

PENYAKIT INFLUENZA

**MEMAHAMI PENYAKIT
UMUM**

INFLUENZA

penyakit umum yang dapat menyebabkan ketidaknyamanan. Berikut adalah beberapa hal dasar yang perlu kamu ketahui tentang flu:

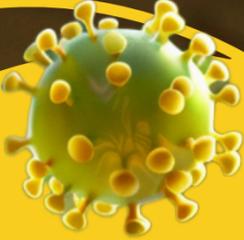




Apa itu? Influenza adalah penyakit yang disebabkan oleh mikroorganisme yang dikenal sebagai virus.



Virus-virus ini dapat menyebabkan kamu merasa lelah, nyeri otot, dan demam.



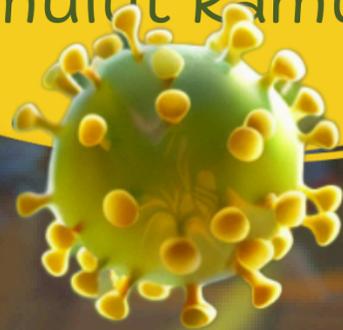
Bagaimana cara penularannya? kamu dapat terinfeksi flu dari individu lain yang sedang sakit.



KETIKA MEREKA

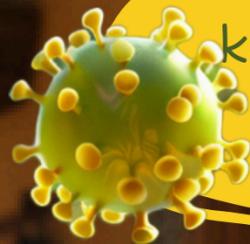
SEMUA

Batuk atau bersin, tetesan kecil virus influenza dapat terlepas ke udara dan masuk ke hidung atau mulut kamu.



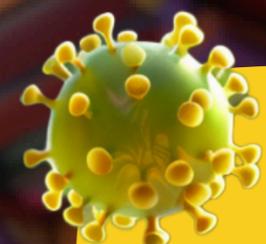


**ENGIMANA
CARA KAMU
MENJAGA
KESEHATAN?**



kamu dapat membantu mencegah infeksi flu dengan rutin mencuci tangan.





menutup
mulut
ketika
batuk atau
bersin,
serta
menjauh
dari orang
yang sakit.





**APA YANG BISA
KAMU
LAKUKAN JIKA
KAMU
MENGALAMI
SAKIT?**





Jika kamu mengalami flu, sangat penting untuk beristirahat, mengonsumsi banyak cairan, dan mengonsumsi obat yang direkomendasikan oleh dokter kamu.



Dan jangan lupa untuk meminta bantuan orang dewasa serta menjaga dirimu dengan baik!



INGAT,

Flu memang tidak menyenangkan, tetapi dengan mengambil langkah-langkah sederhana untuk menjaga kesehatan, kamu dapat membantu melindungi diri sendiri dan orang lain!