

Apa yang harus Anda dan Asisten Rumah Tangga ketahui dalam menyiapkan diri dari pandemi flu

Untuk informasi kesehatan terkini
Silahkan kunjungi situs Pusat Perlindungan Kesehatan
www.chp.gov.hk

atau hubungi Hotline Pendidikan Kesehatan 24 Jam
Departemen Kesehatan di
2833 0111

(Hanya memberikan pelayanan dalam bahasa Inggris, Kanton dan Putonghua)



(Flu musiman)



(Flu Burung
(Avian Influenza))

Direvisi bulan Desember 2018

Apa yang harus Anda dan Asisten Rumah Tangga ketahui dalam menyiapkan diri dari pandemi flu

(Bahasa Indonesia version)



Centre for Health Protection



Department of Health

Apa yang harus Anda dan Asisten Rumah Tangga ketahui dalam menyiapkan diri dari pandemi flu

Pandemi flu biasanya terjadi setiap 10 hingga 50 tahun sekali di masa lalu, dan dapat menyerang kapan saja. Ini disebabkan oleh penyebaran virus flu jenis baru yang muncul kemudian menyebar secara global yang berasal dari sebuah virus flu hewan yang mengalami perubahan genetik besar yang mengakibatkan penularan cepat dari manusia ke manusia. Populasi manusia hanya sedikit atau bahkan tidak memiliki daya tahan tubuh terhadap kemunculan pandemi virus flu. Ini dapat terjadi melalui virus flu burung atau jenis virus flu baru lainnya. Pandemi flu biasanya berkaitan dengan jumlah kasus yang sangat banyak, penyakit yang sangat parah, korban meninggal yang sangat banyak dan mengakibatkan kerusakan sosial dan ekonomi yang sangat parah.

Sebagaimana halnya setiap orang yang bekerja dan tinggal di Hong Kong, asisten rumah tangga Anda juga harus dilindungi dari risiko tertular. Tidak mungkin mereka dapat benar-benar menghilangkan risiko penularan, tetapi mereka dapat mengurangi risikonya dengan melakukan praktik-praktik kebersihan yang baik. Oleh karena itu Anda disarankan untuk melakukan langkah-langkah sederhana berikut ini:

1. Bantu asisten rumah tangga Anda menjaga gaya hidup yang sehat serta kebiasaan kebersihan pribadi dan lingkungan yang baik. Beritahu mereka untuk menjaga aliran udara di rumah tetap baik dan cuci tangan dengan menggunakan sabun cair dan air dengan baik. Apa bila fasilitas pencuci tangan tidak tersedia, atau apabila tangan terlihat tidak kotor, cairan pembersih (handrub) berbasis alkohol 70-80% merupakan pilihan efektif untuk membersihkan tangan.
2. Pertimbangkan dan beli alat pelindung untuk anggota keluarga dan asisten rumah tangga Anda: pasokan masker bedah yang cukup untuk beberapa minggu, pasokan antipiretik untuk saktu minggu (digunakan hanya jika diperlukan), termometer, sabun cair dan kertas tisu.



3. Kecuali diperintahkan lain oleh Pemerintah, biarkan asisten rumah tangga Anda menikmati hari libur nasional dan hari libur biasa, dan beritahu mereka agar tidak mengunjungi tempat ramai atau tempat dengan ventilasi buruk selama musim puncak flu. Selalu beritahu asisten rumah tangga Anda mengenai perkembangan situasi wabah penyakit dan pengumuman yang diumumkan oleh Pemerintah.
4. Selalu beritahu asisten rumah tangga Anda mengenai pemberitahuan dari Pemerintah sehubungan dengan perjalanan ke luar negeri dan pastikan kepatuhan mereka terhadap ketentuan-ketentuan pengendalian di perbatasan. Ingatkan asisten rumah tangga Anda agar tidak mengunjungi kebun binatang, pasar tradisional, pasar unggas hidup dan peternakan atau bersentuhan langsung dengan burung atau unggas terinfeksi (baik masih hidup atau sudah mati), kotorannya atau lingkungan yang sudah tercemar, dan sering mencuci tangan setelah menyentuh burung atau unggas. Jika mereka menunjukkan gejala seperti flu seperti demam, batuk, hidung berair, sakit tenggorokan, sakit kepala dan nyeri otot setelah kembali dari daerah terdampak, beritahu mereka agar segera berkonsultasi dengan dokter dan memberitahukan riwayat perjalanan tersebut ke dokter dan memakai masker bedah guna mencegah penyebaran penyakit.



5. Jika asisten rumah tangga Anda sakit, pastikan bahwa dia menerima perhatian dan perawatan medis, mendapatkan istirahat yang cukup dan meminum banyak air. Cuti sakit yang disarankan dokter yang mendampingi harus diberikan.



Berikan lingkungan yang mendukung untuk membantu penyembuhan asisten rumah tangga Anda.
Bantu asisten rumah tangga Anda agar perawatan rumah Anda semakin baik.