

NAFARROAKO GOBERNUA

GARAPEN EKONOMIKOA

ESKUBIDE SOZIALAK

OGASUNA ETA FINANTZA POLITIKA

LEHENDAKARITZA, FUNTZIO  
PUBLIKOA, BARNEA ETA JUSTIZIA

HERRITARREKIKO ETA  
ERAKUNDEEKIKO HARREMANAK

HEZKUNTZA

OSASUNA

KULTURA, KIROLA ETA GAZTERIA

LANDA GARAPENA, INGURUMENA  
ETA TOKI ADMINISTRAZIOA

SEGURTASUNA ETA LARRIALDIAK

## Gripearen 1.907 kasu berri izan dira Nafarroan urtarrilaren 1 eta 7 artean

*Intzidentzia, 305 kasu 100.000 biztanleko, batik bat helduengan areagotu da*

Asteartea, 2018.eko urtarrilak 9

Urtarrilaren lehen astean, gripearen 1.907 kasu berri izan dira guztira Nafarroan. Gripeak intentsitate ertaina du eta goranzko joera, B birusa nagusi delarik (%91). Gainera, gripea berretsi dute azken astean ospitalean dauden 73 gaixorengan, 55 B gripearekin, 14 A gripearekin (H3N2), 3 A gripearekin (H1N1) eta azpimultzoan sartzeko dagoen kasu bat.

Azken asteko intzidentzia 100.000 biztanleko 305 kasukoa izan da, eta batez ere helduen kasuan areagotu da. Eremu geografikoei dagokienez, tasak zerbait altuagoak dira Iruñako eremuetan (319 100.000 biztanleko) eta Tuteran (305) Lizarran baino (218).

Halaber, arnas birus sintzitalaren zirkulazioak berriro gora egin du, birus horren infekzioaren 26 kasu berretsi baitira, aztertutakoen %42. Kasu horietako gehienak 2 urtetik beherakoak dira, bronkiolitisa dutenak eta ospitalean zaindu behar direnak.

### Telefono bidezko arreta 948 290 290 zenbakian

Osasun Departamentuak gogoratu nahi du gripe-prozesuaren aurrean garrantzitsuena norberak bere burua zaintzea dela. Zalantzak izanez gero, herritarrek laguntza eska dezakete Osasun Aholkuaren Erizaintza Zerbitzuan, online bidez ([consejosalud@navarra.es](mailto:consejosalud@navarra.es)) edo 948 290 290 - 848 42 78 88 telefonoetara deituta. Bertan, erizain espezializatuek informazioa ematen diete herritarrei osasun-arazoen aurrean ahalik eta egokien jokatzeko moduaren inguruan edo gaixotasunari edo tratamenduari buruzko zalantza ohikoenen gaineko erantzunak ematen dituzte. Asteko lanegun guztietan lan egiten dute 14:30etik 21:30era bitartean, eta asteburuetan, 8:00etatik 22:00etara bitartean.

Era berean, konplikazioak egotean edo pertsona ahulen kasuan, ohiko Osasun Zentrora joatea gomendatzen da. Hurrengo laguntza-maila Ospitalez kanpoko Larrialdiak dira, eta, azkenik, kasu larrienerako Ospitaleko Larrialdiak daude.

### Gripea

Urte-sasoiko gripea eritasun biriko infektiosoa da, airez transmititzen dena, neguan agertzen da, bat-batean hasten da, eta egun

batetik hiru egunetara inkubatzen da. Sukar altua izaten da, eta egoera orokorra kaltetzen du. Gripeak buruko mina eta mialgiak (muskuluetako minak) eragin ditzake, sudurreko kongestioa eta ezarriko narritadura. Gripea normalean aztarnarik gabe sendatzen da, baina larriak izan daitezkeen konplikazioak sor ditzake adineko jendearengan edo zenbait gaixotasunak dituzten jendearengan.

Hori dela-eta, osasun-zentrora joatea gomendatzen da pertsona ahulagoei eragiten badie; hots, 2 urtetik beherakoak, haurdun daudenak, gaixotasun kronikoak dituzten pertsonak edo agureak. Kontuan izan behar da arnasa hartzeko zailtasuna gehitzen den edo espektorazioa berdexka edo odoltsua den, sukarra 4 egun baino gehiagotan duen, 39 gradu baino altuagoa den edo sukarrik gabe egonda 24 ordura berriro agertzen den, belarrietako mina edo zorne-jariorik, rasha edo gorako iraunkorrak dauden.

Gripea kutsatzea saihesteko, NOPLOik bere [web orrialdean](#) zenbait [gomendio](#) eskaintzen ditu; hala nola, eskuak xaboiarekin eta urarekin garbitzea maiz-maiz, ahoa behin erabiltzeko musuzapiarekin estaltzea eztula edo doministiku egitean, ukondoaren barnealdearekin edo eskugainarekin; jende asko dagoen lekuetara ez joatea, besteak beste, ez kutsatzeko. Horrez gain, gaixotasunaren alderdi ezberdinei buruzko informazioa eskaintzen du ([sintomak](#), [tratamendua](#), e.a.), gripearen eta hotzeriaren sintomak [norberak ebaluatzeko](#) galdetegi bat eskaintzearekin batera, erantzunen arabera egin behar denaren inguruko gomendio eta guzti. Nabarmendu behar da, birus batek eragiten duenez, antibiotikoak ez direla gomendatzen, eta soilik sintomak arintzen dituzten botikekin tratatzen dela.