

# Irati Unamunzaga eta Jon Arriaga

DOLU PERINATALA



## MINA EZ DA TAPATU BEHAR; BIZI EGIN BEHAR DA, AURRERA EGITEKO



laz, irailaren 9an, jaio eta egun gutxira zendu zen Irati Unamunzagaren eta Jon Arriagaren umea, Nare. Haurdunalditik beretik, bidearen gazi-gozaok konpartitu dituzte ingurukoekin, naturaltasunez, eta dolu perinatalaren prozesuarekin beste pauso bat egitea erabaki dute: elkarrizketa batean publikoki kontatzea. Gai tabu hori mahai gainean jartzeko, eta inori antzeko zerbait gertatzen zaionean, jakin dezan ez dela bakarra.

 DANELE SARRIUGARTE MOCHALES  DANI BLANCO / ARGIA CC BY-SA

**Duela hilabete batzuk nirekin harremanetan jarri zineten, bizi izan duzuen kontaktatu nahi zenutela eta. Nolatan hartu zenuten erabaki hori?**

**Jon Arriaga:** Gu heldu ginen puntu honetara nahiko ezustean, eta dena pasatu zen oso azkar. Gero geratzen zara ez dakizula haizeak nondik ematen dizun ere. Hilabete eta piko pasatuta pentsatu genuen agian ondo egongo zela kontatzea, jendea antzeko egoeran badago, behintzat ikusteko ez direla bakarrak.

**Irati Unamunzaga:** Ikusteko errealitatea dela eta ez dela bizitzatik at dagoen gauza bat; bizitzaren parte da heriotza ere. Egia da lehendik ere inguruan konta-

tu izan genuela tratamendu batean genbiltzala; ondoren haurdunaldi ektopikoa eduki nuenean hasi ginen kontzientzia gehiago ipintzen holako gauzetan, berbalizatu egin behar genituela, naturaltasunez. Eta hor ikusi genuen jende gehiagori pasatzen zaiola, nahiz eta ez kontatu.

**J.A.:** Haurdunaldiaren kontakizuna, jaio aurretik ere, da oso...

**I.U.:** Arrosa. Badirudi dena dela ideala, eta ez. Izan daiteke bizipen polit bat, baina bidean ere gauzak gertatzen dira.

**Haurdunaldiaren azken fasean ingresatuta egon zinen Gurutzetako ospitalean preeklanpsiarekin. Nola gogoratzen duzu?**

**I.U.:** Urgentzietara sartu ginen momentuan antsietate handiarekin nengoen, ze ikusten nuen tentsioa oso altu nekala. Baina pentsatzen nuen pastilla bat emango zidatela jaisteko, eta etxera joango nintzela. Eta heldu eta 24 ordu-ra esan zidaten han geratu behar nuela alaba jaio arte... sei hileko nengoen gutxi gorabehera.

**J.A.:** Hasieran ez genuen asimilatzen ezer. Heldu eta pare bat egunetara logela batera pasatu gintuzten, eta hor pixkanaka hasi ginen erreakzionatzen.

**Zenbat denbora egon zineten denera?**

**I.U.:** 24 egun.



# Irati Unamunzaga Aranda



DURANGO, 1990

Hezkuntzari lotutako ikasketak egin zituen eta irakaslea da lanbidez. Umezale amorratua, betidanik izan du argi amatasunaren esperientzia bizi nahi zuela eta nahi hori lortzeko borrokan ibili da azken urteetan. Momentu honetan, galeraren zauriarekin bizitzen ikasten eta doluan dagoen ama.

# Jon Arriaga Olabarria



MARKINA-XEMEIN, 1986

Komunikazioaren eta ikus-entzunezkoen mundukoa ikasketaz, kamera atzealdeko lanetatik ikerketara egin zuen jauzi eta, azken urteetan, kultur kudeaketan ari da. Horrez gain, euskaran eta ZZE Zuk zeuk egin filosofian oinarritzen diren zenbait kultur proiekturen eragilea ere bada. Gaurgaurkoz, bizitzako lehentasunak birkokatzen eta doluan dagoen aita.

## Gaitz arriskutsua zen bai haurdunarentzat bai haurarentzat.

**J.A.:** Esan ziguten une jakin batean argi gorri bat piztuko zela Iratirengan edo Narerengan, eta hor erabakiko zuten ateratzea. Eurek esaten ziguten egun bat gehiago ere asko zela holako ume txikientzat, eta orduan pixkanaka errutina bat sortu genuen.

