

Ezjakintasunak estigmatizatuta

Ehun lagunetik bat eskizofrenikoa dela diote estatistikek. Horietarik batzuek lana dute, harremanak, hainbestean bizi dira botikei esker. Beste zenbaitek zori latzagoari egin beharko dio aurre. Gaitzak mendean hartuta dituen gaixoen egunerokoa konprenitzeko saio xumea duzu erreportaje hau.

| GARBINE UBEDA GOIKOETXEA |

GAITZ MENTAL guztiak zaizkigu arrotzak. Normaltzat jotzen ez denak ernegatu egiten gaitu. Ezjakintasunez, gaitzetsi egiten ditugu eskuarki. Ez da, alabaina, buru nahasmen askorik izango eskizofrenia baino konpreni-gaitzagorik. Hitza aipatu orduko, muturreko bi jokaera artean tirabiran den eroa imajinatu-ko du gehiengoak, zintzo eta halaber gaitzo, zentzudun eta hego haizeak jota, zuzen eta oker, bereizi ezinean. Bestela esanda, karga literariotik urrun legokeen Jekyll doktorea, edaberik gabe ere ezustean transformatzen dena. Edo ahotsak entzuten dituen izaki pitzatua, inoizko krimenik lazgarrietarako joera izan dezakeena. Errealitatea, ordea, funts eskaseko aurreiritzi horiek diotena baino arrunt konplexuagoa da.

Eskizofrenikoek ez dute nortasun bikoitzik, ez dituzte ezinbestean ahotsak entzuten, eta, lupa mediatikotik handietsitako kasuak alde batera utzita, ez dira oro har arrisku-tsuak, beren buruaren kontra ez bada. Bitik bat, bere buruaz beste egiten saiatuko da.

Inor gutxi mintzo da eskizofreniaz. Ez gai-xorik, ez haien seniderik. Izan ere, zein elkar-ritzketatan sar liteke “eskizofrenia krisiak izaten ditut” edo “anaia eskizofrenikoa da” bezalako daturik, ezinbesteko aitortza tonuan ez bada. Zein hizketa klasetan, zein mailatan. Uste baino arruntagoa da, haatik. Uste baino gertuago dago gugandik, ehunetik batek bizi baitu bere baitan.

Baina zer da zehazki eskizofrenia? Ez dago adostasun erabatekorik, definizioari dagokionez. Ez dago diagnostiko ziurra



Eskizofrenia eta sormena erlazionatzen dituzten ikerlan ugari dago. Gaitz honek espresio artistikoa areagotzea dakarkie pintore askori. Beste askori, berriz, alderantziz eragiten die, ahalmen hori guztiz ezabatuz. Irudian, William Kurelek kanadarraren *The Maze* obra (1953) (labirintoa), bere arazo psikikoei eta pentsamentu tristeei eskainia.

kolpe bakarrean egiten lagunduko lukeen sintoma-sorta garbi, zehatz eta apartekorik, gaitzari bere-berea zaionik. Horren ordez, zerrenda luzea osatzen duten ezaugarrietatik batzuk izango ditu gaixo diagnostikatuak. Eta zergatik horiek eta ez beste batzuk, ez du beharbada inoiz jakingo. Esku-liburu psikiatriko askotan irakur liteke, bestalde, esklusioz diagnostikatzen dela, epe luze xamarra behar dela, erraz sei hilabete, medikutan hasi eta ondorio horretara heldu artean. Epe horre-

Eskizofrenia sintomak

Sintoma positiboak

Ez, hain justu, positibotzat jo daitezkeelako. Pertsonak normalean izaten ez dituen esperientziak eta portaera agertzen ditu. Eskizofreniaren markatzat jotzen dira.

HALUZINAZIOAK

Zentzumenen nahasmenak dira, gaixoarentzat guztiz errealak: ahotsak entzutea (denetan arruntena), usain arrotzak sentitzea, gorputzean aldaketak sumatzea...

