

ZAHARRERIA, haren ezagupideak

Gauzen eta ideien zahartzeaz, Zuberoan *zaharkeria* diogu, eta bizidunei gertatzen zaien gorabeheretz, zahartzean, *zaharreria* diogu; beraz, baliteke zaharreriaz idatziko ditudanen artean, asmaketa batzuk zaharkeriak izatea, baina ezken denboretan aurkitu jakitatez ere, berri emango dut. Zaharreria bi gisaz ezagut daiteke, alde batetik zaharduraren ezagupideez, beste aldetik zahar-min eta zahar-gaitzen ezagutzaz.

I. ZAHARDURAREN EZAGUPIDEAK

Nabarmenenak, agerienak dira zaharduraren seinaleak eta Elhuyar-en I. II.zenbakian, heriotzaz idatzi dudan lanean, Axularren eta Irigarairen aipamen zaharrak eman ditut. Zaharduraren atxakiak bost sailetan ezar ginitzake. *Atsoen osteoporosis* delakoa da gutienik nabarmentzen. Hezur-ehuna gutiagotzen da, ez meaki, minerala galduz, *meakigabetze* (decalcificatio) delakoan bezala, baina hezurmuinaren hutsunea handituz eta hezurra ez aski berrituz. Halaxe, zahar atsotuaren hezurra hauskor bihurtzen da.

Atsoen artropatiak, *atsoen hezur-minak*, ez dira hain handi gaitz handietan sartzeko, baina ezagupide arruntetan; atsoen *artrosisa* da ezagunena, zaharrak ez du sukarrrik (febris) ez eta suharrik (inflammatio), baina giltzetako kurruska eta hezurra bera aldatzen, andeatzen da. Ehunak zailtzen (sclerosis) eta koipetzen, urinstatzen (lipomatose); gaizki-hazte (dystrophia) eta hezur-zorrozterea (ostéophutosis) agertzen da.

Aspaldian ohartu da gizona zahartzearekin *oroimena* txipitzen delakoaz; eta horrek burmuinaren behertzea salatzen digu. Aldi berean *zentzuen egipena* txipitzen da, belarria gortzen, begia lausotzen. Beheratze,

apaltze hori gaitz bihurt' diteke: begian lauso bat eginaz kataraktan bezala. *Larruak* bere malgutasuna eta elastikotasuna galtzen du; zimurtzen da eta ilea urdintzen (ikus. Heriotza biologiarene ikuspegitik I, Elhuyar L.zbk). Zaharduraren atxakiek, ordea, ez dute ezinbizia ekartzen, ez eta zahartzea jasangaitz egiten, baina gizona bere erritmoaren baretzera behartzen du.

II. ZAHAR GAITZAK ZAHAR ERITASUNAK

Zain-bihotzetako gaitzak. Goizik ezagutu behar litezke zainetako higadura (usura); azken urteetan, zainen egitura ikertzeko, larruaren biopsia bat egitea, asmatu egin da: horrekin berrogei urteetan ezagutu liteke zainen gaixotzeko eta min hartzeko joera.

Zainetako gaitz horiei arterioskerosis izena ematen zaie. Berrogei urte eta hirurogei urte artean, aortean, bihotz-inguruko zainetan, giltzurrian eta azpiko gorputzadarretan agertzen da; askotan arterien tensioa ematen du, baina zaharriaren seinale nabarmenatarik da, odolaren kurrutzea urritzen, gutitzen baitu, burmuinean, giltzurrian, bihotz inguruan eta ondorengo bezala trombosia gatik burmuinaren malgutzeta, bihotzaren infarktua, zangoen gangrena alde batetik eta zainlehertzeak (aneurismus), burmuinetako odol-jarioak bestetik. Zer da min hori, zainean lodiune bat lipoidetz betetzen dena, eta gizenki horik kristal antzean edo makrofagoen barranean ikusten dira; pixkanaka lodiuneak larrudura (ulcera) ematen du eta larrudura gogortzen, harriztatzen (calcificatio). Nondik dator mina? Jende zuriaren artean janari gizenegiak, goipeak, urinak alde batetik; herri industriadunen bizi eroak, maiz, arterien tensio gehiegia ematen du bestetik; badira bestalde mikrobiozko, zaurizko kausak ere, gutiagotan. Badirudi hormonon gorabeherak ere min herren iturri izan litezkela. Orduan badakigu hormonak zainduz, janariari kasu emanaz min hori beranduago ager liteke-la eta agertzean bi amaia txarrak erremediatu litezkela: trombosis delakoa, odol-gatzatzearen aurkako sendagailuekin (anticoagulens), eta kolesterol-desegileen bidez gizenaren kontra.