**I.U.:** Altxatu, armosatu, paseatu, familia eta lagunak bisitatu...

**J.A.:** Hor egon ginenean, ea noiz piztuko zen argi gorri hori.

## Irailaren 4an izan zen, astelehenez.

**J.A.:** Apurtxo bat ezustean hartu gintuen. 12:00ak aldean esan ziguten Iratiri asko jaitsi zitzaizkiola defentsak eta ezin zela gehiago itxaron.

**I.U.:** Ordu laurdenean gure etxea izandako gela jaso eta erditze-gelara joan ginenean. Ipini zidaten medikazio bat, buruan afekzioarik ez edukitzeko ez nik ez Narek, eta ordu batzuk egon behar nintzen medikazio horregaz. Ondoren kirofanora eramanez ninduten, eta zesarrea egin ostean, bost eta erdietan jaio zen Nare.

## Hurrengo egunak nolakoak izan ziren?

**I.U.:** Bizkortze-unitatera eroan nindutenean lasai nengoan. Nare jaio zenean negar egin zuen, bere kabuz arnasa hartu zuen; esan zidaten dena ondo zegoela, ni ere ondo, eta azken asteetan bizitako ekaitzaren osteko "barealdian" nengoan.

**J.A.:** Eta ni maratoiarekin hasi nintzen: Irati bizkortzean, Nare *neonatos*-en eremuan eta ni ostatu batean. Leku batetik bestera pasa nituen egun horiek. Gero eguaztenean plantara jaitsi zintuzten logela batera, zurekin joan nintzen berriro, eta orduan joan zinen lehenengo bider Nare ikusten.

**I.U.:** Ordura arte ez zidaten laga ohetik altxatzen ere.

## Ostiralean gauzak okertzen hasi ziren.

**J.A.:** TAC bat egin zioten Nareri eta ikusi zuten isuri bat buruan, eta antibiotikoari ere ez zebilen ondo erantzuten...

**I.U.:** Uste zuten infekzio bat zeukala, meningitisa izan zitekeela... Nik hor pentsatu nuen: "Listo, igual ez da irten-go", baina benetan ez nuen sinesten. Baina hor egunean Joni esan nion: "Panorama okertzen dabil nahikotxo".

**J.A.:** Pentsatzen genuen ondorioak oso

larriak izango zirela eta oso bizi-kalitate txarra edukiko zuela umeak.

**I.U.:** Eta guk nahi genuen bakarra zen, hasieratik esan genuen, umeak bizi-kalitate ona edukitzea, eta autonomia. Hori argi eta garbi geneukan.

**J.A.:** Zapatuan egin zizkioten beste TAC batzuk eta esan ziguten, emaitza guztiak eduki ez arren, aurreratu ahal zigitela Narek ez zuela edukiko bizi-kalitate onik, seguru. Eta hor erabaki genuen: ez dugu nahi luzatu.

## Argazkilari bati deitu zenioten.

**I.U.:** Beldurra eduki genituen haurdunaldiarekin lotuta, asko kostatakoa izan zelako eta gainera gure inguruan bertan behera laga behar izan direlako haurdunaldi batzuk bosgarren hilean, orduan ez geneukan ia argazkirik, oroitzapenik, eta esan genuen hau da momentua, zeozer eduki behar dugu berea.

**J.A.:** Pentsatzen genuen, a zer panorama, orain deitu bati etortzeko hona, ea animatzen den argazki batzuk ateratzen Nare hiltzear den momentuan... Azkenean lagun baten bidez topatu genuen Leihor Elorriaga.

**I.U.:** Leihor etorri zen momentuan, eman zigun besarkadagaz bakarrik zer transmititu zigun... Bera zen egon behar zena. Naturaltasunez tratatu zuen heriotzaren gaia eta sentiarazi zigun gune seguru batean geundela, bera egonda ere bai.

**J.A.:** Ez dakit nahita ere topatuko genuen horrelako norbait. Ospitalekoek ere gune goxo bat jarri ziguten, zaindu gintuzten une horretan.

**I.U.:** Bizitzako unerik gogorrena izanda ere, ni lasai geratu nintzen momentuan.

**J.A.:** Hutsik.

**I.U.:** Jaitsi ginenean, sentsazioa izan zen: listo, egin dugu egin ahal izan dugun dena. Egon gara hor.

**J.A.:** Gu egon gara han, bizi izan dugu hori, eta kontaktzen dugu naturaltasunez, ze guk natural bizi izan dugu, baina nik ulertzen dut kanpotik entzuten duela beste batek eta pentsa dezakeela, "hauek zelako zartada daukaten".

