# Membantu Kerabat Isoman, Apakah Boleh Dok?




Bagi penderita covid – 19 yang bergejala ringan sampai sedang diperbolehkan untuk melakukan isolasi mandiri atau yang biasa disebut ISOMAN. Isoman bisa dilakukan dirumah, namun bagaimana jika dirumah ada anggota keluarga yang sehat dan bahkan ingin tetap merawat pasien isoman? Dr Eka Sinatria, salah satu dokter yang bertugas di tim tenaga medis Bio Farma,  menjelaskan bahwa ada beberapa kondisi yang harus dipenuhi jika ingin tetap satu rumah dengan pasien isoman dan ingin ikut merawat menyediakan kebutuhan anggota keluarga yang isoman.

**Ketentuan merawat kerabat Isoman**

Ada beberapa kondisi yang harus dipenuhi jika ingin tetap satu rumah dengan pasien isoman dan ikut menemani pasien isoman yaitu : syarat kondisi rumah/ tempat tinggal memungkinkan, baik dari segi luas, jumlah ruangan, sirkulasi udara, ventilasi, sanitasi dan tentunya prokes ketat bagi anggota keluarga yang tinggal 1 rumah.

- Pastikan sirkulasi udara didalam rumah setiap harinya bisa bertukar dengan udara luar
- Apabila dalam 1 rumah hanya memiliki 1 toilet, diatur waktu penggunanya dengan jeda waktu
- Kemudian terkait penyajian makanan, sebaiknya makanan diantar sampai ke pintu kamar

anggota keluarga yang terpapar
- Sedangkan untuk pakaian kotor anggota keluarga yang isoman sebaiknya disediakan kantong khusus untuk meletakkaan pakaian kotor yang akan dicuci, kemudian dicuci seperti biasa, namun anggota yang mencuci harus memperhatikan protokol kesehatan seperti menggunakan masker dan sarung tangan

**Menerapkan Prokes untuk anggota keluarga**

Anggota keluarga yang merawat harus  menerapkan protokol kesehatan 5 M dan juga telah mendapatkan  vaksinasi covid - 19 lengkap 2 dosis dan lebih baik jika telah mendapatkan booster agar terhindar dari resiko ikut terpapar baik secara langsung maupun tidak langsung. Anggota keluarga yang merawat pasien isoman masuk kedalam kategori kontak erat, yaitu tinggal dalam 1 rumah berinteraksi dan berkomunikasi lebih dari 15 menit dalam radius 1 metar tanpa APD (masker).

Saat selesai isoman, sebaiknya anggota keluarga yang tinggal satu rumah dan merawat perlu juga melakukan Swab PCR karena sangat banyak kasus Late Infection, dimana anggota keluarga yang terpapar sembuh, namun anggota keluarga yang mengurus menjadi sakit karena terpapar. Untuk menghindari pemeriksaan yang berulang sebaiknya Swab PCR bagi anggota yg tinggal 1 rumah dilakukan dihari yang sama pada akhir masa isolasi.

Mari lengkapi vaksinasi lengkap covid – 19 agar sebagai salah satu bentuk ikhtiar kita melindungi diri sendiri dan juga memutus rantai penularan. Bagi penyintas, vaksinasi booster bisa dilakukan 3 bulan setelah dinyatakan sembuh. (YM)