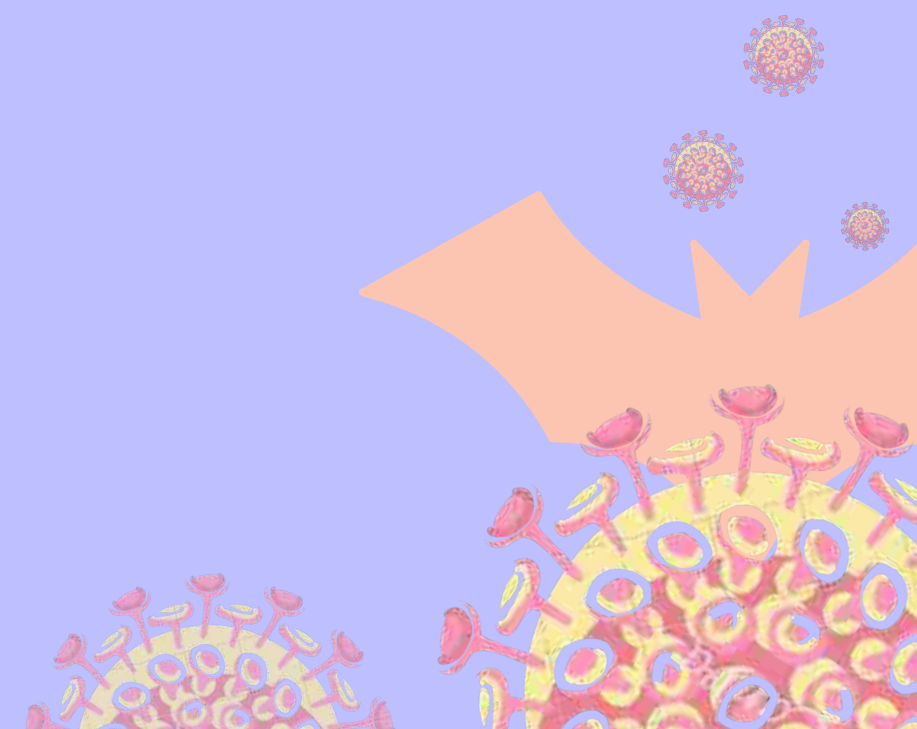
Masker Bedah /
Masker Kain

Sarung Tangan

Sepatu Kerja



APD - Level 1



LEVEL APD DI FASILITAS KESEHATAN

Penutup Kepala /
Kerudung

Pelindung Mata :
Google / Faceshild

Masker Bedah /
Masker N-95

Sarung Tangan

Apron / Jas Hujan

Sepatu Kerja



APD - Level 2

Penutup Kepala /
Kerudung

Pelindung Mata :
Google / Faceshild

Masker N-95 /
Masker Bedah

Sarung Tangan

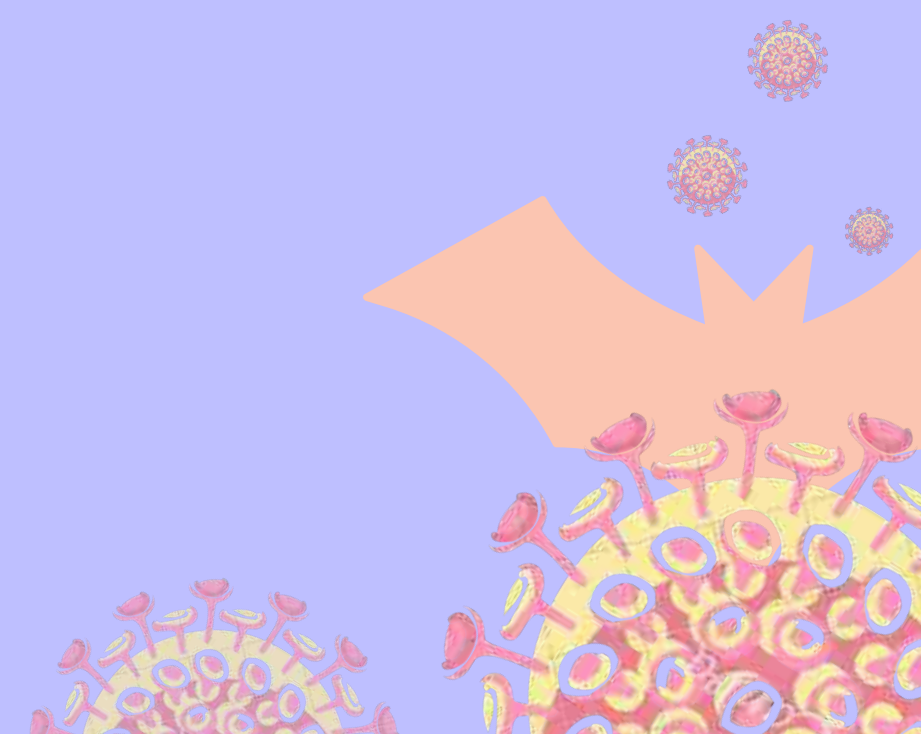
Apron / Jas Hujan

Coverall

Sepatu Boot



APD - Level 3



RUMAH SAKIT RUJUKAN JABODETABEK

DKI Jakarta

- RSPI Dr. Sulianti Saroso: Jl. Baru Sunter Permai Raya, Jakarta 14340. Telp. 021-6506559 Fax 021-6401411
- RSU Persahabatan: Jl. Persahabatan Raya
- RSPAD Gatot Soebroto: Jl. Dr A Rahman Saleh No 24 Jakarta Pusat Telp. 021 - 37100



Jawa Barat

- RSU Dr. Hasan Sadikin Bandung: Jl. Pasteur No.38 Bandung
- RSU Dr. Slamet Garut: Jl. Rumah Sakit No. 10 Garut Telp. 0262 - 232720
- RSU Gunung Jati Cirebon : Jl. Kesambi No 56 Cirebon Telp. 0231 - 206330
- RSTP Dr. H.A. Rotinsulu Bandung: Jl. Bukit Jarian No 40 .Bandung Telp. 022 - 231427
- RSU R. Syamsudin, SH Sukabumi: Jl. Rumah Sakit No.1 Kota Sukabumi Telp. 0266 - 225180
- RSU Indramayu: Jl. Rumah Sakit No. 1 Indramayu Telp. 272655
- RSU Subang: Jl. Brigjen Katamso No. 37 Subang Telp. 0260-411421



RUMAH SAKIT RUTUKAN JABODETABEK

Banten

- RSU Serang: Jl. Rumah Sakit No. 1, Serang
- RSU Tangerang: Jl. Ahmad Yani No. 9
Tangerang. Telp. 021-5523507, Fax. 5527104



CALL CENTRE COVID-19



KEMENTERIAN
KESEHATAN
REPUBLIK
INDONESIA

119 ext 9



BNPB

117



**119 /
0811 2093 306**



112



0852 1577 9659

Bilik

Islami



ISLAM MEMANDANG WABAH

1 Emas akan diuji oleh ahli emas untuk membuktikan keasliannya, semakin besar karatnya maka semakin besar juga pengujian untuk membuktikan bahwa benar-benar emas asli yang berkilau indah di pandang mata.

Itulah ilustrasi keimanan, yang diuji oleh Allah dengan berbagai peristiwa.

Allah Ta'ala berfirman: أَحْسِبَ النَّاسُ أَنْ يُتْرَكُوا أَنْ يَقُولُوا آمَنَّا وَهُمْ لَا يُفْتَنُونَ
“Apakah manusia itu mengira bahwa mereka dibiarkan (saja) mengatakan: "Kami telah beriman", sedang mereka tidak diuji lagi?”. QS. Al-Ankabut: 2.

2 Maka wajib bagi kita untuk **menjaga stabilitas dan kesehatan iman kita yang pertama kali**, dengan meyakini bahwa segala sesuatu ini terjadi berdasarkan ketentuan dari-Nya, Ia berfirman:

مَا أَصَابَ مِنْ مُصِيبَةٍ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي أَنْفُسِكُمْ إِلَّا فِي كِتَابٍ مِنْ قَبْلِ أَنْ نَبْرَأَهَا
“إِنَّ ذَلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرٌ”

Tiada suatu bencanapun yang menimpa di bumi dan (tidak pula) pada dirimu sendiri melainkan telah tertulis dalam kitab (Lauhul Mahfuzh) sebelum Kami menciptakannya. Sesungguhnya yang demikian itu adalah mudah bagi Allah”. QS. Al-Hadid: 22.

ISLAM MEMANDANG WABAH

3 Di saat yang sama kita **diperintahkan untuk tidak tinggal diam namun harus berusaha dan berupaya, kita kenal dengan istilah “ikhtiyar”,** sebagai sebuah wujud keimanan kepada Allah karena Ia sendiri yang memerintahkan dalam firman-Nya::

إِنَّا مَكِّنَّا لَهُ فِي الْأَرْضِ وَآتَيْنَاهُ مِنْ كُلِّ شَيْءٍ سَبَبًا

“Sesungguhnya Kami telah memberi kekuasaan kepadanya di (muka) bumi, dan Kami telah memberikan kepadanya jalan (sebab untuk mencapai) segala sesuatu”.

QS. Al-Kahfi: 84.

