Waspada Serangan Pandemik Ditengah Di Masa Depan

# Bab 1. Mengenal Apa itu pandemik

## Bab 1.1 Pengertian Pandemik

**Pandemi** (dari [bahasa Yunani](https://id.wikipedia.org/wiki/Bahasa_Yunani" \o "Bahasa Yunani) πᾶν *pan* yang artinya semua dan δήμος *demos* yang artinya orang) adalah [epidemi](https://id.wikipedia.org/wiki/Epidemi" \o "Epidemi) [penyakit](https://id.wikipedia.org/wiki/Penyakit" \o "Penyakit) yang menyebar di wilayah yang luas, misalnya beberapa [benua](https://id.wikipedia.org/wiki/Benua" \o "Benua), atau di seluruh dunia. Penyakit [endemik](https://id.wikipedia.org/wiki/Endemik_(epidemiologi)" \o "Endemik (epidemiologi)) yang meluas dengan jumlah orang yang terinfeksi yang stabil bukan merupakan pandemi. Kejadian pandemi flu pada umumnya mengecualikan kasus flu musiman. Sepanjang sejarah, sejumlah pandemi penyakit telah terjadi, seperti cacar ([variola](https://id.wikipedia.org/wiki/Variola" \o "Variola)) dan [tuberkulosis](https://id.wikipedia.org/wiki/Tuberkulosis" \o "Tuberkulosis). Salah satu pandemi yang paling menghancurkan adalah [maut hitam](https://id.wikipedia.org/wiki/Maut_hitam" \o "Maut hitam), yang menewaskan sekitar 75–200 juta orang pada abad ke-14.

## Bab 1.2 Alasan Penggunaan istilah pandemic

## Bab 1.3 Pandemic yang pernah ada

# Bab 2. Tentang Pandemic Covid 19

## Bab 2.1 Pengertian Virus Covid 19

## Bab 2.2 Sejarah penyebaran virus covid 19

## Bab 2.3 Alternatif pencegahan Virus Covid 19

# Bab 3. Menjaga Pola Hidup Bersih

## Bab 3.1 Kebersihan Lingkungan Tempat tinggal

## Bab 3.2 Kebersihan Lingkungan kerja

# Bab 4. Menjaga Kecukupan Gizi Makanan

## Bab 4.1 Mengenal gizi makanan

## Bab 4.2 Menghitung Gizi makanan

## Bab 4.3 Menakar gizi makanan untuk keperluan anda