

**Nasihat Kesehatan untuk Orang  
Yang Teruji Positif / Sebelumnya Positif COVID-19  
dan Menunggu Masuk ke Rumah Sakit atau Fasilitas Isolasi**

Jika uji asam nukleat Anda sebelumnya positif (*lihat Catatan*), Anda akan menerima pemberitahuan SMS.

Harap tetap tenang dan menunggu di rumah dengan sabar. Pemerintah akan mengatur untuk memasukkan Anda ke rumah sakit atau fasilitas isolasi.

Untuk mengurangi risiko penularan virus ke orang lain (anggota rumah tangga dan masyarakat), harap perhatikan saran pengendalian infeksi selama menunggu di rumah berikut ini.

*Catatan:*

“Sebelumnya positif” mengacu pada hasil uji asam nukleat dari air liur tenggorokan dalam (DTS), gabungan sampel usap tenggorokan dan hidung (CTNS), usap nasofaring atau sampel tinja, dll.

Jika Anda hanya melakukan rapid antigen uji (RAT) dan hasilnya positif, kemungkinan Anda telah tertular COVID-19. Namun, Anda perlu menjalani uji asam nukleat COVID-19 untuk konfirmasi. Agar lebih berhati-hati sebaiknya Anda juga mempraktekkan tips berikut ini saat menunggu di rumah.

### **1.1 Tempat Tinggal**

- Orang yang dinyatakan positif/sebelumnya positif dari uji asam nukleat perlu tinggal di tempat tinggalnya sambil menunggu untuk masuk ke rumah sakit atau fasilitas isolasi. Lebih baik dia tinggal di kamarnya. Jaga agar pintu tetap tertutup dan sedapat mungkin hindari kontak tatap muka dengan anggota rumah tangga lainnya.
- Orang lain (misalnya teman, kerabat, dan orang yang tidak tinggal bersama) tidak boleh memasuki kamar atau tempat tinggalnya
- Jaga agar tempat tersebut berventilasi baik dengan menjaga agar jendela terbuka bilamana memungkinkan. Yang terbaik adalah memasang pembersih udara di dalam ruangan.

### **1.2 Kebersihan Pribadi**

- Kenakan masker bedah yang terpasang dengan baik dan benar ketika orang tersebut harus meninggalkan kamarnya.
- Hindari makan atau berbagi barang pribadi dengan anggota rumah tangga lainnya.
- Cuci tangan sesering mungkin dan patuhi etika batuk.

### **1.3 Kebersihan Lingkungan dan Toilet**

Bersihkan dan disinfeksi lingkungan rumah setiap hari dengan 1 banding 49 pemutih rumah tangga yang diencerkan (campurkan 10 ml pemutih yang mengandung 5,25% natrium hipoklorit dengan 490 ml air), diamkan selama 15-30 menit lalu bilas dengan air. Untuk permukaan logam, disinfeksi dengan alkohol 70%.

Jika tempat terkontaminasi oleh sekresi pernapasan, muntahan atau kotoran, gunakan handuk sekali pakai dengan daya serap yang tinggi untuk membersihkan materi/barang yang terlihat. Kemudian disinfeksi permukaan dan area sekitarnya dengan disinfektan. Untuk permukaan non-logam, disinfeksi dengan 1 banding 4 pemutih rumah tangga yang diencerkan (campuran 10ml pemutih rumah tangga yang mengandung 5,25% natrium hipoklorit dengan 40ml air), diamkan selama 10 menit, lalu bilas dengan air. Untuk permukaan logam, disinfeksi dengan alkohol 70%.

- Gunakan toilet yang ditunjuk sebisa mungkin. Jika hal ini tidak memungkinkan, perlu membersihkan dan mendisinfeksi toilet setelah setiap kali digunakan. Bersihkan dan disinfeksi mangkuk toilet dengan 1 banding 4 pemutih rumah tangga yang diencerkan setelah buang air besar. Bersihkan dan disinfeksi wastafel dengan 1 banding 4 pemutih rumah tangga yang diencerkan jika terkontaminasi dengan dahak atau air liur mis. setelah berkumur atau menggosok gigi.
- Tutup penutup toilet sebelum menyiram.
- Cuci tangan dengan sabun dan air setelah menggunakan toilet.
- Tuang sekitar setengah liter air di setiap saluran pembuangan lantai seminggu sekali.

### **1.4 Pembuangan Sampah**

- Sampah harus dibungkus dengan baik dan diserahkan kepada anggota rumah tangga untuk membantu pembuangannya.
- Bersihkan tangan setelahnya.

### **1.5 Waspadaai gejalanya**

- Pantau kondisi kesehatan dan ukur suhu tubuh dua kali sehari.
- Jika Anda memiliki gejala peringatan berikut, hubungi 999 atau langsung ke fasilitas Kecelakaan dan Darurat (A&E):
  - Kesulitan bernapas atau sesak napas
  - Tidak dapat bicara atau kehilangan mobilitas
  - Nyeri atau tekanan di dada atau perut
  - Pusing atau kebingungan
  - Kejang-kejang
  - Nyeri otot yang parah

- Tidak buang air kecil
- Rasa lemah atau tidak stabil
- Gerakan janin berkurang atau tidak ada (untuk ibu hamil)

Selain itu, 7 Klinik Khusus untuk Kasus Terkonfirmasi COVID-19 diaktifkan mulai 16 Februari, untuk membantu memberikan diagnosis dan pengobatan bagi orang-orang yang telah diberitahu tentang hasil positif mereka, dan menunjukkan gejala infeksi yang relatif ringan (misalnya, demam, batuk, sakit tenggorokan) yang memerlukan bantuan medis sambil menunggu masuk ke rumah sakit atau fasilitas isolasi.

Pergi ke klinik / A&E yang ditunjuk

- Kenakan masker bedah yang pas.
- Langsung ke rumah sakit/klinik, dengan sebisa mungkin menghindari menggunakan sarana transportasi umum yang ramai atau berada di tempat umum dalam perjalanan.

Untuk pertanyaan terkait medis dari orang-orang yang menunggu masuk ke fasilitas isolasi setelah infeksi yang dikonfirmasi, silakan hubungi “Hotline COVID-19 Otoritas Rumah Sakit untuk mendukung kasus yang dikonfirmasi sambil menunggu masuk ke fasilitas isolasi” (**1836 115**).

Untuk informasi lebih lanjut, silakan kunjungi:

<https://www.chp.gov.hk/en/r/1363>



**Pusat Perlindungan Kesehatan (Departemen Kesehatan) dan Otoritas  
Rumah Sakit (16 Februari 2022)**