4 Dan inilah arti tawakal sejati, yaitu dengan hati yang mantap beriman kepada segala ketentuan Allah dan tetap melakukan perbuatan-perbuatan untuk meraih sesuatu

Maka, jangan hanya lihat Covid-19 sebagai virus bagi kesehatan tubuh kita akan tetapi juga virus yang bisa merusak kesehatan bagi keimanan kita, namun jangan pula mengkambing-hitamkan “tawakkal” dengan meyakini semua sudah ketetapan Allah, **iman tanpa usaha itu tidaklah benar.**

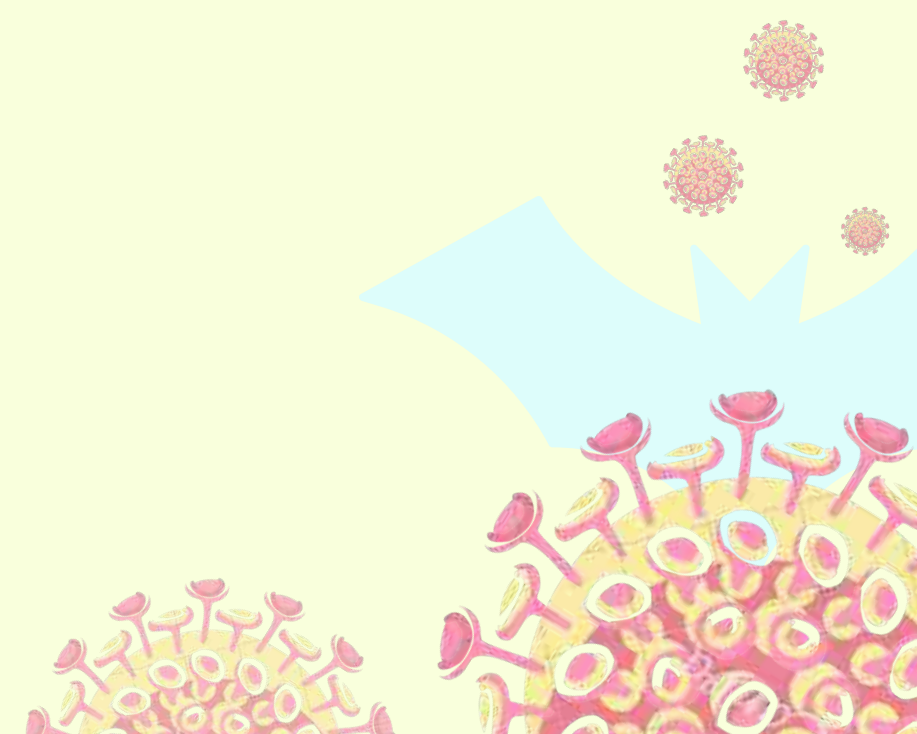
5 Iman, ikhtiyar dan tawakal adalah keyakinan yang harus kita hadirkan untuk menghadapi Covid-19. Ikhtiar dibagi 2 syar'i dan umum. Syar'i ialah usaha dalam ketentuan agama, umum ialah usaha yang lain yang tidak bertentangan dengan agama.



ISLAM MEMANDANG WABAH

6 **Contoh ikhtiar syar'i :** selalu meminta pertolongan kepada Allah dalam do'a kita, dengan selalu mendekatkan diri pada-Nya dalam ibadah, dengan selalu beristighfar dan memohon ampunan serta menjaga dzikir dan do'a pada setiap keadaan (saat keluar rumah, saat hendak makan dan setelahnya, saat tiba di sebuah tempat) dan juga khususnya dzikir pagi dan petang. **Adapun ikhtiyar yang bersifat umum** sesuai pedoman para ahli dalam masalah tersebut, Misalnya mematuhi protokol dan petunjuk prosedural yang telah disebutkan oleh para ahli sesuai dengan tulisan di e-book Covid ini.

7 **Sebagai penutup, sikap tidak berusaha walaupun bertawakal adalah kesalahan dalam keimanan. Sikap tidak peduli apalagi menyepelekan adalah iman yang sangat rendah dan sebaliknya sikap rasa takut yang berlebihan itu bisa merusak iman kepada Allah. Kemudian bukan juga iman yang benar bila tidak ada rasa kepedulian terhadap sesama. Mari kita senantiasa mengikuti pengajaran Ulama' dan Umara serta berusaha dan saling bahu membahu untuk kebaikan bersama masa depan yang cerah bagi agama, bangsa dan masyarakat.**



FATWA MUI NOMOR 14 TAHUN 2020 TENTANG : PENYELENGGARAAN IBADAH SAAT WABAH COVID-19

Orang yang telah terpapar Virus Corona, wajib mengisolasi diri agar tidak menularkan kepada orang lain. Baginya sholat Jumat dapat diganti dengan sholat zuhur, baginya haram melakukan aktifitas ibadah sunnah yang membuka peluang menularkan seperti berjamaah dalam sholat 5 waktu/rawtib, sholat tarawih/ied, atau menghadiri pengajian umum.



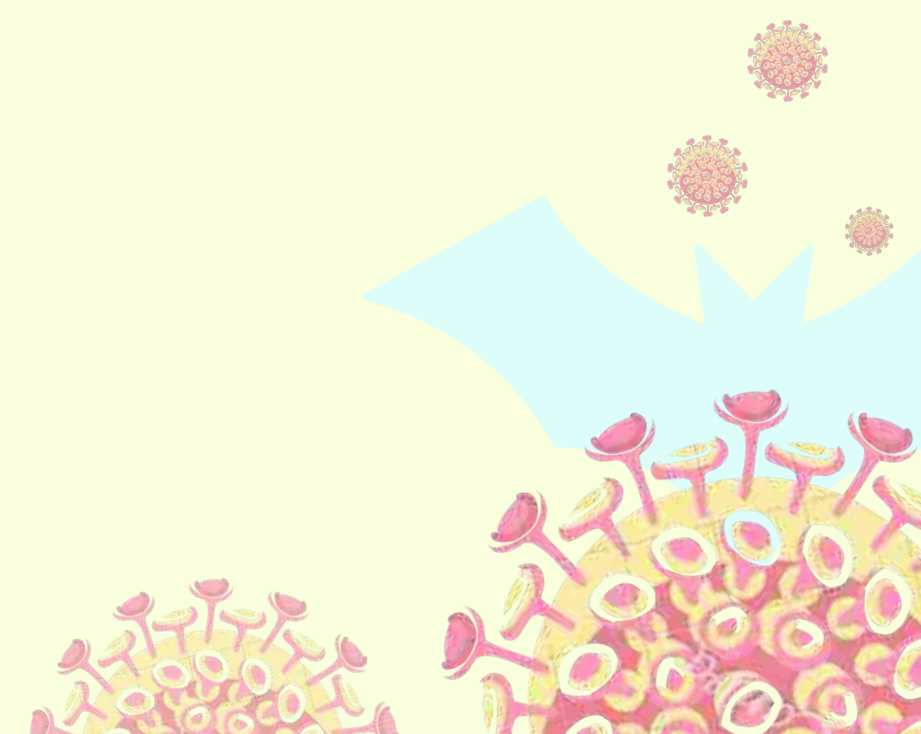
Bagi yang sehat, berada di daerah yang potensi penularan tinggi berdasarkan ketetapan pihak yang berwenang, boleh meninggalkan sholat jumat dan menggantikannya dengan sholat zuhur di tempat kediamannya, serta meninggalkan jamaah sholat lima waktu dan jamaah sholat sunnah lainnya.

Bagi yang sehat, berada di daerah yang potensi penularan rendah berdasarkan ketetapan pihak yang berwenang, maka ia tetap wajib menjalankan ibadah sebagaimana biasa dan wajib menjaga diri agar tidak terpapar Covid-19, seperti tidak kontak fisik langsung, menjaga sejadah sendiri, mencuci tangan dengan sabun.



