Nerabeak eta helduak arraildurarekin

01

Funtsezkoena, minutu batean

Arraildura ez da haurtzaroan amaitzen

Errebisioak daude eta, batzuetan, beste ebakuntzaren bat hazten amaitu arte.

Hezur-txertoa, 8-11 urte inguruan

Arraildura oiraino iristen bada, behin betiko hortzek non atera izan dezaten.

Ukituak, hazten amaitzean

Sudurra, ezpaina edo masailezurra: kasu bakoitza desberdina da, eta erabakia pertsonarena da.

Begi-bistan ez dagoenak ere balio du

Autoestimua eta besteen galderak prozesuaren parte dira.

ASPANIFen kontatzen dugunaren gehiena haur eta ume txikientzat pentsatuta dago, orduantxe sortzen baitira zalantza gehien. Baina arraildurak bizitzan aurrera jarraitzen du: nerabezaroan, ortodontziarekin eta hezur-txertoarekin, eta helduaroan, pertsona bakoitzak egin edo ez egin erabakitzen dituen ukituekin.

Ebakuntza baten ondoren zer gertatzen den edo etapa bakoitza nola lagundu bilatzen baduzue, hemen duzue atala: Arraildurarekin hazten.

02

Ortodontzia eta hezur-txertoa

Arraildura oiraino iristen bada, 8-11 urte inguruan hezur-txerto bat behar izan ohi da: hutsunea betetzen du, eremu horretako behin betiko hortzek non atera izan dezaten eta sudurrari euskarri gehiago emateko. Hezurra pertsonak berak ematen du (normalean aldakatik) eta ospitaleratzea laburra izan ohi da.

Ortodontziak prozesu osoan laguntzen du, txertoaren aurretik eta ondoren, eta urteetan zehar jarraitu dezake: hortzak nola ateratzen eta kokatzen diren gidatzen du. Ortodontzia-taldeak eta kirurgia maxilofazialekoak elkarrekin erabakitzen dute unea, aho bakoitzaren arabera.

Ortodontziaren etapak, banan-banan, hemen: Ortodontzia urratsez urrats.

03

Sudurreko edo masailezurreko kirurgia, hazten amaitzean

Ez dagokio guztiei. Aurpegiak hazten amaitzean nolakoa geratu den kontuan hartuta (adina asko aldatzen da pertsonaren arabera, eta taldeak balioesten du), ezpainaren edo sudurraren ukitu bat edo masailezurren kirurgia bat planteatu daiteke, goiko masailezurra atzeratuago geratu bada. Lasai erabakitzen diren ebakuntzak dira, ez unean bertan.

Garrantzitsuena: erabakia pertsonarena da, ez familiarena ez mediku-taldearena bakarrik. Zer aldatuko litzatekeen, zer ez, eta ebakuntzarik ez egitea erabakiz gero zer gertatzen den galdetzea, ebakuntzarako eguna eskatzea bezain legitimoa da.

Azalpen osoa, kontsultara eramateko galderekin, hemen dago: Hazten amaitzean egiten diren ebakuntzak; eta helduen arretarako urratsari buruz, hemen: Helduarorako urratsa.

04

Begi-bistan ez dagoena: autoestimua eta institutua

Orbainak, pixka bat desberdina den ahotsak edo ikaskideen galderek edozein ebakuntzak bezainbeste pisatu dezakete, batez ere institutuan. Ez da ezer gertatzen zer erantzun ez jakiteagatik, egun batean horretaz hitz egin nahi ez izateagatik, edo hurrengoan luze eta zabal hitz egin nahi izateagatik.

Psikologia arraildura tratatzen duen taldearen parte da, kirurgia edo logopedia bezala: laguntza eska daiteke zerbait gaizki joan arte itxaron gabe. Eta ASPANIFen, beste familia batekin edo institutua edo helduarorako ebakuntzaren bat bizi izan duen beste pertsona batekin hitz egiteak edozein azalpen mediko baino gehiago laguntzen du askotan.

Zuretzat pentsatutako orri bat idatzi dugu, jada nerabea bazara: Nerabezaroa eta arraildura.

05

Kontaguzue zuen historia

Arraildura duten nerabeak edo helduak bazarete, edo horietako baten familia, eta zuen bizipena partekatzeko gogoa baduzue, asko gustatuko litzaiguke ezagutzea. Zuen baimenarekin, orain gauza bera bizitzen ari den beste norbaiti lagundu diezaioke. Ez da kontakizun landua izan behar: lerro batzuk ere balio dute.

Zure izena *

Posta elektronikoa *

Telefonoa (aukerakoa)

Zuen historia *

Argazki bat erantsi (aukerakoa)

Choose Files No file chosen

PDF, Word edo irudiak. 10 MB arte guztira.

- [ ] Irakurri dut eta onartzen dut pribatutasun-politika. Zuen historiatik zerbait argitaratzea ondo iruditzen bazaizue (beti zuek identifikatzeko daturik gabe, kontrakoa esan ezean), aurretik berariaz eskatuko dizuegu.

Bidali gure historia

06

Ez zaudete bakarrik

ASPANIFek 1985etik biltzen ditu Euskadin arraildura duten haurren familiak, baita arraildura duten nerabeak eta helduak ere. Zalantzak eta esperientziak partekatzen ditugu gure WhatsApp taldean, eta urriko urteko topaketan elkartzen gara.

Egin zaitez bazkide

Idatzi iezaguzu

07

Gehiago jakiteko

- Gantz-txertoa ezpain-ahosabaiko arrailduran: zer den, zertarako balio duen eta zer muga dituen

ASPANIFeko familiek ospitaleetako gidetan oinarrituta prestatutako dibulgazio-informazioa. Ez du zuen mediku-taldearen aholkua ordezkatzen: edozein zalantzarekin, galdetu beti hari.

Azken eguneratzea: 2026ko azaroaren 9a