



APA ITU PHBS?

PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) adalah semua perilaku kesehatan yang dilakukan atas kesadaran untuk menjaga kebersihan diri dan lingkungan agar terhindar dari penyakit.

TUJUAN PHBS DI RUMAH TANGGA :

- Meningkatkan kualitas kesehatan keluarga
- Mencegah penyakit menular, termasuk DBd
- Membentuk rumah yang bersih, sehat, dan nyaman..



BAHAYA PERKEMBANGBIAKAN NYAMUK

Nyamuk *Aedes aegypti* dapat membawa penyakit berbahaya seperti: Demam Berdarah Dengue (DBD), Chikungunya, Malaria

"Gerakan 3M itu Sederhana, Tapi Menyelamatkan. Lakukan Rutin, Bersama Keluarga!"



STIKES
NOTOKUSUMO YK

RUMAH SEHAT TANPA NYAMUK: MULAI DENGAN 3M!

UPAYA PHBS DALAM PENCEGAHAN DBD



LANGKAH 1:

MENGURAS

Menguras tempat penampungan air minimal seminggu sekali. Termasuk, Bak mandi, Ember, Toren, Tempat minum hewan

Tips:

- Sikat dinding permukaan bak karena telur nyamuk sering menempel.
- Buang air yang tergenang di wadah yang jarang digunakan.

LANGKAH 2:

MENUTUP

Menutup rapat semua wadah yang dapat menampung air.
erhatikan: Drum, Tempayan, Botol dan wadah kecil, Vas bunga

LANGKAH 3:

MENGUBUR / MENDAUR ULANG

Mengubur atau membuang barang yang dapat menampung air hujan. Contohnya, Kaleng bekas, Ban bekas, Botol plastik, Tempurung kelapa

CEK JENTIK SETIAP MINGGU!

Gunakan metode Jumantik Rumah:

- Periksa semua tempat air.
- Catat jika ada jentik.
- Bersihkan segera jika ditemukan.

AJAK KELUARGA TERAPKAN 3M

- Buat jadwal rutin bersih-bersih.
- Libatkan anak untuk mengenali tempat jentik.
- Laporkan kasus DBD di lingkungan sekitar