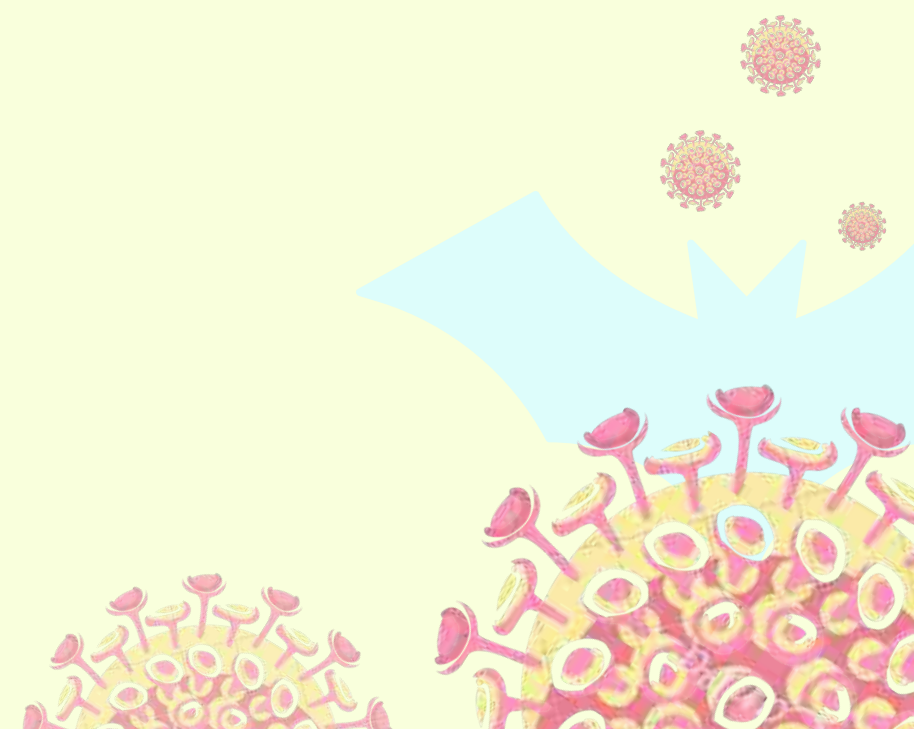
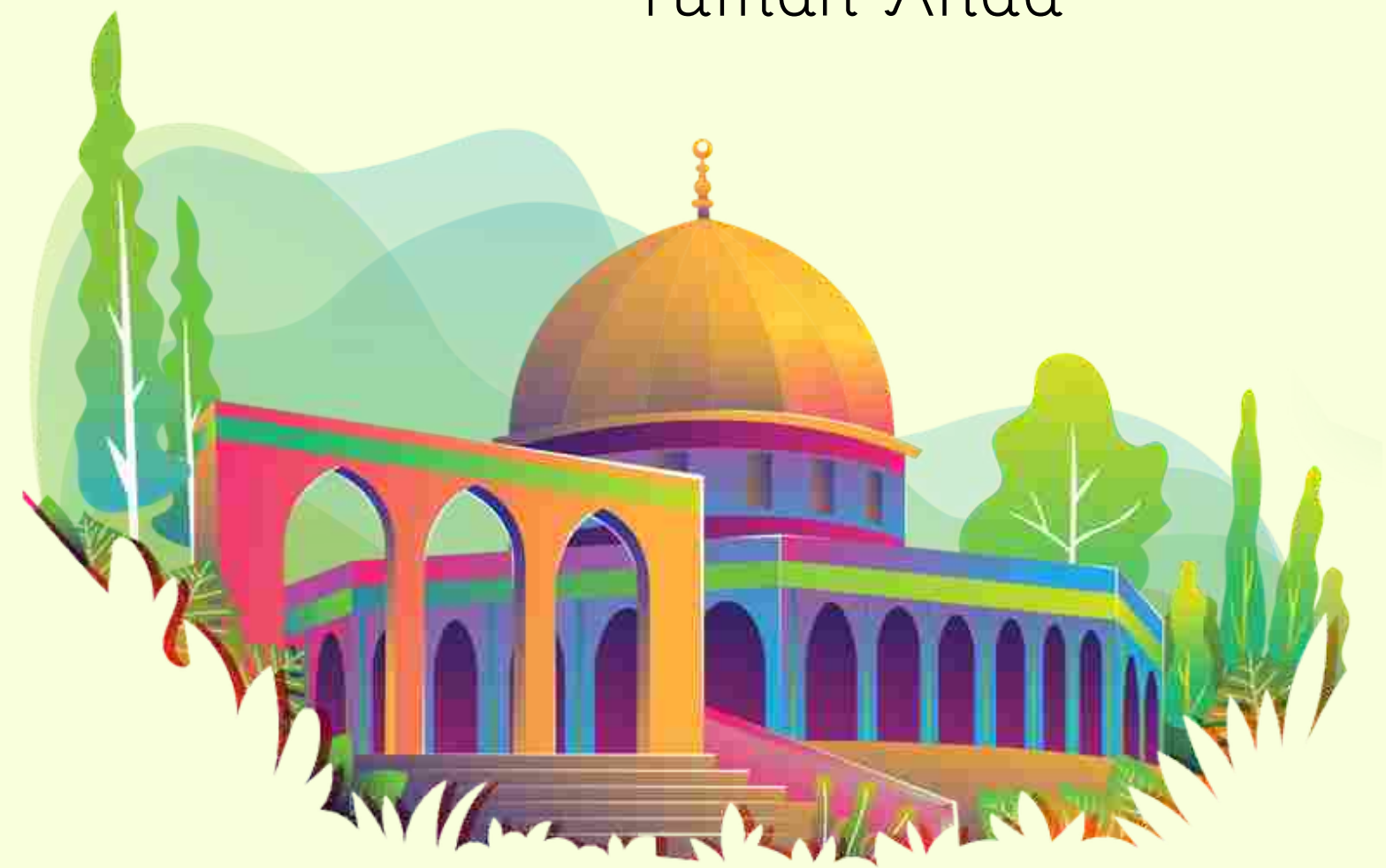
PERAWATAN MASJID

1. Teratur menjaga kebersihan lantai masjid dengan cairan disinfectant
2. Karpet digulung untuk memudahkan sanitasi dan sujud di lantai masjid yang telah terdisinfeksi baik
3. Menjaga kebersihan karpet dan alas shalat lainnya dengan rutin dan konstan
4. Menjaga kebersihan tempat wudhu dan toilet dengan cairan disinfectant
5. Masjid menyediakan sabun untuk jamaah mencuci tangan dengan sabun
6. Para jama'ah sholat agar membawa sajadah atau sapu tangan/kain yang bersih sendiri sebagai alas sujud masing-masing
7. Cuci tangan dengan handsanitizer sebelum dan sesudah masuk masjid
8. Berjamaah hanya di masjid untuk kalangan terbatas, seperti para pengurus, marbot masjid, lingkungan eksklusif kecil yang diyakini sehat
9. Khutbah jum'at tidak lebih dari 15 menit, imam dianjurkan membaca surat pendek



PERAWATAN MASJID

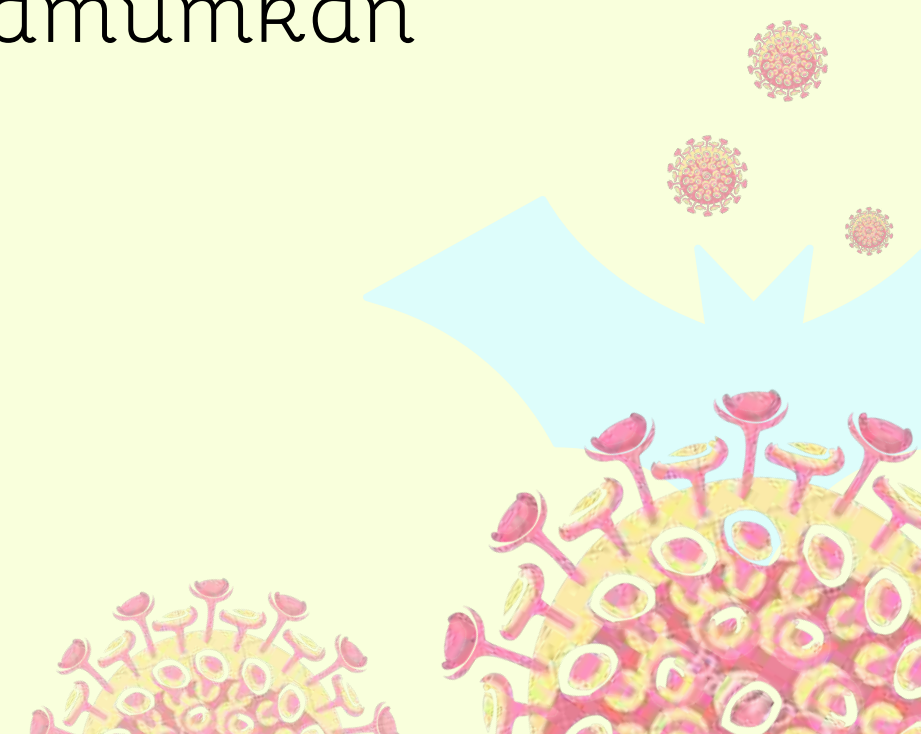
10. Menjaga jarak ketika sholat
11. Bersihkan Microphone sebelum dan sesudah digunakan dengan cairan disinfectant
12. Hindari berjabat tangan atau berpelukan
13. Dilarang meludah sembarangan
14. Terapkan etika batuk
15. Meminta para jama'ah yang sedang batuk, demam, dan mengalami gejala sakit seperti flu/salesma agar melaksanakan sholat di rumah hingga sembuh
16. Sendal di tempatkan di satu tempat dengan rapi dan tidak saling tumpang tindih Selesai sholat langsung membubarkan diri
17. Menjaga imunitas tubuh dan menerapkan pola hidup sehat untuk mencegah virus corona
18. Ikut mengawasi penyebaran/penularan Covid-19 dan melakukan upaya tanggap/melaporkan jika ada warga masyarakat dicurigai terdampak virus Corona, khususnya sekitar kawasan rumah Anda



FATWA MUI NOMOR 18 TAHUN 2020 TENTANG PEMULASARAN JENAZAH

Pedoman Memandikan Jenazah Covid-19

1. Jenazah dimandikan tanpa harus dibuka pakaiannya
2. Petugas wajib berjenis kelamin sama dengan jenazah
3. Jika petugas tidak ada yang berjenis kelamin sama, maka dimandikan oleh petugas tanpa membuka baju atau ditayamumkan
4. Petugas membersihkan najis sebelum dimandikan (jika ada)
5. Petugas memandikan jenazah dengan cara mengucurkan air secara merata ke seluruh tubuh.
6. Jika atas pertimbangan ahli jenazah tidak mungkin dimandikan, maka dapat ditayamumkan
7. Jika menurut pendapat ahli jenazah juga tidak mungkin ditayamumkan maka atas ketentuan darurat syar'iyah, jenazah juga tidak ditayamumkan



FATWA MUI NOMOR 18 TAHUN 2020 TENTANG PEMULASARAN JENAZAH

Pedoman Mengkafani Jenazah Covid-19

1. Setelah jenazah dimandikan atau ditayamumkan, maka jenazah dikafani dengan menggunakan kain yang menutup seluruh tubuh. Kemudian, jenazah dimasukkan ke dalam kantong jenazah yang aman dan tidak tembus air
2. Setelah pengkafanan selesai, jenazah dimasukkan ke dalam peti jenazah yang tidak tembus air dan udara serta dimiringkan ke kanan sehingga saat dikuburkan menghadap ke arah kiblat
3. Jika setelah dikafani masih ditemukan najis pada jenazah, maka petugas dapat mengabaikannya



FATWA MUI NOMOR 18 TAHUN 2020 TENTANG PEMULASARAN JENAZAH

Pedoman Menyalatkan Jenazah Covid-19

1. Disunnahkan menyegerakan shalat jenazah setelah dikafani.
2. Dilakukan di tempat aman secara langsung
3. Dilakukan oleh umat islam secara langsung minimal satu orang. Jika tidak memungkinkan, boleh dishalatkan di kuburan sebelum atau sesudah dimakamkan. Jika tidak memungkinkan, boleh dishalatkan dari jauh (shalat ghaib)
4. Pihak yang menyalatkan wajib menjaga diri dari penularannya

Pedoman Menguburkan Jenazah Covid-19

1. Dilakukan sesuai dengan ketentuan syariah dan protokol medis
2. Dilakukan dengan cara memasukkan jenazah bersama petinya ke dalam liang kubur tanpa harus membuka peti, plastik dan kain kafan
3. Penguburan beberapa jenazah dalam satu liang kubur dibolehkan karena darurat



STOP STIGMA JENAZAH COVID!

