



INFORMAZIO OHARRA

GRIPEAREN AURKAKO 2020ko TXERTAKETA KANPAINA

2020-ko udazken honetan, osasun agintariek adierazten dute funtsezkoa dela biztanleak urte sasoiko gripearen aurkako txertoa jartzea, ez soilik gripeari berari aurrea hartzeko, edo gripearen intentsitatea eta konplikazioak murrizteko, baita herritarren artean gripea eta koronabirusa batera egotearen ondoriozko konplikazioak sahisteko ere.

Hori deta eta, Osakidetzak merkatuan dauden txertoak bereganatzea erabaki du, **urriaren 13-an** arrisku-taldeak izenekoak txertatzen hasteko, eta arrisku populazioko sektore zabalago bati txertoa emateko ere.

Txertaketa **Osasun Zentroetan** egingo da, kolektibo hauei adierazitako datetatik aurrera:

1. 65 urte edo gehiago dituzten pertsonak.**2. 65 urtetik beherakoak, gripearen ondorioz konplikazioak izateko arrisku handia dutelarik, honako gaixotasun hauek izateagatik:**

- Aire Gluxuaren Butxadura Kronikoa (A.F.B.K.)
- Diabetes
- Kardiopatia kronikoa
- Gaixotasun hepatiko kronikoa
- Giltzurrun gaixotasun kronikoa
- Izaera kronikoko beste patologia batzuk
- Terapia immunosupresorea hartzen duten pazienteak
- Emakume haurdunak

3. Pertsonal sanitarioa.

Horregatik, gripearen aurkako txertoa pertsona bakoitzaren osasun-zentroaren bidez kudeatu beharko da.

Vitoria-Gasteiz, 2020ko urriaren 5a
Justizia Administrazioiko Prebentzio Zerbitzua

GRIPEA

Birus batek eragiten duen gaixotasuna da, udazkenean eta neguan sarriago gertatzen dena. Bat-batean hasten da, sukar handiarekin (38° C baino gehiago). Gainera, 5-8 egun irauten duten honako sintoma hauekin batera agertzen da: hotzikarak, ondoez orokorra, buruko mina, giharretako eta artikulazioetako mina, malko-jarioa, eztula...

Pertsonaz pertsona kutsatzen da, eztul egitean edo doministiku egitean ahotik edo sudurretik botatzen diren eta eskuetan gera daitezkeen tantatxoekin harremanetan jartzean. Beste pertsona batzuk gaixotasuna hasi eta 7 egunera ere kutsa daitezke. Batzuetan, konplikazioak (sinusitisa, otitis...) sorrarazi edo gaixotasun kroniko batzuk larriagotzea eragin dezake.



Zer egin daiteke?

- Erabili eta botatzeko musuzapiak erabili.
- Eskuak sarri garbitu, beste pertsona batzuk kutsatzea saihesteko.
- Eztul egin edo doministiku egiten duzunean, sudurra eta ahoa ondo estali. Onena, besoaren barrualdearekin ukondorantz egitea.
- Ez erre eta ez edan edari alkoholdunik.
- Analgesikoak edo antitermikoak har ditzakezu buruko minarentzat edo sukarrarentzat.
- Ez hartu inoiz antibiotikorik zeure kabuz; horiek hartzea beharrezkoa izango balitz, zure medikuak errezetatuko dizkizu.
- Sukarra edo ondoez orokorra baduzu, gera zaitetz etxean; horrek gaixotasuna gaintitzen lagunduko dizu eta, gainera, lanean, ikastetxean... ez dituzu beste pertsona batzuk kutsatuko.
- Joan zaitetz medikuaren kontsultara gaixotasun kronikoren bat baduzu, haurdun bazaude edo ume txikiren batek gripea harrapatu badu.

Noiz eskatu behar da medikuaren berehalako arreta edo larrialdietara joan?

Ume txikien kasuan, honako hauek agertzen badira:

- Arnasketa azkarra edo arnasa hartzeko zailtasuna.
- Erupzioak larruazalean.
- Gripearen sintomak hasieran hobetu egiten dira, baina gero berriro agertzen dira.
- Ez dute jan nahi edo ez dute ezer egiteko (jolastu, mugitu...) gogorik.

Pertsona helduen kasuan, sintoma hauek antzematen badira:

- Arnasa hartzeko zailtasuna.
- Mina edo presioa bular edo sabelaldean.
- Zorabio iraunkorra.
- Nahaste-egoera.
- 38°C-tik gorako sukarra lau egunean.