

Zistitis interstiziala: lasaitu nahi, eta mina

Gernua egiteko premia larria eta oinazea, horiek dira zistitis interstizialaren sintoma nagusiak. Gaitz ezezaguna da, eta adin ertaineko emakumeek izaten dute gehienbat

Gaitz kroniko eta arraroa da zistitis interstiziala, eta zenbakieki begiratuta, emakumeen gaitza dela esan beharko da (kasuen % 80 emakumeetan agertzen dira), nahiz eta gizonek ere eduki dezaketen antzeko patologia bat, prostatodinia deitua. Prostatarekin hainbat komeria izaten dituzte gizonek, eta ia denok entzun izan dugu noizbait horren inguruko zerbait. Ez da berdin gertatzen, ordea, zistitisa duten emakumeekin. Gernua egiteko behar gorria sentitzen dute, maiz-maiz, eta medikuek ere ez dakite oso ongi zergatik den eta zer egin. Hipotesi bat baino gehiago daude, eta nagusietako batek dio ohitura desegokien ondorioz ager litekeela, besteak beste, gernua egiteko gogoari luzaz eusteagatik.

Zistitisa aipatzen denean, gehienetan uste izaten da maskuri hantura gertatu izan dela, bakterio batek eraginda (maizenik, Escherichia coli germenak sortzen du). Baina maskuria ez da beti hanpatzen bakterio baten eraginez; irradiatze faktoreek, kimioterapiak edo buxadurak ere eragin dezakete. Eta, horiez gain, zistopatia kronikoak daude, zergatik jakin gabe agertzen diren zistitidak. Horietakoa da zistitis interstiziala. Ameriketako Estatu Batuetan,

adibidez, 700.000 pertsonari baino gehiagori eragiten die (Interstitial Cystitis Association erakundeak eman ditu datu horiek), baina herrialde guztiek ez dituzte biltzen datu horiek, Espainiak, adibidez, eta ezin da jakin han zenbat lagunek pairatzen duten.

Maskuri paretaren hantura kronikoa, horixe da zistitisa. Interstiziala dela esaten denean, zera adierazi nahi da: kolageno zuntzak osatzen dituzten zelulekin lotuta dagoela, eta,aldi berean, zelulen arteko zirritu txikiekin; zirritu horiek dira interstizioak, eta zirritu horiek hanpatzen edo narritatzen dira, hain justu. Eta nola gerta liteke hori? Gernuak dituen osagai kimikoen -potasioak, adibidez- zeharkatu egiten dute maskuria barrutik biltzen duen geruza, urotelioa, eta interstizioa narritatzen dute. Ondorioz, maskuria betetzen den bakoitzean, oinazea izaten da.

Maskuriko oinazea eragiten duten gaitzak "maskuri minduaren sindromeari" lotzen zaizkio, eta zistitis interstiziala ere bai. Eta egia da, zistitis interstiziala duenak maskuria mindua du, baina maskuria mindua duten guztiek ez dute zistitis interstiziala. Horregatik, maskuria mindua duenari zistitis interstiziala diagnostikatuko diote inolako eragile organikorik aurkitzen ez

diotenean (maskuriko tumore bat, harriak gernu bideetan, edo mina eragiten duen gernu infekzio bat). Halako eragile organikorik ez dagoela egiaztatu ondoren, eta proba batzuk eginda, baldin eta gaixoak irizpide kliniko jakin batzuk betetzen baditu, urologoek berehala esango dute: zistitis interstiziala.

DESEROSOTASUNA

Medikutara joateko arrazoirik ez da falta izaten zistitis interstizialarekin. Gernua egiteko premia larria izaten da, oso maiz komunera joan beharra (10-15 minutuz behin), min handia maskurian -perineo inguruan- eta etengabeko erremina.

Oinaze ikaragarria ematen du, eta lehen sintomak agertu orduko joan behar izaten da medikutara. Askotan, ordea, okerreko espezialistarengana jotzen da. Emakumeak, adibidez, ginekologoarengana joaten dira batzuetan, edo bidaltzen dituzte, sexu organoaren inguruan sumatzen baitute mina; besteetan, familia medikuarantz hartzen dute ordua, gernu infekzioa dutelakoan. Batean eta bestean ibili ondoren, halako batean iritsiko dira tratamendu egokia emango dien espezialistarengana: urologoa.

