

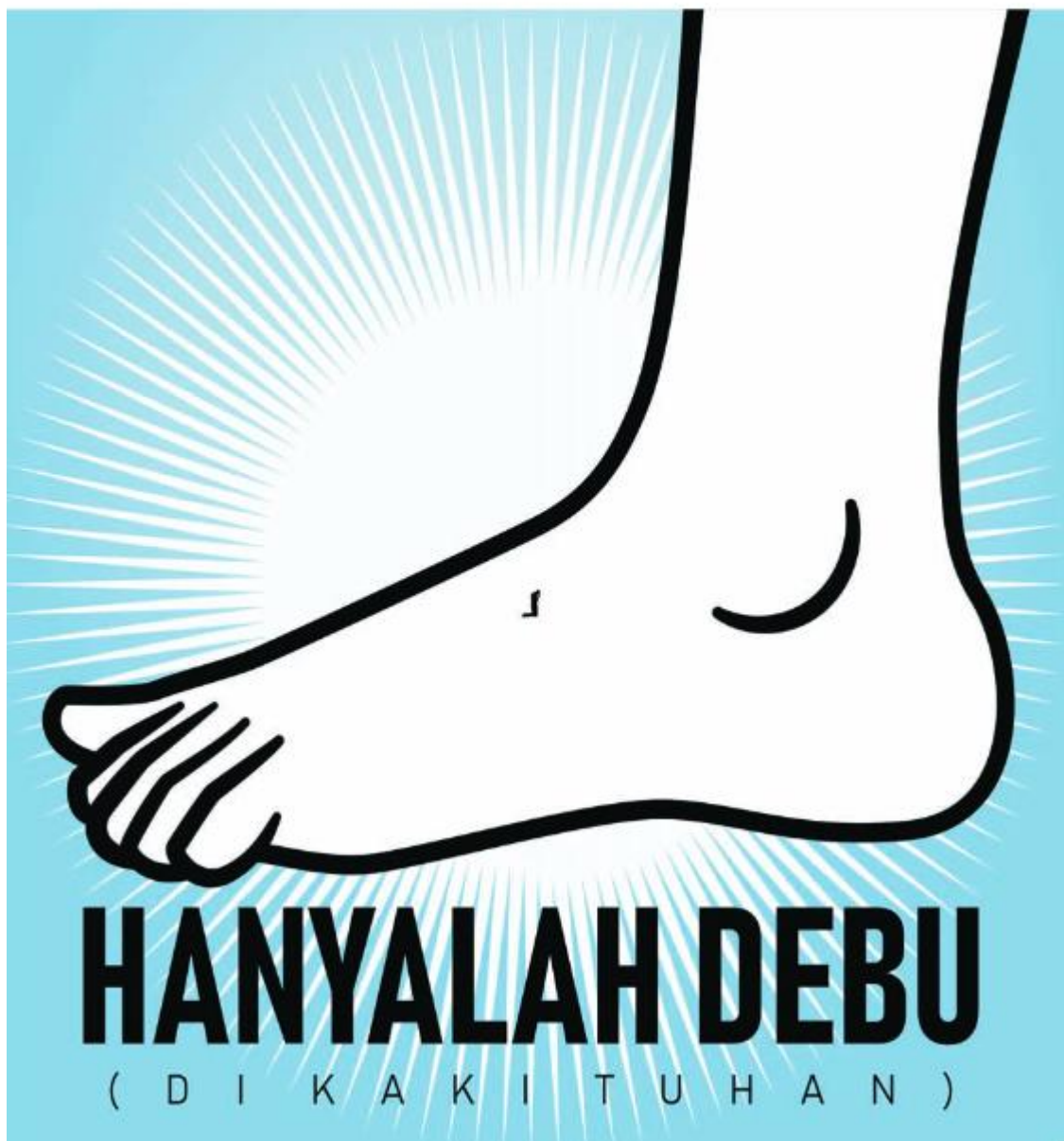
Judul : **Penggunaan Masker untuk Menghindari Tertular
Penyakit**

Penulis : **Dedeh Supantini**

Dipublikasikan melalui : **Berita Kita Paroki Bunda Tujuh Kedukaan; Maret 2020;
Vol.119; Halaman 27; Penulis tunggal**