ELDARNIOAK, DELIRIUMAK

Uste faltsuak. Ideia erreal eta errepikakorrek dira gaixoentzat. Esate baterako, Jainkoak hautatuak edo odol urdinekoak direla sinestea. Edo eraso terroristaren errudun dela uste izatea, pentsamenduak besteren batek kontrolatu nahi dizkiola sinestea...

Sintoma kognitiboak

Arreta mantentzeko zailtasuna, kontzentrazio eta memoria arazoak.

Sintoma negatiboak

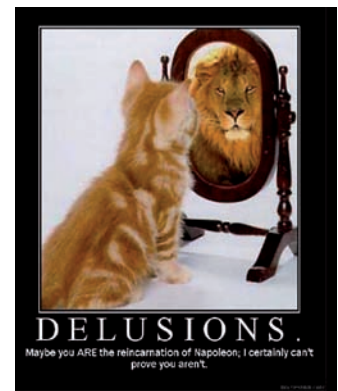
Normalean dituen jokabideen aldaketa, jardunaren murrizketa.

Motibazio eza, axolagabetasun emozionala, isolamendua, iniziatiba eta bat-batekotasuna galtzea, harremanetarako eta komunikaziorako arazoak, hizketa mugatu eta saltokakoa, pentsamendu nahasiak, loturarik gabekoak. Sintoma negatibo hauek direla kausa, sarritan alferrak edo axolagabeak izatea leporatzen zaie eskizofrenikoei.

tan, gainera, eldarnioak, deliriumak eta haluzinazioak eragin ditzaketen beste hainbat kausa eliminatu beharko dira hasteko eta behin. Besteak beste, tumorea, plaken esklerosia, depresio psikotikoa, egoera maniatikoa edota nahasmendu bipolarra.

Izatez, zaku zabala da eskizofrenia. Azpi-multzo pareta baino gehiago eta azalpen argirik ez duten arazo psikotiko franko hartzen ditu bere baitan; kasu, jokaera, patroia eta istorio mordoa: antzeman ere egiten ez zaionetik hasi eta, errealitatearekiko lotura galduta, gizarteari bizkar emanda bizirauten duenera arteko aldaera guztiak. Hona hemen adibide bat, ezer orokortzeko asmorik ez lukeena.

Protagonistak, dei diezaiozun Xabier, 18 urte zituen lehen krisiak ezgaitu zuenean. 43 ditu orain. "Oso gogoan dut egun hura", azaldu digu haren arreba gazteagoak, ARGIArako narrazioaile lanetan jarrita. "Saninazioetan izan zen, Rock Radical Vasco delako garai hura bete-betean bizi genuela. Anaia zaharrena zeharo kezkatuta heldu zen etxera, Xabierren portaragatik harrituta". Bi anaiek urtebeteko aldea dute eta lagun-talde berekoak dira. "Hark botatako hitz zehatzak erabiliz, 'mongolitoa' balitz bezala gelditu omen zen, hantxe plazan,



festaren erdian. Handik gutxira gure izeba erizaina etorri zitzaigun etxera, psikologo bat lagun zuela. Niri, 14 bat urte izango nituen orduan, etxe horretatik ateratzea komeni zitzaidala esan ziguten".

Arreba –dei diezaiozun Idoia–, kolonietara bidali zuten, beraz. Xabierrek, berriz, Donostiako Ospitale Psikiatrikoan pasatu behar izan zuen bolada. Handik aterata, Gizakia Helburu erakun-

dera jo zuen, orduko usteen arabera, bere nahasmenduaren kausa droga zaletasuna izango zelakoan. "Izan ere, asko hartzen zuen anaiak –jarraitu dio kontaktari Idoiak –, eta oraindik ere horixe du bizi-poza". Hala ere, inor txok ere ez zuen panorama garbi, "psikosia eta antzekoren bat ere ikusi nuen paperen batean idatzita. Ni, harri eta zur, izen bereko filma burutik ezin kendurik".

