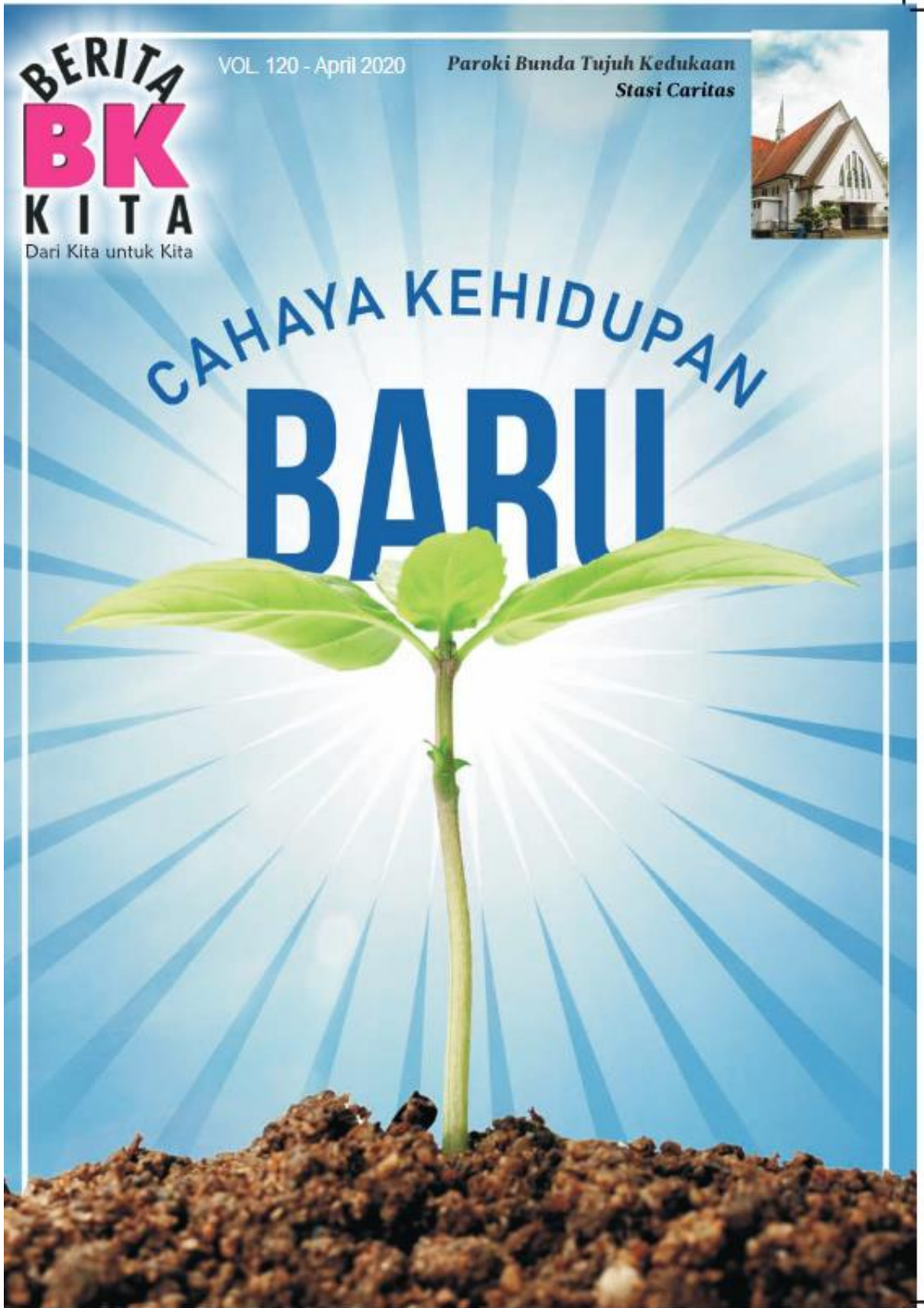


Judul : **Mengenal Corona Virus dan Penyakit COVID 19**
Penulis : **Dedeh Supantini**
Dipublikasikan melalui : **Berita Kita Paroki Bunda Tujuh Kedukaan; April 2020;**
Vol.120; Halaman 21; Penulis tunggal



Daftar Isi

Penanggung Jawab & Pembimbing:
Pst. Yoyo Tohakim, OSC

Pemimpin Redaksi:
Maria Sugianti

Para Kontributor:
Anna K.
Anita Karjo
Henry H.
L. Davvy K.
Liana Dewi S.
Maria Gorety S. Yaning
Maria K.
Monika S.
Navy Tjahjadi
Rani Novia S.
Stefani Dede S.
V. Way S. Halim
Wiwit

