



ERREUMAK K.O.

ERREUMAK K.O.

Pili Kaltzada*

"Bi pauso jarraian emateko gauza ere ez naizela uzten nau erreumak!"

Zenbat aldiz entzun duzu horrelakorik, irakurle? Are gehiago, zenbat bider geratu behar izan duzu ohean etzanda, lumbagoak edo jota? Izendapen generikoa erabiliz, horiek guztiak erreumatismoaren agerpen desberdinak direla esango dizu medikuak. Kalean, berriz, ditxosozko erreumari egozten zaio guztiaren errua.

Euria dela, eguraldi-aldaketak, neguko giro petrala... edozein arrazoi nahikoa izaten da erreumaz hitz egiteko. "Erreumak jota nago" esateak, ordea, ez dauka ez hanka ez bururik; erreuma, izatez, ez baita deus eta, aldi berean, gauza asko izan daiteke. Horixe da Erreumatologia Sailetan lehen-lehenik argitzen ahalgintzen direna. Lagunartean hitz egiten denean, izan ere, erreuma gaixotasun bakartzat hartzen da; erreumatologo bati galdetuta, ordea, izendapen generiko horrek 200 gaixotasun baino gehiago biltzen dituela esango dizu.

Zer da erreumatismoa?

Donostiako Arantzazuko Amaren Ospitaleko Erreumatologia Sailean aurkitu ditugu gure bi solaskideak, Isaac Plazaola eta Olga Maiz medikuak. Beren kontsultatik, beren eskuetatik, makina bat gaixotasun eta gaixo pasatzen da egunero. "Jendeak erreumak jota dagoela esaten dizunean, oro har lokomozio-aparatuan arazoren bat, sintomaren bat, nabaritu duela adierazi nahi dizu; alabaina, jendeak aje bakartzat hartzen dituen arazo horiek era askotakoak izan daitezke." Espainiako Erreumatologia Elkarteak plazaratu berri dituen datuen harira egin dugu



berba bi mediku gazte hauekin. Datu horien arabera, 16 urtetik gorakoen artean, populazioaren % 33 inguruk aitortzen du gaixotasun erreumatikoren bat duela; % 80k lumbagoak jota egotea zer den ongi daki; % lek artritis erreumatoidea du eta, azkenik, 60 urtetik gorako emakumeen artean, % 20k izan du inoiz osteoporosiak eragindako hausturarik. Medikuntza orokorrean gehien ikusten den gaixotasun-multzoa da eta elbarritasunaren lehen eragilea, gainera.

Gure solaskideek diotenez, “*datu horiek gaixotasun erreumatikoak oso garrantzitsuak direla adierazten digute. Arruntak badira ere, ez dira txantxetan hartu behar. Izan ere, erreumatismoa izendapen generioak 200 gaixotasun inguru biltzen ditu bere baitan. Patologia horiek, gainera, era askotakoak izan daitezke: infektziosoak —germenen batek eragindakoak—, autoinmuneak —gure barne-defentsek, ezagutzen ez diren arrazoiak tarteko, gure buruaren kontra ihardutearen ondorioz—, endekapenezkoak eta baita psikologikoak ere kasu batzuetan.*”

Oro har, erreumatismoa lokomozio-aparatuari (hezur eta giltzadurei) batik bat, eta muskuluei, tendoiei eta bestelako elementu hurbilei erasaten dien gaixotasun-multzoa zabal baten izendapen generikoa da; Plazaolak eta Maizek argitu digutenez, gaur egun 200 gaixotasun inguru biltzen ditu multzo ho-



Erradiografiak gaixotasun batzuen diagnostikorako oso erabilgarriak dira. Nolanahi ere, badira erradiografieta “ikusten” ez diren gaixotasun erreumatikoak.