Urte batzuetan ziklikoa bilakatu zen Xabierren portaera. Udazkenean Gizakia Helburuko programari heltzen zion. Negua nahiko txukun pasatzen zuen, tarteka lana ere eginez. Sanferminetan, ordea, berriro hasten ziren komeriak. Zeharo aztoratuta itzultzen omen zen handik, eta halaxe pasatzen omen zen udaldia.

“Egoera erabat zailtzen zenean, okerrak egiten hasten zenean, bidali egin behar izaten genuen etxetik. Esate baterako, labana hartzen zuenean. Ez genuen uste gure kontra hasiko zenik, baina egoera bera beldurgarria zen. Krisialdi horietan geu ginen gaiztoak harentzat, bere etxekoak, eta bereziki ama. Amaren kontra zuen dena, sekulako obsesioa. Amak gehiago ezin zuenean alde egiteko eskatzen genion. Aita baztertu egin zen apurka, arduratzeari utzi zion. Oso zaila da horrelako pertsona batekin bizitzea, oso maitea izanagatik ere. ‘Ezin diagu aguantatu, ingresatu egin behar duk, ospitalera joan behar duk’ esaten genion”.

Droga munduan dezente sartu zen Xabier. Gehientsuenak kontsumitu zituen, Idoiaren hitzetan, “heroina, speeda, kokaina konturik ez diot entzun, eta porroak. Azken hauek oso txarrak zirela esaten zigun”. Ospitalean ingresatzen zutenean, ordea, abstinentsia sindromerik ez zioten aurkitzen.

Gaitza konprenitzen hasi zirenekoa

Behin, Marokora haxix bila joan eta amabirjina ikusi zuela esanez heldu zen handik bueltan. Odol urdinekoa zela ere esan izan zuen gerora, krisialdi betean. Eneko Aritzaren oinordea zela, eta prest agertzen zen gainera, frogatzeko. Esate baterako, esku-muturrean ebakia eginda, odola agertu zedin, odol urdinekoa zela ikus zezaten ondokoek. Garai hartan, Donostiako Ospitale Psikiatrikoan ez ezik, Arrasatekoan ere ingresatu zuten. Idoiak gogoan duenez, orduan hasi zitzaizkien eskizofrenia aipa-

Zenbait datu

- Kultura, klima eta talde etniko guztietan dago eskizofrenia.
- Kasu gehienak nerabezeroaren azken fasean eta heldutasunaren hasieran diagnostikatzen dira. 16 eta 25 urteen artean.
- Gizasemeak gazteagotan jotzen ditu emakumezkoak baino, eta gogorrago. Zergatiak ez daude garbi.
- Eskizofrenia garatzeko arriskuaren atzean herentzia genetikoa dago. Dena den, joera genetiko horri estres maila handia gehitu behar zaio ezinbestean. Eskema genetiko erabat garbia izan gabe estres maila handia jasan duenak errazago du eskizofrenia garatzea, genetikoki joera handikoa izan baina halako estresik jasan behar izan ez duenak baino. Estres hori bizitzako martxak eragina da. Senide baten heriotzak, lanik gabe gelditzeak, ezkontzeak, gaisoaldiak, haur baten jaiotzak... Gertaera eta sentsazio ugari areagotu dezakete estres hori.
- Ikerketen arabera, haxixa errez gero, sei aldiz handiago da eskizofrenia garatzeko aukera. Alta, eskizofreniak jotako askok alkohola, haxixa, anfetaminak edota kokaina kontsumitzen dute gaitzak eragiten dizkien sintomak eta sentipenak, hala nola ezinegona edo depresioa, apaltzen dituztelakoan. Momentua pasata, ordea, are sakonagoa da amiltzea.
- Haurdunaldiko eta erditze momentuko eragozpenek eskizofrenia garatzeko arriskua areagotzen dutela susmatzen da.
- Lehen antipsikotikoa 1950eko hamarkadan asmatu zuten. Antipsikotikoak sintoma positiboen kontrolean du eragina, eta gaixoen %70-80ri on egiten dio. Alabaina, hainbat egun behar ditu efektua egiten hasterako.
- Yogak, meditazioak eta kirolak mesede egiten dute.
- Eskizofrenikoek, botiken eraginez sarritan, gizentasun eta diabete arazoak izaten dituzte. Baita odol tentsio altua, bihotzekoak eta arnas hartzeko arazo kroniko larriak ere. Bestalde, asko erretzeko joera erakusten dute.

