



KEMENTERIAN KOORDINATOR
BIDANG PEMBANGUNAN MANUSIA DAN KEBUDAYAAN
REPUBLIK INDONESIA



Pedoman Penanggulangan DBD

di Lingkungan
Rumah & Kantor

Cek Fakta:

DBD Melonjak di Indonesia

Januari-Juli 2023

42.690 orang terinfeksi DBD di Indonesia,

317 orang meninggal dunia



Data Kasus
DBD 3 Tahun
Terakhir

2020



95.893
kasus

2021



73.518
kasus

2022



131.265
kasus



Data
Kematian
Akibat DBD
3 Tahun
Terakhir

2020



661
orang

2021



705
orang

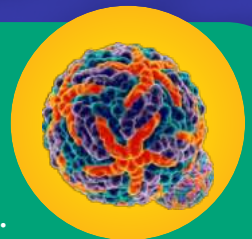
2022



1.183
orang

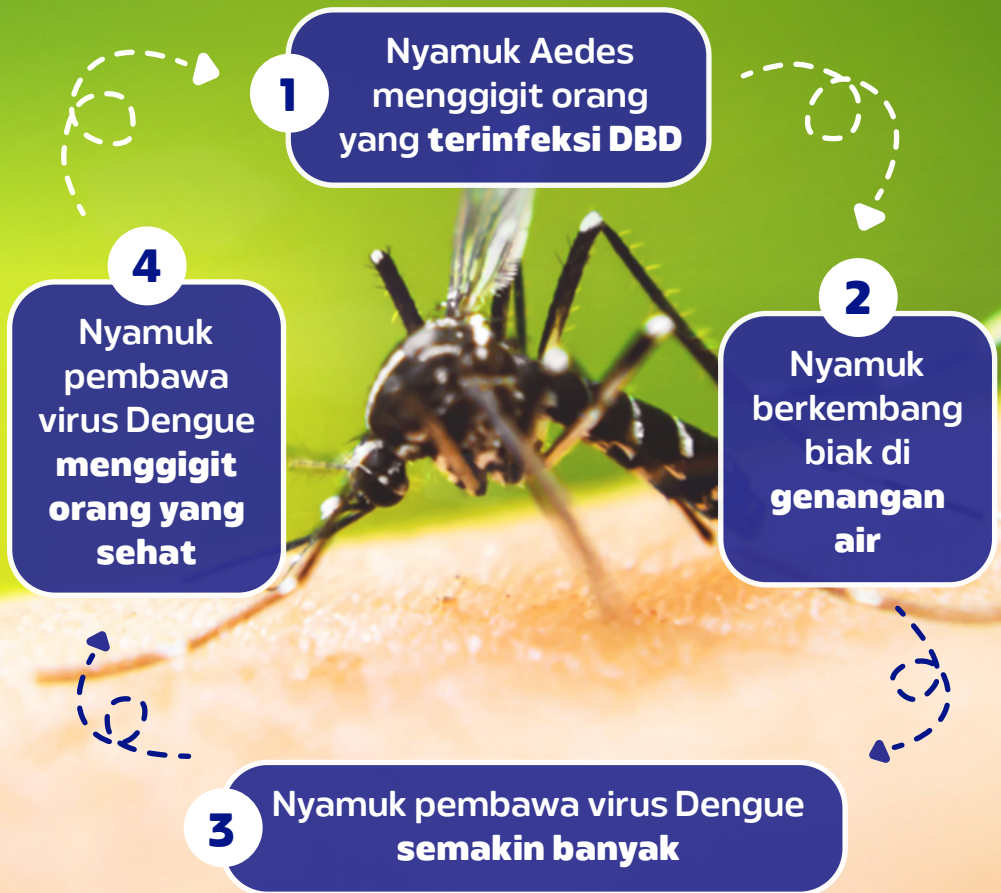
*Sumber data: P2PM Kemenkes

Demam berdarah disebabkan oleh **virus Dengue yang menyebar melalui gigitan nyamuk Aedes Aegypti**. Seekor nyamuk Aedes yang membawa **1 jenis virus Dengue** dapat terus menginfeksi orang lain sampai ia mati.



Ada **4 jenis virus Dengue (DENV 1, 2, 3, & 4)** yang dapat menimbulkan infeksi berulang di waktu berbeda.