Arteritis izeneko minak, kutsu eritasunak, mikrobioek emanak izan ditezke eta diotenez, azkenik nikotinak asko lagunduta, emakume erreza-le, pipazale handi batzuen kasuan agertu berri den bezala; bihotzaz asko esan liteke, baina bihotzeria asko, cardopatia asko zain gaitzeri lotuak dira: bata eri denean bestea ez sano. Halere suhartzeta asko dago bihotzean, azalean perikarditis, giharrean miokarditis, barreneko azalean endokarditis, baina hedatuena bihotz inguruko zainen gaitzak (coronaritis) delakoak dira.

Minbizia. Elhuyar-eko beste lan batean genion bezala, zelularen erditbitzeak eta berritzeak erritmo bat hartzen du; osasunarekin ez da aldatzen, zahartzearekin ordea erritmo hori azkartu, gehiagotu diteke: hortakotz gaur, askok diote zaharriaren gaitz bat dela minbizia. Halere, zelula gehiegi egiteko ordez, gorputza has liteke bere zelula onen desegiten, zelula

arrotz eta mikrobioekin egiten duen legez: *Berezaintze bihurpenak* (autoi mune bihurpenak) dira eta gorputzak bere egitura desegin dezake.

III. ZELULEN ZAHARTZEA

Zelulak gutitzen dira, ez dira hain trinko agertzen ehunetan. Beherapen hori, hezurretan adibidez, kontatu liteke. Zenbakiz burmuineko neuronetan 20% baten jauspena bada. Ez da zenbakian baina balioan ere zelula multzoa galtzen ari. Zelula sortzean zelula onak, izpi zelulez kanbiatuak dira, hala agertzen da orbainetan, eta orbaintzea nekezago egiten da. Larruaren barrenean, dermoan, izpi elastikuak hausten dira, hautsi ondoren karezta-tzen, harritzen, gogortzen, gorago ikusi ditugun gaizkiak eginaz larruari eta horrek gogoratzen digu arterosklerosisean gertatzen dena.

Gaitz guzi horien iturri eta baliman agintari, glandulak, guruinak berdin degeneratu egiten dira, baina bereziki gonadak, ernal-guruinak; hormonen bidez menopausuaren gorabeherak erremediatzea entseiatzen da, eta egia da itxura, azalez behintzat, baliman bizi-gogoaren laguntzarekin gaurko amona asko gazteago irudi dutela (adibidez emakumeen sendagailu batek Oestron, Equilina, Oestradiol, Equilenina nahasketa batez egina da), baina bakoitzak bere egituraren arabera hartzen ditu sendagailuen ongiak.

Halere, gaitz horien erremediatzean maiz sendagailu bat beste baten eragozpen eta oztopo bihurtzen da, hala kumarinezko odolgatatzeko kontrakoak eta suhartzearen zaintzeko (anti-inflammatorius). Sendagailu batek bestearen desegitea azkartuz edo bestearen metatzea eginaz. Hala gorago aipatu ditugun gatzatzearen kontrako erremedioak, fenobarbital loeragingarriek deseginak dira eta biak maiz zahar berdinak erabiltzen ditu. Tyramin-dun gaztak (Roquefort)ak I.M.A.O. erremedioarekin erreakzio bat egin dezake eta tensio-ukaldi bat eman. Beraz, ez da erremediatzea, zaharriak hartu ehuna, degeneratzeak hartu zelula.

Zelularen aldetik minbiziak, zelula batek besteekin dituen hartu ematen nahasketa salatzen digu. Zelula bakoitzak besteeri erregelatzeko mezu bat bidaltzen badiu, cancer-dun, minbizidun zelulak ez du behar duen ihardokipena ematen, askatua dago; neurri gabe erdibitzen da eta azkenean gorputz guztiaren gaindi, ibiliz-ibili, bere sortokitik urrun badoa zelula. Araukatze, erregulatzearen disharmonia bat da, berdin, *berzaintze, bihurpen* eta *minbizi gaitza*, lehenean zelula berritzea gutitzen, txipitzen da; bigarreanean, aitzitik, berritze hori basaki, nabaski gehitzen.

V. GORPUTZAREN ARGALTZEAZ TEORIAK

Hemen jarraituko dut Elhuyar-en (I 1974, II 1975) niona. Higaduraren argibidea erabil genezake, zaharria gaitzetan, baina zahardura dator kasu

eginik ere eta gorputzeko ondakinen metatzeak gorputza pozointzen duela dio beste teoria batek eta apur bat arrazoin du; gaurko munduan, ordea *stress* fenomenak bere garrantzia du: egiaz zerbaitek, norbaitek jazartzen gaituenean, adrenalina deskarga bat izaten dugu haserrearen goriaz; eta orduan, horrek kolesterol eta gantz-ozpinak, hots gizen ozpinak, arterietan metatzen dizkigu. Guztien gainera genetikaren teoriak du batasuna egingo guztien artean, mutaketaren esplikabidea gaineratuz.

Txomin PEILLEN