

PANDUAN RINGKASAN COVID-19 #8

Penggunaan topeng pembedahan

SYOR-SYOR UNTUK KAKITANGAN FARMASI

1. Kakitangan farmasi perlu memakai pelitup muka (sebagai tambahan kepada PPE lain yang merupakan sebahagian daripada langkah berjaga-jaga titisan dan kontak) untuk melindungi diri mereka daripada jangkitan dan untuk mengelakkan penularan penyakit sekiranya kakitangan farmasi dijangkiti.
2. Kakitangan farmasi mungkin perlu memakai gabungan sarung tangan, gaun, pelitup muka dan/atau pelindung muka atau *goggles*, bergantung kepada tugas yang dilakukan dan keadaan diri mereka sebagai sebahagian daripada langkah berjaga-jaga terkena titisan ataupun kontak.
3. Penggunaan topeng pembedahan sahaja tidak mencukupi untuk memberikan tahap perlindungan yang mencukupi. Kebersihan tangan dan muka harus kerap dilakukan.
4. Jauhkan jarak 1-2 meter dari pesakit dan orang awam untuk mengelakkan penyebaran melalui titisan pernafasan yang dihasilkan apabila seseorang yang dijangkiti bercakap, batuk atau bersin.
5. Membasmi permukaan yang mungkin disentuh oleh pesakit atau orang awam.
6. Topeng pernafasan pada amnya tidak diperlukan dalam persekitaran farmasi komuniti tetapi diharuskan oleh profesional penjagaan kesihatan yang terlibat dalam prosedur penjaan aerosol.
7. Rambut pendek atau rambut yang diikat, mengelakkan janggut yang panjang, dan mengelakkan penggunaan barang kemas, jam tangan dan alat solek semuanya menyumbang kepada pencegahan jangkitan dan meningkatkan kecekapan penggunaan pelitup muka, topeng pernafasan dan *goggles*.
8. Dalam persekitaran penjagaan untuk pesakit COVID-19 di mana prosedur penjaan aerosol dilakukan (contoh Unit rawatan rapi dan separa intensif COVID-19), kakitangan farmasi perlu memakai topeng pernafasan (N95 atau FFP2 atau piawai FFP3, atau setaraf).

SYOR-SYOR UNTUK ORANG AWAM

Orang awam disarankan memakai pelitup muka dalam keadaan berikut:

1. Apabila menjaga seseorang yang disyaki dijangkiti COVID-19.
2. Jika mereka mempunyai gejala seperti batuk, bersin atau demam.
3. Sekiranya mereka tergolong dalam kumpulan berisiko tinggi, termasuk warga emas (terutamanya yang berumur lebih dari 65 tahun) dan orang yang mempunyai masalah kesihatan dan berada di tempat awam atau kehadiran orang lain.
4. Jika mereka perlu meninggalkan rumah untuk apa-apa sebab apabila di bawah kuarantin (iaitu, dalam pengasingan pencegahan berikutan hubungan dengan kes COVID-19 yang disahkan atau berpotensi positif), untuk mencegah potensi penularan asimptomatik atau pra-gejala.

Pelitup muka hanya berkesan apabila digunakan dalam kombinasi dengan pembersihan tangan yang kerap dengan *handrub* berasaskan alkohol atau sabun dan air.

CARA MEMAKAI, MENGGUNAKAN, MENANGGALKAN DAN MELUPUSKAN PELITUP MUKA

1. Sebelum menyentuh pelitup muka, bersihkan tangan dengan mengosok tangan menggunakan larutan berasaskan alkohol atau sabun dan air.
2. Sebelum memakai pelitup muka, periksa sekiranya terdapat kesan koyak dan lubang.
3. Orientasikan sisi mana yang merupakan bahagian atas (di mana jalur logam atau tepi kaku berada).
4. Pastikan bahagian pelitup muka yang betul (biasanya bahagian berwarna) menghadap ke luar.
5. Letakkan pelitup ke muka anda. Cubit jalur logam atau tepi kaku supaya mengikuti bentuk hidung anda.
6. Pastikan pelitup muka menutup mulut dan dagu anda.
7. Selepas digunakan, tanggalkannya; lepaskan gelung elastik dari belakang telinga sambil menjauhkan pelitup muka dari muka dan pakaian anda. Elakkan menyentuh permukaannya yang mungkin tercemar.
8. Buang pelitup muka ke dalam tong sampah tertutup sebaik sahaja digunakan.
9. Lakukan kebersihan tangan setelah menyentuh atau membuang pelitup muka. Gunakan sapu tangan berasaskan alkohol atau, jika kotor, basuh tangan anda dengan sabun dan air.

Diterjemah oleh:

Ms Prabha Menon, Dr Jamuna Rani,

Prof Gan Siew Hua -

Monash University Malaysia

Untuk maklumat lanjut dan rujukan sokongan, rujuk dokumen bimbingan lengkap di

www.fip.org/coronavirus

Dokumen ini berdasarkan pada bukti dan cadangan daripada organisasi-organisasi ternama pada masa penerbitan. Ia akan dikemaskini apabila pengetahuan/maklumat terbaru tersedia-ada/diperolehi Sumber: WHO dan US CDC, 2020