

# Jaga kesehatan dan putus mata rantai penularan penyakit



## Jaga kebersihan diri

### Jaga kesehatan dan cegah penularan penyakit.

- Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS). Terutama sebelum makan dan segera setelah keluar dari toilet.
- Tutup hidung dan mulut dengan tisu atau lengan baju ketika batuk atau bersin.
- Mandi rutin menggunakan sabun. Hindari bertukar benda pribadi dengan siapa pun, seperti baju, handuk dan seprai.
- Jaga kebersihan lingkungan. Berikan perhatian khusus pada benda-benda yang sering disentuh seperti knop pintu dan saklar.
- Hindari area epidemis. Segera berkonsultasi dengan dokter bila anda mengalami demam atau gejala lainnya.

Poster ini dikembangkan untuk keperluan edukasi semata dan benar pada saat dipublikasikan. Ini bukan merupakan pengganti saran medis profesional. Jika Anda memiliki pertanyaan atau kekhawatiran terkait topik dimaksud, silakan konsultasikan dengan tenaga kesehatan Anda.

© 2019 AEA. Hak Cipta dilindungi.  
Dilarang memperbanyak dan/atau menyebarkan tanpa izin.

Personal Hygiene Toolkit – Poster v2/200204v1/mm/jwtdr