

ISPA MEREBAK

PALING RENTAN PENGENDARA MOTOR



Pakai helm

Gunakan helm sebagai pelindung untuk menghindari polusi.



Banyak minum

Konsumsi air mineral agar terhidrasi dan menjaga tenggorokan lembap.



Tidak merokok

Hindari merokok serta paparannya karena merusak sistem pernapasan.



Pakai masker

Kenakan masker sebagai pelindung tambahan.



Segera mandi

Bersihkan diri setelah berkendara agar partikel polutan hilang.

Gejala Awal

Hidung tersumbat, Pilek, Batuk, Sakit tenggorokan, Pegal/Ielah.

Gejala Lanjut

Demam diatas 39°, Sulit bernapas, Pusing Pingsan.



Kasus
ISPA
Tangerang

16.000
orang



Saya berharap agar masyarakat Kabupaten Tangerang menggunakan masker jika berkendara. Jika di rumah pintu ditutup.

Achmad Muchlis - Kadinkes Kab. Tangerang

Sumber: Dinas Kesehatan Kabupaten Tangerang



ppid.tangerangkab.go.id



@ppid.kabupatentangerang