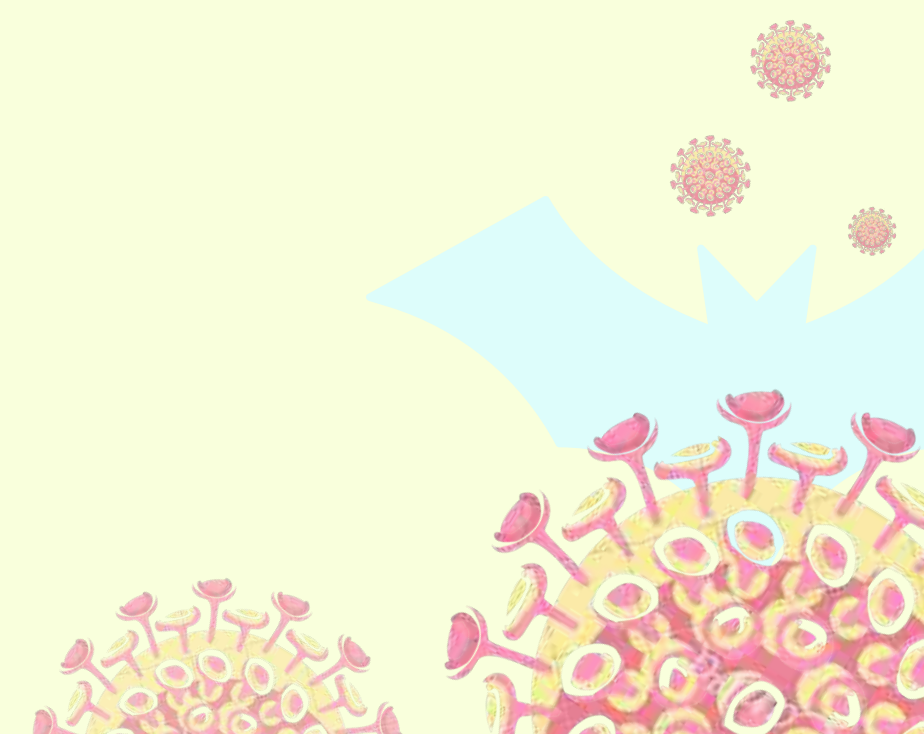
Stigma yang ada di masyarakat :

- Menularkan penduduk sekitar
- Tidak boleh jadi satu dengan pemakaman umum
- Takut melihat petugas yang berpakaian APD lengkap
- Petugas yang mengurus dianggap infeksius
- Virus bisa nembus tanah



Fakta yang ada :

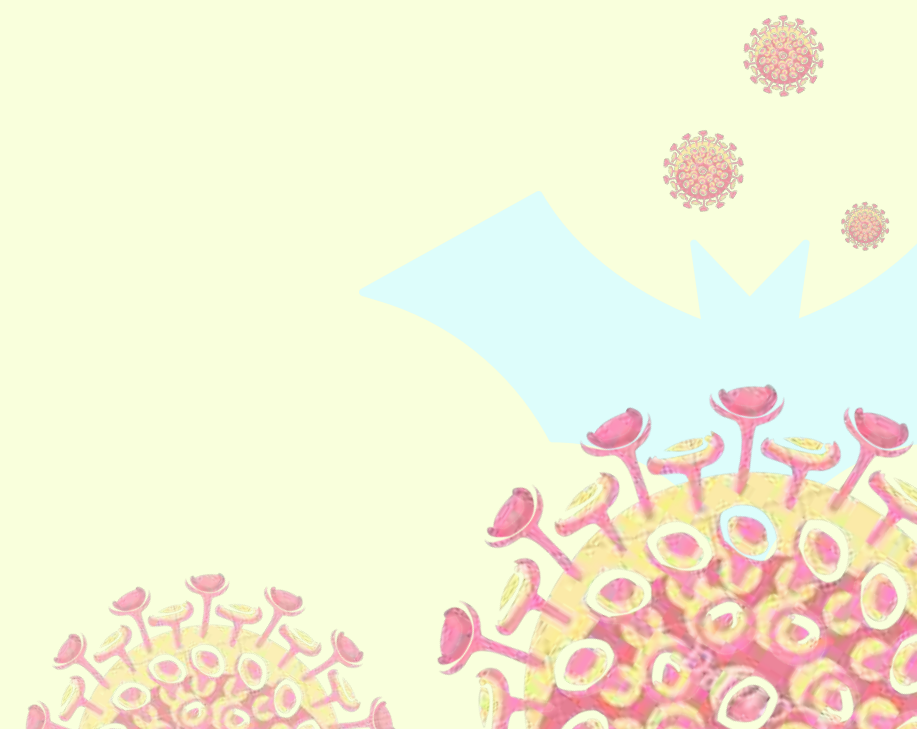
- Menular lewat droplet (batuk, bersin, bicara, cairan pernafasan), bukan airborne
- Tidak menular selama droplet tidak memasuki saluran pernafasan kita
- Tidak ada bukti transmisi dikarenakan pengurusan jenazah
- Virus hanya bertahan 7 jam di tubuh jenazah
- APD digunakan karena risiko cipratan droplet bagi yang mengurus jenazah secara langsung
- Pengurus jenazah sebelum masuk ambulan disemprot desinfectant
- Pengurus jenazah yang di ambulan sudah tidak bersentuhan dengan jenazah lagi
- Peti jenazah juga didesinfektan
- Jenazah yang sudah masuk kantong tidak boleh dikeluarkan dari kantongnya lagi
- Jenazah dikubur dengan kantong tersebut



STOP STIGMA JENAZAH COVID!



Jika ada warga yang menolak jenazah Covid dimakamkan, maka tugas kita bersama untuk mencerdaskan masyarakat. Kata ustadz bukan juga iman yang benar bila tidak ada rasa kepedulian terhadap sesama.



FATWA MUI NOMOR 17 TAHUN 2020 TENTANG SHALAT TENAGA MEDIS DENGAN APD



1. Tenaga kesehatan muslim yang merawat pasien Covid-19 dengan menggunakan APD tetap wajib melaksanakan shalat fardu dengan berbagai kondisi
2. Ketika tugas sudah selesai atau sebelum memulai tugas dan masih mendapatkan waktu shalat, petugas tetap wajib melaksanakan shalat semestinya
3. Dapat melakukan jamak takhir jika tugas dimulai sebelum masuk waktu shalat Zuhur atau Magrib dan selesai di waktu shalat Ashar atau Isya
4. Dapat melakukan jamak takdim jika tugas dimulai pada waktu salat Zuhur atau Magrib dan diperkirakan tidak bisa sholat di waktu salat Ashar atau Isya
5. Dibolehkan untuk melakukan shalat jamak selama waktu bertugas ada di antara dua waktu shalat yang bisa dilakukan jamak (Zuhur dan Ashar, atau Magrib dan Isya)



FATWA MUI NOMOR 17 TAHUN 2020 TENTANG SHALAT TENAGA MEDIS DENGAN APD

1. Diperbolehkan untuk shalat menggunakan APD selama waktu bertugas dengan kondisi memiliki wudhu

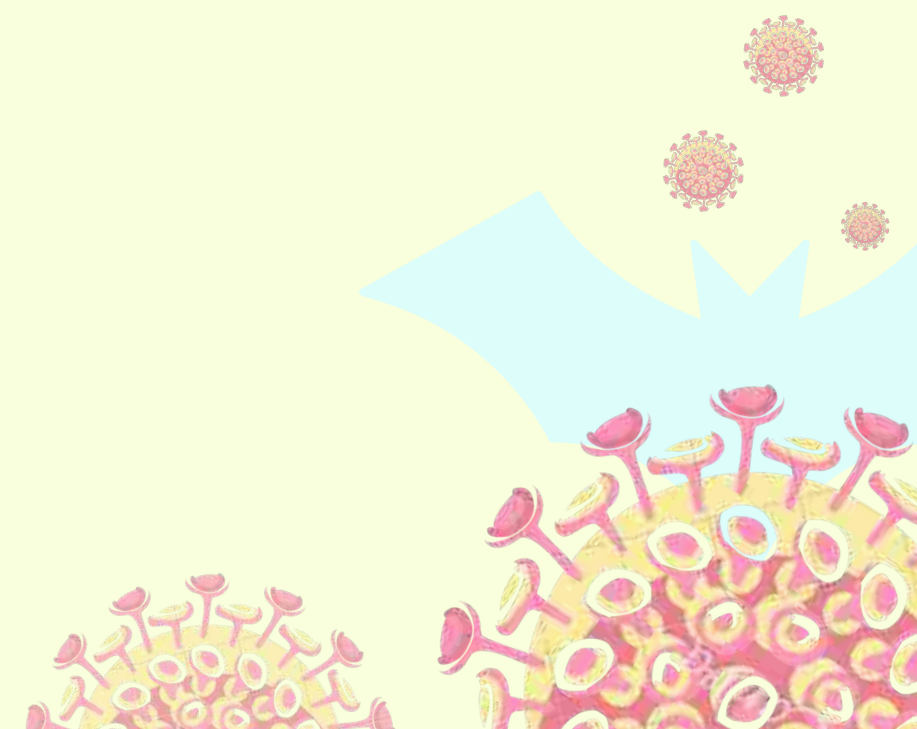
Diperbolehkan untuk bertayamum jika sulit untuk berwudhu