tzen. “Drogadikzioa beste plano batean gelditu zen. Anaia zoratuta zegoela esaten hasi zitzaizkigun, eta onartu egin behar genuela bere eromena”.



Gasteiz

Liburu azoka irailaren 21etik urriaren 7ra, Gasteiz Hiribidean

EUSKADIKO LIBURU GANBARA

- Euskal eta erdal nobedadeak
- Euskal musika
- %10eko beherapena

Bizi irakurriz!

Zaila da hori, ordea. Idoiaren azalpena baliatuz, “gaixo dagoen pertsonari begiratzeko zaionean, pertsona bera da osotasuna, gaixotasuna ondoan duen zerbait da. Pertsona alde batetik eta gripea bestetik. Gaixoa batetik, eta minbizia bestetik. Guk Xabier eta gaixotasuna bat eginda onartu behar genituen, bere izatetik bereizi ezin dena bezala.

IRATI QUEREJETA / EUSKONNEWS



IMANOL QUEREJETA AYERBE

DONOSTIAKO OSPITALE UNIBERTSITARIOKO ZERBITZU PSIKIATRIKOKO BURUA

«Gaixoa tratatzean sortzen den arazo nabarmenena sindrome metabolikoa da»

Konplikatuak dirudi eskizofrenia diagnostikatzea. Prozesu luze baten ondoren heltzen da. Bestalde, zaku zabalaren antza du, mota askotako sintomak eta ondorioak hartzen ditu bere baitan. Hala da?

Eskizofrenia diagnostikatzeko irizpide kliniko batzuk erabiltzen dira eta ez da hain zaila gaur egun.

Diagnostikoa egiteko garaian, zer da zuentzat zailena? Oro har, zein fasetan heltzen da pazienteak zuegan?

Batzuetan zeharo jota heltzen zaizkigu. Hain gaixo, ezen ez baita posible harekin hitz egitea. Eta geure fonendoskopioa, nolabait esatearren, elkarrizketa da justuki.

Diagnostikoa garbi dagoenean, zer da zailena pazientearekiko, pazientearen familia eta inguruarekiko?

Dena. Tratamendu guztiek ikuspegi medikoak, psikologikoak, familiarak eta sozialak lotu behar dituzte, eta atal bakoitzak bere zailtasunak ditu.

Zer da eskizofrenia duten pazienteen artean, gehien zoratzen edo aztoratzen dituen sintoma? Zer gomendio ematen duzue?

Eskizofrenia oso gaitz larria da eta dena aztoratzen du, pentsamendua, pertzepzioa, borondatea eta harremanak. Gaitz honek aipatu

ditudan ikuspegiak erasotzen ditu eta denak tratatu behar dira.

Bestalde, gaixoak normalean ez dira gertatzen ari zaienaz jabetzen. Ez dute horren kontzientziarik, eta ez dira konturatzen bizi dutena gaixotasunaren ondorio dela.

Tratamendu osoa hartu behar du, medikazioa, psikoheziketa, familiakoen laguntza eta errehabilitazioa.

Zergatik dago hain estigmatizatuta gaitz hau?

Ezjakintasanagatik. Baina nahasmentu hauen sustrai biologiko eta psikologikoak orain dela 50 edo 60 urte baino hobeto ezagutzen ditugu.

