**WASPADA SERANGAN PANDEMI DI MASA DEPAN**

Pada 11 Maret 2020 lalu, World Health Organization (WHO) sudah mengumumkan status pandemi global untuk penyakit virus corona 2019 atau yang juga disebut corona virus disease 2019 (COVID-19). Apa artinya? Yuk, pahami lebih jelas arti pandemi pada COVID-19.

Dalam istilah kesehatan, pandemi berarti terjadinya wabah suatu penyakit yang menyerang banyak korban, serempak di berbagai negara. Sementara dalam kasus COVID-19, badan kesehatan dunia WHO menetapkan penyakit ini sebagai pandemi karena seluruh warga dunia berpotensi terkena infeksi penyakit COVID-19.

Yang membedakan epidemi dan pandemi adalah, kedua kata tersebut memiliki rujukan tentang skala. Karena, kedua kata itu biasanya dipergunakan oleh lembaga yang mengurus kesehatan masyarakat, baik di tingkat negara maupun dunia.

Epidemi biasa digunakan untuk menyebut wabah dalam skala yang besar. Sedangkan pandemi biasa digunakan untuk merujuk ke wabah yang memiliki skala global.

Namun yang patut kita ingat, masing-masing lembaga kesehatan punya batasan dan definisi yang berbeda untuk mengklasifikasikan wabah sebagai penyakit.

Semua warga masyarakat Indonesia merasa panik. Kepanikan yang berlebihan membuat warga takut tidak bias melakukan aktifitas sehari-hari.

Dengan ditetapkannya status global pandemic tersebut, WHO sekaligus mengonfirmasi bahwa COVID-19 merupakan darurat internasional. Artinya, setiap rumah sakit dan klinik di seluruh dunia disarankan untuk dapat mempersiapkan diri menangani pasien penyakit tersebut meskipun belum ada pasien yang terdeteksi.

Hal-hal apa saja yang perlu kita hadapi supaya pandemik tahun depan tidak akan terjadi? Banyak cara yang pelu kita lakukan, salah satunya adalah : mendekatkan diri kepada Tuhan yang Maha Esa, Berpikir berfositif, menjaga daya tahan tubuh, setiap melakukan aktifitas tetap melakukan potokol kesehatan yaitu : memakai masker, cuci tangaan, jaga jarak antara sesame.

Makanlah makanan yang sehat. Hindarai makanan yang cepat saji, vitamin juga diperlukan dalam tubuh. Kurangi tempat kerumunan. Jangan sering-sering ketemat wisata kalau tidak perlu sekali, istirhat yang cukup.

Mari kita bersama-sama melawan pandemi ini. Kalau bukan kita siapa lagi.