



1. HIZKUNTZA-ESKAKIZUNA AZTERKETA IDATZIA

A eredua

1. ABIZENA _____	2. ABIZENA _____
IZENA _____	NORTASUN-AGIRIA _____
AZTERKETA-EGUNA _____	AZTERKETA-TOKIA _____



Osakidetza
Servicio vasco de salud



ARGIBIDEAK

- Azterketa idatziak bi ariketa ditu: irakurmenekoa eta idazmenekoa. Bi ariketa hauek egiteko **ordubete eta 20 minutu** izango dituzu.
- Irakur itzazu ariketa bakoitzaren hasieran datozen argibideak.
- Ariketak boligrafoz egin behar dira. Saia zaitetz letra txukuna egiten.
- Zirriborro-orrietan idatzitakoa ez da zuzenduko.



1. IRAKURMENA

Ariketa-mota: EGIA ala GEZURRA

Nola egin:

- Behean testu bat daukazu eta jarraian testu horri buruzko ariketa.
 - Ariketa egiten hasi aurretik, testua arretaz irakurtzea gomendatzen dizugu.
 - **Ariketa-orrian** datozen esaldiak egia ala gezurra diren markatu behar duzu **erantzun-orrian**.
- Ariketa hau gainditzeko, 7 egin behar dituzu ondo.

DIABETESAREN KONTRAKO BORROKA

Josu Feijoo mendizale gasteiztarra munduko bi muturretan izan da, Ipar-poloan eta Hego-poloan. Zortzi mila metroko hainbat menditan izan da; Shisha Pangmara igo da, eta, laster, Everest aldera abiatuko da. Puntako mendizalea da, nahiz eta egunero intsulina-dosia hartu behar duen. Feijoo diabetikoa da. Gaixotasuna duela 15 urte diagnostikatu zioten, 23 urte zituela.

Josuk, hala ere, ez du diabetiko hiltzeko asmorik. Zelula amekin ikertzen jarraitu behar dela uste du, horrek gaixotasuna sendatzeko bidea erakutsi dezakeela uste baitu. Hizketan hasi eta sutu egin da Feijoo, ez duelako gaixotasunarekin bizitza osoa eman nahi. Are gehiago, pentsatzen duelako sendabideari jartzen zaizkion ustezko traba etikoak 60 urtetik gorako “**jainkojale** zaharkituek” jarritakoak direla; horienak eta «lau boto miserableren truke ikerketa oztopatzen dabiltzan politikarientak». «Indarrak batu behar ditugu, indarra egin behar dugu, ikertzen jarraituz gero, gaixotasuna osa daitekeelako» esan dio *Berria*-ri.

jainkojale: santurrón, na



Feijook diabetesarekin bizitzen ikasi badu ere, gogoan du oraindik endokrinologoak albistea eman zion unea. Lur jota utzi zuen: «Hasieran oso gogorra izan zen, batez ere bizimodua guztiz aldatu beharko nuela esan zidalako; akabo gauez lagunekin ateratzea, parrandak... Depresioak jota utzi ninduen». Ez zoratzeko, gaixotasunari buruzko informazioa batzen hasi zen, eta horri esker ikasi zuen ahalik bizimodurik normalena nola egin.

Bizimodua, dena dela, erabat aldatu zitzaiola dio; halabeharrez, gainera. Amaitu ziren otorduak edozein ordutan egiteko zuen ohitura, edo asteburuetan nahi zuenean jaikitzeak. Glukosa-mailaren neurketa aldi oro egin beharra zegoen; hortik aurrera ondo neurtu behar zuen zer jan zezakeen eta zer ez... Guztia oso zorrotza zela gogoratu du: «Niri, behintzat, bizimodua erabat aldatu zitzaidan. Hori bai, onera. Orain askoz ere metodikoagoa naiz, txukunagoa, neurri batean». Argi dauka orain osasuntsu biziz gero –zer jaten den apur bat zainduz eta medikuek agindutakoa beteta–, diabetesarekin bizitzeko ez dagoela arazo berezirik. «Nik neuk ez dut sekula erre, zortzi urte daramatzat gauez irten gabe, eta inoiz irtenez gero, hiru edo lau garagardo besterik ez dut hartzen. Baina hori edonorentzat da ona, ez bakarrik gaixo gaudenontzat», dio.

