**WASPADA SERANGAN PANDEMI DI MASA DEPAN**

Pandemi yang dikenal dengan Covid-19 telah hadir dalam kehidupan kita dua tahun terakhir ini. Seluruh dunia terpapar dengan adanya fenomena ini, tak terkecuali di Indonesia. Kondisi ini telah mengubah tatanan kehidupan dan pola kebiasaan manusia.

Tingginya kasus dan banyaknya korban jiwa, telah melahirkan sejumlah kebijakan pemerintah dalam menangani pandemi tersebut. Ragam istilah kebijakan juga dibuat oleh pemerintah dengan melihat kondisi yang terjadi, seperti *Lockdown* terbatas, PPKM. Penanganan lainnya seperti kewajiban prokes dan syarat perjalanan, mulai dari rapid test, antigen, PCR dan Vaksin.

Situasi yang tidak menentu, ditambah dengan pernyataan Meteri Kesehatan RI, yang menyatakan bahwa pandemi tidak dapat diprediksi kapan berakhir, bisa saja berlangsung lima sampai 10 tahun ke depan. Kondisi ini membuat kegamangan dan cenderung ketakutan di tengan masyarakat. Perlu edukasi kepada masyarakat terkait penyataan tersebut.

Menyikapi pernyataan Pemerintah tersebut, masyarakat perlu mendapat pengertian dan kesadaran penuh dalam menghadapi pandemi ini. Sosialisasi terus menerus terkait pentingnya hidup sehat, menjaga imun, penggunaan prokes, vaksinasi kepada masyarakat terus harus dilakukan.

Upaya antisipasi wajib dilakukan masyarakat dalam menghadapi pandemi covid-19 ataupun pandemi ini. Himbauan untuk istirahat total jika berada dalam kondisi tidak sehat, kelelahan harus di suarakan kepada masyarakat. Istirahat total yang dimaksud adalah ketika ada gejala gemam berada pada posisi 37 derajat, maka masyarakat wajib waspada. Ketika kondisi tersevut terjadi, maka himbauan istirahat total wajib dilakukan. Budayakan menjadi dokter buat diri sendiri.