

LINDUNGI KESEHATAN KITA **DARI ASAP KARHUTLA**

Kebakaran hutan dan lahan memunculkan masalah baru, berupa kabut asap yang mengandung material yang berdampak negatif bagi kesehatan, antara lain iritasi mata, kulit serta peradangan saluran pernafasan (ISPA).

Berikut beberapa cara pencegahan upaya melindungi diri dari dampak karhutla:

- Upayakan untuk tetap berada di dalam rumah.
- Gunakan masker bila harus ke luar rumah.
- Minum air putih yang banyak.
- Hindari aktifitas fisik yang terlalu berat.
- Terapkan perilaku hidup bersih dan sehat.
- Segera ke Fasilitas pelayanan kesehatan bila ada keluhan sakit.

Sumber:

<https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilis-media/20151015/3713581/cegah-dan-tangani-dampak-kesehatan-akibat-kabut-asap/>