An Roinn Sláinte
Department of Health

01 Nollaig 2021

A chairde,

Tá na tréaniarrachtaí a bhíonn ar siúl ag tuismitheóirí agus leanaí chun cloí leis an gcomhairle sláinte poiblí ríthábhachtach chun minicíocht COVID-19 sa phobal a laghdú.

Is é an tosaíocht atá againn ná an riosca a bhaineann le COVID-19 a laghdú agus iarrachtaí a dhéanamh an méid is mó daoine is gur féidir linn a chosaint ó thrombhreoiteacht. Mar is eol duit, déanann an Fhoireann Náisiúnta Éigeandála ar Shláinte Poiblí monatóireacht leanúnach ar líon cásanna COVID-19 i ngach aois ghrúpa agus i ngach suíomh.

In achar ama an-ghearr, tá laghdú suntasach, mear tagtha ar an suíomh eipidéimeolaíochta, agus, mar gheall ar sin tá líon ard cásanna i measc pháistí idir 5 agus 11 bhliain d'aois, dream nach bhfuil vacsaín ar fáil dóibh go fóill. Is cúis imní é seo.

Tá scoileanna i gcroílár ár bpobal agus imríonn siad ról bunúsach i saol sóisialta agus folláine ár leanaí; tá an méid sin fíor go háirithe i gcás leanaí a bhfuil riachtanais speisialta oideachais acu, atá faoi mhíbhuntáiste nó a ndearna na dúntaí scoile le linn na paindéime difear díréireach dóibh. Tá sé ríthábhachtach mar sin go ndéanfaimid gach iarracht chomh luath agus a thugaimid athrú mar seo faoi deara.

Sa bhreis ar an **gcomhairle ghinearálta don phobal bualadh le níos lú daoine**, agus, ar feadh **coicíse** eile ar a laghad, ba cheart na himeachtaí thíos a sheachaint:

- Cóisirí lá breithe faoi dhíon agus coinní súgartha – ba cheart iad a chur ar siúl amuigh faoin aer agus iad a choinneáil beag
- Codladh thar oíche
- Imeachtaí pobail faoi dhíon a bhfuil páistí mar chuid de ar nós comaoineacha, cóineartú, drámaí agus imeachtaí eile séasúracha.

Ina theannta sin, ba chóir do thuismitheoirí:

- **Gan ligean do leanaí freastal ar scoil nó naíolann má tá aon shiomptóim COVID-19 acu.** Cuidigh leo aonrú sa bhaile agus tástáil PCR a shocrú láithreach.
- A dteagmhálacha féin a laghdú. Ciallaíonn sé sin **obair ón mbaile** mura bhfuil sé riachtanach freastal ar an ionad oibre go pearsanta, ciallaíonn sé freisin cinntí deacra a dhéanamh d'fhonn **cruinnithe sóisialta faoi dhíon a sheachaint**.
- Buail le daoine eile lasmuigh nuair is féidir.

An Roinn Sláinte, Bloc 1, Plaza Miesach, 50 – 58 Sráid Bhagóid Íochtarach, Baile Átha Cliath, D02 XW14
Department of Health, Block 1, Miesian Plaza, 50 – 58 Lower Baggot Street, Dublin, D02 XW14
T +353 1 635 4000 | press_office@health.gov.ie
www.health.gov.ie

- Caith masc mura féidir leat fanacht amach ó dhaoine eile.
- Déan cinnte go gcaitheann do leanbh masc má tá sé molta dóibh
- Má tá siomptóim ag duine ar bith i do theaghlach, ba chóir dóibh aonrú agus tástáil PCR a fháil. Ní chóir duit torthaí tástála antaiginí a úsáid nó brath orthu má tá siomptóim agat.
- Má bhíonn do leanbh i ndlúth-theagmháil le cás ar scoil, b'fhéidir go n-iarrfaí ort tástálacha antaigine a úsáid, a sholáthraíonn FSS, mar uirlis bhreise. Má tholgann do leanbh siomptóim COVID-19 ar bith nó má bhíonn tástáil antaiginí 'dearfach' ba chóir dóibh aonrú sa bhaile agus ba chóir do thuismitheoirí tástáil PCR a shocrú dóibh.
- Níl an vacsaín faighte ag duine as gach cúigear den aos óg, smaoinigh le do thoil ar vacsaín a fháil do leanaí níos sine i do theaghlach nach bhfuil cosanta go fóill

Tuigim nach bhfuil éinne againn ag súil leis na bearta seo, ach go háirithe ag an am seo den bhliain. Is ualach breise é, go háirithe dóibh siúd a bhfuil teaghlaigh óga acu, i ndiaidh tréimhse an-dúshlánach.

