

# Panduan **ISOLASI MANDIRI** Pasien covid-19 RSCM

# Kriteria Isolasi Mandiri

---



- Kasus Terkonfirmasi Positif
  - Tanpa Gejala
  - Gejala Ringan
- Kasus Kontak Erat/Suspek
  - Tanpa Gejala
  - Gejala Ringan

# Kasus Terkonfirmasi Positif – Tanpa Gejala



## Isolasi dan Pemantauan.

- *Bed-rest* dan hindari perpindahan pasien atau ruangan. Jika perlu menunggu, pastikan ruang tunggu terpisah.
- Isolasi mandiri di rumah selama 10 hari sejak pengambilan spesimen diagnosis konfirmasi, baik isolasi mandiri di rumah maupun di fasilitas publik yang dipersiapkan pemerintah.
- Pasien dipantau melalui telepon oleh petugas Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama (FKTP)
- Kontrol di FKTP terdekat setelah 10 hari karantina untuk pemantauan klinis

# Kasus Terkonfirmasi Positif – Tanpa Gejala



## Non-Farmakologis.

Berikan Leaflet bagi Pasien, Keluarga, Lingkungan yang berisi:

- Pasien
  - Selalu menggunakan masker jika keluar kamar dan saat berinteraksi dengan anggota keluarga
  - Cuci tangan dengan air mengalir dan sabun atau hand sanitizer sesering mungkin.
  - Jaga jarak dengan keluarga (physical distancing)
  - Upayakan kamar tidur sendiri / terpisah
  - Menerapkan etika batuk (Diajarkan oleh tenaga medis)
  - Alat makan-minum segera dicuci dengan air/sabun
  - Berjemur matahari minimal sekitar 10-15 menit setiap harinya (sebelum jam 9 pagi dan setelah jam 3 sore).
  - Pakaian yg telah dipakai sebaiknya dimasukkan dalam kantong plastik / wadah tertutup yang terpisah dengan pakaian kotor keluarga yang lainnya sebelum dicuci dan segera dimasukkan mesin cuci
  - **Ukur dan catat suhu tubuh 2 kali sehari (pagi dan malam hari) (disertai saturasi oksigen apabila ada)**
  - Segera beri informasi ke petugas pemantau/FKTP atau keluarga jika terjadi peningkatan suhu tubuh  $> 38^{\circ}\text{C}$

# Kasus Terkonfirmasi Positif – Tanpa Gejala



## Non-Farmakologis.

Berikan Leaflet bagi Pasien, Keluarga, Lingkungan yang berisi:

- Keluarga
  - Bagi anggota keluarga yang berkontak erat dengan pasien sebaiknya memeriksakan diri ke FKTP/Rumah Sakit.
  - Anggota keluarga senantiasa pakai masker - Jaga jarak minimal 1 meter dari pasien
  - Senantiasa mencuci tangan
  - Jangan sentuh daerah wajah kalau tidak yakin tangan bersih - Ingat senantiasa membuka jendela rumah agar sirkulasi udara tertukar
  - Bersihkan sesering mungkin daerah yg mungkin tersentuh pasien misalnya gagang pintu

# Kasus Terkonfirmasi Positif – Tanpa Gejala



## Non-Farmakologis.

Berikan Leaflet bagi Pasien, Keluarga, Lingkungan yang berisi:

- Lingkungan
  - Perhatikan ventilasi, cahaya dan udara
  - Membuka jendela kamar secara berkala
  - Bila memungkinkan menggunakan APD saat membersihkan kamar (setidaknya masker, dan bila memungkinkan sarung tangan dan goggle).
  - Cuci tangan dengan air mengalir dan sabun atau hand sanitizer sesering mungkin.
  - Bersihkan kamar setiap hari , bisa dengan air sabun atau bahan desinfektan lainnya