2. Saat bersuci tidak memungkinkan dan dalam kondisi hadas, tetap melakukan shalat dengan kondisi yang ada dan tidak wajib mengulang shalatnya

3. Jika APD yang digunakan terkena najis dan tidak mungkin untuk dilepas atau disucikan, tetap melaksanakan shalat dalam kondisi tidak suci dan tidak wajib mengulang shalatnya setelah waktu tugas selesai

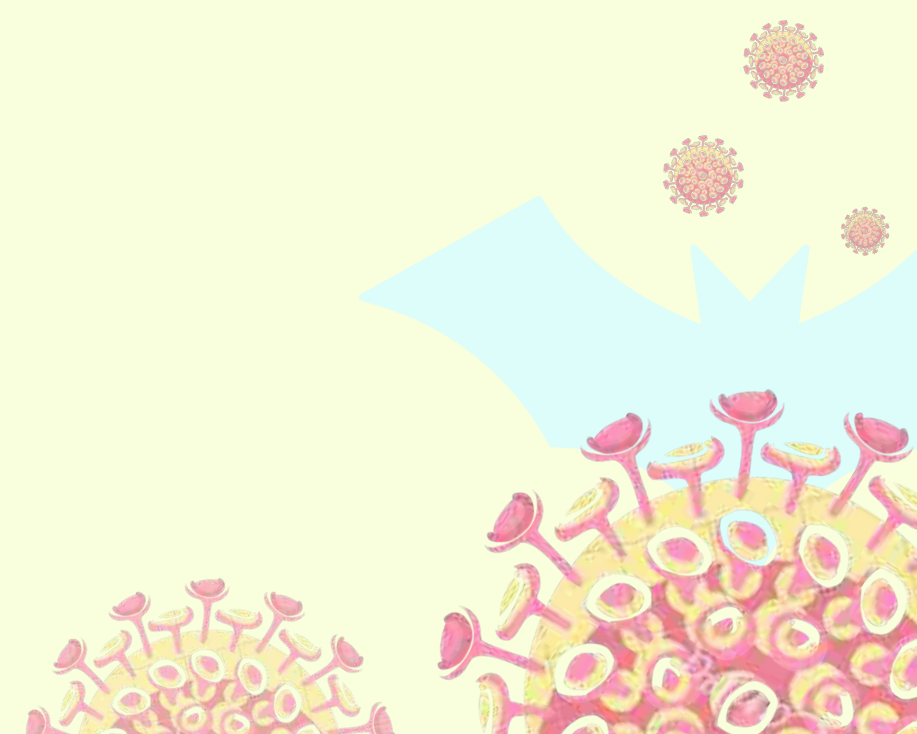
4. Penanggungjawab bidang kesehatan wajib mengatur shift agar tenaga kesehatan muslim dapat menjalankan kewajiban ibadah dan menjaga keselamatan diri

5. Tenaga kesehatan menjadikan fatwa MUI ini sebagai pedoman shalat dengan tetap memperhatikan aspek keselamatan diri



TIPS MENDEKATKAN DIRI KEPADA RABBUL'ALAMIN

1. Bertaubat pada Allah SWT
2. Bertawakal pada Allah SWT
3. Berdoa dan berlindung kepada Allah
4. Membentengi diri dengan dzikir dan doa
5. Mengisolasi diri
6. Menjaga jarak dengan siapapun
7. Tidak berpergian
8. Berobat dengan berikhtiar mencari kesembuhan
9. Penyakit adalah peringatan&penghapus dosa
10. Menjaga Wudhu Etika bersin , saling mendoakan (minta perlindungan Allah SWT)
11. Kebersihan sebagian dari iman



TIPS PENYEMANGAT BAGI TENAGA KESEHATAN

"Dan barangsiapa yang memelihara kehidupan seorang manusia, maka seolah-olah dia telah memelihara kehidupan manusia semuanya."

(QS. Al Maidah: 32)

"Barangsiapa yang melapangkan satu kesusahan dunia dari seorang Mukmin, maka Allâh melapangkan darinya satu kesusahan di hari Kiamat. Barangsiapa memudahkan (urusan) orang yang kesulitan (dalam masalah hutang), maka Allâh Azza wa Jalla memudahkan baginya (dari kesulitan) di dunia dan akhirat. Barangsiapa menutupi (aib) seorang Muslim, maka Allâh akan menutup (aib)nya di dunia dan akhirat. Allâh senantiasa menolong seorang hamba selama hamba tersebut menolong saudaranya. Barangsiapa menempuh jalan untuk menuntut ilmu, maka Allâh akan mudahkan baginya jalan menuju Surga...."

(HR.Muslim)





RUMAH SAKIT
PERMATA BEKASI

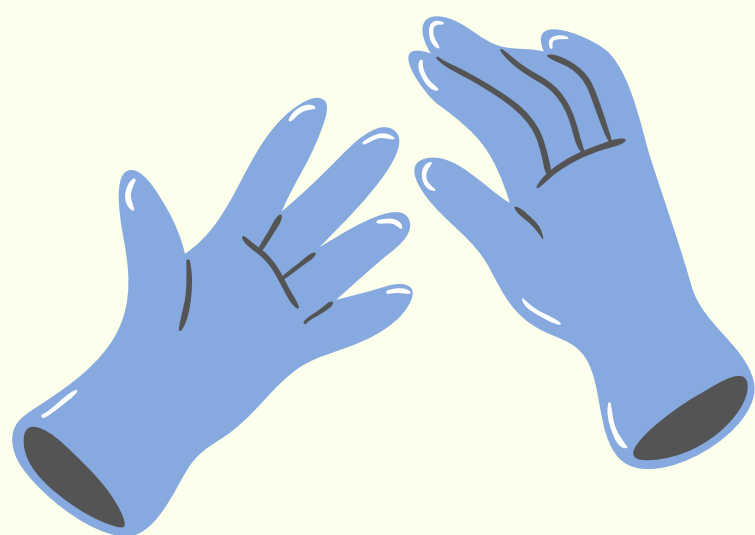
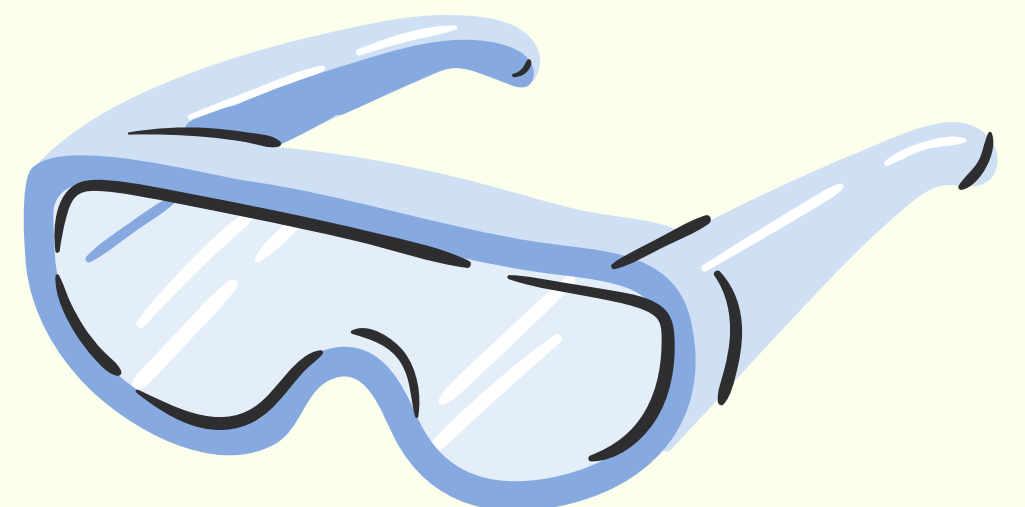
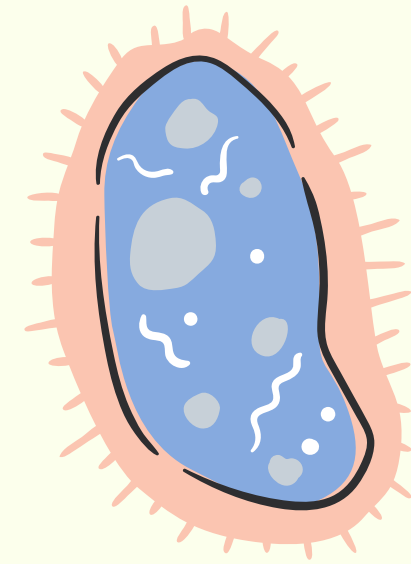


RUMAH SAKIT
PERMATA DEPOK

Permata & Covid



UPAYA GUGUS TUGAS DALAM PENGENDALIAN PENCEGAHAN INFEKSI



UPAYA GUGUS TUGAS DALAM PENGENDALIAN PENCEGAHAN INFEKSI



Gugus tugas Covid-19 RS Permata bertanggungjawab terhadap pengendalian pencegahan infeksi di RS Permata Depok atau Bekasi.



Membuat kebijakan, alur dan penatalaksanaan pasien-pasien sesuai dengan pedoman WHO dan Kemenkes.



Mengutamakan keamanan, keselamatan dan kenyamanan pasien dan petugas Rumah Sakit menjadi prinsip utama dalam pelayanan.



