

ZER EGIN EPILEPSIA KRISIA DUEN BATI LAGUNTZEKO



ITURRIA: COFC

EZUSTEAN DATOZEN KRISIAK

2020, otsailak 07

Asteko Gaiak, gipuzkoa, Gizartea

80

Miren Garate

Etxeko sukaldean zegoela izan zuen lehen krisia Kristinak, 2012. urtean. Zarata entzun eta bertaratu zirenean, lurrean aurkitu zuten etxeok, konortea galduta, ahotik aparretan, eta bizkarrean kolpe handi bat zuela. “Kontatzen didatena kontatzen dut nik, ez baina ez erekin akordutzen. Deskonektatu bezala egiten zait garuna, eta ziplo erortzen naiz”. Orduko hartan ez zioten epilepsia diagnostikatu, gutxienez bi krisi eduki behar izaten baitira horretarako. Handik lau urtera izan zuen hurrengoa, eta orduan jarri zioten tratamendua lehen aldiz. Mikeli orain bi urte esan zioten epilepsia zuela. 18 urte zituela izan zuen lehen krisia. Gauez eduki izan ditu krisiak. “Ura edatera jaiki, eta lurrean aurkitzen ninduten gurasoek, konbultsioekin. Hasieran, krisi orokortuak izaten nituen, baina gero fokalak bihurtu ziren. *Elektro* bat egin zidaten, eta esan zidaten garunaren aurreko aldean izaten nituela krisiak”. Biek natural hitz egiten dute gaixotasunari buruz, nahiz eta nahiago duten abizenik ez eman.

Enlencia zuela iakitea hasieran gogorra erin zitzaiola dio

Cookieak erabiltzen ditugu web honetan nabigatzearen esperientzia hobea izan dadin.

Ok

zitzaidala ezer gertatzen. Ikusten nuen igual ezingo nituela edan hiru kubata, baina birekin probatzen nuen... Beste krisi bat izan nuen, eta onartu egin behar nuela erabaki nuen". Batik bat adinagatik egin zaiola gogorra dio, lagunekin gauez ateratzen hasi zen garaian diagnostikatu baitzioten. Zortzi ordu lo egiteko, alkoholik eta drogarik ez kontsumitzeko, estresa saihesteko eta abar aholkatzen zaie gaixotasuna dutenei. Epilepsia zuela adin horretan esan izan baliote, kolpe handiagoa hartuko zuela dio Kristinak ere. 33 urte ditu gaur egun. "Parrandazalea izan naiz, eta alkoholik edan ezina muga bat da, baina tira. Ni gehien izorratzen nauena gidatu ezina da. Beti izan naiz oso independentea; motorrean eta autoan nire erara ibili izan naiz beti, eta orain ezin dut". Legearen arabera, azken krisitik gutxienez urtebete pasatu arte ezin dute gidatu epilepsia dutenek. Arrisku kirolik ez egitea, itsasoan bakarrik ez bainatzea, bizikletan ere norbaitekin joatea eta halakoak ere gomendatzen dizkiete. "Baina zentzuzko gauzak dira horiek", diote.

Batak zein besteak nabarmendu dute medikazioari esker bizitza ia arrunta egin dezaketela. "Gaixotasuntzat jotzen da, baina nik kondizio bat dela esaten dut. Bizitzako eremu batzuetan baldintzatzen nau, baina, horrekin bizitzen ikasitakoan, ohiko bizitza erritmoarekin jarrai dezakezu normal-normal", esan du Mikelek.

Dosi egokiaren bila

Gaitz kronikoa da epilepsia, baina, gehienetan, botiken bidez kontrola daiteke. Ez die berdin eragiten pertsona guztiei. Batik bat krisi orokorren irudiak agertu izan dira komunikabideetan, baina badaude bestelako krisiak ere. Esate baterako, batzuek absentziak izaten dituzte, eta, tarte hori pasatutakoan, beren onera itzultzen dira, erori eta ezer egin gabe. Tratamendu eta dosi egokia aurkitzea izaten da zailena.

Orain arte izan dituen krisiak apuntatuak ditu Kristinak. Bigarrena, diagnosia egin ziotenekoa, 2016ko apirilean izan zuen. "Proiektua amaitzen ari nintzen, eta neure etxea ere orduan eman behar

tratamenduan, bi pastilla hartu behar zituen egunean, 500 mg-koak. 2016ko uztailean izan zuen hurrengo krisia, egun berean bi. Etxetik kanpo igaro zituen bi aste, eta, gaizki kalkulatu zituenez botikak, egun batean ez zuen hartu. “Oso garrantzitsua da egunero hartzea, eta ordu berean. Orduko hartan, botikak aldatu zizkidaten, eta dosia bikoiztu zidaten, zerbaitegatik hartzea ahaztuz gero, krisirik ez izateko”.

