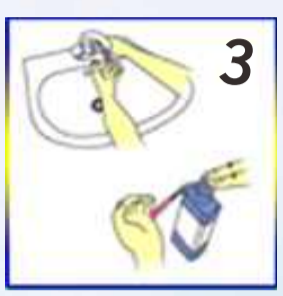


APA YANG DILAKUKAN SAAT KITA BATUK ATAU BERSIN



1 Tutup hidung dan mulut anda dengan menggunakan tisu/saputangan atau lengan dalam baju anda

Segera buang tisu yang sudah dipakai ke dalam tempat sampah

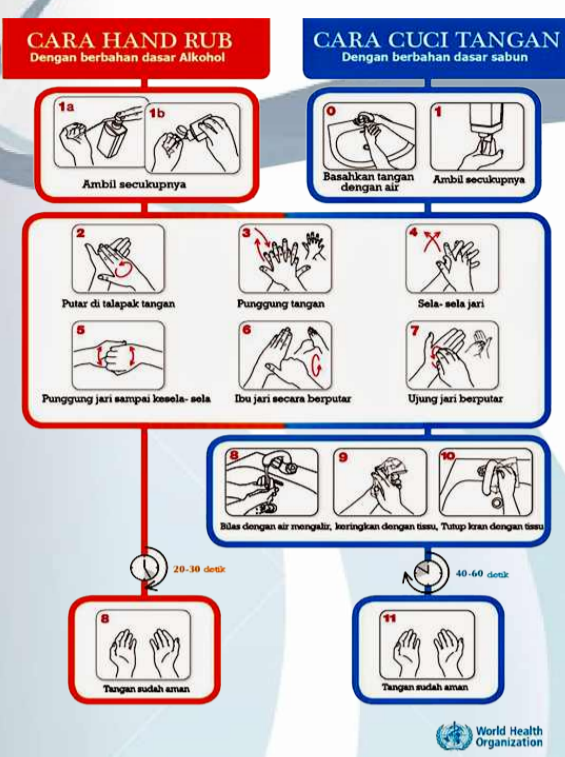


3 Cuci tangan dengan menggunakan air bersih dan sabun atau pencuci tangan berbasis alkohol

Gunakan Masker



DAMPAK DARI BATUK
Batuk dapat menyebabkan :
• Rasa lelah
• Gangguan tidur
• Perubahan pola hidup
• Suara serak
• Mengganggu nafas, dll.



Untuk informasi lebih lanjut, segera hubungi:
Jl. Cicendo No. 4 Bandung - 40117
Telp. (022) 4231280, 4231281
Fax. (022) 4201960
IGD (022) 4260456
Call Center Paviliun: 0811 200 1005
www.cicendoeyehospital.org
f Kesehatan Mata @rs_matacicendo rs.matacicendo



ETIKA BATUK & CUCI TANGAN



CUCI TANGAN

Mencuci tangan adalah menggosok kedua pergelangan tangan dengan kuat secara bersamaan menggunakan zat pembersih yang sesuai dan dibilas dengan air mengalir dengan tujuan menghilangkan mikroorganisme sebanyak mungkin. Ada dua prosedur pencucian tangan yang dapat dilakukan. Yaitu dengan memakai cairan pembersih tangan berbasis alkohol dan dengan air mengalir menggunakan sabun.

Kegagalan untuk melakukan kebersihan dan kesehatan tangan yang tepat dianggap sebagai sebab utama infeksi nosokomial yang menular di pelayanan kesehatan, penyebaran mikroorganisme multiresisten dan telah diakui sebagai kontributor yang penting terhadap timbulnya wabah

PENTINGNYA MENCUCI TANGAN

- Penularan lewat Tangan**
- Infeksi fecal-oral: gastroenteritis (virus, kuman, parasit), kolera, disentri, tifus, cacangan, hepatitis A, leptospirosis, candidiasis, polio.
 - Tak langsung lewat tangan: SARS, flu burung.
 - Langsung lewat kuku tangan: bisul, jerawat, makanan tercemar (basi)

MANFAAT MENCUCI TANGAN

Hal utama dalam pencegahan dan pengendalian infeksi :

- Sederhana dan efektif mencegah infeksi
- Menciptakan lingkungan yang aman
- Pelayanan kesehatan menjadi aman
- Bila tangan kotor, cuci dengan sabun atau antiseptik di air mengalir
- Bila tangan tak tampak kotor, bersihkan dengan menggunakan cairan berbasis alkohol atau *hand-sanitizer*

5 WAKTU PENTING MELAKUKAN CUCI TANGAN SEHARI-HARI

- Sebelum memasukkan makanan ke dalam mulut
- Sebelum mengolah makanan.
- Sebelum memegang bayi
- Setelah menceboki anak
- Setelah buang air kecil (BAK)
- Setelah buang air besar (BAB)

5 WAKTU PENTING MELAKUKAN CUCI TANGAN DI LINGKUNGAN RUMAH SAKIT

- Sebelum Kontak dengan pasien
- Sebelum tindakan aseptis
- Setelah terkena cairan tubuh pasien
- Setelah kontak dengan pasien
- Setelah kontak dengan lingkungan pasien

ETIKA BATUK

Batuk bukanlah suatu penyakit. Batuk merupakan mekanisme pertahanan tubuh pernapasan dan merupakan gejala suatu penyakit atau reaksi tubuh terhadap iritasi di tenggorokan karena adanya lendir, makanan, debu, asap dan sebagainya.

Etika Batuk adalah tata cara batuk yang baik dan benar, dengan cara menutup hidung dan mulut dengan tissue atau lengan baju, sehingga bakteri tidak menyebar ke udara dan tidak menular ke orang lain.

TUJUAN ETIKA BATUK

Mencegah penyebaran suatu penyakit secara luas melalui udara bebas (*Droplets*) dan membuat kenyamanan pada orang di sekitarnya. *Droplets* tersebut dapat mengandung kuman infeksius yang berpotensi menular ke orang lain disekitarnya melalui udara pernafasan. Penularan penyakit melalui media udara pernafasan disebut "*air borne disease*".

KEBIASAAN BATUK YANG SALAH

- Tidak menutup mulut saat batuk atau bersin di tempat umum.
- Tidak mencuci tangan setelah digunakan untuk menutup mulut atau hidung saat batuk dan bersin.
- Membuang dahak disembarang tempat.
- Membuang atau meletakkan tissue yang sudah dipakai disembarang tempat.
- Tidak menggunakan masker saat flu atau batuk.