

[Hasiera](http://kanalak.berria.eus/mendia) (<http://kanalak.berria.eus/mendia>)[Blogariak](http://kanalak.berria.eus/mendia/blogariak/) (<http://kanalak.berria.eus/mendia/blogariak/>)[Ibilbideak](http://kanalak.berria.eus/mendia/ibilbideak/) (<http://kanalak.berria.eus/mendia/ibilbideak/>)[Elkarrizketak](http://kanalak.berria.eus/mendia/elkarrizketak/) (<http://kanalak.berria.eus/mendia/elkarrizketak/>)[Hemeroteka](http://kanalak.berria.eus/mendia/hemeroteka/) (<http://kanalak.berria.eus/mendia/hemeroteka/>)[Argitalpenak](http://kanalak.berria.eus/mendia/argitalpenak/) (<http://kanalak.berria.eus/mendia/argitalpenak/>)[Aterpetxeak](http://kanalak.berria.eus/mendia/aterpetxeak/) (<http://kanalak.berria.eus/mendia/aterpetxeak/>)**Hemeroteka** ➤

PILAR MARKO. AUBIXA FUNDAZIOKO PRESIDENTEORDEA

«Dementzietan, zera egin behar da: zaindu, maitatu, premiak bete»

Lehen lerroan egin zituen 36 urte, Zaintza Intentsiboetako Saileko buru Donostia ospitalean. Gizartea zahartzeak eragin dituen arrakalak handitzen ikusi ditu: amildegi ere bihurtzen. Aubixan dihardu egun.

2017-01-14 / [Arantxa Iraola](http://www.berria.eus/egilea/arantxa_iraola) (http://www.berria.eus/egilea/arantxa_iraola)

Egunotan aurkeztu dute plazan Aubixa fundazioa; gizartearen zahartzeak dakartzan arazoak leuntzen ahalegindu nahi du, eta bereziki erreparatu nahi die dementziak dituztenen behar bereziei —alzheimerdunen eta haien senideen Afagi elkartean du, hain justu, erakunde berriak ernamuina—. Fundazioan hainbat jardunbideetako pertsonak batu dira, eta presidenteordetza Pilar Marko sendagileak (Caparroso, Nafarroa, 1946) hartu du bere gain. Donostia ospitalean Zaintza Intentsiboetako Saileko arduradun egin zituen ia lau hamarkadetan ikusi eta ikasitakoek ondutako emaria dira haren hitzak.

Gizartea zahartzearen ondorioz, «larrialdi egoera bikoitz bat» ikusten duzu. Zertan datza?

Zera pentsatu behar dugu: oro har, Gipuzkoako populazioa —eta Gipuzkoakoaz ariko naiz ni, nahiz eta beste herrialdeetan ere egoera antzekoa den: Espainian, Europan...— zahartuta dago: oso jende gazte gutxi dago. Gainera, gazteak, oro har, ez dira askorik arduratzen zahartzeaz. Denok ederrak izan nahi dugu, gizartean arrakasta eduki, baina argi izan behar da, alde batetik, ona dela zahartzea: bizi izan zarela esan nahi du. Baina gaur egun adineko pertsona asko daude bakarrik; usu, gizarte laguntzak badira, baina akaso egunean bi ordukoak. Eta eguneko gainerako ordu guztietan? Askok kezkatzen gara etxerik ez duten gazteez, baina bada adineko jendea aski egoera zailetan bizi dena: esaterako, badira igogailurik ez dutelako etxetik irten ezinik dauden pertsonak, desnutrizio kasuak ere agertzen dira zenbaitetan... Muturreko kasuak dira, bai. Familiek normalean erantzun egiten dute, baina gero eta gutxiago. Gure gazteak kanpora badoaz, baliteke bakar-bakarrik geratzea hemen. Eta *larrialdi bikoitza* esaten diot zahartzearen arazoa hor dagoelako

eta, horren ondorioz, alzheimerren gisako gaixotasun suntsiztaileak ere usuago agertzen direlako. Halakoetan, bakarrik zaude, eta, gainera, ez zara jabetu ere egiten zer gertatzen ari zaizun.

Urte asko egin dituzu medikuntzaren lehen lerroan. Muturreko kasu ugari ikusi dituzu?

Bai. Familiarik gabeko pertsonak ikusi izan ditugu, eta zenbaitetan egoera oso larrietan datoz. Medikuen ikuskera ere aldatu egin da, gainera: lehen pentsaezina zen intentsiboetako unitatera 70 urteko pertsona bat eramatea. Gaur egun, aldiz, badira 90 urte inguruko pazienteak, eta ongi bideratzen dira. Esaterako, bihotzeko arazo bat badute, horixe konpondu, eta ongi bizitzeko moduan geratzen dira. Horregatik, garrantzitsua da zahartzarora ahalik eta ondoen iristea. Horretarako, ordea, gaztetatik hasi behar da: ohitura osasuntsuak lantzen.

Mediku gazteak trebatzeko ardurak izan zenuen ospitaleko jardunean. Prest datoz zahartzearen arazoei aurre egiteko?

