



Australian Government
Department of Health

PENGGUNAAN MASKER DI MASYARAKAT

Apa itu coronavirus?

Coronavirus (COVID-19) adalah infeksi pernapasan yang menyebar dari orang ke orang melalui tetesan dari batuk atau bersin orang yang terinfeksi.

Coronavirus juga dapat menyebar jika menyentuh benda atau permukaan yang terkena tetesan dari orang yang terinfeksi, dan kemudian menyentuh mulut atau wajah Anda.

Haruskah saya pakai masker?

Dengan meningkatnya COVID-19 di beberapa daerah di Australia, ada orang yang sekarang perlu memakai masker di tempat umum – karena pemakaian masker diwajibkan atau direkomendasikan. Penting untuk tetap mendapatkan informasi terbaru yang berlaku untuk daerah lokal Anda. Jika berada di daerah di mana pemerintah negara bagian, wilayah, atau lokal menyarankan atau mewajibkan pemakaian masker di tempat umum, tolong ikuti petunjuk tersebut. Periksa situs web pemerintah negara bagian atau wilayah secara teratur atau kunjungi Australia.gov.au.

Harap diingat, masker sangat membantu menghentikan orang yang terjangkit virus menularkannya kepada orang lain di komunitas. Perlu diketahui bahwa masker hanya efektif jika digunakan dengan tindakan pengendalian infeksi lainnya.

Biarapun mengenakan masker, Anda tetap harus menjaga jarak fisik, mempraktikkan kebersihan tangan dan pernapasan yang baik, dan tinggal di rumah jika kurang sehat.

Bagaimana cara menggunakan masker dengan benar?

Penting untuk memakai masker dengan benar untuk menghindari peningkatan risiko infeksi untuk diri sendiri dan orang lain. Menyentuh atau melepas masker dapat mencemari tangan Anda.

Harap cuci tangan sebelum mengenakan masker, langsung setelah melepasnya, dan setiap kali menyentuhnya ketika digunakan.

Ketika mengemukannya, pastikan masker menutupi hidung dan mulut dan pas di bawah dagu, di atas jembatan hidung dan di sisi wajah Anda.

Jangan biarkan masker menggantung di leher dan cobalah untuk sama sekali tidak menyentuh bagian depan masker Anda. Jika masker menjadi lembab, Anda perlu menggantinya.

Apa yang harus saya lakukan dengan masker setelah saya menggunakannya?

Jika masker Anda adalah masker sekali pakai, pakai sekali saja dan kemudian masukkan ke tempat sampah.

Jika Anda memiliki masker kain yang dapat digunakan kembali, masukkan ke dalam kantong plastik sampai Anda bisa mencucinya.

Masker kain bisa dicuci di mesin cuci dengan pakaian lain.

Juga bisa dicuci tangan menggunakan sabun dan air yang sepanas bisa menurut jenis kain yang digunakan untuk membuat masker.

Keringkan masker kain sepenuhnya dalam pengering pakaian atau udara segar sebelum digunakan lagi.

Agar bebas COVID

Untuk melindungi komunitas kita, setiap orang harus terus melakukan tiga hal yang paling penting untuk menghentikan penyebaran virus:

- Tetap menjaga jarak setidaknya 1,5 meter dari orang lain kapan pun dan di mana pun bisa.
- Praktikkan kebersihan yang baik dengan mencuci tangan secara teratur dengan sabun dan air. Jika sabun dan air tidak tersedia gunakan pembersih tangan berbasis alkohol. Jangan menyentuh wajah Anda, dan ingat untuk batuk dan bersin ke dalam siku, bukan tangan Anda.
- Unduh aplikasi COVIDSafe. Aplikasi ini membantu untuk melacak orang-orang yang sempat berdekatan dengan Anda.

Sangat penting sekarang bahwa Anda tinggal di rumah jika menderita gejala pilek atau flu.

Jika mengalami demam, batuk, sakit tenggorokan, atau sesak napas, lakukan tes coronavirus.

Kita semua dapat mengambil langkah untuk membantu menghentikan penyebaran COVID-19.

Pembaruan untuk COVIDSafe app

Selain bahasa Inggris, COVIDSafe app sekarang tersedia dalam bahasa Arab, Cina Sederhana, Cina Tradisional, Vietnam dan Korea. Appnya juga akan segera tersedia dalam bahasa Italia dan Yunani.

COVIDSafe app membantu petugas kesehatan masyarakat untuk memberi tahu orang-orang yang telah melakukan kontak dengan orang yang terjangkit COVID-19. Jika telah mengunduh app, Anda dapat memilih untuk memberikan petugas kesehatan akses pada informasi yang

di app. Ini memungkinkan mereka untuk dengan cepat mengidentifikasi dan menghubungi orang yang tepat dan mencegah penyebaran virus.

Informasi lebih lanjut tentang COVID-19

Penting untuk tetap mendapat informasi terbaru dari sumber resmi. Kunjungi [health.gov.au](https://www.health.gov.au), hubungi Coronavirus Helpline (Saluran Bantuan Coronavirus) di 1800 020 080 atau layanan penerjemahan dan juru bahasa di 131 450.