Besteak beste, antipsikotikoak ematen zaizkio pazienteari, sintomak apaltzeko. Antza denez, sendabiderik ez da oraino. Bestalde, botika hauen albo kalteak handiak dira eta pazienteek sarritan hartzeari uzten diote, eta horren ondorioz hondoratu egiten dira berriro ere. Zer diozue?

Egia esateko, gaur egungo botikak askoz ere ziurragoak dira. Hala ere, daukagun arazo nabarmenena sindrome metabolikoa da. Alegia, gaixoak obesitatea, diabetea, hiperkolestrolemia edota hipertrigliceridemia garatzen ditu. Hauei aurre egiteko badira psiko-heziketa programak. Autoestimua, elika-

Baina onartze horrek etsipena ere badakar. Borrokatu egin nahi duzu anaia ondo ikusteko. Eginahalak egiten dituzu. Urte mordo behar izan genuen onarpen horretara heltzeko. Eta bera, Xabier, ez dut uste oraindik onarpen horretara heldu denik. Amabirjina benetan ikusi zuela, bere baitarako benetan aurrez aurre izan zuela sinetsi genuenean hasi ginen zer gertatzen ari zitzaion konprenitzen”.

dura eta ariketa fisikoa lantzen dira hauen bidez.

Baina zer da sendatzea? Kasu askotan, gaixotasuna ez espresatzea lortzen da botikak hartuz.

Eskizofrenia eta droga, bereziki haxixa, sarritan lotu den bikotea. Zein da zeinen ondorio?

Zaila da esatea, baina gero eta jende gehiagok garatzen du eskizofrenia haxix eta beste zenbait droga kontsumitu ondoren.

Estatistikek diotenez, %1 eskizofrenikoa da. Ez al da larritzeko modukoa? Zuen ospitalean zer dimentsio du gaitz honek, ingresatzen diren tatarik zenbati diagnostikatzen zaio?

Hala da, eta kultura guztietan. Geure ospitalean ingresatzen diren pazienteen herenari gutxi gorabehera horixe diagnostikatzen zaio.

Osasun publikoaren aurrekontuek ere guraizea dute mehatxu nagusi. Nola afektatzen dizue zuei, psikiatroi? Eta eskizofreniari edo halako gaitz kronikoei dagokionez, zer ondorio izango ditu?

Programa berri bat da bidean, eta guraizea sartu beharrean, badirudi baliabideak izango ditugula. Beraz, egoera hobetzea espero dugu. Behintzat, uste horrekin ari gara lanean.

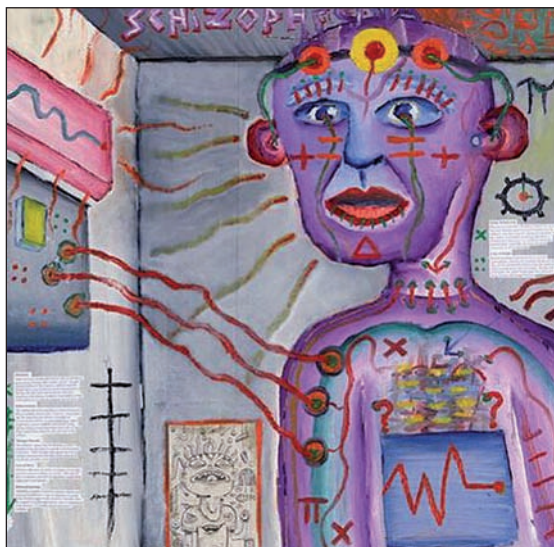
Erorialdiak

Gaixotasunak duen alderdirik latzenetako bat legea da Idoiaren ustez, sistema bera. “Krisiak ikusi egiten dituzu etortzen. Badatozela badakizu, eta ezin duzu ezer egin. Zure irudipena besterik ez bada, frogarik ez baduzu, ezin duzu gaixoa ingresatu dezaten eskatu. Inork ez dizu kasurik egiten, ez bada epailearen aginduz, baina epaileak ez du ezer egingo salaketarik ez badago. Ezin duzu zerbitzu sozialetara jo, arriskutsua ez den artean. Arazoa zeurea da dena”. Xabierren familiak gizarte-laguntzailearen bidez nahi izaten zuen salaketa bideratu, “ez guk jarrita”, nabarmendu du Idoiak, “Xabierrek ikus baitezake salaketa, eta hori besterik ez zuen behar, guk salatu genuela jakitea”.