Auzietako bat hori da. Espezialitateak, oro har, ongi diseinatuta daude, baina zenbaitetan badira itaunak. Esaterako, ongi prestatuta al daude lehen arretako osasun zentroak adinekoren beharretarako? Familia medikuak prest al daude beren ezagutza adinekoren beharretara bideratzeko? Aubixa fundazioaren arduetako bat horixe izango da. Maiatzean, hain zuzen ere, trebakuntza saio bat egingo dugu gaiari buruz, eta EHUko Udako Ikastaroetan ere parte hartu nahi dugu: ikastaro bat egin nahi dugu.

Gizartea zahartzen ari den heinean, garrantzitsua izango da gero eta paziente autonomoagoak izatea ere, ezta?

Oso garrantzitsua. Pazienteak ikasi behar du berak egin behar duela bere egoeraren jabe, kudeatzen jakin behar duela: diabetikoa bada, diabetesaren aurkako neurriak hartuz; tentsio altua badu, hori benetako izurrite isil bat dela ulertuz. Goiz hasi behar da, gainera; ez daukazun hori kudeatzen bakarrik, baizik eta prebentzioa lantzen. Elikadura, ariketa fisikoa, bizi ohiturak...

Eta demenziak agertzen direnean?

Dementzietan, hori gutzia oso zaila da. Demenziak agertzen direnean, pazienteekin zera egin behar da: zaindu, maitatu, eta dituzten premia fisikoak betetzen saiatu.

Eta gaitz horien diagnostikoa aurreratu ahala, lor daiteke gaixo demenziadunak geroan autonomoagoak izatea?

Oso zaila da gaixotasun horiek goiz diagnostikatzea; hainbat ahalegin egiten ari dira, baina oso zaila da. Oso interesgarria litzateke diagnostikoa eta tratamenduaren garapena batera joatea; pertsona bat, esaterako, 50 urterekin alzheimerrekin hasten bada —oso arraroa da—, interesgarria litzateke eritasuna atzeratzeko zerbait eman ahal izatea; beranduago irits dadin. Erronketako bat horixe da, eta guk ez dugu konponduko, baina garrantzi handikoa da gaiaren inguruko kontzientzia. Gaur egun, errefuxiatuen gaiarekin, Lesbosera doa jendea, eta garrantzitsua da hori. Baina ez dugu ahaztu behar usu ondo-ondoan ditugula beharren diren pertsonak. Larria da hori.

Aubixa fundazioa aurkeztearekin batera, jakinarazi duzue udazkenean kongresu bat egingo duzuela demenziadunen eskubideei buruz. Zalantza etiko ugari sortzen dira eritasun horiek dituztenak tratatzean?

Alzheimerdunekin, bai. Esaterako, elikadura artifiziala eman behar badiozu, galderak sortzen dira. Noiz arte? Zertarako? Zaintza aringarrietara egiten da zenbaitetan. Baina antzeko arazo etikoak sortzen dira beste hainbat gaixotasunekin ere.

Aurretiazko borondateen agiriak eta antzekoak orokortzeak, gai horiei buruzko gogoeta oparotu eta ozentzeak, lagun dezakete auzi etiko horiek argitzen?

Lagun dezakete erabakiak errazago hartzen. Pazienteak bere bizitzaren amaierari buruz zerbait idatzita laga badu, familiarentzat errazagoa da erabakiak hartzea. Eta demenzien kasuan ere lagungarria izan daiteke; zuk egin beharrekoak zeure buruaren jabe zinen garaian egin bazenituen, lagungarria izan daiteke. Sarri kontua ez da pazienteari aparteko neurriren bat kentzea, baizik eta, besterik gabe, ez ipintzea. Familiak jakitea pertsona hark esan zuela etxean egon nahi zuela halako egoera batera iristen bazen: listo. Arazoa da usu gizarteak ez duela erraztasunik horrelako pertsona bat etxean izateko; bizitza aldatu egin da, etxeak ere bai. Egoera berri bat dakar horrek.

Bizitza gaur egun gehitxo luzatzen den sentipena izaten duzue sendagileek hainbat paziente mota tratatzen dituzenean?

Bai, nik uste dut baietz. Pentsatu behar dugu, osasuntsu egonda, 65 urterekin erretiroa hartzen baduzu —ni, esaterako, 69 urte bete arte aritu nintzen lanean—, hogeitatu urte izan ditzakezula oraindik aurrez aurre. Eta urte horiek ongi egiten badituzu, zoragarri. Baina mila gauza egin behar badizkizute bizirik jarraitzeko? Hortxe sortzen da zalantza: zer da bizitza? Jakina, ez da erraza. Demenziadunek, esaterako, sufritu egiten dute zenbaitetan, antzeman egiten zaie, baina ez dakizu ziur: zalantza bat da hori.



<http://www.euskalmet.euskadi.net/s07-5853x/eu/meteorologia/home.apl?e=8>



<http://lameteoqueviene.blogspot.com.es/>

