



Emakumea bazara, egin kasu

Jabier Agirre*

Aldizkako azterketa edo ikuskapen medikoak oso garrantzitsuak dira, edozein arazo garaiz detektatzeko eta, askotan, konpontzeko ere, aukera ematen dutelako. Zorionez, gaur egun medikuntzaren alderdi prebentibo hau nahikoa onartuta dago eta gero eta gehiago dira diagnostiko goiztiarra dela medio, garaiz detektatu eta sendatzeko bidean jartzen diren patologiak (minbiziarekin eta genetikarekin lotuta, batik bat). Baina gauzak errepikatzea jendearen kaskezurrean sartzeko modurik onenetakoa dela sinetsirik nagoenez, barkatuko didazu oraingoan ere lata ematera banatorkizu, sarritan ahaztu egiten baita gorputza txikitatik zaintzen hasi beharra dagoela, bizitza osoan zehar jarraituz. Gaia oso zabala denez, eta aholku xume eta erraz batzuk emateko asmoarekin, oraingoan emakumeen kasura mugatuko naiz.

**8-10 urte.
Hortzetako
ikuskapena**

Emakume guztiek pasatu behar lukete dentistarenetik aldian behin; ikuskapen hauek haurtzaroran hasi (8 edo 10 urte inguruan) eta 21 urte edo bete bitartean sei hilabetetik behin edo gehienez ere urtean behin errepikatu beharko lirateke. Hortik aurrera, bi urtean behin jarraitzea komeni da. Ez ahaztu gaixotasun askoren jatorria ahoan egon ohi dela.

**15 urte.
Titien azterketa**

Neska pubertatera ailegaten denean, titien azterketa berak nola egin behar duen irakatsi beharko litzaioke. Eta horrelakorik eskoletan erakusten ez denez



(nik dakidala, behintzat), arrazoi hori nahikoa litzateke ginekologoarengana bisita egiteko. Medikua beste hainbat kontu azalduko dizkio, noski, baina titiak eta titiburuak ispiluaren aurrean nola aztertu ikasten badu, nahikoa litzateke: titiak esku-ahurrarekin haztatu behar dira, lasai-lasai eta arretaz, ea bultorik edo kozkorrik ba ote dagoen ikusteko. Emakume guztientzat egokia den arren, azterketa hau bereziki da garrantzitsua familian bularreko minbiziko aurrekariak eduki dituzten gazteen kasuan eta ohi-tura bezala, hileroko errepikatu beharko litzateke, hileko zikloaren (edo menstruzioaren) aldi berean ahal izanez gero beti.

18 urte. Zitologia

Orain ia berrogeita hamar urte George Papanicolaou zitologo amerikarrak bagina-lepoko diagnostikorako teknika asmatu zuenetik, teknika honek umetokiaren lepoko hainbat eta hainbat tumore gaizto saihestu ditu. Zergatik? Proba simple baten bidez zelula prekantzerosoak detekta daitezkeelako, estadio aurreratuago (eta, beraz, larriago) batera pasatu aurretik. Zitologiako teknika hau —bastoitoxo edo makila-txotx berezi batzuen laguntzarekin baginako lagin bat hartzea— oso proba erraza da, inolako kalterik edo agresiorik gabea emakumearentzat. Eta proba honen bitartez hainbat gauza jakin ditzake medikuak: ez bakarrik umetokiko zelulen kalitatea, baita infekzio bakteriariorik ba ote dagoen ala ez, emakumearen hormona-maila edota baita giza papilomaren birusa (GPB) bertan aurkitzen den ere (birus hori harreman sexualen bidez transmititzen da eta lotura estua du minbiziarekin).

Horiek guztiak ikusita, erraz ulertzen da EEBBetako Minbiziaren Kontrako Elkarteak emandako gomendioa, alegia, emakume guztiak proba hori urtean behin egin beharko luketela 18 urtetik aurrera (harreman sexualak eduki nahiz ez). Adina, noski, gutxi gora-beherakoa da eta aurreratu egin beharko da baldin eta neskek lehenago baditu harreman sexualak. Eta kasu horretan probaren maiztasuna ginekologoak erabaki eta finkatuko du. Lagina hartzeko baldintza bakarra dago, hilekoarekin batera ez gertatzea, kasu horretan probaren emaitzak aldatu egingo lirakeelako. Badira beste teknika batzuk, kolposkopia, adibidez (handitzeko lente batzuk erabiliz ginekologoari bagina ikusteko

modua ematen dio), baina, nahiz eta zitologiaren osagarri gisa oso egokiak izan, ez dira gure artean errutinarioki erabiltzen.

20 urte. Tentsio arteriala

Bihotzaren eta arterien egoera kontrolatzeko beharrezkoa da tentsioa zaintzea. Aurrekari koronariarik balego familian (bihotzeko infarturen bat, adibidez, denok ulertzeko moduan esanda), komeni da 20 urtetik hasi eta urtean behin presio arterialaren balioak (eta baita kolesterolarenak ere) konprobatzea, gauza jakina baita gaur egun fak-

1

1997ko urtarrilaren amaieran Iñaki Azkuna osasun-sailburuak kanpaina berri bat aurkeztu zuen: Bularreko Minbiziaren Diagnostiko Goiztiarrerako Kanpaina, EHKA osora zabalduko den egitasmoa, hain zuzen ere. Kanpaina hori, oraingoz, 50 urtetik 64ra bitarteko emakumei dago zuzenduta eta programaren arabera, bi urtetik behin Osakidetza mamografiak egiteko aukera eskaintzen die adin-tarte horretan dauden emakumei. Ez da egin zitekeen eskaintzarik onena, baina tira, gaitzerdi!

