

COVID-19aren aurkako zaintza eta kontrol estrategia

Galdera-erantzunen dokumentua

2022ko martxoaren 28an eguneratua

Zer egin behar dut asintomatikoa banaiz edo COVID bidezko infekzio-sintoma arinak baditut?

Zaurgarriak ez diren, eremu ahuletan lan egiten ez duten eta COVIDarekin bateragarriak diren sintoma arinak dituzten pertsonak ez dute inolako proba diagnostikorik egin beharko, ezta isolamendurik gorde ere. Era berean, ez dute isolamendurik gordeko edozein proba diagnostikotan emaitza positiboa lortu duten pertsonak, asintomatikoak badira edo sintoma arinak badituzte. Prebentzio-neurri sendoak mantentzea gomendatzen da, sintomak hasi eta 10 egun igaro arte (maskara erabiltzea, beste pertsona batzuekin egonez gero; eskuak garbitzea; gizarte-elkarreraginak murriztea; pertsona zaurgarriekin kontakturik ez izatea; eta jende asko bildu ditzaketen ekitaldietara joatea).

Pertsona langile aktiboa bada, aldi baterako lanerako ezintasuna irizpide klinikoaren arabera luzatuko da, gainerako arnas prozesu akutuen antzera.

Bere egoera kontaktu estuei ere jakinaraziko die, prebentzio neurriak har ditzaten.

Larritasun irizpideak edo bilakaera txarra baditu (arnasa hartzeko zailtasuna edo hiru egun baino gehiagoko 38^o edo goragoko sukarra), osasun zentroarekin harremanetan jarriko da. Osasun arloko profesionalak adieraziko dute proba diagnostikoak egiteko beharra, tratamendua, jarraipena eta, behar izanez gero, laneko baja.

Biztanleria orokorrarekin alderatuta, zein pertsona edo pertsona-taldek kudeatu behar dute infekzioa beste modu batean?

-Pertsona zaurgarriak.

-Eremu zaurigarrietako egoiliarrak eta langileak.

Zer egin behar dut talde zaurgarri batekoa banaiz?

60 urte edo gehiagoko pertsonak, immunodeprimituak eta haurdun dauden emakumeak dira pertsona zaurigarriak.

Kasu horietan gomendatzen da osasun sistemak proba diagnostiko bat egitea. Eraitza positiboa bada, ez dute isolamendurik egin behar, eta prebentzio-neurriak 10 egunez jarraitu behar dira (maskararen erabilera beste pertsona batzuekin egonez gero, eskuak garbitu, elkarreragin sozialak murriztu behar dira, eta pertsona zaurgarriekin zein jende askorekin harremanak izatea saihestu behar da), eta osasun egoeraren jarraipen estuagoa egin behar da, okerrera egiten duen edo sintoma berriak agertzen diren begiratzeko.

Pertsona zaurigarria langile aktiboa bada, aldi baterako lanerako ezintasuna irizpide klinikoaren arabera luzatuko da, gainerako arnas prozesu akutuen antzera.

Zer egin behar dut zaurgarria den eremu batean bizi edo lan egiten badut?

Estrategia berriaren arabera, esparru zaurgarritzat hartzen dira osasun arreta zentroak, zentro soziosanitarioak, eguneko zentroak, espetxeak eta pertsona instituzionalizatuak dituzten beste zentro batzuk.

Eremu zaurgarriekin zerikusia duten pertsonak dira esparru horietan bizi direnak, ingresatuta daudenak edo lan egiten dutenak, bai eta pertsona zaurgarriei laguntza eta zainketa ematen dieten langileak ere.

Pertsona horiek COVIDaren sintoma bateragarriak badituzte (azken 10 egunetan bat-batean hasitako eztula, disnea (arnasa hartzeko zailtasuna), odinofagia (irensterakoan mina) edo errinorea (sudur-jariaketa ugaria), sukarra izanda edo ez), osasun-sistemeekin harremanetan jarri beharko dute edo beren Lan Arriskuen Prebentzio Zerbitzuarekin. Pertsona horiei guztiei proba diagnostiko bat eginen zaie. Eraitza negatiboa bada, nahikoa izanen da sintomak hasi eta 10 eguneko epean prebentzio-neurri sendoei eustea (eremu guztietan maskara erabiltzea, elkarreragin sozialak murriztea eta pertsona zaurgarriekin kontakturik ez izatea eta jende asko bildu ditzaketan ekitaldietara ez joatea).

Proba positiboa bada, zentro soziosanitarioetan bizi diren pertsonen kasuan, gutxienez 5 eguneko isolamendua betetzea adieraziko da, sintomak

hasi ondoren, eta beraien kontaktu estuak aztertuko dira. Ospitale batean ingresatutako pertsona bada, isolamendu-aldia bere egoera klinikoaren arabera egokituko da.

Zentro soziosanitario bateko langileen kasuan, ez dira lantokira joango sintomak hasi eta lehenengo 5 egunetan, ez eta, pertsona asintomatikoen kasuan, diagnostikoa egin den egunetik aurrera ere. Egoiliarrekin harreman zuzena duten pertsonak antigeno test azkar negatiboa beharko dute beren lanpostura itzultzeko.

Zer egin behar dut COVIDa duen pertsona baten kontaktu estua banaiz?

Kontaktu estuek ez dute koarentenarik egingo. Hala ere, kutsatutako pertsonarekin kontaktua izan eta hurrengo 10 egunetan, arreta handiz jokatu beharko dute eta prebentzio-neurri sendoei eutsi (maskara erabili, beste pertsona batzuekin egonez gero; eskuak garbitu; elkarreragin sozialak murriztu; eta pertsona zaurgarriekin eta jende askorekin kontakturik ez izan zein jende asko bildu ditzaketen ekitaldietara ez joan).

Zein kasutan tramitatu behar dut laneko baja?

Pertsona langile aktiboa bada, aldi baterako ezintasuna irizpide klinikoaren arabera luzatuko da, gainerako arnas prozesu akutuen antzera.

Eremu zaurigarrietako langileen kasuan (osasun arreta zentroak, zentro soziosanitarioak, eguneko zentroak, espetxeak eta pertsona instituzionalizatuak dituzten beste zentro batzuk), positiboak badira, laneko baja izapidetuko zaie, gutxienez 5 egunez, sintomak hasi edo diagnostikoa jaso ondoren, eta antigeno lasterraren test baten emaitza negatiboa izan arte.

Zalantzak argitzeko kontaktua

Osasun Departamentuak gogorarazten du zalantzak [Osasun Aholkuan](https://www.osasunaholkuak.net) argituko direla: 948 290 290 eta consejosalud@navarra.es .