

# CEGAH & TANGANI MPOX



## 1 PENCEGAHAN

Mencegah lebih baik daripada mengobati!



- ✓ Cuci tangan pakai sabun atau hand sanitizer.
- ✓ Hindari kontak dekat dengan orang bergejala MPOX.
- ✓ Jangan menyentuh wajah dengan tangan kotor.
- ✓ Jaga kebersihan diri, pakaian, dan lingkungan sekitar.
- ✓ Gunakan masker jika berada di kerumunan atau merawat penderita.

## 2 PENANGANAN

Tindakan cepat, cegah penularan



- ✓ Segera sarankan ke Puskesmas atau klinik terdekat.
- ✓ Jaga jarak & hindari menyentuh luka/ruam pada kulit.
- ✓ Gunakan masker, pastikan ruangan berventilasi baik, dan cuci tangan sesering mungkin.
- ✓ Kader kesehatan gunakan APD dasar (masker & sarung tangan) jika kontak langsung.
- ✓ Segera laporkan temuan ke petugas Puskesmas untuk pemantauan & penanganan.

## 3 PENGOBATAN

Pengobatan suportif, pemulihan lebih cepat!



- ✓ Belum ada obat khusus untuk MPOX, namun sebagian besar kasus dapat sembuh sendiri.
- ✓ Perawatan suportif: istirahat cukup, minum air putih, dan makan bergizi.
- ✓ Obat pereda gejala (seperti penurun demam/nyeri) sesuai anjuran tenaga kesehatan.
- ✓ Jangan menggaruk luka/ruam agar tidak infeksi sekunder.
- ✓ Konsumsi obat antivirus hanya atas resep & pengawasan dokter untuk kasus tertentu.

## 4 PEMULIHAN

Sabar & disiplin, sembuh total!



- ✓ Lakukan isolasi mandiri hingga seluruh luka/ruam kering, keropeng terlepas, dan kulit baru terbentuk.
- ✓ Perhatikan nutrisi, istirahat dan menjaga kebersihan diri.
- ✓ Pemeriksaan lanjutan jika dianjurkan tenaga kesehatan.
- ✓ Dukungan keluarga sangat penting untuk kesembuhan fisik & mental.
- ✓ Setelah sembuh, tetap jaga kebersihan & perilaku hidup sehat.

## 5 LANGKAH ISOLASI MANDIRI DI RUMAH

### 1 KAMAR TERPISAH



Tidur & beristirahat di ruangan terpisah dari anggota keluarga lain

### 2 KAMAR MANDI



Gunakan kamar mandi terpisah, bersihkan setelah tiap pemakaian.

### 3 CUCI TANGAN



Sesering mungkin dengan sabun atau hand sanitizer.

### 4 JANGAN BERBAGI



Peralatan makan, handuk, pakaian, dan seprai harus terpisah.

### 5 VENTILASI



Buka jendela; gunakan masker bila terpaksa berada berdekatan.



Lakukan isolasi sampai seluruh luka/ruam kering, keropeng terlepas, dan kulit baru terbentuk (sekitar 2-4 minggu)

## KAPAN HARUS KE TENAGA KESEHATAN?

Segera ke Puskesmas/IGD jika muncul gejala berikut:



Demam tinggi (>38.5 C) yang tidak turun



Nyeri hebat/pembengkakan kelenjar getah bening



Sesak napas/nyeri dada



Lemas berat, pusing, atau kebingungan



Infeksi pada mata (nyeri, kemerahan, bernanah)



Luka di mulut, tenggorokan membuat sulit makan/minum



Ruam makin luas, bernanah, atau nyeri hebat



Jangan tunda berobat. Penanganan cepat mencegah komplikasi dan penyebaran lebih luas.

## PESAN PENTING



MPOX dapat dicegah dan disembuhkan dengan penanganan yang tepat.



Kepedulian dan tindakan cepat dari kita semua melindungi diri sendiri, keluarga, dan masyarakat.



Jangan takut, jangan malu. Kenali gejala, periksa ke tenaga kesehatan, dan ikuti anjuran.

**CEGAH MPOX, TINDAKAN KITA HARI INI MELINDUNGI KITA SEMUA!**

