

KORONABIRUSA

SINTOMAK DITUT. ZER EGIN BEHAR DUT?



Covid-arekin bateragarriak diren sintomak edukiz gero (**sukarra, eztula, eztarriko mina, aire-faltaren sentrazioa edo usaimen-galera, beste batzuen artean**), telefonoz jarri harremanetan **DAGOKIZUN OSASUN-ZENTROAREKIN**.

Une horretatik aurrera, eta testa egin arte itxaron gabe, portaera arduratsuena **berehalako autoisolamendua**.

Komeni da sintomak sentitzen hasi aurreko azken bi egunetan, gela batean isolatu garen arte izan ditugun **kontaktu estuen** zerrenda egiten hastea, hala badagokio, zerbitzu medikoek edo jarraipen-zerbitzuek ematen dizkiguten oharrei jarraitzeko.



KONTAKTU ESTUA NAIZ

ZER DA KONTAKTU ESTUA? 15 minutu baino gehiagoz **2 metro** baino gutxiagoko distantziara sintomak sentitzen hasi aurreko azken bi egunetan, gela batean isolatu garen arte.

Covid-en positibo eman duen pertsona batekin kontaktu estua izan duzula uste baduzu, osasun-zerbitzuari jakinarazi beharko diozu, eta etxean isolatu.



TEST DIAGNOSTIKOAK EGITEKO ESKATU DIDATE. ZER EGIN BEHAR DUT?

- 1** Covid19-aren **sintoma susmagarririk** baduzu, prebentziozko isolamenduan egon behar duzu.
- 2** **Kontaktu estua** izan baduzu (15 minutu baino gehiagoz 2 metro baino gutxiagoko distantziara), berrogeialdian egon beharko duzu. Berrogeialdiak, 10 egun iraungo du, gutxienez, betiere aldi horretan proba positiborik ez baduzu, sintomekin hasten bazara edo Covid19-a duten pertsonekin arrisku-kontaktu gehiago baduzu; azken kasu horretan, luzatu egin daiteke aldi hori.
- 3** **Ospitale- edo kirurgia-proba** duzulako PCRa egiteko eskatu badizute, baina sintomarik ez baduzu, bizitza normala egin dezakezu, harik eta emaitza izan arte.
- 4** Proba **agerraldi baten eraginpean** egon zarelako egiten badizute, prebentziozko isolamenduan egon behar duzu.
- 5** Proba intzidentzia altuko gune bateko **biztanleria-baheketa** batean egiten badizute, bizitza normala egin dezakezu, harik eta emaitza izan arte.



ZER GERTATZEN DA TEST DIAGNOSTIKOA POSITIBOA BADA?



SMS bat jasoko duzu telefono mugikorrean, eta, bertan, emaitza agertuko da (baldin eta aurretik telefono-zenbakia eman badiguzu).

Erabiltzaileentzako Arreta Zentrotik deituko dizute, emaitza positiboa dela ziurtatzeko, isolamendu-neurriak eta infekzioaren transmisioa prebenitzeko neurriak azaltzeko, eta zure kontaktu estuak izan ahal izan diren pertsonen zerrenda nola prestatu azaltzeko.

Zaintza Epidemiologikoko taldeak deituko dizu, zure kasua baloratzeko eta zure kontaktu estuak zein izan ahal izan diren jakiteko.

Dagokizun lehen mailako arretarako taldeak (medikuntza eta erizaintza) aldian behin deituko dizu, zure bilakaera klinikoa baloratzeko eta alta noiz eman erabakitzeko.

Gutxienez 10 egun eman beharko dituzu isolatuta, sintomak hasi direnetik edo proba egin dizutenetik, baldin eta sintomarik ez baduzu. Aldi hori luzatu egin liteke, sintomek jarraituko balute. Profesional sanitarioa edo soziosanitarioa bazara, proba gehiago egingo dizkizute, harik eta negatiboak izan arte, lan-jardueran berriz hasi aurretik. Laneko Osasun Sailak erabakiko du noiz hasiko zaren lanean berriro.



ETA TEST DIAGNOSTIKOA NEGATIBOA BADA?



SMS bat jasoko duzu telefono mugikorrean, eta, bertan, emaitza agertuko da (baldin eta aurretik telefono-zenbakia eman badiguzu).

- 1** Covid19-arekin bateragarria den **sintoma susmagarririk** baduzu, dagokizun lehen mailako arretarako taldeak zure egoera baloratuko du, eta oraindik Covid19-a ote delako susmorik dagoen erabakiko du. Beraz, prebentziozko isolamenduari jarraitu behar duzun eta egun batzuetara proba errepikatu behar dizuten edo Covid19-aren susmoa alde batera utzi behar duten erabakiko du.
- 2** **Kontaktu estua** izan baduzu, gogoratu berrogeialdiak 10 egun iraungo duela, gutxienez. Berrogeialdiaren hasieran emaitza negatiboa izateak esan nahi du laginean ezin izan dela birusaren hondarrak detektatu, baina horrek ez du esan nahi inkubatzen egon ezin zarenik. Aldiaren amaieran, beste PCR bat egingo dizute, eta, berriro negatiboa bada, sintoma susmagarririk ez baduzu eta arrisku-egoeren eraginpean berriro egon ez bazara, dagokizun osasun-zentroak deituko dizu eta berrogeialdia amaitu dela esango dizu.
- 3** Proba **ospitaleko edo kirurgiako proba bat** duzulako egin badizute eta Covid19-arekin bateragarria den sintoma susmagarririk ez baduzu, bizitza normala egiten jarrai dezakezu.
- 4** Proba **agerraldi baten eraginpean** egon zarelako egin badizute, ez duzu zertan isolamenduan jarraitu, eta bizitza normalarekin jarrai dezakezu.
- 5** Proba intzidentzia altuko gune bateko **biztanleria-baheketa** batean egin badizute, bizitza normala egiten jarrai dezakezu.

