

Isolasi Mandiri Penderita Gejala Ringan Covid-19

Di Prefektur Shiga, untuk memenuhi kecukupan pelayanan medis bagi pasien Covid-19 bergejala berat dan sedang, orang tanpa bergejala (OTG) dan yang bergejala ringan dimungkinkan tidak dilakukan rawat inap, tetapi cukup diminta menjalani isoman di fasilitas khusus.

Anda tak perlu khawatir karena selama isoman, staf medis yang bertugas akan memantau kesehatan Anda.

Komunikasi pada saat ditentukan harus isoman

(1) Jika terdeteksi positif Covid-19

Pusat Kontrol, yang mengatur berbagai hal menyangkut pasien Covid-19, akan menentukan lokasi RS atau fasilitas isoman berdasarkan kondisi pasien, situasi tempat tidur kosong di RS, kondisi keluarga pasien, dsb.

(2) Jika ditentukan harus isoman di fasilitas isoman

Setelah mengecek gejala pasien dsb, Pusat Kontrol bisa menentukan bahwa seorang pasien harus menjalani isoman di fasilitas isoman. Jika status isoman telah ditentukan, Pusat Kontrol akan berkoordinasi mengenai waktu check-in, sarana transportasi dsb dengan pasien dan pengelola fasilitas isoman.

Setelah pasien tiba di fasilitas isoman, akan dilakukan orientasi. Bagi pasien yang menggunakan aplikasi LINE, akan bermanfaat sebagai sarana komunikasi selama isoman. Untuk keperluan itu, petugas medis akan mengirimkan friend request kepada Anda. Mohon kerjasamanya.

Barang Bawaan dan Barang Persiapan Saat Check-In

◆ Persiapan Sebelumnya

Dengan memperhatikan barang bawaan dan barang persiapan dibawah ini dan terlebih dahulu memberitahu keluarga Anda, lakukan persiapan untuk isoman **dengan asumsi/perkiraan waktu menginap 2 minggu**.

Pada intinya, Anda cukup menyiapkan barang yang ada di rumah, dan jika ada yang tidak cukup, Anda bisa meminta keluarga untuk membawakan/membelikan, sehingga Anda atau orang yang memiliki kontak erat dengan Anda tidak perlu keluar. **Harap diketahui bahwa di kamar tidak tersedia sarana untuk kenyamanan lebih. Disamping itu, sarana umum seperti mesin cuci tak boleh digunakan.**

◆ Barang Bawaan dan Barang Persiapan

- Kartu asuransi, **buku catatan ibu dan anak (bagi yang hamil)**
- Obat-obat yang harus diminum, buku catatan obat
- **Yang perlu untuk merawat kesehatan (tensimeter, CPAP bagi penderita apnea, glukometer, insulin, dsb)**
- Alat tulis
- Pakaian (baju ganti, pajama, sandal kamar (slipper), dsb)
- Perlengkapan mandi (sikat gigi, odol, sabun, sampo, pisau cukur, sisir, kosmetik, tisu, dsb)
- Perlengkapan mencuci (deterjen, gantungan baju, jepitan baju, dsb) *Dilarang menggunakan bahan pemutih
- Peralatan makan (sumpit, sendok, cangkir, dsb)
- Handuk (handuk mandi, handuk muka, keset kamar mandi, handuk serbet, dsb)
- Hiburan (smartphone, perangkat tablet, charger, buku dan lainnya yang diperlukan untuk hiburan, dsb)
- Lain-lain (alat pembersih ruangan, selimut pengatur suhu tubuh, dsb)

*Jika membawa balita, kami sarankan Anda membawa barang-barang berikut ini.

- Snack dan minuman balita (karena hanya tersedia makan orang dewasa + air), perlak, popok, kloset balita, dsb

*Yang sudah tersedia di kamar: kertas toilet, perangkat tidur, masker, kantong sampah, termometer

***Dilarang membawa rokok, minuman beralkohol, makanan mentah, dan yang dapat menyebabkan kebisingan.**

Mengenai Bingkisan

Pihak keluarga atau teman diperbolehkan memberikan bingkisan. Akan tetapi, Anda perlu mengecek contoh-contoh dibawah ini mengenai bingkisan yang boleh diterima.

Bagi yang akan menerima bingkisan, mohon terlebih dahulu menghubungi Sekretariat fasilitas isoman tempat Anda tinggal. Kami akan menyesuaikan waktu kunjungan, lokasi penerimaan, cara komunikasi, dsb.

*Bingkisan tanpa pemberitahuan sebelumnya ada kemungkinan tak bisa kami terima. Mohon agar diperhatikan.

*Secara prinsip, orang yang memiliki kontak erat dengan Anda dilarang memberikan bingkisan.

[Contoh-contoh]

◆ Bingkisan yang diperbolehkan (makanan) ***Bisa tidak kami ijin, tergantung musim, suhu, dsb.**

- ☆ Yang dapat disimpan pada suhu biasa (makanan instan, makanan beku-kering, jajanan (tidak boleh mentah), buah-buahan, jeli instan, minuman botol, dsb)
 - * Buah-buahan terbatas pada yang dapat dikupas dengan tangan dan dimakan langsung setelah dicuci.
 - * Minuman seperti jus terbatas pada yang dapat disimpan pada suhu biasa.
 - ☆ Kotak makan (*bento*) / nasi genggam (*onigiri*) dengan tanggal kedaluwarsa jelas, yang dijual di minimarket
 - * Karena tak ada oven microwave, makanan tak bisa dipanaskan dulu sebelum dikonsumsi.
- Untuk menjaga kesehatan makanan, bingkisan tak boleh diberikan setelah dipanaskan terlebih dahulu
- ☆ Dibungkus tersendiri, dapat disimpan pada suhu biasa dan tahan lama (roti manis di gerai roti, roti matang)

◆ Bingkisan yang dilarang (makanan dan minuman)

- ☆ Minuman beralkohol
- ☆ Makanan mentah (sashimi, susi, dsb)
- ☆ Yang dimasak/diracik secara rumahan (di rumah)
- ☆ Makanan beku (eskrim, dsb)
- ☆ Yang perlu (atau biasanya dianggap perlu) diawetkan dengan pendinginan (disimpan dalam kulkas)
- ☆ Fast food atau produk toko *bento* yang dijual dalam kondisi hangat

◆ Bingkisan yang dilarang (selain makanan dan minuman)

- ☆ Rokok (termasuk rokok elektrik)
- ☆ Barang berbahaya (termasuk pisau dapur, dsb)
- ☆ Barang yang dapat mengeluarkan suara bising
- ☆ Alat penyejuk/pemanas ruangan (termasuk selimut listrik)

Beban Biaya Isoman

Gratis biaya akomodasi, konsumsi dsb untuk isolasi mandiri Covid-19.

Akan tetapi, jika Anda memerlukan perawatan medis selain karena Covid-19, biayanya harus Anda tanggung sendiri.

- Biaya akomodasi dan konsumsi ➡ Tak ada pembebanan biaya
- Biaya medis dan perobatan
 - Perawatan medis yang berhubungan dengan Covid-19 ➡ Gratis
[Contoh] Pengobatan demam, batuk, sakit tenggorokan, dsb.
 - Perawatan medis yang tak berhubungan dengan Covid-19 ➡ Biaya tanggungan sendiri
[Contoh] Penyakit kronis, kelanjutan resep obat, dsb.