rrek. Min akutua, hantura eta arazo funtzionalak sortzen dituzte; beste gaixotasunen baten agerpeak izan daitezke, edo beste aparaturen batek gaizki funtzionatzen duen seinale. Sendaezinak al dira? “*Sarritan egiten digute galdera hori —esan digute gure solaskideek—. Jendeak entzun egin du hortik zehar zera dioen leloa: ‘erreumak ez zaitu hilko, baina bizitza osorakoa da’.* Lehen esan bezala, erreuma ez da gaixotasun bat, gaixotasun-multzoa handi bat baizik eta, beraz, ezin daitezke patologia guztien garapena eta diagnostikoa zaku berean jarri. Galdera horri erantzuterakotan, beraz, ezin diogu batere lagundu kezkatu hurbildu zaigunari: batzuetan sendatzen dira eta beste batzuetan ez”. Nolanahi ere, gaixotasun guztiak, sendagarriak ala sendaezinak izanik, guztiak tratatu behar direla argitu nahi izan dute Plazaolak eta Maizek: “*Orain*

arte dakigunaren arabera, behintzat, diabetea gaixotasun sendaezina da; hala ere, gaixoari ez zaio burutik pasa ere egiten tratamenduari uko egitea, intsulina ez injektatzea, bizitza osoan horixe egin beharko duela jakinik ere.”

Nora jo?

Definizio-ezak eta gaixotasunak hain ugariak izateak buruhauste bat baino gehiago sortzen dute. Isaac eta Olgak esan digutenez “*jendeak ez du ongi jakiten nora joan behar duen eta medikuok, batzuetan, ez diegu batere laguntzen. Batetik, medikuntza orokorreko profesionalak daude; gaixoak, lehen-lehenik, bertara joan behar du, herriko medikuarengana eta berak aztertuko ditu sintoma horiek. Batzuetan hortxe amaitzen da arazoa, zenbait gaixotasunen tratamendua oso erraza eta azkarra baita. Beste batzuetan, ordea, diagnostiko eta tratamendu zehatzagoa behar izango ditu gaixoak eta medikuak erreumatologoarengana bidaliko du. Erreumatologoaren esku jarriko da eta honexek egingo du bere gaixotasunaren segimendua. Erreumatologoak egoki ikusten duen kasuetan, tratamendu ortopedikoa edo kirurgikoa gomendatuko du; horrelakoetan, traumatologoarengana bideratzen dira kontsulta horiek.*”

* ZETIAZ - Elhuyar



Azken datuen arabera gaixotasun erreumatismoak gero eta usuagoak dira. Lumbagoa ei da arruntena (Espainiako Erreumatologia Elkarteak dioenez, populazioaren % 80k lumbagoak jota egotea zer den ongi daki.



ARTROSIA

Artrosia giltzadura bati edo gehiagori erasaten dion endekapen-gaixotasuna da. Giltzaduren mugimendua errazten duen kartilagoari eraso egiten dio: malgutasuna eta trinkotasuna galdu egiten du eta horrek bere funtzioak betetzea galarazten dio. Kontrakoa uste bada ere, artrosia ez dago zahartzaroarekin loturik; adineko pertsona guztiek ez dute artrosia izaten eta, aldiz, gazteen artean ere ematen da. Zenbait medikuren iritziz, patologia honek lotura zuzena du gure bizimodu sedentarioarekin, kasu gutxiago behatu baitira bizimodu erosorik ez duten giza taldeetan. Gaur-gaurkoz artrosia gaixotasun kronikoa eta sendaezina dela esan behar da. Ez dago bere jatorriari aurre egiten