LAYANAN RS PERMATA

T
E
L
E
M
E
D
I
C
I
N
E



KONSULTASI ONLINE

#DiRumahAja

Konsultasi Kesehatan dengan Seluruh Dokter Spesialis RS Permata Depok melalui perjanjian, cukup menggunakan handphone pribadi Sahabat Permata dengan menghubungi nomor

☎ 0812-9220-0060

Seluruh Dokter Spesialis RS Permata Depok dapat memberikan konsultasi kesehatan melalui perjanjian dengan Anda **#DiRumahAja**

Sahabat Kesehatan Keluarga Anda www.rspermata.co.id



KONSULTASI ONLINE

#DiRumahAja

Konsultasi Kesehatan dengan Dokter Spesialis cukup menggunakan handphone pribadi Sahabat Permata dengan menghubungi nomor WA

☎ 0812-9966-5285

Para Dokter RS Permata Bekasi

| | |
|---------------------------|------------------------------|
| dr. Puji Ichtiarti, SpOG | dr. Ackni Hartati, SpA, MKes |
| dr. Imam Rahmadi, SpOG | dr. Merry Lia Desvina, SpA |
| dr. Dennis William P, SpB | dr. Rita Maria, SpKK |

dapat memberikan konsultasi kesehatan dengan Anda **#DiRumahAja**

Sahabat Kesehatan Keluarga Anda www.rspermata.co.id

TANGGAP WABAH COVID DI RS PERMATA

Contact us:

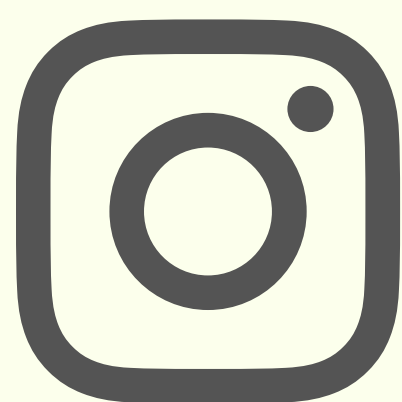
konsulgratispermata@gmail.com

Bimbingan Kejiwaan :

dr. Diana Papayungan Sp. KJ

Bimbingan Religi :

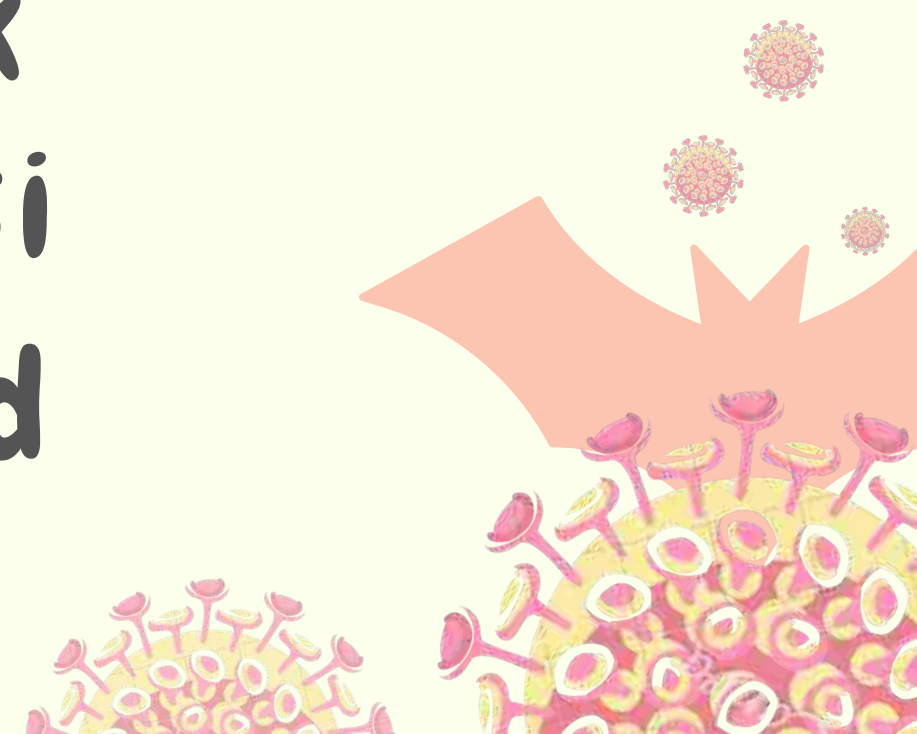
**Ustadz Hudzaifah bin
Muhammad**



@rspermatadepok

@rspermatabekasi

www.rspermata.co.id





Info Perjanjian Poliklinik RS Permata Bekasi

Sesuai dengan imbauan pemerintah untuk membatasi aktivitas dalam rangka pencegahan penyebaran COVID-19, Kami mengimbau agar seluruh pasien yang ingin berobat di poliklinik rawat jalan RS Permata Bekasi untuk mendaftar melalui perjanjian (*by apointment*)

WhatsApp  0812-1212-2510 atau
website <https://rspermata.co.id/onlinereservation>

Untuk kasus kegawatdaruratan tetap akan dilayani melalui
Layanan Unit Gawat Darurat 24 jam



Info Perjanjian Poliklinik RS Permata Depok

Sesuai dengan imbauan pemerintah untuk membatasi aktivitas dalam rangka pencegahan penyebaran COVID-19, Kami mengimbau agar seluruh pasien yang ingin berobat di poliklinik rawat jalan RS Permata Depok untuk mendaftar melalui perjanjian (*by apointment*)

Website <https://rspermata.co.id/onlinereservation> atau

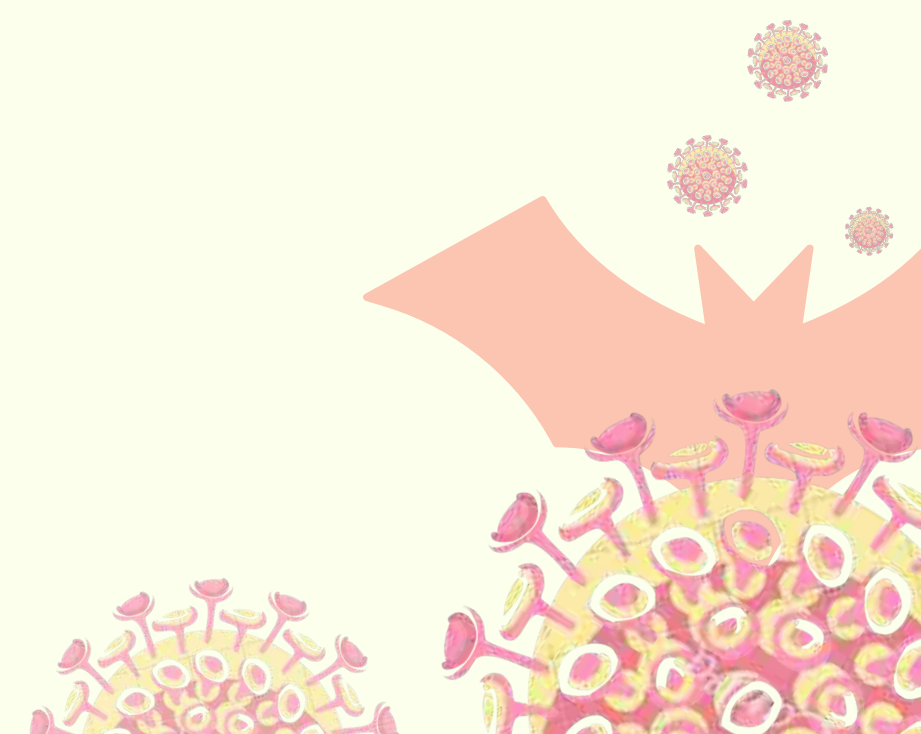
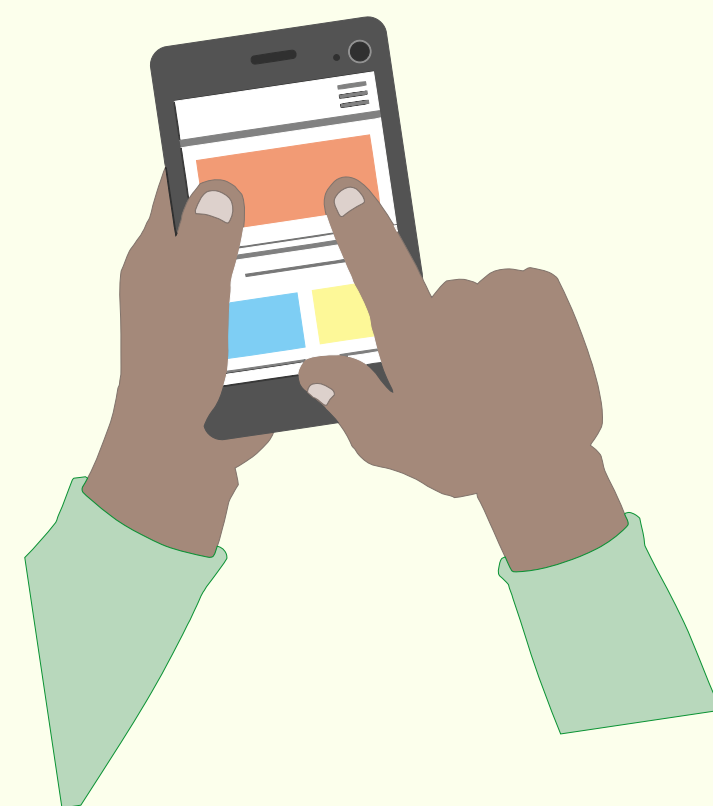
 WhatsApp