**I.U.:** Zelan kontaktu daiteke holako gauza gogor bat?

**J.A.:** Momentu oso basatia da, baina aldi berean oso oroitzapen onak dauzkagu.

**I.U.:** Ze aldi berean da alaba lehenengo gainean hartu nuen momentua. Zuk [Jonek] bizirik hartu zenuen eta zure gainean hil zen, baina nire kasuan



adibidez, eta lagunegaz noiz edo noiz komentatzen, nire alaba hilda bakarrik eduki dut gainean, eta bai oso gogorra da, baina niretzat hori momentua izan zen... gozoa. Oroitzapen ona daukat. Gogorra da, baina nik ez dut eduki aukerarik beste era batean heltzeko alabari.

**J.A.:** Handik jaitsi ginenean, lasai jaitsi ginen, hutsik moduan, eta lo egin genuen.

**I.U.:** Pastilla ondoan, baino lo. Gero asteak egon naiz pastillagaz ondoan, baina lo. Niri horrek ematen zidan segurtasuna. Horrek eta nire etxeokoe egunero emandako babesak.

### Irailaren 23an agurra egin zenioten Nareri Ogellako hondartzan.

**J.A.:** Jende pila bat etorri zen, eta aitortza hori eduki dugu: jendeak badaki guk ume bat eduki dugula, guraso izan garela eta Nare deitzen dela. Baina aldi berean ez dute ezagutu eta ezagutu ez duzun pertsona bat faltan botatzea ez da hain erraza, zure egunerokotasunean ez delako egon pertsona hori. Momentuan bai jaso genuen inguruko babes, baina dolu perinatalaren kontua handi geratzen zitzaigun denoi, guri ere bai.

**I.U.:** Zelan lagundu hor momentuetan, zelan egon, zelan eman presentzia... Ez dakigu, ez gaituzte hezi horretarako, edo nik behintzat ez dut eduki heziketa bat heriotzaren inguruan, edozein doluren inguruan, eta are gutxiago halakoetan. Orduan, zelan jokatu horren aurrean? Uste dut hor bai falta zaizkigula estrategiak. Hala eta guztiz, asko daukagu eskeretzeko ondoan egon direnei.

**J.A.:** Azkenean, heriotza ez da batzuei noizbait agian gertatuko zaien zerbaite. Jaiotzen gara eta denoi gertatuko zaigu.

**I.U.:** Eta bizitzarekin lotuta doa, esan nahi dut, ez dela bizitza alde batetik, eta heriotza beste gauza bat hortik galduta dagoena, horrela da.

### Halakoetan, ingurukoak zer egin ez dakigula geratzen gara batzuetan: zuei zer egin zaizue lagungarria?

**I.U.:** Eskertu izan dut jendeak esatea: "Zer behar duzu?". Edo, "Irati, hau egitera noa, bazatoz?". Tiratzea norbaitek nigandik nik ezin nuenean.

**J.A.:** Badakizu laguntza eskatzen baduzu jendeak lagunduko dizula, baina batzuetan ez daukazu indarririk edo gogorik ere eskatzeko. Orduan batzuetan behar duzu beste aldetik akuilu-lan hori: ez derrihortzea, baina proposatzea. Horregatik tribuarena oso inportantea da; azkenean pozak konpartitzen ditugu, eta gauza txar-



rrak ere konpartituta hobeto eramaten dira. Ez dakigu zertaz berba egin halako egoeretan, bueno ba igual egongo gara horrela, eta listo.

### Osasun psikologikoa nola zaindu duzue?

**I.U.:** Panorama okertu zenean argi eta garbi geneukan terapiara joango ginela. Badaezpada, ez geratzeko hor korapiloric. Etxera itzuli eta pare bat astera, asentatuago geundenean, bila hasi ginen. Hizkuntzari garrantzia eman genion, euskaraz izateari, batez ere bion hizkuntza delako, eta gero nahi genuen dolu perinatala lehen pertsonan bizitako norbait izatea.

**J.A.:** Batzuetan grazia egiten dit ze esaten dute: zer nahi duzu mediku ona ala euskalduna? Ba nahi dut terapeuta ona eta euskalduna, biak, ze behar dut euskaraz izatea trasbase hori ondo egoteko, edo *feeling* hori edo gertutasun hori topatzeko.

Horren harira, guk ospitalean arreta ona eduki genuen eta super ondo zain-

duta egon ginen, baina egia da ez genuela eduki laguntza psikologikorik momentu batean ere ez. Kanpoan, terapiara joaten gara gure kabuz, guk ordainduta, eta ordaintzen dugu eta ondo, baina denek ez daukate aukera hori, eta premia berdinderdin edukiko dute.

