

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

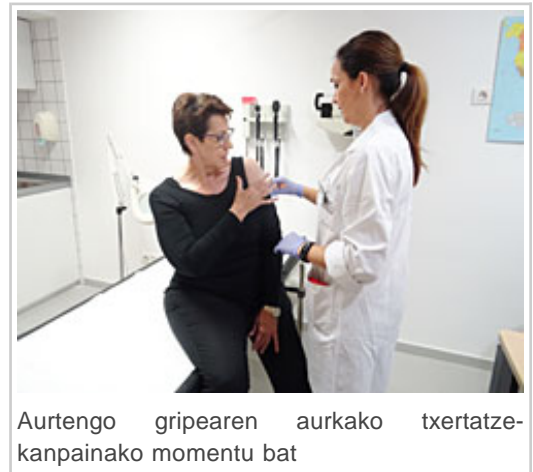
SEGURTASUNA ETA LARRIALDIAK

## Izurrite-mailara iritsi da gripea Nafarroan, 100.000 biztanleko 66 kasuko tasarekin azken astean

*Osasun Departamentuak, gripearen sintomen aurrean, autozaintza gomendatzen du lehen aukera gisa, eta zailtasunik izanez gero edo pertsona ahulen kasuan, ohiko osasun-etxera joateko gomendioa egiten da*

Asteartea, 2017.eko abenduak 26

413 gripe-kasu erregistratu dira guztira Nafarroan azken astean (abenduaren 18tik 24ra), 100.000 biztanleko 66 kasuko tasarekin, hala izurrite-maila gaindituz. [Nafarroako Laneko eta Osasun Publikoko Institutuak](#) ezartzen duenez, 100.000 biztanleko 40 kasutan dago muga hori.



Aurtengo gripearen aurkako txertatze-kanpainako momentu bat

Hala, hasi da jada denboraldiko gripe-uhina, aste honetan intentsitate baxua mantentzen badu ere gorako joera erakusten duena. Adin-talde guztietan areagotu da intzidentzia, eta haurretan eta helduetan ematen dira tasa altuenak, txikiagoak direlarik 65 urtetik gorako helduen taldean. Iruña eta Lizarrako tasak Tuterakoak baino zerbait altuagoak dira (70, 71 eta 44 x 100.000 hurrenez hurren). Nabarmentzekoa da, iazko denboraldian gertatu bezala, Eguberrietan gertatu dela izurritearen agertzea. Laborategiko datuen arabera, B motako birusa da nagusi (11 kasurekin) eta A(H3) birus-motako kasu positibo bakarra dago.

Gainera, gripe-kasu berri 2 baieztatu dira ospitaleratutako pazienteetan; hortaz, 11 dira dagoeneko denboraldi honetan ospitaleratutako gripe-kasuak.

Bestalde, "sincitial" arnasketa-birusaren uhinak beherako joerari ekin dio. Aste honetan 18 kasu pediatriko baieztatu dira birus horren kutsatzeagatik. 2 urtetik beherako haurrak dira gehienak, bronkiolitisa dutenak eta ospitale-arreta eskatzen dutenak.

### Telefono-arreta 948 290 290 zenbakietan

Osasun Departamentuak gogoratu nahi du gripe-prozesu baten aurrean garrantzitsuena autozaintza dela. Dударik izanez gero, Aholku

Sanitariorako Erizaintza Zerbitzuaren bitartez arreta jasotzeko aukera daukate herritarrek, bai online ([consejosalud@navarra.es](mailto:consejosalud@navarra.es)) eta bai 948 290 290 - 848 42 78 88 telefono-zenbakietara deituta. Bertan, osasun-arazoan aurrean ekiteko modu egokien inguruko informazioa ematen dute espezializatutako erizaintzako langileek, edo gaixotasun edo tratamenduei buruzko ohiko zalantzak argitzen dituzte. Egunero funtzionatzen du, 14:30etatik 21:30etara lanegunetan eta 8:00etatik 22:00etara asteburuetan.

Halaber, eta zailtasun posibleak izan ditzaketen edo ahulezia gehien erakusten duten pertsonen kasuan, ohiko osasun-zentrora joatea gomendatzen da. Hurrengo arreta-maila Ospitalez kanpoko Larrialdiak dira, eta, azkenik, Ospitaleko Larrialdien zerbitzua aurkitzen da, kasu larrietarako gorde behar dena.

## **Gripea**

Urtaroko gripea birikietako gaixotasun infekziosoa da, airetik transmititzen dena eta neguko sasoiari agertzen dena; bat-batean hasten da eta egun batetik hiru egunetara luza daitekeen inkubazio-epea dauka. Sukar altuagatik ezaugarritzen da, eta bai osasun-egoera orokorrari eragiten diolako ere. Buruko minekin eta mialgiekin (gihar-minak) batera ager daiteke, eta baita sudurretako kongestioarekin eta eztarriko narritadurarekin batera. Gripea inolako ondorioz utzi gabe sendatu ohi da normalean, baina helduengan edo gaixotasun jakinak dauzkaten pertsonengan potentzialki larriak suerta daitezkeen zailtasunak ekar ditzake.

Hori dela eta, pertsona ahulenei erasotzen badie, osasun-zentrora joatea gomendatzen da: 2 urtetik beherako haurrak, haurdun dauden emakumeak eta gaixotasun kronikoak dauzkaten pertsonak edo adindunak; baita arnasteko zailtasunak areagotzen badira edo espektrazioak berdexkak badira edo odola badarie; sukarra 4 egun baino gehiago luzatzen bada, 39 gradu baino altuagoa bada edo 24 orduetan sukarririk izan gabe egon ondoren berriz agertzen bada; eta, azkenik, baita belarrietako mina edo zorne-jarioa, legenak edo gelditzen ez diren okadak gertatzen badira.

Gripearen kutsatzea saihesteko, Nafarroako Osasun Publikoaren Institutuak zenbait [gomendio](#) jasotzen ditu bere [webgunean](#), hala nola eskuak ur eta xaboiz maiz garbitzea, eztula edo doministikua egiten denean ahoa estaltzea erabili eta botatzeko zapi batekin, ukondoaren barneko aldearekin edo eskugainarekin, eta jende asko dagoen lekuak saihestea kutsatzeak ekiditeko, besteak beste. Era berean, gaixotasunaren aspektu desberdinei buruzko informazioa ([sintomak](#), [tratamendua](#), etab.), eta gripearen eta hotzeriaren sintomei buruzko [autoebaluaziorako](#) galdeketa bat eskaintzen dira, erantzunen arabera gomendioekin. Nabarmendu behar da, gainera, birus baten ondorio denez gero, ez direla antibiotikoak gomendatzen, eta sintomak arintzeko botikak erabilia bakarrik tratatu behar dela.