dion sendabiderik, ez baita endekapen-prozesua aktibatzen duen faktore nagusia ezagutzen. Nolanahi ere, badira hasieratik tratatu izanaren ondorioz erabat osatzen diren artrosiak. Bi motatako artrosiak aztertzen dituzte erreumatologoek gaur egun. *Artrosi primarioa* 40 eta 50 urte bitarteko emakumeen artean da ezagunena, hau da, menopausia-aurreko aldiaren gertatzen da; hazkozkorretan, belaunetan eta gerrialdean agertzen da kasu gehienetan. *Artrosi sekundarioa* aurrekoa baino arruntagoa da; metabolismoaren edo odol-konposizioaren akatsak aipatu izan dira artrosi sekundarioaren faktore eragiletzat eta aurrekoen gain, giltzaduretako lesio lokalak ere



eragin dezaketela ikusi da. Oro har, min akutua eta disfuntzio motoreak dira gaixotasun honen sintoma nagusiak, erasandako elementuaren araberakoak direlarik pazienteak jasaten dituen molesteiak. "Hiru faseko mina" sortzen duela esan ohi dute erreumatologoek: atsedeen-egoeran mina txikiagoa izaten da eta berriro agertzen da aktibitatean hastearekin; ondoren, giltzaduraren mugimendu jarriak sintomak leuntzea eragin dezake, baina berriro agertzen da epe laburrean.

Presio atmosferikoa, hezetasuna eta temperatura maiz aldatzen diren garaietan mina handiagoa izaten dela esan ohi dute pazienteek. Halaber, oso gaixo gizenek joera handiagoa izaten dute, gorputzaren pisuak berak giltzaduretako kartilagoan eragiten duen presioagatik. Arestian esan bezala, emakumeei eragiten die nagusiki eta oro har herentziarekin zerikusirik ez duela esaten da, nahiz eta artrosi primarioaren kasuan faktore horrek eragin zuzena izan dezakeela uste den.

Lokomozio-aparatuan sortu eta giltzaduretatik hurbil dauden egituratan —tendoietan eta hauen mugimenduak errazten dituzten poltsa serotan nagusiki— eragiten duten gaixotasunak dira.



ALDERDI BIGUNETAKO ERREUMATISMOA

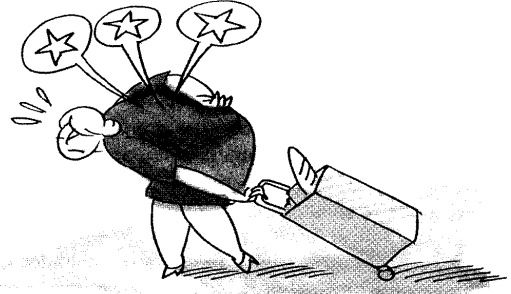
Traumatismoen, kolpeen, edota beste zenbait gaixotasun erreumatikoren eraginez gerta daitezke. Erradiografiatan horrelakorik ez agertzea erabat normala da eta, beraz, tendinitisen diagnostikorako, adibidez, pazienteak emandako informazioa izan ohi da erreumatologoaren iturririk fidagarriena.



OSTEOPOROSIA

Askoren iritziz, mende berriko gaixotasuna izango da. Zahartzaroarekin loturik dago eta, bizi-itxaropena luzatu izanaren ondorioz batik bat, gero eta ohizkoagoa da. Definizioz, osteoporosia hezurduraren desmineralizazio orokorra da; alterazio metabolikoen eraginez, hezurrek dentsitatea eta substantzia galdu egiten dute eta, ondorioz, sendotasuna. Genionez, gero eta usuagoa da gaixotasun hau gure gizartean. Menopausian gertatzen diren aldaketekin ere lotuta dago eta azken datuen arabera, 60 urtetik gorako emakumeen

% 20 erasanik dago. Zenbait adituren iritziz, bestalde, herentziazko gaixotasuntzat ere jo daiteke osteoporosia. Erabateko loturarik ez badago ere, osteoporosiak jotako emakumeen seme-alabek gaixotasunarekiko joera handiagoa dutela behatu da; izan ere, gure hezurretako mineral-edukia, begietako kolorea bezalaxe, gure kode genetikoaren barne dago. Faktore genetikoak garrantzitsua izanik ere, gaixotasunari aurre egiterik badago. Ez da derrigorrez azaltzen, familian



horretarako joera badago ere. Elikadura egokia, D bitamina sintetizatzen laguntzen duen eguzkiaren energia edota ariketa fisikoa bera ere gaixotasunaren aurrean har daitezkeen prebentzio-neurri eraginkorrenak dira.