“Hura ingresatu nahia ez zen haren beldur ginelako –jarraitu du–, baizik eta babestu nahi genuelako, eta baita jendea ere. Xabier oso kalekumea baita, beti kalean, beti jende artean. Kalean bizi da eta kalea bizi du”.

Azken krisialdian aizkora eskuetan zuela irten zuen herriko plazara. Jende askok ikusi zuen horrela –3.500 biztanle inguru dituen herri batean bizi da–. “Itsusia da horrela esatea, baina hura salbazioa izan zen”, diosku Idoiak. “Egoera bere onera etor zedin erantzainak etorri ziren, eta horren ondorioz epaileak Xabier ingresatzeko agindua eman zuen. Gero okupazio-terapian hasi zen, eta berriro medikatzen. Terapian dagoen bitartean amak ordu batzuetako bakea du. Bestalde, Xabier askoz zainduago dago, familiakoek ez ezik okupazio terapiako kide eta laguntzaileek kontrolatzen dute, eta hori ona da”.

“Pentsa liteke, bestalde, Xabier biolentoa dela, beldurra eman dezakeela”, argitu digu



Craig Finn-ek bere buruari egindako erretratuak. Tratamendua hartzen ari deneko unea azaltzen du. Wikipediatik hartua.

arrebak. “Eta ez da inondik ere. Gogo handiago izan dut nik hari min ematekoa, hark niri ematekoa baino”.

Medikazioa

Nahasmena hasi zenetik hona, hamar urte on egin zituen Xabierrek. Eman zioten botikak on egiten zion, odol analisiak egiten zizkion, eta horien bidez hartzen zituen drogen kontrola ere eramaten zioten. Udalak garbitzaile lanetan jarri zuen. Kasik nostalgiaz gogoratzen du bolada hura Idoiak. “Halako batean kendu egin zioten botika hura, eta akabo. Gibela

kaltetzen omen zuen”.

Orain hartzen duen botikak sekulako ezinegona sortzen dio, eta jateko gogo ikaragarria, ezin inola ase. “Medikamentu batzuek sekulako dardara jartzen dute, oinak ezin geldirik eduki. Nabarmena da gainera. Eskizofrenia duen ezagunen bat seko puztuta ikusten duzunean badakizu, botikak hartzen hasi dela, berehala jabetzen zara hori ez dela gizentze normala”.

Medikamenturik gabe, ordea, arrunt okerrago. “Oso gogorra da haientzat horrela bizitzea, ondorio txar horiek denak pairatzea, baina botika horiek gabe berehala hasten dira paranoiak eta gainerako sintomak”. Ez dago, oraingo, besterik.

Idoiak, zaintzaileek eta buru gaitzetan adituek esango luketen bezala, Xabierri asko lagunduko lioke lanak. Ez du, ordea. Amak ditu harekiko ardura guztiak. Haren zaintzarik gabe ezingo luke aurrera egin.

Izatez, ez du ezta laguntza ekonomikorik ere, dependentzia legeak ez baititu horrelako kasuak bere baitan hartzen. ■



lagunekin euskaraz

interneten ere bai!

gure artean euskaraz

mobiletik euskaraz

Noranahi zoazela. Nonahi zaudela. Zure jendearekin. Zure iritzia adierazi nahi duzunean, zeure erara. Euskara zure bizimoduaren osagaia da. Berezkoa duzu. Zu eta zure lagunen artean, zure giroan, **gozatu euskaraz**.

BFA DFB
Bizkaiko Foru Aldundia
Diputación Foral de Bizkaia