Kenali Tahap Penularan DBD



Perhatikan Gejalanya!



Demam mendadak tinggi



Nyeri kepala



Menggigil



Mual dan muntah



Tidak nafsu makan



Timbul bintik merah



Mimisan



Nyeri badan



Waspada! Siklus Pelana Kuda

Fase Demam Tinggi



1-3 hari pertama suhu tubuh **40°C** disertai gejala lain.

Fase Kritis (Hari ke 4-5)

Demam turun, suhu tubuh **37°C**. Seolah sembuh, justru terjadi perdarahan & kebocoran plasma darah.



Fase Penyembuhan (Hari ke 6-7)



Demam naik, respon dari penyembuhan. Kadar **trombosit** kembali normal.

Kapan Harus ke Dokter?



Demam
> 3 hari



Muntah terus
menerus



Gusi
berdarah



Nyeri perut
hebat



Muntah
darah



BAB
berdarah

Diagnosa DBD

Tes Darah Lengkap

Mengecek jumlah **trombosit** yang umumnya menurun pada kasus DBD & memeriksa kadar hemoglobin, hematokrit, & sel darah merah. Tes dapat dilakukan pada 0 - 7 hari pasca gejala DBD muncul.

Tes Darah Lengkap

Tes NS1 untuk mendeteksi **protein NS1** yang ada pada virus dengue.

Serologi

Mendeteksi **antibodi IgM & IgG** yang diproduksi oleh sistem kekebalan ketika seseorang terpapar virus dengue. Paling efektif bila tes dilakukan **minimal 4 hari setelah timbulnya gejala**.



Untuk Penanganan Awal, Kamu Bisa Konsultasi ke Dokter di Aplikasi **KlikDokter!**

Lewati Masa Kritis dengan Cara Ini!

Pertolongan Pertama & Pengobatan



Istirahat total (berbaring)



Banyak **minum air putih** minimal 2 liter per hari



Kompres dengan air hangat



Minum **peredam demam**, jika demam tinggi



Jika 2-3 hari memburuk; lemas, muntah, mimisan, & pendarahan gusi, segera ke **layanan kesehatan atau rumah sakit terdekat** untuk dapat dilakukan pemberian cairan infus



Rekomendasi Makanan & Minuman untuk Percepat Penyembuhan



Cairan isotonik atau oralit
Untuk cegah dehidrasi



Kurma
Tinggi vitamin B kompleks, vitamin C, & berbagai macam mineral



Jus ekstrak daun pepaya (25 ml) diminum 2x sehari
Mengandung antioksidan & tinggi untuk mempercepat penyembuhan



Air kelapa
Bantu memenuhi cairan tubuh & elektrolitnya mampu mencegah gejala DBD semakin parah



Jus jambu biji, lemon, delima, apel, & jeruk
Mengandung vitamin C yang tinggi untuk meningkatkan sistem imun, sehingga mempercepat pemulihan

Cegah Demam Berdarah dengan 3M Plus



Menguras & menyikat tempat penampungan air secara rutin



Menutup rapat semua tempat penyimpanan air



Memanfaatkan limbah barang bekas yang bernilai ekonomis (daur ulang)



Plus mencegah gigitan & perkembangbiakan nyamuk

Lakukan Ini Juga untuk Mencegah Gigitan & Perkembangbiakan Nyamuk!

- Menggunakan obat anti nyamuk
- Lakukan vaksin DBD
- Jangan menumpuk atau menggantung baju terlalu lama
- Hias rumah dengan tanaman anti nyamuk alami
- Gunakan pakaian tertutup saat keluar rumah
- Menjaga daya tahan tubuh
- Pangkas dan bersihkan tanaman liar di pekarangan rumah
- Pasang kasa & kelambu nyamuk

Mulai #JagaSehatmu



Makan dan minum dengan gizi seimbang,
untuk jaga imun tubuh
(Cukupi karbohidrat, lemak, protein, serta vitamin
& mineral)



Olahraga atau aktivitas fisik minimal
30 menit sehari



Lengkapi dengan
multivitamin bila perlu



Istirahat cukup dan kelola
stres dengan baik



Konsultasi
kesehatan
secara rutin
atau saat timbul
gejala di aplikasi
KlikDokter





E-Book

Pedoman Penanggulangan DBD

di Lingkungan
Rumah & Kantor

Supported by

Godrej



klikdokter