**PRAKATA**

Apa yang anda lakukan untuk mengisi hari-hari dalam kurun waktu Maret sampai Desember 2020? Seperti yang kita ketahui bersama, dalam kurun waktu tersebut kita dihadapkan pada bencana pandemic Covid-19. Wabah tersebut dialami oleh sebagian besar masyarakat di Dunia, termasuk di Indonesia. BErkaca pada pengalaman tersebut, banyak pelajaran yang bisa diambil oleh kita semua sesuai dengan bidang masing-masing. Namun, hal utama yang perlu diperhatikan bersama adalah betapa berharganya kesehatan bagi setiap orang. Sebelum Covid-19, dunia pernah dihebohkan oleh penyakit sejenis seperti Flu Burung dan Flu Babi. Hal itu harusnya menyadarkan kita semua bahwa virus serta penyakit lainnya dapat menyerang kapan saja. Oleh karena itu, setiap dari kita sangat penting untuk selalu menjaga pola hidup sehat.

Banyak orang sebelumnya tidak menyadari bahwa benda kecil sejenis virus bisa melumpuhkan hampir semua sektor dan berdampak pada kehidupan manusia. Pertanyaan selanjutnya adalah bagaimana kita bisa mempersiapkan diri kita dan generasi penerus agar terhindar dari berbagai bentuk serangan penyakit. Untuk itu, buku ini hadir kehadapan anda untuk menyajikan informasi mengenai berbagai Penyakit yang pernah melanda masyarakat di dunia, Jenis Penyakit serta Penyebabnya, Pola peyebaran Penyakit, Penanganan Penyakit Menular, Peran Pemerintah dalam Pengendalian dan Penanganan Penyakit, Pendidikan Kesehatan di Usia Dini, Pola Hidup Bersih dan Sehat, Faktor Emosi Terhadap Kesehatan, serta Pengobatan Herbal Warisan Leluhur.

Pengambilan topik-topik tersebut mengacu pada fakta yang benar-benar dihadapi oleh saat ini. Sehingga dipandang perlu untuk melakukan antisipasi terjadinya wabah di masa yang akan datang. Oleh karena itu, sangat penting untuk memberikan pendidikan kesehatan kepada generasi penerus sejak usia dini. Namun, sebagai bangsa yang besar, kita memiliki budaya yang kaya dengan nilai-nilai luhur, termasuk dalam bidang kesehatan. Oleh karena itu, salah satu topik pada buku ini mengkaji tentang pengobatan herbal dengan menggunakan tanaman-tanaman obat yang bisa dibudidayakan. Harapannya, isi dari naskah ini bisa memberikan manfaat bagi anda sebagai pembaca yang Budiman

Salam Sehat

Tarakan, Desember 2020

Penulis