Pasien Umum 0812-9220-0060

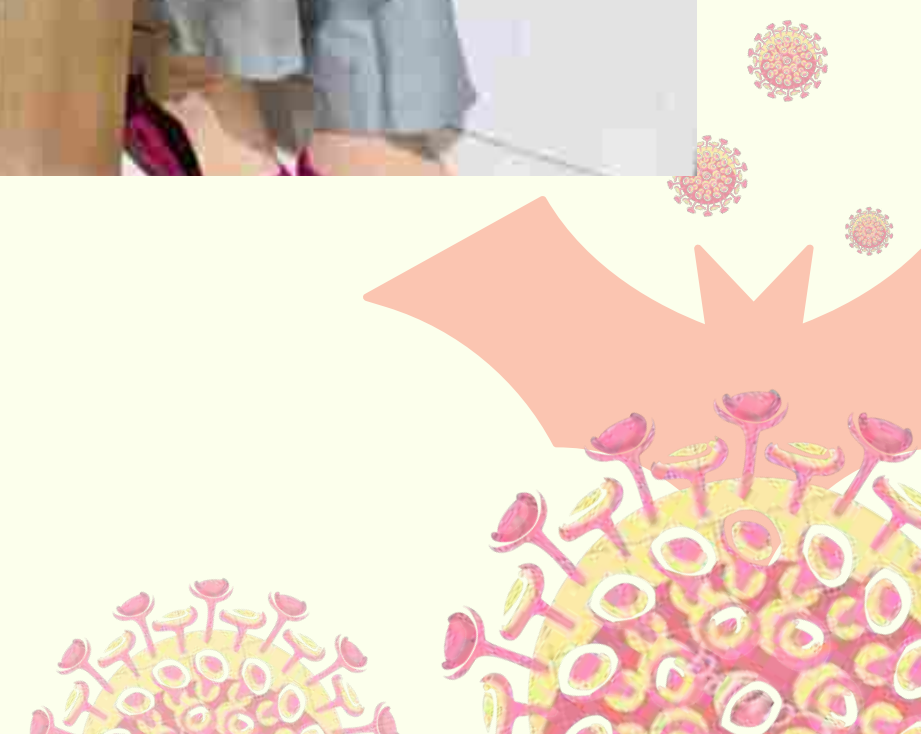
Pasien BPJS 0812-9212-2300

ada
dfd

Untuk kasus kegawatdaruratan dilayani melalui
Layanan Unit Gawat Darurat 24 jam



KAMI DISINI UNTUK ANDA ANDA DI RUMAH UNTUK KAMI



UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih kepada donatur yang sejak tanggal 24 Maret hingga sekarang sudah memberikan bantuan berupa APD, makanan maupun uang.



RS Permata Bekasi Menerima Bantuan APD (Alat Pelindung Diri)

TERIMA KASIH

Kepada seluruh Sahabat Permata yang telah berdonasi dalam bentuk APD, makanan, nutrisi, maupun uang tunai kepada **RS Permata Bekasi**

Hal ini sangat bermanfaat
Semoga Allah SWT melipatgandakan kebaikan Sahabat Permata semua

Dari Kami yang Bekerja Untuk Anda,
Seluruh Tim RS Permata Bekasi
Tetap #dirumahaja ya

*Tidak menerima bantuan dalam bentuk uang
Kami juga menerima vitamin dan susu UHT
Untuk Tenaga Medis dalam penanganan pasien Covid-19

Sahabat Kesehatan Keluarga Anda

www.rspermata.co.id



RS Permata Depok Menerima Bantuan APD (Alat Pelindung Diri)

TERIMA KASIH

Kepada seluruh Sahabat Permata yang telah berdonasi dalam bentuk APD, makanan, nutrisi, maupun uang tunai kepada **RS Permata Depok**

Hal ini sangat bermanfaat
Semoga Allah SWT melipatgandakan kebaikan Sahabat Permata semua

Dari Kami yang Bekerja Untuk Anda,
Seluruh Tim RS Permata Depok
Tetap #dirumahaja ya

Bagi yang kesulitan transfer ke Bank Muamalat 302.001.3983
a/n PT. Mufidah Medika Sawangan

Sahabat Kesehatan Keluarga Anda

www.rspermata.co.id



RS Permata Bekasi Menerima Bantuan APD (Alat Pelindung Diri)

Berupa :

- Cover All Suit, Gown Disposable,
- Google Glass, Face Shield,
- Masker N95, Masker Surgical,
- Gloves,
- Sepatu Booth, Nurse Cap,
- Shoes Cover,
- Kantong Jenazah, Hand Sanitizer

Bantuan APD disalurkan ke
RS Permata Bekasi
Jl. Mustika Jaya No.9,
Mustika Jaya, Bekasi
17158

Kontak Info
Ina : 0812-9966-5215
dr. Fenti : 0852-6239-5325

Kami menerima bantuan dalam bentuk uang, dapat ditransfer ke
Bank Muamalat Cabang Cipulir
No rekening **302.001.3264**
an. PT Mufidah Husada Bekasi

Sahabat Kesehatan Keluarga Anda

www.rspermata.co.id



RS Permata Depok Menerima Bantuan APD (Alat Pelindung Diri)

Berupa :

- Cover All Suit, Gown Disposable,
- Google Glass, Face Shield,
- Masker N95, Masker Surgical,
- Gloves,
- Sepatu Booth, Nurse Cap,
- Shoes Cover,
- Kantong Jenazah, Hand Sanitizer

Bantuan APD disalurkan ke
RS Permata Depok
Jl. Raya Muchtar No.22
Sawangan, Depok 16511

Kontak Info
Sinta : 0812-9966-5235
dr. Fenti : 0852-6239-5325

Kami menerima bantuan dalam bentuk uang, dapat ditransfer ke
Bank Muamalat **302.001.3983**
a/n PT. Mufidah Medika Sawangan

Sahabat Kesehatan Keluarga Anda

www.rspermata.co.id

" Kepanikan adalah separuh penyakit, ketenangan adalah separuh obat, dan kesabaran adalah permulaan kesembuhan."

- Ibnu Sina -

" Maskerku melindungi kamu,
Maskermu melindungi aku. "

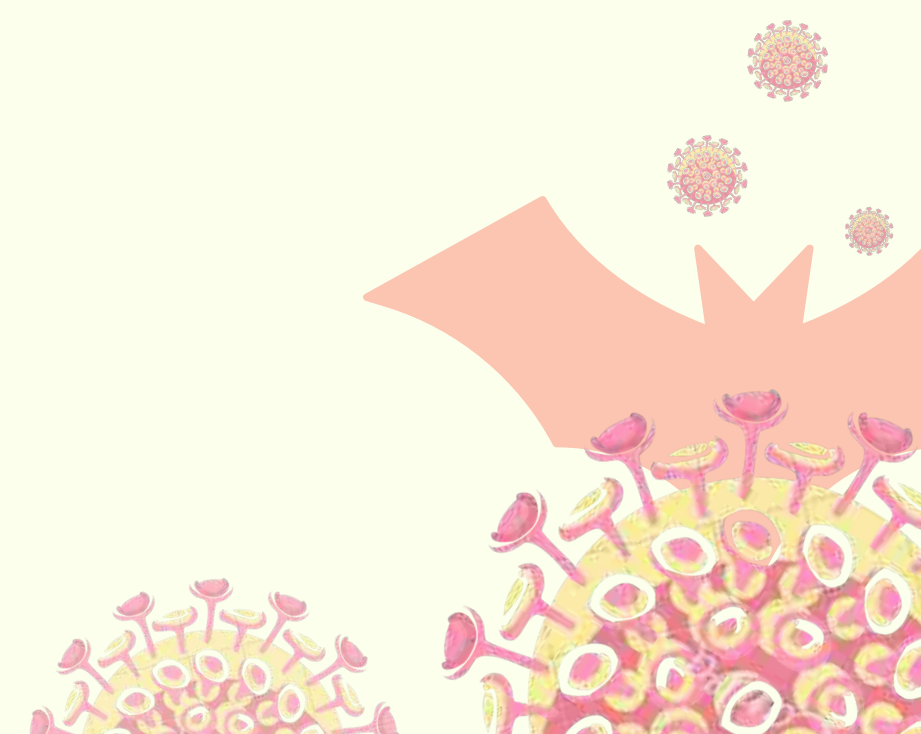
*" Physical-distancing is the best way to
decrease the curve of covid-19 incident. "*

" Handsanitizer yang dapat membunuh
beberapa virus dan bakteri yaitu yang
mengandung alkohol (etanol) 60-85%. "
(Gold NA&AWA U, 2020)

" Ramadan is coming. Shaitaan is runing. Moslems
are preparing. Gates of hell are closing. Gates of
heaven are opening. "

" Barangsiapa yang melapangkan satu kesusahan
dunia dari seorang mukmin, maka Allâh melapangkan
darinya satu kesusahan di hari Kiamat. "
(HR Muslim)

**Quotes
Permata**



DONT!

Membersihkan gadget dengan alcohol swab

Menggunakan sarung tangan latex dalam kegiatan sehari-hari

Membeli atau menjual obat sembarangan atau tidak resmi

Membuat handsanitizer tanpa didampingi ahlinya atau tidak sesuai ilmu pengetahuan.

Panik dan stres berlebihan

Membuat larutan disinfektan sebagai aroma terapi pada diffuser.

Menyemprot orang dengan chamber disinfektant/ disinfektant langsung

Berlebihan dalam membeli sembako, multi vitamin, atau hand sanitizer.