# Kasus Terkonfirmasi Positif – Tanpa Gejala



## Farmakologis

- Bila terdapat penyakit penyerta / komorbid, dianjurkan untuk tetap melanjutkan pengobatan yang rutin dikonsumsi. Apabila pasien rutin meminum terapi obat antihipertensi dengan golongan obat ACE-inhibitor dan Angiotensin Reseptor Blocker perlu berkonsultasi ke Dokter Spesialis Penyakit Dalam atau Dokter Spesialis Jantung
- Vitamin C (untuk 14 hari), dengan pilihan ;
  - Tablet Vitamin C non acidic 500 mg/6-8 jam oral (untuk 14 hari)
  - Tablet isap vitamin C 500 mg/12 jam oral (selama 30 hari) 7
  - Multivitamin yang mengandung vitamin C 1-2 tablet /24 jam (selama 30 hari),
  - Dianjurkan multivitamin yang mengandung vitamin C,B, E, Zink
- Vitamin D:
  - Suplemen: 400 IU-1000 IU/hari (tersedia dalam bentuk tablet, kapsul, tablet effervescent, tablet kunyah, tablet hisap, kapsul lunak, serbuk, sirup)
  - Obat: 1000-5000 IU/hari (tersedia dalam bentuk tablet 1000 IU dan tablet kunyah 5000 IU)
- Obat-obatan suportif baik tradisional (Fitofarmaka) maupun Obat Modern Asli Indonesia (OMAI) yang teregistrasi di BPOM dapat dipertimbangkan untuk diberikan namun dengan tetap memperhatikan perkembangan kondisi klinis pasien.
- Obat-obatan yang memiliki sifat antioksidan dapat diberikan

# Kasus Terkonfirmasi Positif – Gejala Ringan



## **Isolasi dan Pemantauan.**

- Isolasi mandiri di rumah/ fasilitas karantina selama maksimal 10 hari sejak muncul gejala ditambah 3 hari bebas gejala demam dan gangguan pernapasan. Jika gejala lebih dari 10 hari, maka isolasi dilanjutkan hingga gejala hilang ditambah dengan 3 hari bebas gejala. Isolasi dapat dilakukan mandiri di rumah maupun di fasilitas publik yang dipersiapkan pemerintah.
- Petugas FKTP diharapkan proaktif melakukan pemantauan kondisi pasien
- Setelah melewati masa isolasi pasien akan kontrol ke FKTP terdekat.

## **Non-Farmakologis**

- Sesuai dengan leaflet sebelumnya



# Kasus Terkonfirmasi Positif – Gejala Ringan



## Farmakologis

- Bila terdapat penyakit penyerta / komorbid, dianjurkan untuk tetap melanjutkan pengobatan yang rutin dikonsumsi. Apabila pasien rutin meminum terapi obat antihipertensi dengan golongan obat ACE-inhibitor dan Angiotensin Reseptor Blocker perlu berkonsultasi ke Dokter Spesialis Penyakit Dalam atau Dokter Spesialis Jantung
- Vitamin C (untuk 14 hari), dengan pilihan ;
  - Tablet Vitamin C non acidic 500 mg/6-8 jam oral (untuk 14 hari)
  - Tablet isap vitamin C 500 mg/12 jam oral (selama 30 hari) 7
  - Multivitamin yang mengandung vitamin C 1-2 tablet /24 jam (selama 30 hari),
  - Dianjurkan multivitamin yang mengandung vitamin C,B, E, Zink
- Vitamin D:
  - Suplemen: 400 IU-1000 IU/hari (tersedia dalam bentuk tablet, kapsul, tablet effervescent, tablet kunyah, tablet hisap, kapsul lunak, serbuk, sirup)
  - Obat: 1000-5000 IU/hari (tersedia dalam bentuk tablet 1000 IU dan tablet kunyah 5000 IU)
- **Azitromisin 1x500 mg per hari selama 5 hari**
- **Antivirus:**
  - Oseltamivir (Tamiflu) 75 mg/12 jam/oral selama 5-7 hari (terutama bila diduga ada infeksi influenza) ATAU
  - Favipiravir (Avigan sediaan 200 mg) *loading dose* 1600 mg/12 jam/oral hari ke-1 dan selanjutnya 2x600 mg (hari ke-2 sampai hari ke-5).
- Pengobatan simptomatis seperti parasetamol apabila demam.
- Obat-obatan suportif baik tradisional (Fitofarmaka) maupun Obat Modern Asli Indonesia (OMAI) yang teregistrasi di BPOM dapat dipertimbangkan untuk diberikan namun dengan tetap memperhatikan perkembangan kondisi klinis pasien.
- Obat-obatan yang memiliki sifat antioksidan dapat diberikan