Ach, é sin ráite, tá ról lárnach le himirt ag tuismitheoirí maidir le tras-seoladh laistigh agus idir theaghlaigh a laghdú. Ag an am seo den bhliain, is minic a bhíonn siomptóim riospráide ag leanaí óga, agus tá a fhios againn go n-éiríonn sé níos deacra aonrú agus tástálacha PCR a shocrú arís agus arís eile. Ach is beart riachtanach é seo chun teaghlaigh agus an pobal i gcoitinne a chosaint.

Agus minicíocht COVID-19 chomh hard is atá sé faoi láthair, ciallaíonn sé go ndéantar fórsa an ionfhabhtaithe a bhrú síos tríd an daonra nach bhfuil vacsaín faighte acu go fóill agus isteach inár leanaí óga neamh-vacsaínithe. Cé go bhfuil a fhios againn nach bhfaigheann an chuid is mó den aoisghrúpa seo ach leagan an-éadrom den ghalar má tholgann siad é, d'fhéadfadh líon beag díobh éirí an-tinn. Táim dóchasach, má leanaimid ar fad leis an iarracht mhór seo go ceann coicíse, is féidir linn minicíocht an víris a laghdú.

Tá sé molta ag NPHET, ar bhonn sealadach, go gcaithfidh páistí clúdaigh aghaidhe:

- atá 9 mbliana d'aois agus níos sine clúdaigh aghaidhe ar iompar poiblí, i miondíol, agus in áiteanna póiblí eile faoi dhíon mar atá éilithe faoi láthair ar dhaoine eile níos sine ná trí bliana déag d'aois agus

- atá i rang a trí agus níos airde sa bhunscoil clúdaigh aghaidhe (eiseofar treoir faoi seo chuig scoileanna ón Roinn Oideachais)

Déanfar an chomhairle seo a athbhreithniú ag NPHET i mí Feabhra 2022.

Ba mhaith liom a rá chomh maith, go bhfuil sár-jab á dhéanamh ag vacsaíní chun trombhreoiteacht agus galar a chosc i measc siúd atá vacsaínithe go hiomlán; is dea-scéal é seo, agus fáiltím roimh udarú an EMA i dtaobh vacsaíní do leanaí bunscoile (5-11 bliana). Táimid ag súil le comhairle ó NIAC maidir le seo go luath.

Mile buíochas as na hiarrachtaí atá ar siúl agat chun ár scoileanna agus ár bpobail a choimeád slán.

Is mise le meas,

Dr Tony Holohan
Príomh-Oifigeach Leighis

Cén fáth go bhfuil an Chomhairle Sláinte Poiblí ag Athrú?

Tá na bearta atá á bhfógairt inniu i gcomhréir chun smacht a choinneáil ar an víreas, chun scaipeadh breise a chur faoi chois agus chun srianta breise a sheachaint.

Tá minicíocht COVID-19 ag an dara leibhéal ó thosaigh an phaindéim seo. Ní raibh sí chomh hard seo ó bhí an dara seachtain d'Eanáir ann i mbliana.
Ciallaíonn sé sin go bhfuil an oiread sin ionfhabhtaithe sa phobal go bhfuil sé deacair an víreas seo a sheachaint.
Tá sár-jab á dhéanamh ag vacsaíní chun trombhreoiteacht agus galar a chosc i measc siúd atá vacsaínithe go hiomlán; is dea-scéal é seo, agus táimid ag súil le nuashonrú ar vacsaíní do leanaí bunscoile (5-11 bliain) go luath ón EMA agus NIAC ina dhiaidh sin.

Tá 1 as gach 3 leanbh idir 12 agus 15 bliana d'aois fós le teacht chun cinn chun vacsaín a fháil, agus tá 1 as gach 5 idir 16 agus 18 fós le teacht chun cinn. Tá sé tábhachtach go dtiocfaidh duine ar bith atá incháilithe le haghaidh vacsaíne chun cinnchun é a fháil a luaithe is féidir.

Ciallaíonn sé, áfach, go ndéantar fórsa an ionfhabhtaithe a bhrú síos tríd an daonra atá incháilithe le haghaidh vacsaínithe agus isteach inár leanaí óga neamh-vacsaínithe.

Cé go bhfuil a fhios againn nach bhfaigheann an chuid is mó den aoisghrúpa seo ach leagan an-éadrom den ghalar má tholgann siad é, d'fhéadfadh líon beag díobh éirí an-tinn.

Cad í an chomhairle nuashonraithe do thuismitheoirí?