**I.U.:** Dena pasatu ostean joan ginenean biltzen Nareren pediateragaz, txostena-eta jasotzeko, eurek esaten ziguten ea zeozer esateko geneukan, hobetzeko-edo, eta esan genuen gauzetako bat izan zen hori: guk psikologorik ez genuela eduki momentu batean ere ez prozesu guztian, eta uste dut baten bat pasa beharko zela, bai hasieran, notizia eman zigutenean, baita gero ere Nareren heriotzagaz lotuta baten bat etorri behar zela gu ikusten. Hor ikusten da Osakidetzan dagoen hutsunea osasun mentalagaz. Medikuen partetik jaso genuen enpatia, adibidez etxera joateko baimena eman zidaten nahiz eta berez pare bat egun han geratzea komeni, eta hori ondo, baina falta zen beste profesional konkretu bat egoera bideratzeko.

**J.A.:** Esaten da Osakidetza ondo doala, baina denok dakigu medio pila bat falta direla. Eta, adibidez, guk bizi izan dugun kasu konkretu honetan, hain ume txikiak daudenean *neonatos*-en, kanguru-metodoa erabiltzen dute, eta horrek esan nahi du gurasoak egon behar direla ahalik eta denbora gehien bertan, haurrarekin; sarbidea libre daukazu 24 ordu zazpi egunetan. Ederto, baina ez badaukazu leku bat egoteko, eta egoteko ez diot tuperra lagatzeko aukera hozkailu batean, diot egon behar duzula ostatu batean, pagatu 4.000 euro... Orduan, metodo hori oso interesgarria bada, ez nik esanda, ospitaleak esanda oso interesgarria dela, ba igual eman behar zaio buelta bat horren kudeaketari. Adar guztietan egongo dira halako gabeziak, baina guk zehazki horiek eduki ditugu.

**Beste zerbait esan nahi zenukete?**

**J.A.:** Ez dakit oso ondo nola azaldu ideia hau, baina batzuetan nik esaten dudana da, pasatu denak baino, niri ematen didala min gehiago pasatu ez denak.

**I.U.:** Pentsatuta geneukan gure etorkizuna zelakoa izango zen, zer egitea gusta-



tuko litzaigukeen....

**J.A.:** Indarrak norabide batean ipini dituzu eta bat-batean geratzen zara noraezean. Eta oso traumatikoa da, bai: Nare jaio egin da, ez dugu disfrutatu, hil egin da... Baina berez ikusten baduzu esaten duzue, ba begira pertsona bat bizirik dago, zeozer pasatu zaio, eta asko sufritu gabe hil da; ba hori berez ez da txarra, kontua da Nare bost egunegaz hil dela eta ez dugula eduki aukera disfrutatzeke, edo haserretzeke edo... Askotan, pasatu denak baino pasatuko ez den horrek ematen dit min.

**I.U.:** Edo pasatu denak eta pasatuko ez denak.

**J.A.:** Gabon Zaharretan esan nion Iratiri momentu batean, amaitu da 2023a, eta sutara botako dugu. Eta esan zidan Iratik, "baina ni haurdun geratu naiz 2023an", bueno ba orduan iraila botako dugu sutara, baina iraila ere ez, ze Nare jaio zen irailean, orduan sutara irailaren 9a, baina hori ere ez, ze lehen aldiz hartu genuen gure umea eskuetan, eta azken aldiz. Hor ere ez da zuria edo beltza.

**I.U.:** Esaten genuen, "2023 ze urte eskasa", ze Nare hil eta hilabetera aitita ere hil zen, zelako urte beltza, baina nik ez dau-

kat halako pertzepziorik, niretzat izan da amaiera bat oso-oso latza eta oso gogorra, baina egon dira gauza positiboak ere bai. Dena dela, mina bizi egin behar da, eta ez da tapatu behar, bizi egin behar den gauza bat da aurrera egiteko.

**J.A.:** Azkenean bakoitza saiatuko da egiten ahal duen onena, ahal duen moduan, ez da nahita egongo bere burua zigortzen. Orduan, tamalez holako zeozer gertatzen bazaizu, ba saiatu sozializatzen, konpartitzen pixka bat tribuarekin zama hori.

**I.U.:** Guri behintzat berba egiteak on egiten digu.

**J.A.:** Hori izan da gure istorioa. ●

Apirilekoa, kalean!

EUSKARA

IKASLEA

ZARA?

IRAKASLEA?

- EUSKARAZ IRAKURTZEKO OHITURARIK EZ DUTENENTZAT
- BALIAGARRIA EUSKARA IRAKASLEENTZAT
- 10 ZENBAKI URTEAN

Egin harpidetza [aizu.eus](http://aizu.eus) atarian. Harpidetza digitala, paperezkoa edo digitala+paperezkoa.