# Kasus Kontak Erat/Suspek – Tanpa Gejala



## Isolasi dan Pemantauan.

- Kasus kontak erat yang belum terkonfirmasi dan tidak memiliki gejala harus melakukan karantina mandiri di rumah selama maksimal 14 hari sejak kontak terakhir dengan kasus probable atau konfirmasi COVID-19.
- *Bed-rest* dan hindari perpindahan pasien atau ruangan. Jika perlu menunggu, pastikan ruang tunggu terpisah.
- Isolasi mandiri di rumah selama 10 hari sejak pengambilan spesimen diagnosis konfirmasi, baik isolasi mandiri di rumah maupun di fasilitas publik yang dipersiapkan pemerintah.
- Pasien dipantau melalui telepon oleh petugas Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama (FKTP)
- Kontrol di FKTP terdekat setelah 10 hari karantina untuk pemantauan klinis
- **Khusus petugas Kesehatan yang kontak erat, segera dilakukan pemeriksaan RT-PCR** sejak kasus dinyatakan sebagai kasus probable atau konfirmasi sesuai dengan Pedoman Pencegahan dan Pengendalian Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) Revisi ke-5, Kementerian Kesehatan RI Hal 86

## Non-Farmakologis

- Sesuai dengan leaflet sebelumnya

# Kasus Kontak Erat/Suspek – Tanpa Gejala



## Farmakologis

- Vitamin C (untuk 14 hari), dengan pilihan ;
  - Tablet Vitamin C non acidic 500 mg/6-8 jam oral (untuk 14 hari)
  - Tablet isap vitamin C 500 mg/12 jam oral (selama 30 hari) 7
  - Multivitamin yang mengandung vitamin C 1-2 tablet /24 jam (selama 30 hari),
  - Dianjurkan multivitamin yang mengandung vitamin C,B, E, Zink
- Vitamin D:
  - Suplemen: 400 IU-1000 IU/hari (tersedia dalam bentuk tablet, kapsul, tablet effervescent, tablet kunyah, tablet hisap, kapsul lunak, serbuk, sirup)
  - Obat: 1000-5000 IU/hari (tersedia dalam bentuk tablet 1000 IU dan tablet kunyah 5000 IU)
- Obat-obatan suportif baik tradisional (Fitofarmaka) maupun Obat Modern Asli Indonesia (OMAI) yang teregistrasi di BPOM dapat dipertimbangkan untuk diberikan namun dengan tetap memperhatikan perkembangan kondisi klinis pasien.
- Obat-obatan yang memiliki sifat antioksidan dapat diberikan

# Kasus Kontak Erat/Suspek – Gejala Ringan



## **Isolasi dan Pemantauan.**

- Melakukan isolasi mandiri selama maksimal 14 hari dirumah
- Pemeriksaan laboratorium PCR swab nasofaring dilakukan oleh petugas laboratorium setempat atau FKTP pada hari 1 dan 2 dengan selang waktu > 24 jam serta bila ada perburukan sesuai dengan Pedoman Pencegahan dan Pengendalian Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) Revisi ke-5, Kementerian Kesehatan RI Hal 86.
- Pemantauan terhadap suspek dilakukan berkala selama menunggu hasil pemeriksaan laboratorium yang dilakukan oleh FKTP