Menyebarkan informasi hoax atau menciptakan informasi diluar keahliannya

Menimbun APD dan menjualnya dengan harga mahal

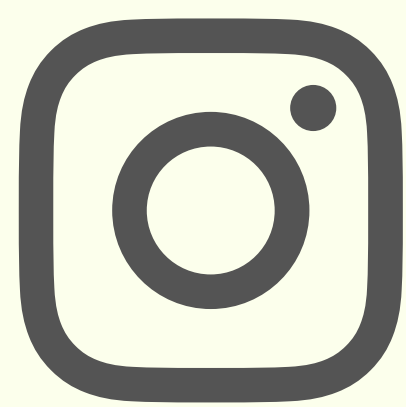
Menyebarkan stigma, melalaikan rasa kepedulian

REFERENSI

1. PDPI. Diagnosis dan Tatalaksana Pneumonia Covid-19. 2020. ISBN: 978-623-92964-0-7
2. Kemenkes. Pedoman pencegahan pengendalian Covid-19. versi-4. Dokumen Resmi per 27 Maret 2020.
3. WHO. Situation Report 70. Accessed at 30 March 2020. Taken from : https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/situation-reports/20200330-sitrep-70-covid-19.pdf?sfvrsn=7e0fe3f8_2 page1
4. Wang D et al. Clinical Characteristics of 138 Hospitalized Patients With 2019 Novel Coronavirus–Infected Pneumonia in Wuhan, China. Accessed at 30 March 2020. Taken from : <https://jamanetwork.com/journals/jama/fullarticle/2761044> page 6
5. Bai Y, Yao L, Wei T, et al. Presumed asymptomatic carrier transmission of COVID-19. JAMA. Published online February 21, 2020. doi:10.1001/jama.2020.2565 page 6
6. Park M et al. COVID-19: Lessons from SARS and MERS. COVID-19: Lessons from SARS and MERS. First published:27 February 2020 <https://doi.org/10.1002/eji.202070035> page 7
7. Mata Garuda LPDP. Panduan Praktis Corona. 2020. Accessed at 30 March 2020. Taken from : bit.ly/handbookbyMG. PAGE 7.
8. Alsakinah, S. Panduan Pencegahan Virus Corona Covid 19. Maret 2020. Accessed at 30 March 2020. Taken from : tiny.cc/Handbook_Pencegahan_COVID PAGE 7
9. Zakat sukses feat Imani Prokami. Bunga Rampai Covid-19. 2020. Accessed at 30 March 2020. Taken from : bit.ly/BukuCOVID19 PAGE
10. Lopez, C. The difference between social distancing, self isolating, and quarantining during the coronavirus outbreak. 2020. Accessed at 30 March 2020. Taken from : <https://www.insider.com/coronavirus-what-is-social-distancing-self-isolation-quarantine-2020-3>
11. PDPI, PERKI, PAPDI, PERDATIN. IDAI. Protokol Tatalaksana COVID-19. Edisi 1 April 2020.
12. World Health Organization (WHO). Clinical management of severe acute respiratory infection (SARI) when COVID-19 disease is suspected. 2020. WHO/2019-nCoV/clinical/2020.4. Accessed at 31 March 2020. Taken from : https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/clinical-management-of-novel-cov.pdf?sfvrsn=bc7da517_10&download=true
13. CDC. Pregnancy & Breastfeeding. 2020. Accessed at 31 March 2020. Taken from : <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/need-extra-precautions/pregnancy-breastfeeding.html>
14. hu H, Wang L, Fang C, Peng S, Zhang L, Chang G et al. Clinical analysis of 10 neonates born to mothers with 2019-nCoV pneumonia. Transl Pediatr. 2020;9(1):51-60. Epub 2020/03/11. doi: 10.21037/tp.2020.02.06. PubMed PMID: 32154135; PMCID: PMC7036645.
15. Chen H, Guo J, Wang C, Luo F, Yu X, Zhang W et al. Clinical characteristics and intrauterine vertical transmission potential of COVID-19 infection in nine pregnant women: a retrospective review of medical records. Lancet. 2020;395(10226):809-15. Epub 2020/03/11. doi: 10.1016/S0140-6736(20)30360-3. PubMed PMID: 32151335
16. Kai-qian Kam, Chee Fu Yung, Lin Cui, Raymond Lin Tzer Pin, Tze Minn Mak, Matthias Maiwald, Jiahui Li, Chia Yin Chong, Karen Nadua, Natalie Woon Hui Tan, Koh Cheng Thoon, A Well Infant with Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) with High Viral Load, Clinical Infectious Diseases.
17. Lee P-I, Hu Y-L, Chen P-Y, Huang Y-C, Hsueh P-R, Are children less susceptible to COVID-19?, Journal of Microbiology, Immunology and Infection, <https://doi.org/10.1016/j.jmii.2020.02.011>.
18. Szilagyi, Laszlo & Haidegger, Tamas & Lehotsky, Ákos & Nagy, Melinda & Csonka, Erik-Artur & Sun, Xiuying & Ooi, Kooi & Fisher, Dale. (2013). A large-scale assessment of hand hygiene quality and the effectiveness of the "WHO 6-steps". BMC infectious diseases. 13. 249. 10.1186/1471-2334-13-249.
19. Maclintyre, C et al. The First Randomized, Controlled Clinical Trial of Mask Use in Households to Prevent Respiratory Virus Transmission. DOI:<https://doi.org/10.1016/j.ijid.2008.05.877>.
20. Zayas G, Chiang MC, Wong E, et al. Effectiveness of cough etiquette maneuvers in disrupting the chain of transmission of infectious respiratory diseases. BMC Public Health. 2013;13:811. Published 2013 Sep 8. doi:10.1186/1471-2458-13-811
21. CDC. When and How to Wash Your Hands. 2020. Accessed at 31 March 2020. Taken from : <https://www.cdc.gov/handwashing/when-how-handwashing.html>
22. CDC. Show Me the Science – When & How to Use Hand Sanitizer in Community Settings. 2020. Accessed at 31 March 2020. Taken from : <https://www.cdc.gov/handwashing/show-me-the-science-hand-sanitizer.html>
23. Kemenkes. Mengatasi Stres Selama Wabah COVID-19. Accessed at 31 March 2020. Taken from : <https://www.covid19.go.id/portfolio-items/mengatasi-stress-selama-wabah-covid-19/>
24. IDAI. Covid-19 Parenting. Accessed at 31 March 2020. Taken from : https://www.instagram.com/p/B-OgRF_Ffa/
25. Imani Primary Care. Bagaimana cara mengisi waktu di rumah. Accessed at 31 March 2020. Taken from : <https://www.instagram.com/p/B-YUoV5ng-4/>
26. DetikNews. Grafik Data Kasus Corona di RI Per Hari ini, 22 April 2020. [<https://news.detik.com/infografis/d-4986966/grafik-data-kasus-corona-di-ri-per-hari-ini-22-april-2020>]
27. RSUI. Self-Isolation.2020. Accessed at 2 April 2020. Taken from : <https://www.instagram.com/p/B96XOTthrTY/>
28. MEU.Tanggap Pandemi Covid-19 [BRP]. 2020. Accessed at 3 April 2020. Taken from : <https://fk.ui.ac.id/berita/fkui-terbitkan-buku-rancangan-pengajaran-tanggap-pandemi-covid-19.html>
29. UU No. 6 Tahun 2018. Kekarantina Kesehatan. Accessed at 4 April 2020. Taken:: <https://sipuu.setkab.go.id/PUUdoc/175564/UU%20Nomor%206%20Tahun%202018.pdf>
30. Unicef, WHO, CIFRC. Pesan dan Kegiatan Utama Pencegahan dan Pengendalian COVID-19 di Sekolah. Maret 2020. Accessed at 4 April 2020. Taken from : https://www.who.int/docs/default-source/searo/indonesia/covid19/pesan-dan-kegiatan-utama-pencegahan-dan-pengendalian-covid-19-di-sekolah---indonesian--march-2020.pdf?sfvrsn=5cdfea17_2



Terima Kasih



@rspermatadepok

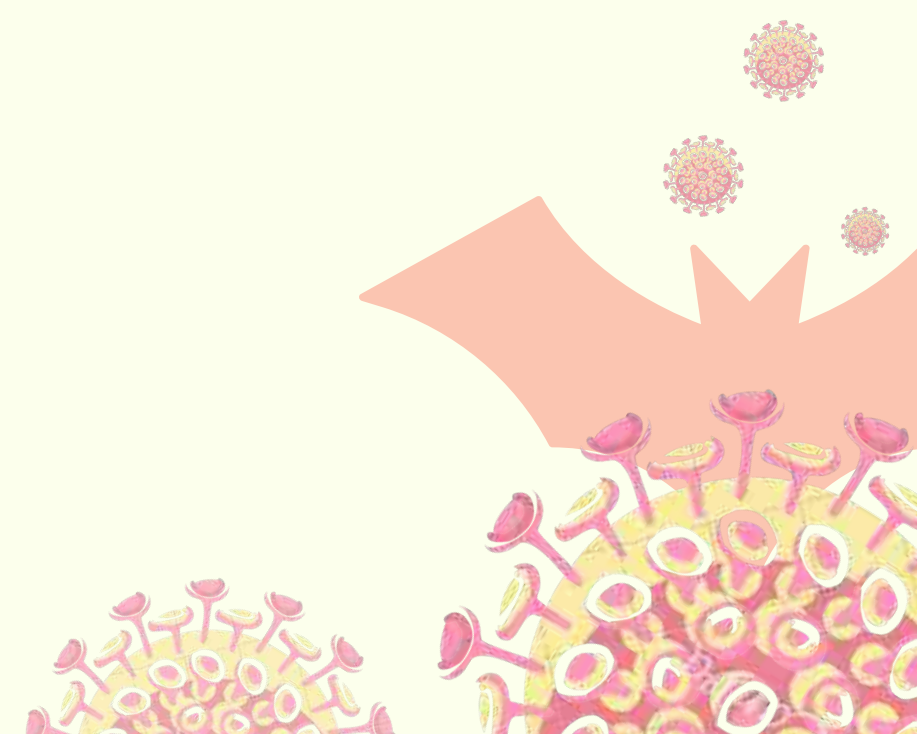
@rspermatabekasi

www.rspermata.co.id



YouTube

RS Permata Grup



Sahabat Permata tetap bisa menikmati
menu sehat chef terbaik the cafe saat
#DiRumahAja



📷 @thecafe_rspermatadepok



Keep healthy and stay home!

Pemesanan :

WA. 0812-1100-1016

Telp. 021-29669000 ext. 163

#cateringsehat #dietkhusus #pesanantar

