

OSASUN FISIKOA ETA BERE ADIERAZLEAK

- Parametro fisiologikoa / bizi-konstanteak
 - Gure gorputzaren organo, aparatu eta sistemen funtzionamenduari egokira eta haien arteko koordinazio-uneak adierazi

TENPERATURA:

- Egonkorra
- Garuneko mekanismo erregulatuak batak kontrolatuta
- $36^{\circ}5'$ eta $37^{\circ}2'$ C tartean

PISUA:

- Organismoaren nutrizio-untziaren normaltasuna adierazi
- Balio erreferentzialak altuera, sexua, adina eta gorputzkerasun arabera
- Gorputza hazten ari denean oso aldatzen da

PULTSUA:

- Arterietako parieten dilatazioa (diastole) eta ukurdura (sistole) eragiten duten bihotz-ziklo batean sortutako presio-aldaketaren eraketa.

PRESIO ARTERIALA:

- Arteria nagusien barnean dagoen odol-presioa
- Bihotz-ziklo batean zehar aldatu
- Presio maximoa (sistolikoa) eta minimoa (diastolikoa)

BIZI-EDUKIERA:

- Birika-aitzetapen batean truka daitezkeen aire bolumen maximoa
- Espirometro bidez neurtu
- Oso aldatzen da, hakitzearen eragari anatomiko eta fisiologikoa

HEMOGRAMA:

- Odol-analisia
- Odol-zelulei eta plaketari buruzko zehaztapen analitiko multzoa
- Pertsonaren prozesu fisiologiko desberdinen inguruko informazioa

PLASMAREN KONPOSIZIO KIMIKOA:

- Organismuan gertatzen diren prozesu metaboliko desberdinen eraginkortasun-uneak adierazten

GERNUAREN KONPOSIZIO KIMIKOA:

- Irizketa-prozesuaren eraginkortasunari buruzko datuak eman

GAIXOTASUNAK

- **Osasuna**: ongizate fisiko, mental eta soziale
- **Gaixotasuna**: ongizate egerari kalte egiten dion aldaketak organiko edo funtzionale

TRAUMATIKOAK:

- Eskelotoaren hausturek edo muskulu-sistemuaren lesioek eraginda
- Zaintiratuak, luxazioak, hausturak...

INGURUNEKOAK:

- Ingurugiroko eragile fisikoek eraginda
- Intsolarazioa, izorketa...

TOXIKOAK:

- Organismoarentzat kaltegarriak diren produktuek irenstea/arnastea
- Substantzia kimikoen bidezko pozoidurak, animalien ziztadak...

INFEKZIOSOAK:

- Eragile infekziosoek (birusa, bakteriaz...) sortutakoak
- Pertsonatik pertsonara transmititzen
- Tuberkulosia, kolera, gripea, tetanoa...

METABOLIKOAK:

- Metabolismuaren aldaketak (herentzia edo nutrizio nahasketengatik)
- Diabetea, hezueria, gabeziarako gaixotasunak...

ENDEKAPENEZKOAK / DEGENERATIBOAK:

- Organismo organo, aparatu edo sistemuaren ehunetako aldaketa anatomiko edo funtzionalek eraginda
- Miokardio infartua, nekrosiak eraginda

↓
ehun bateko
zelula-umiltze
bat hiltzea

NEOPLASIAK:

- Organo batean gertatzen den zelula-ugaltze anormala
- Minbiziak

MENTALAK:

- Portaera psikikoari eragiten
 - Garunaren lesio organikoek eraginda (psikosis, dementzia...)
 - Oinarri anatomiko ezegunik gabekoak (neurastenia, fobia, histeria...)

GAIXOTASUNEN SINTOMAK

- Gaixotasunaren diagnostikoa egiteko balio dute

SUKARRA:

- Gorputzaren temperaturaren igoera (37.5°C -tik gore)
- Gaixotasun infekziosoak, tumoreak, anemiak, arazo psikikoak...

EINAZEN:

- Mina
- Ohikoena buruko mina
- Subjektiboa

OKADAK:

- Urdaileko substantzien kanporatze bortitzak
- Diafragmaren eta sabeleko muskuluen aldi bereko uzkurdurak eragin
- Jatorri gastrikoak, hesteetakoak, apendizitisa, haurdunaldia...