## **Non-Farmakologis**

- Sesuai dengan leaflet sebelumnya

# Kasus Kontak Erat/Suspek – Gejala Ringan



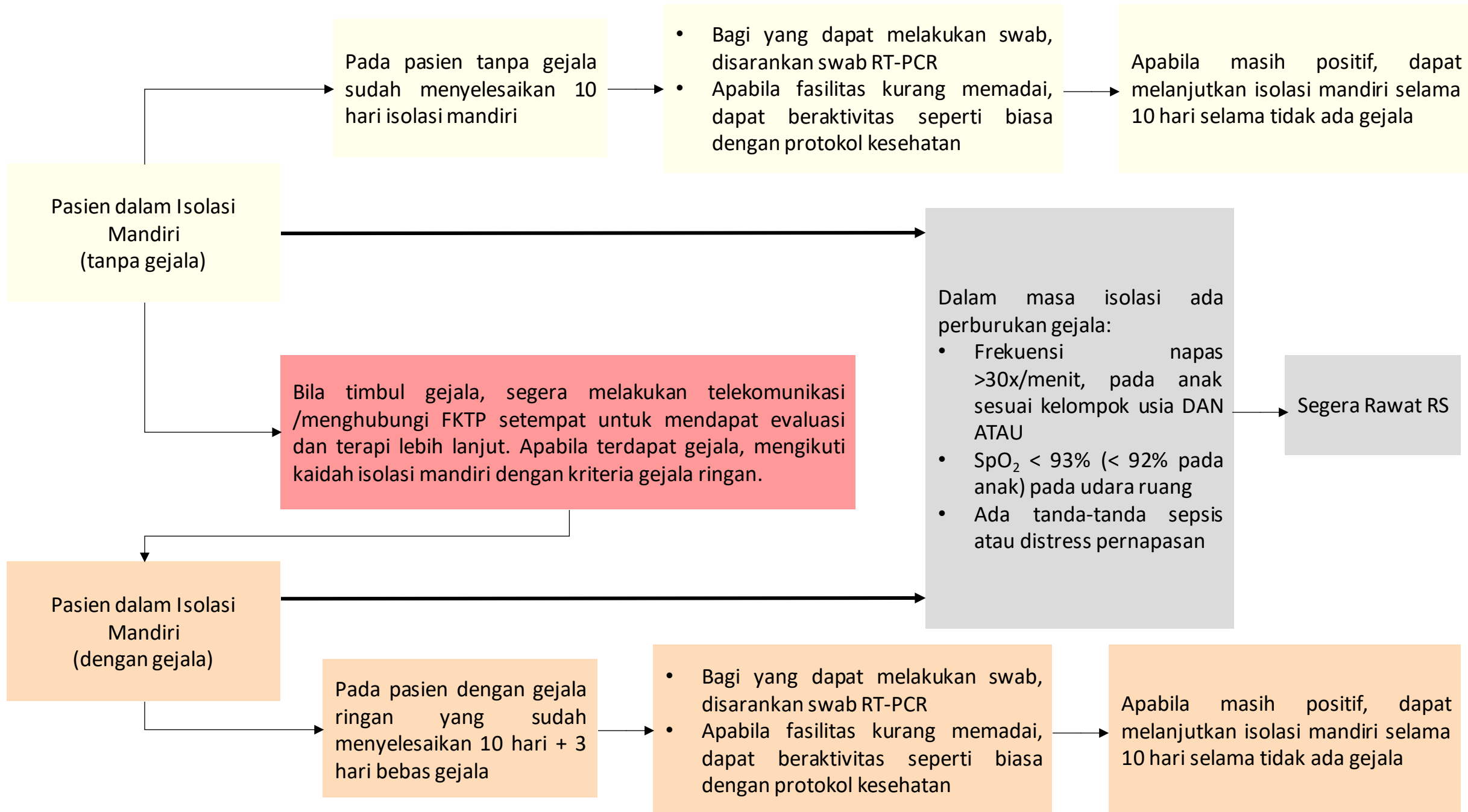
## Farmakologis

- Vitamin C (untuk 14 hari), dengan pilihan ;
  - Tablet Vitamin C non acidic 500 mg/6-8 jam oral (untuk 14 hari)
  - Tablet isap vitamin C 500 mg/12 jam oral (selama 30 hari) 7
  - Multivitamin yang mengandung vitamin C 1-2 tablet /24 jam (selama 30 hari),
  - Dianjurkan multivitamin yang mengandung vitamin C,B, E, Zink
- Vitamin D:
  - Suplemen: 400 IU-1000 IU/hari (tersedia dalam bentuk tablet, kapsul, tablet effervescent, tablet kunyah, tablet hisap, kapsul lunak, serbuk, sirup)
  - Obat: 1000-5000 IU/hari (tersedia dalam bentuk tablet 1000 IU dan tablet kunyah 5000 IU)
- Azitromisin 1x500 mg per hari selama 3 hari kalau tidak ada bisa menggunakan Levofloksasin 750 mg/24 jam (5 hari) bila dicurigai ada infeksi bakteri, sambil menunggu hasil swab.
- Pengobatan simptomatis seperti parasetamol apabila demam.
- Obat-obatan suportif baik tradisional (Fitofarmaka) maupun Obat Modern Asli Indonesia (OMAI) yang teregistrasi di BPOM dapat dipertimbangkan untuk diberikan namun dengan tetap memperhatikan perkembangan kondisi klinis pasien.
- Obat-obatan yang memiliki sifat antioksidan dapat diberikan

# Pemeriksaan Laboratorium Untuk Isolasi Mandiri

Pemeriksaan laboratorium	Tanpa Gejala	Ringan	Dengan indikasi	Keterangan temuan/indikasi
Hematologi lengkap	v	v		
Hitung jenis	v	v		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hitung limfosit absolut /<i>absolute lymphocyte count</i> (ALC) &lt;1500/<math>\mu</math>L</li> <li>• <i>Neutrophil L ymphocyte R atio</i> (NLR) &gt;5,8</li> <li>• Pada anak dapat normal atau menurun</li> </ul>