Fotografer:
Christine J.
Evelyn
Sebastian Standiklaus
Stephanus Wijaya

Artistik:
Dicky Wahyu

Distributor:
Ign. Mulyono

Alamat Redaksi :
Sekretariat Paroki (Sdr. Mulyono)
Jl. Pandu No. 4 Bandung
Telp. 022-6011138
Setiap hari kerja
07.30 - 12.00 Pagi
16.00 - 19.00 Sore
Rabu dan Libur Nasional : Tutup



Desain Sampul Muka
Dicky Wahyu

Email:
redaksiBKpandu@gmail.com

Website:
<http://bkpandu.wordpress.com>

Sekapur Sirih	1
Buah Pikiran	
- Cahaya Kehidupan Baru	3
Iman Katolik	
- Cahaya Penghalau Kegelapan	5
Mukjizat Santo Santa	
- SANTA CORONA	7
Dari Kita Untuk Kita	
- Acara HUT Komunitas M-CKI ke-7	9
Cinta Kitab Suci	
- Cahaya yang Bersinar Terang	11
Umat Berbicara	
- Hidup Baru yang Bercahaya	12
Yang Muda Yang Bicara	
- Cahaya Hidup Baru	17
Umat Menulis	
- "Likes" or "Amin" ?	19
Informasi Kesehatan	
- Mengenal Corona Virus dan Penyakit CoVID 19	21
Informasi.	
- Ujud Doa Bulan April 2020	24
- Petugas Koor dan Organisi April 2020	24
- Pengumuman PDKK Pandu April 2020	25
- Lagu Bulan April 2020	25
- Kegiatan Rutin Paroki Bunda Tujuh Kedukaan	26
- KSP Koptit Pelangi kasih	27
- Tarif Iklan Berita Kita	28

Mengenal Corona Virus dan Penyakit CoViD 19

Oleh: Dede Supantini

Saat ini dunia sedang dilanda wabah (pandemi) penyakit yang disebabkan oleh Corona Virus. Pada kesempatan ini mari kita mengenal Corona Virus, penyakit yang disebabkan, serta cara mencegah penularannya.

Mengenal Corona Virus

Corona virus sebenarnya merupakan sekelompok besar virus yang dapat menyerang hewan maupun manusia. Nama Corona berasal dari bahasa Latin yang berarti mahkota, sebab virus ini tampak seperti mahkota bila dilihat dengan mikroskop elektron. Virus ini biasanya menyerang sistem pernapasan dan bukan merupakan virus yang baru muncul.

Sebelum kejadian pandemi yang sekarang, keluarga virus ini diketahui sebagai penyebab zoonosis (penyakit yang secara alami dapat menular dari hewan kepada manusia, dan sebaliknya). Penyakit yang ditimbulkan oleh Corona Virus berupa Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA), baik ISPA ringan maupun penyakit berat seperti *Middle East Respiratory Syndrome* (MERS) yang melanda Timur Tengah pada tahun 2012 atau *Severe Acute Respiratory Syndrome* (SARS) yang mewabah di China Selatan pada tahun 2002-2003.

Pandemi yang melanda dunia saat ini disebabkan oleh jenis virus yang dinamai ***Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2 (SARS-CoV-2)***. Ini adalah corona virus jenis baru yang ditemukan menyerang manusia di daerah Wuhan

pada tahun 2019. Penyakitnya disebut sebagai **Corona Virus Disease 19 (CoViD-19)** dan rupanya lebih ganas daripada kedua wabah corona sebelumnya.

Mengenal Penyakit CoViD-19

Pada dasarnya CoViD-19 merupakan penyakit infeksi saluran pernapasan. Seseorang yang terkena penyakit ini dapat saja tidak bergejala (asimtomatik), bergejala ringan, maupun bergejala berat. Gejala CoViD-19 antara lain: demam lebih dari 38 C, batuk kering, dan sesak napas akibat pneumoni berat yang ditimbulkannya, bahkan dapat menyebabkan kematian. Penyakit menjadi sangat berat jika daya tahan tubuh penderitanya rendah, misalnya pada lansia, balita, penderita kencing manis, penyakit paru-paru, atau sedang menjalani pengobatan kanker.

Cara penularannya sangat cepat dari orang ke orang, karena itu penyakit ini menyebar dengan kecepatan tinggi. Penularan terjadi melalui droplet (percikan cairan yang keluar saat seseorang bersin atau batuk) yang terhirup jika kita kebetulan berdekatan dengan penderita CoViD-19. Waktu yang diperlukan sejak tertular sampai muncul gejala diperkirakan antara dua hari hingga dua minggu.