ARTRITISA

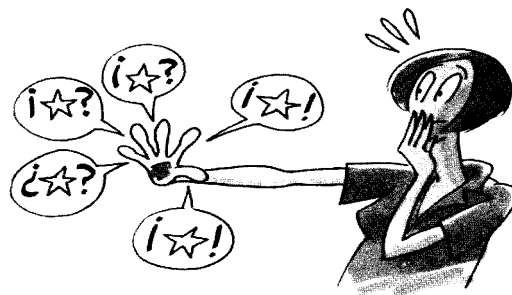
Gorritasuna, mina, beroa eta zenbaitetan giltzaduraren hantura sortzen duen gaixotasun erreumatikoa da. Defentsa-modura, ehunek hanturaren bidez erantzuten dute, odol-zirkulazioa handiagotzen delarik. Hanturaren azken helburua, bada, giltzaduretan sortutako afekzioa emendatzea da. Artritisaren sintomei dagokienez, gorritasuna da lehendabizi nabaritzen dena; kaltetutako giltzaduraren inguruko azala gorritu egiten da eta horrekin, berotasuna eta hantura ere ematen dira. Mina ez da atsedene-egoeran desagertzen eta, ondorioz, giltzadurak egin beharreko mugimenduak oztopatuturik geratzen dira. Ezintasun horren jatorria mina bera edo hantura izan daitezke. Horiek jatorriari, artritisaren agerpenari, dagozkion sintoma orokorrak dira. Hantura-prozesua agertarazten duen faktorea irizpide-

tzat harturik, hainbat artritis-mota bereiz daitezke:

- artritis inflamatorioak: izendapen generikoa da, bere baitan patologia desberdin asko biltzen baititu. Oro har, zenbait

matoidea du. Gaixotasun autoinmunea da: barne-defentsek gure organismoaren kontra jotzen dute eta, oro har, eskueta-

- artritis infekziosoak: bakterioek, birusek edo bizkarroiek eragindako gaixotasunak dira. Infekzio-eragileak giltzaduraren barrutik eragiten dio eta horrek zorne-zorroa edo abzesua sorrarazten du.
- artritis metabolikoak edo mikrokristalinoak: metabolismoaren alterazioek sorrarazten dute gaixotasun hau. Muiltzo honetan ezagunena gota edo hezueria da. Giltzaduretan azido urikozko kristalak pilatu egiten dira eta horrek sortzen ditu artritisaren sintomak. Hezueria diagnostikatzeko kristal horiek behatu egin behar dira giltzaduraren likidoan; ez da nahikoa, beraz, azido urikoa-ren maila ohi baino altuagoa izatea halabarrez hezueria agertuko dela aurrean ahal izateko.



giltzadurari batera erasaten die eta hanturarekin batera, sukarra edo bestelako defentsa-mekanismoak ekartzen ditu. Muiltzo horretan, adibidez, artritis erreumatoidea, espondiloartritis ankilosantea, artritis psoriasikoa, eta abar daude. Espainiako Erreumatologia Elkarteak emandako azken datuen arabera, populazioaren % 1 inguruk artritis erreu-

ko eta oinetako giltzadurei eragiten die simetrikoki. Bere garapenaren faseak nahikoa ezagunak dira gaur egun, baina gaur-gaurkoz ez dago batere datu fidagarriarik artritis erreumatoidearen jatorriaz; ikertzaileen iritziz, multifaktoriala da, hots, faktore genetikoek, immunologikoek edota ingurugirokoek eragin dezaketela uste da.