CRP	-	v		<ul style="list-style-type: none"> <li>• CRP &gt; 10mg/L</li> </ul>
LED	-	v		<ul style="list-style-type: none"> <li>• LED &gt; 20</li> </ul>
Glukosa darah sewaktu	-	-	v	Memperhatikan riwayat DM <sup>#</sup>
Elektrolit	-	-	v	
Fungsi Ginjal (Ur/Cr)	-	-	v	
D-dimer	-	-	v	Nilai D-dimer tinggi adalah prediktor perburukan keadaan pasien yang sering ditemukan pada kasus berat (atas indikasi: saturasi <93, <i>heart rate</i> >120, RR >30)

- **Pemantauan serial setiap 1-3 hari, disesuaikan dengan kondisi klinis:** hemoglobin, jumlah leukosit, neutrofil, hitung limfosit absolut, neutrophil lymphocyte ratio, jumlah trombosit, CRP
- **Pemeriksaan lain disesuaikan dengan indikasi**
- **#Pada pasien tanpa riwayat DM,** bila GDS  $\geq$  140 mg/dL dilakukan pemantauan kurva glukosa darah harian selama 1-2 hari dan pemeriksaan HbA1c untuk menyaring ada tidaknya diabetes melitus (DM). Bila hasilnya normal, maka pemeriksaan glukosa darah hanya dilakukan bila ada indikasi di kemudian hari. Pada pasien dengan riwayat DM, dilakukan pemantauan glukosa darah harian selama perawatan.



- WHO. Coronavirus disease 2019 (COVID-19) [Internet]. World Health Organization. 2020 [cited 2020 Dec 01]. Available from: <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>
- Kementerian Kesehatan RI. Pedoman Pencegahan dan Pengendalian Coronavirus Disease (COVID-19) Revisi ke-5.
- PDPI, PERKI, PAPDI, PERDATIN, IDAI. Protokol Tatalaksana COVID-19. 2020.
- COVID-19 (Novel Coronavirus). Dynamed. 2020 [cited 2020 Dec 01]. Available from: <https://www.dynamed.com/condition/covid-19-novel-coronavirus>