

Intxaurrondo

Azukrearekin borrokan

Gipuzkoako Diabetikoen Elkartek egoitza ireki du Mons pasealekuko 100. zenbakian. Egoitza berriarekin batera, gaitz honen prebentzioa bultzatzeko kanpaina jarriko dute las-ter abian.

Mayi Tolosa

Luze jo gabe Gipuzkoako Diabetikoen Elkartek martxan jarriko duen kanpainia teknika berritzaile batean dago oinarrituta. Ziztada txiki baten bidez, 20 segundutan, gaitza dugun ala ez jakin dezakegu. Elkartean bertan teknika hau erabiltzen ari dira dagoeneko eta nahi duena bertara joan daiteke frogar egitera eta baita informazioa eta aholkuak jasotzera ere. Hurrengo hilabeteetan teknika hau anbulategietara eta osasun etxetara zabaltzea nahi dute elkartekoeak.

Es dira gutxi Gipuzkoan dia-

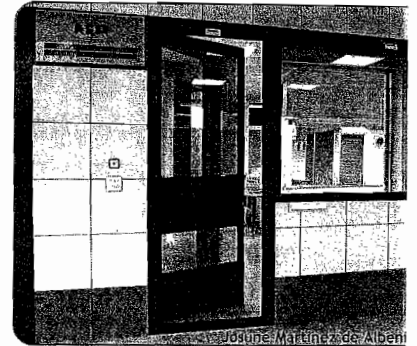
beteak jota daudenak: adituek diotenez, 44.000 lagun inguru. Jende askok ez daki diabetikoa denik, eta berandu ohar-tzeak kalte larriak ekar ditzake epe luzera. Hori dela eta, gaitzaren prebentzioa izan da aurtengo kanpainaren leloa. "Urtero, azaroaren 14an, Diabetearen Aurkako Egunean, nahi duenari frogar egin ohi diogu kalean, eta asko une ho-

rretan bertan ohar-tzen dira diabetikoak direla", azaldu digu elkartekide Arantxa Telleriak.

Zaharrak zein gazteak

Hainbat urtez, Gipuzkoako Diabetikoen Elkartek errentan hartutako lokal batean lan egin du. Duela hilabete inguru, ordea, lokal berria erosi zuen Mons Pasealekuan. Endokrino batek, podologo batek eta hainbat hezitzailek lan egiten dute elkartearantz. Bestalde, bazkideentzat hainbat ekintza antolatzen dituzte: udalekuak, hitzaldiak, ikastaroak eta abar. Bi hilabetean behin aldizkari bat argitaratzen dute elkarteko kideek eta bazkide guztiek etxean jasotzen dute. "Aldizkari horretan, gaitzari buruzko berrikuntza teknologiko edo zientifikoak, aholkuak eta iritziak jasotzen dira, funtsean", dio Telleriak.

Elkarteko bazkide gazteek urtebete baino ez du eta zaharrenak, 93. Gaixo gehie-



Intxaurrondon zabalduta duten egoitza.

nak adinekoak diren arren, gazteen artean ere diabetea zabaltzen hasi dela nabarmendu digute elkartekideek.

Zenbait kasutan elikadura zaintzea eta kirola egitea nahikoa izaten da gaixotasunari aurre egiteko, baina beste batzuek, ordea, pilulak edota intsulina behar izaten dituzte eta kasu horietan, ezinbestekoa da mediku baten kontrol zorrotza. Elkarteko bazkide batek bere esperientzia kontatu digu: "Niri 13 urte nituenean atzeman zidaten gaitza, haurra nintzela. Ez zen batere erraza izan, baina, nire aldetik borondate pixka bat jarritz, nahikoa bizitza normala egitea lortu dut".



Diabeteari atzemateko tresna.

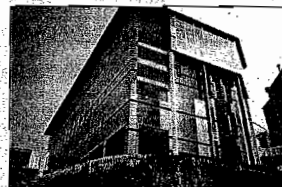
MARCOS



Okindegia eta etxeko gozoak

Ubarburu P., 4-5 pabiloiak • 27 Industrialdea
- Tel: 943 45 09 66 • ASTIGARRAGA

IPURU S. L. ERAIKUNTZAK



Askatasunaren hiribidea, 7 - 4. F
Tel.: 943 42 41 21 • 20004 DONOSTIA