Tá ról lárnach le himirt ag tuismitheoirí maidir le tras-sheoladh laistigh agus idir theaghlaigh a laghdú. Tá a fhios againn gur ualach breise é seo, go háirithe dóibh siúd a bhfuil teaghlaigh óga acu. Ag an am seo den bhliain, is minic a bhíonn siomptóim riospráide ag leanaí óga, agus tá a fhios againn go n-éiríonn sé níos deacra aonrú agus tástálacha PCR a shocrú arís agus arís eile. Ach is beart riachtanach é seo chun teaghlaigh agus an pobal i gcoitinne a chosaint.

Ceann de na príomhthosaíochtaí atá againn ná ár gcóras oideachais a chosaint. Ar feadh coicíse eile ar a laghad, is féidir linn é sin a dhéanamh trí laghdú a dhéanamh ar ár sóisialú i suíomhanna eile.

Dá bhrí sin, ba chóir do thuismitheoirí:

- A dteagmhálacha féin a chur in ord tosaíochta. Ciallaíonn sé sin obair ón mbaile mura bhfuil sé riachtanach freastal ar an ionad oibre go pearsanta, ciallaíonn sé freisin cinntí deacra a dhéanamh d'fhonn cruinnithe sóisialta faoi dhíon a sheachaint.
- Buail le daoine eile lasmuigh nuair is féidir.
- Caith masc mura féidir leat fanacht amach ó dhaoine eile.
- Gan ligean do do leanbh freastal ar scoil nó naíolann má tá aon shiomptóim COVID-19 aige/aici. Cuidigh leo aonrú sa bhaile agus socraigh tástáil PCR láithreach.
- Má tá siomptóim ag duine ar bith i do theaghlach, ba chóir dóibh aonrú agus tástáil PCR a fháil. Níor chóir duit torthaí tástála antaigine a úsáid nó brath orthu má tá siomptóim agat.
- Má bhíonn do leanbh i ndlúth-theagmháil le cás ar scoil, b'fhéidir go n-iarrfaí ort tástálacha antaigine a úsáid, a sholáthraíonn FSS, mar uirlis bhreise. Má tholgann do leanbh siomptóim nó má bhíonn tástáil antaiginí 'dearfach' acu, ba chóir go mbeidís ag aonrú sa bhaile agus ba cheart duit tástáil PCR a shocrú dóibh.

Cad í an chomhairle nuashonraithe do leanaí?

Má tá tú 9 mbliana d'aois nó níos sine (nó i rang a trí agus níos airde sa bhunscoil) caith clúdaigh aghaidhe ar iompar poiblí, i miondíol agus in áiteanna póiblí eile imar a éilítear faoi lathair ar dhaoine eile níos sine ná trí bliana déag d'aois

Ar an drochuair, caithfimid iarraidh ar leanaí bualadh le níos lú cairde sa choicís amach romhainn ar a laghad. Is rud an-deacair é seo a dhéanamh, mar go n-áiríonn sé seo go leor de na himeachtaí agus na gníomhaíochtaí is mó a thaitníonn lenár daoine óga agus lenár leanaí. Ar feadh coicíse eile ar a laghad, níor cheart go mbeadh na himeachtaí seo a leanas ar siúl ar chor ar bith:

- Cóisirí lá breithe faoi dhíon agus coinní súgartha – ba cheart iad a chur ar siúl amuigh faoin aer agus iad a choinneáil beag
- Codladh thar oíche
- Imeachtaí pobail faoi dhíon a bhfuil páistí mar chuid de ar nós comaoineacha, cóineartú, dráma agus imeachtaí séasúracha eile.

Má tá tú ag socrú cóisir lá breithe nó coinní súgartha, ba chóir go mbeadh siad seo le teaghlach amháin eile ar a mhéad agus ba chóir go mbeadh siad ar siúl taobh faoin aer. Níor chóir d'aon duine le siomptóim freastal ar na himeachtaí seo.

Níor chóir do leanaí a bhfuil aon siomptóim de COVID-19 acu dul chuig naíolann nó scoil. Ba chóir dóibh fanacht sa bhaile agus ba chóir do thuismitheoirí tástáil PCR a shocrú a luaithe is féidir leat.

Mar a dúirt muid arís agus arís eile, is féidir linn muid féin a chosaint, fiú má táimid gan vacsaíniú nó fós le teacht chun cinn chun vacsaín a fháil, tríd an chomhairle sláinte

poiblí a leanúint. Tá a fhios againn go n-oibríonn sé seo agus gur féidir linn, le chéile, slabhraí an ionfhabhtaithe a bhriseadh.

…..