2018ko urtarrilean beste krisi bat izan zuen. “Baina dosi handiagoa hartzen nuenez, askoz gutxiago kostatu zitzaidan nire onera etortzea. Aurreneko krisi orokor haietan, kontrola erabat galtzen nuen, eta pixa ere ateratzen zitzaidan. Aste osoa egoten nintzen zizko eginda, egundoko agujetekin”. 2018ko ekaineko krisia neurologoak ez zion kontuan hartu, egin behar ez zituen guztiak egin zituelako egun bakar batean. “Bilera batzuk zirela medio, estres puntu bat nuen lanean; sagardotegira joan ginen, eta edan egin nuen; lo gutxi egin nuen; eta hurrengo egunean lanean argazki saioa genuen, eta argiek eta flashek izugarri molestatzen didate”. Gomendioak zorrotz betetzea eta zaintzea erabaki zuen handik aurrera. “Dena zuzen egin nuen, baina 2019ko uztailean, berriro eman zidan. Estres puntu bat izan nezakeen, baina oporretan nengoen, ohi baino lo gehiago egiten... Egundoko amorrua eman zidan. Egia da, ordea, askoz arinagoa izan zela, eta segituan errekuaperatu nintzela”. Dosia 1.250 miligramora igo zioten, eta, ordutik, ez du izan besterik.

Bi sendagai “nahiko gogor” hartzen ditu Mikelek. “Horietako batek erasokor bezala jartzen nau; bestea, berriz, lasaigarri modukoa da, eta logura ematen dit. Albo ondorio horiek kontrolatzeko, beste pastilla batzuk ere hartzen ditut”. Bederatzi hilabete inguru daramatza krisirik izan gabe. “Urtebete edo bi krisirik gabe egon arte ezin da jakin funtzionatu dizun, baina ni, behintzat, ondo sentitzen naiz”.

Jende bati entzun izan diote igarri egiten dutela noiz izango duten krisia, usainen bat edo sentsazioen bat etortzen zaielako. Haiek, ordea, kontatu dute bat-batean eta ezustean izaten dituztela krisiak. “Jakingo banu badatorkidala, nagoen lekuan bertan

edo”.

Uste oker asko daude zabaldua epilepsiaren bueltan. Horietako bat da ahoan zerbait sartu behar zaiela, mingaina irensteko arriskua dagoelako. Ez da egia. “Ezjakintasunagatik, niri behin behatza sartu zidan amak, eta ia atera egin nion. Gorputza konbultsioka hasten da, baina masalezurra erabat zurrun egoten da, eta ez da egoten modurik irekitzeko”, azaldu du Kristinak. Krisia izaten ari denari heldu egin behar zaiola da beste uste okerretako bat. “Albo batera begira jartzen saiatu, eta utzi egin behar zaio. Inguruan dauden altzariak baztertu behar dira, minik har ez dezan”. Ez da ohikoa izaten krisi batek bost minutu baino gehiago irautea; hala bada, larrialdietara deitu behar da.

Kristinaren eta Mikelen ingurukoek badakite epilepsia dutela. “Nik ez dut kontatzeko beldurrik. Kontatu izan dudanean, ez dut igarri ezberdin tratatu nautenik”, esan du Mikelek. Askok dira, ordea, gaixotasuna ezkutatzen dutenak, batik bat lan arloan izan ditzaketen arazo beldur. Familiako enpresan egiten du lan Kristinak, eta arazorik ez duela izan dio. Mikel ikasten ari da oraindik. “Agian, jendearen aurreiritziengatik, arazo gehiago edukiko ditut lana aurkitzeko, auskalo. Ez dut uste, ordea, epilepsia izatea arazo bat denik lanerako”.

Ama izateko aukera

Haur bat izateko zenbaterainoko muga den ere galdetu zion Kristinak neurologoari. “Esan zidan arazorik ez zela egongo, baina haurdunaldi programatua izan beharko zuela, dosia murrizten saiatzen baitira, nahiz eta beti ez den posible”. Haurdunaldian krisiren bat izanez gero, haurrari nola eragiten dion da haren kezka. “Une bateko kontua izaten da, eta, hartzen ari naizen botikei esker, azkarrago etortzen naiz nire onera”.

Ama izateko asmotan dabil, eta bikotekiderik gabe. Medikuek ez zioten oztoporik jarri. “Umearekin bakarrik nagoela ematen badit, denborarekin berreskuratuko dut konortea; kolperen bat hartzea

kezka horrek. Zorionez, beti etxetik kanpo eta epilepsia zer den dakien batekin nagoenean izan ditut krisiak”.

[Albisteak](#)[Asteko Gaiak](#)[Asteko Hitza](#)[Elkarriketa](#)[gipuzkoa](#)[Gipuzkoako Bertso Txapelketa](#)[Hartu Hitza](#)[Herriz Herri](#)[Iritzia](#)[Itsasoari begira](#)[Multimedia](#)[Museora](#)[Sailekatugabeak](#)

+ [Alfonso Lopez de Etxezarreta: “Medikazioari esker, gaixoen %82k kontrola dezakete...”](#)

Utzi erantzuna

 Izena Emaila Webgunea

Ez naiz robota 8 + 3:

Bidali iruzkina

2015 - Gipuzkoako Hitza.



Gipuzkoako Foru Aldundia

Cookieak erabiltzen ditugu web honetan nabigatzearen esperientzia hobea izan dadin.

Ok