- ↳ Bularreko minbizia da EHKA-ko emakumeen artean eragin-mailarik handiena duen minbizi-mota. 100.000 emakumetatik 68,3k pairatzen du.
- ↳ Minbiziak jotako emakumeen artean, bularrekoak du hilkortasun-tasarik handiena: 100.000tik 29,54.
- ↳ 1986-1990 urteen bitartean 3.488 kasu berri atzeman ziren. 1988-1992 urteen bitartean, berriz, 1.549 emakume hil ziren bularreko minbiziak jota.

- ↳ Eusko Jaurlaritzako Osasun Sailak sustatu berri duen Bularreko Minbiziaren Diagnostiko Goiztiarrerako Kanpainan 50etik 64 urtera bitarteko emakumeek hartuko dute parte. Guztira, Araban 7.932, Gipuzkoan 59.285 eta Bizkaian 100.000 emakume inguruk hartuko du parte.





tore genetikoek garrantzi handia dutela lehen aipaturako arazo horietan familia bateko kideen artean. Urtero oinarritzko kontrola emakume gizenetan, diabetikoetan edo antisorgailuak hartzen dituztenetan. Baita menopausian sartu direnetan ere. Aipatu baldintza horiek betetzen ez badituzu (ez zaude gizona, ez zara diabetikoa edo menopausikoa eta ez duzu pilularik hartzen) nahikoa da tentsioa eta kolesterola hiru urtetik behin kontrolatzea.

35 urte. Mamografia

Lehen aipatu dugu azterketa fisikoa zein garrantzitsua den bularreko minbiziaren diagnostikoan. Baina bularrean inolako kozkorririk atera baino lehen ere, mamografiaren bitartez detekta daiteke bularreko minbizia. Horregatik gomendatzen da 35-40 urte bitarteko emakumeentzat mamografia bat egitea, behin adin-tarte horretan; 40 urtetik 50era bitartean, berriz, "bularreko erradiografia" hori bi urtetik behin egin beharko litzateke eta urtero-urtero 50-60 urteko emakumeen kasuan. Beren familian minbizi-mota horren aurrerariak dituzten emakumeentzat, bestalde, espezialistak zehaztu behar du proba hori zenbateko maiztasunez egin behar den.

40 urte. Begietako azterketa

Ikusmen-zailtasunak edo diabetea duten emakumeek edo hipertentsioak direnek urtero-urtero kontrolatu behar dute ikusmena. Ongi ikusten dutenentzat, berriz, 40 urtekoa da muga eta adin

Aurrera egiteko bidea

Eusko Jaurlaritzako Osasun Sailak martxan jarri berri duen kanpaina zorioneko albistea da, inondik inora. Bularreko minbiziaren diagnostiko goiztiarra funtsezkoa da gaixotasunari aurre egin ahal izateko. Behingoz baliabideak jarriko dira emakumeen esku eta, jakina, emakumeek erantzutea behar-beharrezkoa da. Egitasmo horrek aurreikusten dituen neurriei esker, batetik, kasu asko diagnostikatu ahal izango dira (Nafarroan egin zen esperientziak erakutsi zigunez, era honetako kanpainak oso eraginkorrak dira). Bigarrenik, bularreko minbizi asko sendatu ahal izango ditugu, jakina denez, minbizi-mota honen konponbidea neurri handi batean diagnostiko goiztiarraren baitan baitago. Eta, hirugarrenik, ez da irtenbide drastikorik emango kasu gehienetan; gaixotasuna une egokian hartuz gero, emakumeak ez du bularra galduko eta beste aukera batzuk ere aztertu ahal izango ditugu. Kanpainak finkatu duen adin-tartea da, izatekotan, egitasmoaren alderik ahulena. Gure esperientziak erakusten digunez, kasu gehienak —% 40tik gora, alegia— 50-64 tarte horretatik kanpo ematen dira. Horretaz jakitun, bi eskaera nagusi egin nahiko nizkieke emakumeei: batetik, erantzun diezaioletela kanpaina honi, erabil ditzatela, hain zuzen, eskura jarri zaizkien baliabideak; eta bestetik, adin horretara iritsi baino lehen ere, arazoaz jabe daitezela.



Alfredo Otalora
Ginekologia Kontsultategiko kidea

horretatik aurrera, bi urtean behin okulistaren edo optikoa-rengana joatea gomendatzen da.

40-45 urte. Hezur-dentsitatea

Menopausia bitartean egindako zainketa bereziek hainbat azterketa eta proba hartzen dituzte: odol-leko eta gernuko analisiak, zitologia, mamografia, umetokiko edota bularreko ekografia eta hezur-reko dentsitatearen neurketa. Zertarako azken proba hau?

Osteoporosia da adin-tarte honetan emakumeen artean arazo gehien ekartzen dituen egoera patologikoa. Eta hezur-dentsitatearen kontrolak kaderako edo bizkarrezurreko kaltzifikazioaren berri emango digu. Herentzia genetikoa garrantzitsua da, baina ez determinatzailea horratik: aurrerari familiarren arabera azterketa hau aurreratzea ere posible eta beharrezkoa gerta daiteke, menopausia noiz hasi den kontu.

* OEEko kidea