KOSTATZEN DA DIAGNOSTIKOA EGITEA

Hasieran gerta daiteke, sintomak ikusita, bakterio batek eragindako zistitisa dela uste izatea, eta ez zistitis interstiziala, eta, ondorioz, antibiotikoak ematea. Tratamenduak emaitza onik ematen ez duela ikusten denean, beste zenbait proba egiten dizkiote gaixoari, egiaztatzeke ez dela bakterio batek sortutako infekzioa. Gizonekin ere berdin gertatzen da hasieran: prostatidinia eduki, eta prostatitis infekziosoa duela uste izan.

Diagnostiko egokia egin ahal izateko, garrantzitsua da urologoak ongi ulertzea eta interpretatzea gaixoa azaltzen ari zaion hori, zistitis interstizialaren sintomak askotarikoak baitira, eta subjektiboak; norberak bizi du bere mina, bere erara.

Zistitis interstiziala duela ondorioztatzen ez den bitartean, gaixoak hainbat proba pasatu beharko ditu:

- **Zitoskopia egingo diote.** maskuriaren barrualdea aztertuko diote endoskopia batekin.
- **Urodinamia funtzionala.** maskuria beteko diote, gaixoak azaldu dituen sintomak sorrarazi eta minik baduen ikusteko, eta zein sintoma dituen egiaztatzeke.
- **Biopsia.** ehun zati bat hartzen dute eta azterketa patologikoa egiten diote.

Gainera, bide batez, beste proba bat ere egin ahal zaio gaixoari: maskuriko hidrodistsentsioa, pelbiseko min kronikoa arintzeko. Maskuria bete-bete egiten dute, neurritz kanpo, eta 5 eta 10 minutu bitartean edukitzen dute presio horrekin. Gaixoak zertxobait hobeto sentitzen dira, baina guztiei ez die berdin eragiten. Hirulau hilabete igaro ondoren, berriz egiten diete proba hori batzuei, eta beste batzuei, urtebeteren buruan. Bakoitzak ekarri dituen sintomen arabera da hori.

Urologoak, gehienetan, ez ditu berehalakoan hartzen gaixoak. Jende asko izaten dute zerrendan zain, eta lehen bisita egiteko eguna ez da nahi ordu iristen. Lehenengoz urologoarekin mintzatu eta diagnostikoa egin bitarte, urtebete igaro ohi da, onen-onenean hori. Sintomak infekzio batenak direlakoan hasten badira

diagnostikoa egiten, zenbait urte ere pasa litezke okerreko diagnostikoarekin.

TRATAMENDUA BAI. SENDABIDERIK EZ

Egun, zistitis interstiziala ezin da sendatu, eta ahalik eta ongien eramatea beste aukerarik ez dute gaixoei, bizi osorako izango baitute. Hala ere, badira terapia eraginkorrak, sintomen % 70 kontrolatzeko modua ematen dutenak. Ezinbestekoa da profesional egokien esanei eta aginduei jarraitzea -gaitz honetan jantzia den urologo bati-, eta ezinbestekoa da, halaber, gaitza kronikoa dela ongi barneratzea eta itxaropena ez larregi haizatzea.

- **Botikak.** Tratamendua pausoz pauso egitekoa da. Lehenik hanturaren aurkako botikak hartu behar dira, hantura gutxitzeko, eta antkolinerjikoak, maskuria lasaitzeko. Zenbaitetan, depresioaren aurkako botikak ere ematen zaizkio gaixoari, baina ez depresioa duelako eta nerbio tentsioa, baizik eta minak nerbio tentsio handia sor diezaiokelako. Gaixoa lasaitzea izaten da helburua, eta minari ihes egin diezaiola. Tratamendu horiek hobekuntzarik ekartzen ez badute, minkentzailak emateko aukera dago, kalte egin dezaketen gaiei aurka egiteko eta sintomen indarra gutxitzeko.
- **Neuromodulazioa.** Tratamendu hau, orain arte, bizkarrezurreko arazoentzat erabili izan da. Elektrodo bat jartzen dute 3. nerbio sakroaren sustraian, maskuriaren aferentziak antzeman ditzan (nerbio aferenteek seinale sentorialak eramaten dituzte organoetatik gainera). Elektrodo hori pauso-markagailu baten modukoa da, eta estimulu elektriko bidez, gaixoak maskuriari buruz sentitzen duena antolatzeke balio du. Hasteko, 15 egunerako edo hilabeterako jartzen dute, eta tarte horretan, normal bizi daiteke gaixoa. Elektrodoa daraman gaixoak egutegi batean jarri behar du zenbatetik behin egiten duen gernua, bai elektrodo jarri aurretik eta bai ondoren, eta horrela ikus daiteke hobera egin duen edo ez. Hala bada, behin betiko jarriko diote elektrodoa.
- **Bestelako tratamenduak.** Zenbait gaixok fisioterapia saioetara jotzen dute, mesede handia egiten baitie masajea