Sebenarnya virus ini tidak langsung berpindah melalui sentuhan fisik, namun sentuhan fisik bisa menyebabkan kita tertular dengan cara sebagai berikut: Misalnya A terjangkit CoViD-19, lalu batuk atau bersin dengan ditutup oleh tela-

Informasi Kesehatan

pak tangannya. Ketika A bertemu temannya (B), A menyalami B dengan tangannya yang masih mengandung droplet bervirus. Pindahlah droplet bervirus tadi ke tangan B. Jika B ini tanpa sadar mengusap hidung/mulut/mata dengan tangan yang tercemar tadi, masuklah virus ke dalam tubuhnya dan berkembang biak di sana. Tergantung dari kondisi kesehatannya, B bisa tidak bergejala, bisa terkena penyakit ringan, tapi bisa juga terkena berat bahkan meninggal.

Jika droplet yang dikeluarkan A mengenai benda disekitarnya, virus ini dapat bertahan "hidup" di permukaan benda tersebut selama beberapa jam sampai beberapa hari, lalu menempel di tangan seseorang yang memegangnya.

Bagaimana cara mencegah penularan CoViD19

1. Mencuci tangan menggunakan air dan sabun, untuk membersihkan dan mematikan virus yang tak sengaja menempel di tangan kita. Sapukan sabun di punggung tangan, di antara jari-jari, di bawah kuku, dan gosok setidaknya selama 20 detik, lalu bilas dengan air bersih. Kalau kebetulan tak ada air dan sabun, kita dapat menggunakan *hand sanitizer* yang mengandung alkohol.
2. Penderita batuk atau flu harus mengenakan masker. Ketika batuk atau bersin, harus menutup hidung dan mulut dengan tisu, lalu langsung buang tisu tersebut ke tempat sampah.
3. Hindari kontak dekat dengan orang yang sakit batuk, flu atau demam.
4. Dalam keadaan wabah (pandemi), hin-

dari kerumunan (*social distancing*), sebab dalam kerumunan bisa saja terdapat penderita CoViD tak bergejala yang menularkan virusnya melalui droplet.

5. Jaga jarak dengan orang lain sejauh 1 (satu) meter, sekalipun dengan keluarga sendiri. Ini disebut *physical distancing*. Hal ini perlu, mengingat bisa saja orang terdekat kita adalah penderita CoViD-19 tanpa gejala.
6. Konsumsi gizi seimbang, perbanyak sayur dan buah.
7. Rajin olahraga, berjemur tiap pagi, dan istirahat yang cukup.

Kapan harus berobat?

Segeralah ke dokter bila anda mengalami gejala-gejala CoViD-19 seperti demam, batuk-batuk kering, atau sesak napas. Terutama jika gejala ini dialami setelah berkontak dengan penderita CoViD-19, atau anda tinggal di daerah yang banyak kasus CoViD-19 seperti Bandung.

Dokter akan memeriksa anda, melakukan tes darah, rontgen paru-paru, serta pemeriksaan lain yang diperlukan.

Bagaimana pengobatan CoViD-19?

Sampai saat ini belum ditemukan obat khusus untuk CoViD-19. Namun ada beberapa obat yang dapat diberikan untuk meredakan gejalanya. Penderita dengan gejala ringan dapat mengisolasi diri secara mandiri (di rumah). Penderita sakit sedang dan berat dirujuk ke Rumah Sakit tertentu untuk dikarantina. Penderita yang sesak napas kemungkinan harus dibantu dengan alat bantu napas.

Penyakit ini sangat mudah menular. Kita

semua dapat dengan mudah terkena penyakit ini jika kebetulan daya tahan tubuh kita baik. Kita tak bergejala, tapi dapat menjadi pembawa virus dan menularkan kepada orang-orang di sekitar kita. Jika tanpa kita ketahui virus tersebut menular kepada orangtua kita yang sudah lansia, anak balita, atau orang tercinta yang memiliki penyakit lain (kencing manis, darah tinggi, kanker), mereka dapat terkena penyakit parah bahkan meninggal.

Karena sangat menular, para petugas kesehatan menggunakan alat pelindung diri dengan ketat, agar jangan sampai tertular dari pasien yang satu lalu menularkan kepada pasien lain, tenaga kesehatan lain, atau orang-orang di sekitarnya.

Anda dapat berperan untuk menghentikan wabah ini dengan melakukan cara pencegahan nomor 1 sampai dengan 6. Tetap tenang, jaga jarak, jalankan kebiasaan hidup yang sehat, dan berdoa untuk kita semua.

**Seksi
KOSMOS**

Mengucapkan

**SELAMAT
PASKAH 2020**



**WKRI
Cabang Pandu**

Mengucapkan

**Selamat
Paskah 2020**



**Selamat
Paskah
2020**

Dari :

**Pres. Bunda
Berduka Cita**

