

Daftar Isi

Sekapur Sirih | ix

Prakata | xiii

1 Apa Siapa Covid-19? | 1

2 Seberapa Besar Probabilitas
Tertular Covid-19 | 10

3 Virus Covid-19 Bukan Virus DB | 22

4 Menekan Kasus Baru Covid-19 Perkuat
Skrining Bandara dan Pelabuhan | 35

5 Tes Covid-19 | 41

6 Mewaspada Pandemi Covid-19
Secara Mandiri | 46

7 Pertanyaan yang Sering Ditanyakan
Ihwal Covid-19 | 52

- Seberapa mungkin kita tertular Covid-19? 55
- Bagaimana supaya kita tidak sampai tertular Covid-19? 60
- Siapakah saja yang wajib memakai masker? 61
- Apakah masker yang dipakai harus masker yang khusus? 61
- Berapa besar probabilitas kita terkontak oleh pembawa Covid-19? 62
- Kenapa Covid-19 cepat sekali menyebar dan menjadi pandemi? 63
- Clueter (wilayah) apakah berarti pasien hanya dari wilayah tersebut? 64
- Apakah Covid-19 dapat tertular oleh hewan peliharaan? 65
- Bagaimana kita mengetahui kalau kita sudah terkena Covid-19? 66
- Apakah apabila suhu tidak meninggi pasti bukan sedang mengidap Covid-19? 66
- Apa nasib orang yang sudah dimosuki Covid-19 dalam tubuhnya? 67
- Siapa yang paling rentan terhadap serangan Covid-19? 68
- Apakah Covid-19 bisa menular dari makanan yang kita konsumsi? 69
- Berbahayakah menyentuh paket kiriman dari negara terjangkit Covid-19? 70

- Apa yang perlu dilakukan apabila mencurigai merasa terkena Covid-19? 71
- Seberapa berisiko tertular Covid-19 apabila berada di tempat publik? 71
- Betulkah Covid-19 tidak lebih ganas dibanding virus dengue DB? 73
- Berbahayakah bila kita bersalaman dan cipika-cipiki selama pandemi Covid-19? 74
- Di manakah saja sumber penular Covid-19 berada? 75
- Kapan setiap kali demam kita harus mencurigai kalau ini kemungkinan awal penyakit Covid-19? 76
- Kapan setiap gejala flu atau masuk angin (catch cold) diurigai sebagai Covid-19? 77
- Mengapa orang yang diurigai tertular Covid-19 perlu diisolasi selama 14 hari? 78
- Berapa lama Covid-19 bisa bertahan hidup? 79
- Apa cara lebih pasti untuk menetapkan seseorang mengidap Covid-19? 80
- Nasib orang yang positif Covid-19 akan seperti apa? 83
- Apakah Covid-19 dapat menular kepada anak selama dalam kandungan? 81
- Apakah Covid-19 bisa ditularkan lewat hubungan seksual? 81
- Apa yang dimaksudkan dengan pasien Covid-19 dengan comorbid? 82
- Apakah jawab pasien Covid-19 masih mungkin menularkan? 83
- Mengapa yang merawat pasien Covid-19 perlu mengenakan pakaian khusus? 83
- Kapan pasien Covid-19 dinyatakan boleh meninggalkan rumah sakit? 84
- Apakah pasien pasca Covid-19 masih mungkin menularkan lagi? 85
- Apakah yang sudah sembuh Covid-19 masih bisa kambuh lagi? 85
- Apakah mungkin penularan terjadi melalui minum air? 85
- Apakah Covid-19 juga ada dalam tinja pengidapnya? 86
- Apakah Covid-19 dapat ditularkan di kolam renang? 86
- Apakah pada masa pandemi Covid-19 kita membutuhkan vaksinasi pneumonia? 87
- Apakah ada gunanya bila mendapatkan suntikan vaksin flu agar tidak terserang Covid-19? 87
- Apakah untuk mencegah terserang Covid-19 kita memerlukan suntikan vitamin C? 88
- Apakah jahe, kunyit, serai dapat menyembuhkan, atau mencegah serangan Covid-19? 89
- Apakah betul kalau demam Covid-19 tidak boleh minum antidiem yang mengandung ibuprofen? 89

• Ada anggapan sebaiknya memisahkan kaum usia lanjut dari usia muda? Apakah memang sebaiknya demikian?	90
• Mengapa kita tidak boleh memilih total lockdown?	91
• Apakah benar tidak ada alasan untuk ikut panic buying?	92
• Golongan darah ada hubungannya dengan kerentanan terkena Covid-19?	93
• Minum susu kuda liar dapat menyembuhkan Covid-19	93
• Covid-19 mati oleh cahaya matahari	94
• Masker tisu basah dapat digunakan untuk mencegah Covid-19	95
• Covid-19 buatan manusia	95
• Vitamin D untuk mencegah Covid-19	95
• Covid-19 menular lewat gigitan nyamuk	96
• Orang berkulit hitam lebih tahan terhadap serangan Covid-19	96
• Minum air putih berliter-liter menyembuhkan pasien Covid-19	96
• Cocain, ganja, minum alkohol tergolong obat Covid-19	97
• Indonesia belum mampu mendeteksi Covid-19	98
• Covid-19 ditemukan pada ayam broiler	98
• Berkumur air garam dapat mencegah Covid-19	98
• Ilmuwan memprediksi Covid-19 bisa membunuh 65 juta manusia	99
• Covid-19 bisa menular lewat tatapan mata	100
• Covid-19 menular lewat permainan Game Free Fire	100
• Pasien Covid-19 minum obat antidiemem, 5 menit sembuh	101
• Handphone buatan China dapat menularkan Covid-19	101
• Covid-19 dapat disembuhkan oleh bawang putih	102
• Covid-19 dapat dicegah dengan minum air putih agar tenggorokan menjadi basah dan tidak kering	102
• Covid-19 ada pada kumis	103

8 Meningkatkan Kekebalan Tubuh Jurus Jitu Melawan Covid-19 | 104

9 Kekebalan Tubuh Ada Kaitan dengan Pilihan Gaya Hidup | 114

10 Rutin Bergerak Badan 119

Apendiks | 125

Indeks | 129

Tentang Penulis | 133