



# HMPV Nggak Bahaya Tapi Tetap Waspada!

## HMPV tuh virus apa sih?

HMPV atau **Human Metapneumovirus** adalah virus yang bisa menyebabkan infeksi saluran pernapasan atas dan bawah. Virus ini biasa menyerang semua umur, tapi paling rentan pada anak kecil, lansia, dan orang dengan daya tahan tubuh lemah.



## Cara Penularan Virus HMPV

- Melalui batuk/bersin orang terinfeksi
- Sentuhan langsung (bersalaman)
- Menyentuh permukaan yang terkontaminasi lalu menyentuh wajah



## Faktanya: HMPV sudah ada sejak tahun 2001 lho!

- Virus ini menyerang **saluran pernapasan**.
- Rentan menyerang anak kecil, lansia, dan orang dengan **imunitas rendah**.
- Belum ada vaksin dan terapi khusus.
- Fatalitas rendah.

**Walaupun HMPV nggak bahaya,  
tapi harus tetap jaga kesehatan ya,  
#Healthies!**



# Gejala HMPV Mirip Dengan Flu Biasa



Batuk



Demam



Hidung Tersumbat



Sesak Nafas

## Gejala Pada Anak Kecil



Mual



Muntah



Sakit Perut



## Cegah dan Lindungi Diri dengan Langkah Sederhana

- Cuci tangan rutin pakai sabun.
- Hindari kontak dekat dengan orang sakit
- Bersihkan benda yang sering disentuh
- Tetap di rumah kalau lagi sakit

## Jaga Imunitas Tetap Sehat

- Istirahat cukup
- Makan makanan bergizi
- Minum banyak air putih
- Olahraga rutin
- Hindari stres



Imun tubuh yang kuat adalah tameng terbaik melawan virus!