OHIKO PARAMETRO FISIOLOGIKOEN ALDAKETAK:

- Pultsua, presio arteriale, pisua, hemograma, etab. aldatzea

INFEKZIOEN AURKAKO DEFENTSA NATURALAK

- **Infezioa**: mikroorganismo patogenoak barneratzea eta garatzea

LARRUAZALA ETA MUKOSAK:

- Pastreak
- Hesi naturalak
- Mikroorganismoen barneratzea fisikoki eragotzi
- Bakteriazida gisa iherduten substantziak jariatzen
 - ↳ Izerdia, urkiak...
- Haurdura gertatze gero mikroorganismo inbasioa
 - ↳ Zaurietan adibidez

INMUNITATE-SISTEMA

- Aktiboak
- Barneratutako zelula arrotzei aurre
 - ↳ Ezagutu eta suntsitu
- Globulu zuria leukozitoak
- Fagozitoak eta linfozitoak soilik inmunitate-aktibitateak

Fagozitoak:

- Neutrofiloak eta monozitoak
- Zelula arrotzak fagozitatzen (jan/iratsi)

ANTIGENO: antigorputzen ekoizpena aktibitatearen duten substantziak arrotzak

Linfozitoak (antigorputz ekoizleak):

- T linfozitoak → mikroorganismo batzuk desegin
 - antigenoak ezagutu eta linfozitoen ekoizpena aktibatzen
- B linfozitoak → antigenoak indargabetu
 - zelula inbaditzaileak desegiten dituzten proteinak sortu: **ANTIGORPUTZAK**

- Antigeno bat barneratzen den bakoitzean antigorputz espezifikoak sortzen dira
- Antigorputzak gure odolean irauten duten denbora infekzioaren aurkako inmunitate-egoera sortzen da

GAIXOTASUN INFEKZIOSOEN PREBENTZIOA

- Mikroorganismo patogenoakiko kontaktua saihestea
 - ↳ higiena onak / asepsia
- Zauriak berehala desinfektatzea
 - ↳ antiseptikoak
 - mikroorganismok desegiten dituzten substantziak
 - alkohola, ur oxigenatua, iodo pobidona (betadine)...
- Txertaketa
 - ↳ organismo osasuntsuan antigeno ahulek sartzea antigorputzak sortzeko
 - ↳ antigorputz horiek odolean irauteak inmunitatea sortzen du
 - ↳ inuminizazio artifizial aktiboa da.

INFEKZIOSOAK EZ DIREN GAIXOTASUNEN PREBENTZIOA: BIZIMODU OSASUNTZUA

ARIKETA FISIKOA:

- Kirola uaziz egitea (baina moderatua)
- Arteriosklerosia, enfisema, barizeak, gizentasuna, idorreria...

DIETA OREKATUA:

- Gaixotasun metabolikoak, endokapenezkoak eta neoplasiko batzuk atzeratu ~~edo~~ saihestu

BIZI-PLANGINTZA OREKATUA:

- Lo egiteko orduak, otorduk etab. banatu eta antolatzeke ordutegia
- Estresa eta depresioa bezalakoak saihestu

TOXIKAPENAK / MENPEKOTASUNAK EKIDITEA:

- Alkohola, tabakoa, drogak...
- Gaixotasun fisiko zein mentalek saihestu

LAN BALDINTZA OSASUNTZUAK:

- Lan-ordutegia
- Soinu-uaiek apala

BIDE-ZIRKULAZIO ARRAUAK BETETZEA:

- Trafiko-istripuak

GAIXOTASUNEN AURKAKO BORROKA: SENDAGAIK

- Medikuntzaren helburua gaitzaren eragin kaltegarriak arintzea

GAZURAK:

- Antigorputz espezifikaen kontzentratuak
- Helburua gaixo dauden pertsonengan inunizezioa lortzea
- Gaixotasunak prebenitzeko ez
- Hasieran animalietatik, gaur giza emaitelen jatorrikoak edo laborategietan artifizialki lortutakoak

ANTIBIOTIKOAK:

- Flemingek nahigabe aurkitu
- Bakterio-hazkuntza batean ogi-lizunaren filamentu baten inguruan bakterioak gortzen ez zela ikertu
- Ondorioa → ondo horiek bakterioen ugaltzea galaratzeko gai zen zerbaitekin
- 10 urte beranduago beste batzuek substantzia hori isolatu
- Penizilina izena eman
- Horiek antzeko substantzien ikerketa eta aurikuntza ekan
- Antibiotiko izena hartu
- Gehiegizko erabilera / erabilera okerrak → erresistentzia
- Prebenitzeko EZ, sendagilearen aginduz

Antibiograma:

- Bakterio bakteriantzat egokia den antibiotikoa zehazten duen frogan analitiko
- Bakterioz kutsatutako hazkuntza-plaka batean antibiotiko desberdinez bustitako disketez batzuk
- Babes-halorik handiena → egokiena

Antibiotiko-taldeak:

- Penizilinak → sinusitisa, bronkitisa...
- Tetraiklinak → konjuntibitisa, pneumonia...
- Zefalosporinak → otitisa, geroz - infekzioak...
- Makrolidoak → amigdalitisa, faringitisa...
- Kinolonoak → geroz - eta birika - infekzioak...

ANALGESIKOAK:

- Mina arintzeko
- Erabiliena azido azetilsaliziliko (aspirina)
 - ↳ Sukama gutxitzeko ere bai
 - ↳ Bigarren mailako eraginak
- Analgesiko bigunak
 - ↳ Parasetamola
- Analgesiko indartsuak
 - ↳ Morfina
 - ↳ Metadona
 - ↳ Kodeina