**BERITA
BK
KITA**
Dari Kita untuk Kita
VOL. 119 - Maret 2020

*Paroki Bunda Tujuh Kedukaan
Stasi Caritas*



Daftar Isi

Penanggung Jawab & Pembimbing:
Pst. Yoyo Yohakim, 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.Waty 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	
- "Sadar, dan Berubah"	3
Mukjizat Santo Santa	
- Santa Perpetua dan Santa Felisitas	5
Iman Katolik	
- Pantang dan Puasa	6
Dari Kita Untuk Kita	
- Menghadapi Sakit Dengan Iman Meraih Kekudusan	
Perayaan Ekaristi	8
- Rapat Anggota Tahunan Kopdit Pelangi Kasih	10
- Dalam Drama "CINCIN TUAN LEWI"	11
- Ziarek ke Cisantana & Cirebon	12
- Natalan Bersama Bina Iman Remaja Pandu	14
- Merayakan Hari Ulang Tahun Pastor Febry, OSC	16
Cinta Kitab Suci	
- Kembali ke Kampung Halaman	18
Umat Berbicara	
- "Debu di Kaki-Nya"	20
Yang Muda Yang Bicara	
- Let's Move On!	22
Umat Menulis	
- Antara Debu dan Abu	24
- Yuk, ke Pasar Tradisional!	25
Informasi Kesehatan	
- Penggunaan Masker untuk Menghindari Tertular	
Penyakit	27
Jelajah Alkitab	
- Surga Milik Orang Katolik? (Lalu yang lain harus	
kemana?)	28
Informasi.	
- Ujud Doa Bulan Maret 2020	30
- Jadwal Acara PDKK Pandu Maret 2020	30
- Petugas Koor dan Organik Maret 2020	30
- Penerimaan Sumbangan RKS Lingkungan Tunai Via	
Sekretariat Paroki	31
- Kegiatan Rutin Paroki Bunda Tujuh Kedukaan	32
- Penanggalan Liturgi Bulan Maret 2020	33
- Laporan Keuangan DSKPP	34
- KSP Kopdit Pelangi kasih	35
- Lagu Bulan Maret 2020	36
- Tarif Iklan Berita Kita	36

Penggunaan Masker untuk Menghindari Tertular Penyakit

Oleh: Dedeh Supantini

Sejak maraknya berita mengenai penyebaran Virus Corona nCoV-2019 di awal tahun 2020 ini, berbagai negara menetapkan kondisi darurat medis untuk mencegah penyebarannya. Salah satu upaya yang banyak dilakukan masyarakat untuk mencegah tertular virus tersebut adalah dengan menggunakan masker. Permasalahannya, di dunia maya banyak beredar berita-berita yang berbeda tentang kriteria masker yang memenuhi syarat. Di Indonesia bahkan sempat beredar sebuah video yang menayangkan cara menggunakan masker tergantung status pengguna masker tersebut, di mana kalau pengguna masker adalah yang sakit maka bagian masker yang berwarna putih dipasang menghadap ke dalam, sedangkan untuk mencegah tertular penyakit maka bagian putih dipasang menghadap ke luar. Dan ternyata informasi dari video tersebut hoax alias tidak benar.

Pada kesempatan ini kita akan membahas tentang bagaimana **cara memakai masker dengan benar**. Berikut ini penulis petunjuk "Cara memakai masker yang benar" yang diedarkan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Siapa saja yang perlu menggunakan masker? Masker apa yang dipakai?

Secara umum, orang sehat tidak perlu menggunakan masker. Jika anda sedang sakit yang ditandai dengan batuk dan pilek, atau sedang berangsur pulih dari sakit, maka anda perlu menggunakan

masker agar tidak menularkan penyakit anda kepada orang-orang yang berada di lingkungan sekitar.

Masker yang dipakai bisa masker bedah biasa yang dapat dibeli di toko alat kesehatan.

Cara memakai masker yang benar

1. Tutup mulut, hidung, dan dagu anda, pastikan bagian masker yang berwarna berada di bagian depan.
2. Tekan bagian atas masker supaya mengikuti bentuk hidung Anda dan tarik ke belakang ke bagian bawah dagu.
3. Lepas masker yang telah digunakan dengan hanya memegang tali yang ada di kedua telinga, dan langsung buang ke tempat sampah.
4. Cuci tangan pakai sabun setelah membuang masker yang telah digunakan ke dalam tempat sampah.
5. Biar bersih, ganti masker anda secara rutin apabila kotor atau basah.

Dengan menggunakan masker, maka kita telah melakukan salah satu upaya pencegahan untuk meminimalisir penyakit, bukan hanya Corona Virus melainkan juga semua penyakit saluran pernapasan lainnya seperti flu, batuk, TBC paru-paru, radang paru-paru (pneumonia), dan lain-lain.