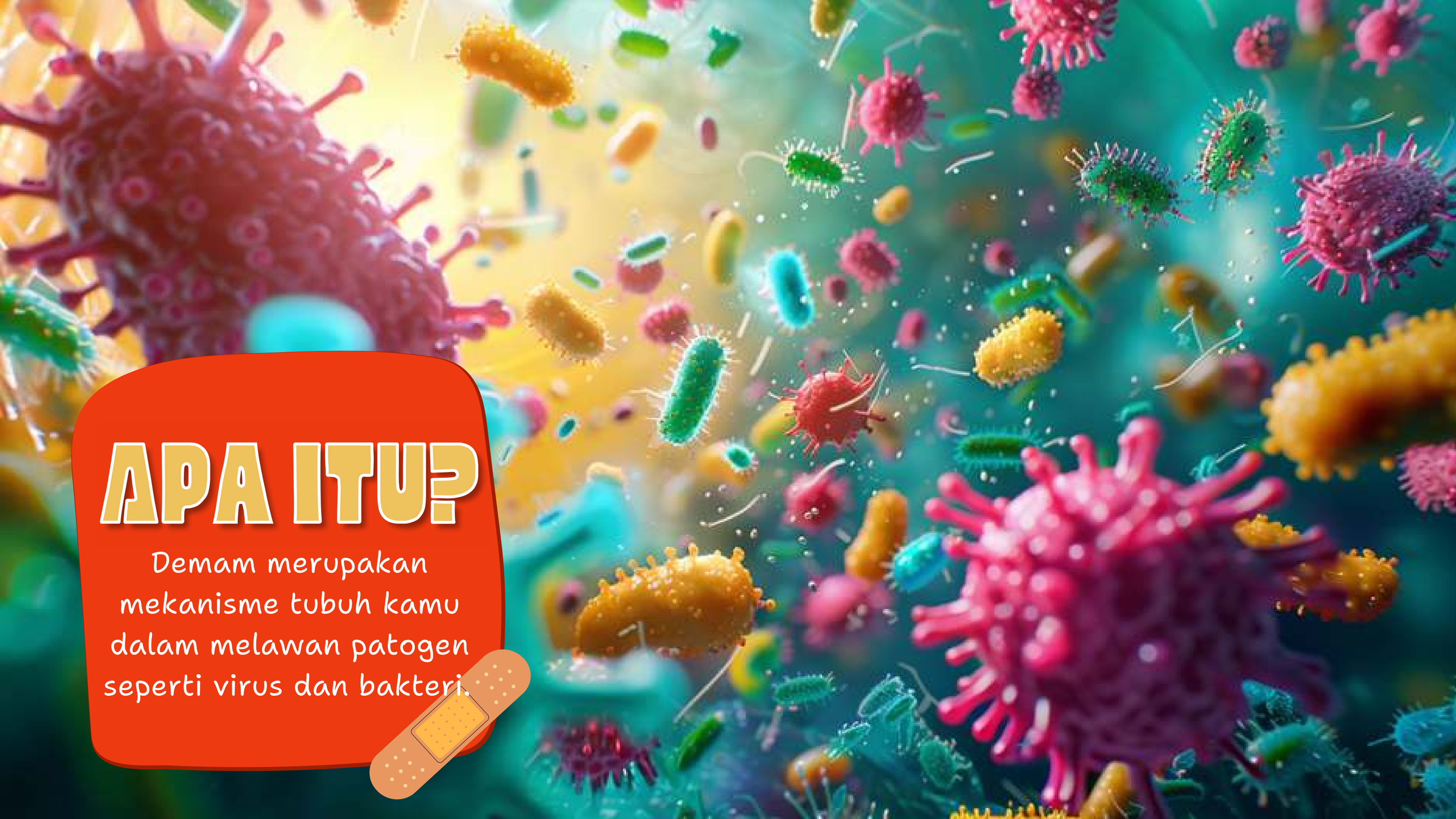

MERASA HANGAT
SEGALA SESUATU TENTANG DEMAM
mamidi.id


DEMAM
adalah ketika tubuh kamu mengalami peningkatan suhu yang lebih tinggi dari biasanya.



Berikut adalah beberapa informasi menarik yang perlu kamu ketahui tentang demam:


APA ITU?
Demam merupakan mekanisme tubuh kamu dalam melawan patogen seperti virus dan bakteri.


Ketika mikroba memasuki tubuh kamu, sistem kekebalan tubuh kamu akan meningkatkan suhu tubuh untuk membantu membunuh mikroba tersebut.

BAGAIMANA CARA MENGETAHUI JIKA KAMU MENGALAMI DEMAM?



kamu mungkin merasakan panas, wajah kamu mungkin memerah, dan suhu tubuh kamu mungkin lebih tinggi dari biasanya.


kamu dapat mengukur
suhu tubuh kamu
menggunakan termometer.


BAGAIMANA CARA KAMU DAPAT MERASA LEBIH BAIK?
Jika kamu mengalami demam, sangat penting untuk beristirahat, mengonsumsi banyak cairan seperti air dan jus, serta menjaga suhu tubuh tetap sejuk dengan mengenakan pakaian yang ringan.


Kapan sebaiknya kamu berkonsultasi dengan dokter? Sebagian besar demam akan sembuh dengan sendirinya, tetapi jika kamu mengalami demam yang berkepanjangan atau merasa sangat tidak nyaman, sebaiknya kamu memeriksakan diri ke dokter.


Mereka dapat mendukung kamu untuk merasa lebih baik dan memastikan bahwa kamu dalam keadaan baik.


Jadi, jika kamu mengalami demam, ingatlah bahwa itu adalah cara tubuh melawan kuman, dan dengan istirahat serta perawatan, kamu akan segera merasa lebih baik!