

**OSASUN SAILA**

Osasun Sailburuordetza  
Osasun Publikoaren eta Adikzioen  
Zuzendaritza

**DEPARTAMENTO DE SALUD**

Viceconsejería de Salud  
Dirección de Salud Pública  
y Adicciones

**COVID-19: HEZKUNTZA-EREMURAKO GOMENDIO OROKORRAK****2022/08/29**

Dagoeneko immunitate-maila handia dugunez gure jendartean, COVID-19aren epidemiologia asko aldatu da, eta orain batik bat herritar eta eremu zaurgarriari erreparatzen hasita gaude, eta COVID-19aren kasu larriari, jakina.

Hala bada, hona hemen garai honetan bete beharreko prebentzio-gomendio orokorrak.

**GOMENDIO OROKORRAK<sup>1</sup>****1. Espazioak aireztatzea**

Aireztapen erregularra ezinbestekoa da leku itxietako airearen kalitate ona ziurtatzeko, eta airearen bidez germenak gutxiago hedatzeko. [Ikastetxeetan aerosolen bidez SARS-COV-2 transmititzeko arriskua murrizteko gida](#) erreferentziarako dokumentua da, instalazioak behar bezala aireztatze eta CO2 mailak monitorizatzeko.

**2. Osasun Sailaren txertaketa-gomendioak jarraitzea**

COVID-19aren aurkako txertaketak jendea babesten laguntzen du, eta COVID-19ak gaixotasun larriak eragitea saihesten du, baita ume eta nerabeengan ere. Txertoa jaso duenari babesa emateaz gain, txertaketa tasa altuek gaixotasunak eragindako arazoa arindu egiten du jendartean, ikastetxeetan eta osasun-arretako sistemetan.

**3. Eskuak garbitzea, eta arnas higienea**

Gogoratu neska-mutilei eskuak sarri-sarri garbitu behar dituztela, batez ere jan aurretik eta ondoren, komunera joan ondoren eta jolas-garaiaren ondoren.

Gogoan izan ez tul edo doministiku egitean ahoa eta sudurra estali behar direla besaurrearekin, edo zapi batekin.

---

<sup>1</sup> Gomendioak eguneratu egingo dira, egoeratik beharrezkoa bada.

Hemen duzue informazio gehiago: <https://www.euskadi.eus/como-actuo/web01-a2korona/es/>

#### **4. Zer egin behar da COVID-19aren sintomaren antzekoak izanez gero, edo positiborik izanez gero?**

Ikastetxeak ez dira eremu kaltebera, hortaz, COVID-19a zaintzeko protokolo orokorraren arabera, ez dago gomendatuta proba diagnostikoak egitea, non eta ez garen jende kalteberaz ari (60 urte edo gehiagokoak, immunodepresioa eragiten duen gaixotasunen bat dutenak eta haurdun daudenak).

Oro har, baldin norbaitek COVID-19aren antzeko sintomak\* baditu (edo, gerora, emaitza positiboa badu):

- Ez du isolatuta egon beharrik.
- Maskara\*\* erabiliko du, arnasketako eta eskuetako higiene egokia edukiko du, eta ez da egongo jende kalteberarekin.
- Ez da ikastetxera joango, dauzkan sintomak direla-eta eskolan behar bezala jarduterik ez badu; alegia, beste edozein gaixotasun edukita bezala.

#### **5. Maskarak erabiltzea**

Komeni da maskara erabiltzea\*\*:

- Baldin zaugarriak bagara: batez ere, agerraldiren bat badago eta gure inguruan intzidentzia altua bada.
- Baldin COVID-19aren antzeko sintomak\* baditugu.
- Baldin arnas sintomatologia badugu, COVID-19 ote den susmoa izan edo ez.

Nahitaezkoa da eskola-garraioan, 6 urtetik gorakoentzat (286/2022, Errege Dekretua).

Kontu handia izan jendea ez estigmatizatzen maskara erabiltzea aukeratu duelako, dela arriskua duelako dela horixe erabaki duelako.

\* Hauek dira COVID-19aren sintoma ohikoenak: sukarra, eztula, eztarriko mina, airea falta zaigun sentsazioa edo usaimena edo dastamena galtzea. Batzuek minak, sudurreko kongestioa edo beherakoa ere izaten dute.

\*\* 6 urtetik beherako umeei ahal denean maskara erabiltzea gomendatzen da. 3 urtetik beherakoentzat ez da gomendagarria maskara erabiltzea, ez inoiz ez inon.