KALTETUEN BORROKA

ACACI izeneko erakundeak 82 emakume biltzen ditu, Espainia osokoak. Katalunian sortu zen, baina autonomia erkidego guztietako emakumeak laguntzen ditu, eta penintsulatik kanpokoak eta Latinoamerikakoak ere bai. Balear uharteetan ere bada antzeko erakunde bat, Zistitis Interstizialak eta Trigonitosak Erasandakoen Balearretako Elkarte (ABATYCI). Egun, bi jomuga nagusi ditu euren borrokak, kemena eta orientazioa emateaz gain:

- Txartel bat egin diezaietela nahi dute, zein gaixotasun duten adieraziko duena, eta gernu larria sortzen zaienean edozein komunetan sartu ahal izateko aukera emango diena, trukean ezer hartu edo erosi beharrik izan gabe.
- Zistitis interstizialean espezializatua egongo den zentro bat ireki dezaten nahi dute; batetik, ez dadin hainbeste denbora pasatu diagnostikoa egiteko, eta, bestetik, tratamendu egokia jaso ahal izateko.

hartzeak minduta duten eremuan; beste batzuek, ikusita zistitis interstizialak beren buru osasunari kalte egiten diola, horretan laguntzeko terapiak egiten dituzte.

ZURITIK BELTZERA

Zistitis interstiziala antzeman dioten pertsonari, askotan eta askotan, erabat aldatzen zaio bizitza, eta ezer ez da berdin izaten ordutik aurrera, ez eguneroko kontuetan, ez lanean eta ez bikote bizitzan ere:

- **Eguneroko kontuetan.** Gernua maiz egin beharra eta oinazea eragozpen handiak dira askorentzat, eta ezin dute joan erosketak egitera, paseatzera, zinemara edo bidaiatzera. Gaitza agertzen zaienean ohartzen dira emakume asko zein komun publiko gutxi dauden gure herri eta hirietan. Taberna edo jatetxe batean sartu beharra izaten dute komunera joateko, eta zerbait hartu trukean; ordu laurdenetik behin komunera joan behar duenarentzat, diru asko da hori egunaren buruan. Gainera, ez zaie komeni maiz edatea, gernua egiteko premia are larriagoa izaten baita halakoetan. Gernu gogoari eusteak mina ematen die, eta pixoihala eramateak erremina sentiarazten.
- **Lanean.** Gaixotasuna agertzen denean bukatzen zaie emakume askori lan bizitza. Lantokira joatea, orduetegi ezarria betetzea eta besteek bezala lan egitea oso zaila izaten da haienentzat, gernua egiteko larriak eta oinazeak ez baitie uzten. Zenbait gaixok lortu dute laneko ezintasuna dutela aitor diezaieten; batzuek maila batekoa eta besteek erabatekoa (ikusita egin behar da, ordea, zein neurritan dagoen gaixotasuna).
- **Bikote bizi-tza.** Arlo honi ere asko eragiten dio gaitzak. Maskuriko hanturaren eragina -eta oinazea eta erremina ere bai- emakumearen sexu organoetara ere zabaltzen da, eta mina sentitzen du sexu harremanak edukitzezakoan. Maskuria hanpatuta dagoenean, harkaitz baten parekoa da, eta izugarri eragozten du. Egoera hori arazo bihur daiteke, eta eztabaida ugari sor ditzake bikoteetan (gertatu izan da bikoteak banatzea ere). ◀