Etxean diziplinari eustea ez zitzaien zaila egin. Eta mendian? Nola egin hain baldintza gogorretan horren bizimodu zorrotza egiteko? Gasteizen nahiko bizimodu ordenatua egiten du, eta espedizioetan ere hori egiten saiatzen dela gaineratu du. Ibilbideetako kideak, kide ez ezik, lagunak ere badira, eta samurra egin zaio. Hasierako tirabiren ondoren lortu du haiekin ere bizimodurako jarraibide zehatzak finkatzea: «Nire gaixotasunarekin bizitzen ikasi dute; dagoeneko, ezagunak dituzte intsulina-xiringak, badakite dosiak zenbatekoak diren eta badakite asko jan eta intsulina gutxi hartuz gero, hipergluzemiak jota amaituko dudala». Ezustekorik gertatuz gero, nola erantzun ikasi dutela azpimarratu du: «Euren laguntzari esker, igo naizen zortzi milako guztietara bezala, Everestera ere igoko naiz».

Berria egunkaria, 2003-11-15
Egokitua



1.1. ARIKETA-ORRIA

EGIA ala GEZURRA?

1. Feijoori diabetesa 15 urterekin diagnostikatu zioten, duela 23 urte.
2. Feijoo gasteiztarra poloetan eta Everest mendian izan da.
3. Feijoo haserre dago, ikerkuntzari jartzen zaizkion mugak direla-eta.
4. Diabetikoa zela esan ziotenean erretzeari utzi behar izan zion Feijook.
5. Diabetikoa izan baino lehen, Feijoo berandu jaikitzen zen asteburuetan eta edozein ordutan jaten zuen.
6. Diabetikoa denetik bizimodua txarrera aldatu zaio Feijoori.
7. Etxean diziplinari eustea zaila egiten zaio Feijoori; mendian, aldiz, erraza.
8. Asko jan eta intsulina gutxi hartuz gero, hipergluzemiak jota bukatuko luke Feijook.
9. Mendian dagoenean, berak bakarrik moldatu behar du, han zaila baita laguntza izatea.
10. Feijook zortzi urte daramatza gauez irten gabe.



2. IDAZMENA

Egitekoa: INPRIMAKIA BETETZEA

Nola egin:

- Hurrengo orrialdeko inprimakia bete behar duzu.
- Saiatu letra garbia eta txukuna egiten. Boligrafoz idatzi behar duzu.

GAIA: Lantokian batzuek erretzen dute. Askotan esan diezu ez erretzeko, baina ez dizute kasurik egiten.

Bete ezazu bulegoko inprimakia arduradunari egoera azaltzeko eta eskaera egin neurriren bat hartzeko.

Oharra: Kontuan izan ez duzula eskutitza idatzi behar; ez idatzi, beraz, gutunetako ohiko agurrik ("eskaera onartuko duzulakoan", "besterik gabe", "honenbestez agur"...). Hurrengo orrialdeko inprimakia bete behar duzu.



Z
I
R
R
I
B
O
R
R
O
A



Osakidetza
Servicio vasco de salud



Osakidetza
Servicio vasco de salud



Osakidetza
Servicio vasco de salud



1. HIZKUNTZA-ESKAKIZUNA AZTERKETA IDATZIA

B eredua

1. ABIZENA _____	2. ABIZENA _____
IZENA _____	NORTASUN-AGIRIA _____
AZTERKETA-EGUNA _____	AZTERKETA-TOKIA _____



Osakidetza
Servicio vasco de salud



ARGIBIDEAK

- Azterketa idatziak bi ariketa ditu: irakurmenekoa eta idazmenekoa. Bi ariketa hauek egiteko **ordubete eta 20 minutu** izango dituzu.
- Irakur itzazu ariketa bakoitzaren hasieran datozen argibideak.
- Ariketak boligrafoz egin behar dira. Saia zaitetz letra txukuna egiten.
- Zirriborro-orrietan idatzitakoa ez da zuzenduko.



1. IRAKURMENA

Ariketa-mota: EGIA ala GEZURRA

Nola egin:

- Behean testu bat daukazu eta jarraian testu horri buruzko ariketa.
 - Ariketa egiten hasi aurretik, testua arretaz irakurtzea gomendatzen dizugu.
 - **Ariketa-orrian** datozen esaldiak egia ala gezurra diren markatu behar duzu **erantzun-orrian**.
- Ariketa hau gainditzeko, 7 egin behar dituzu ondo.

DIABETESAREN KONTRAKO BORROKA

Josu Feijoo mendizale gasteiztarra munduko bi muturretan izan da, Ipar-poloan eta Hego-poloan. Zortzi mila metroko hainbat menditan izan da; Shisha Pangmara igo da, eta, laster, Everest aldera abiatuko da. Puntako mendizalea da, nahiz eta egunero intsulina-dosia hartu behar duen. Feijoo diabetikoa da. Gaixotasuna duela 15 urte diagnostikatu zioten, 23 urte zituela.

Josuk, hala ere, ez du diabetiko hiltzeko asmorik. Zelula amekin ikertzen jarraitu behar dela uste du, horrek gaixotasuna sendatzeko bidea erakutsi dezakeela uste baitu. Hizketan hasi eta sutu egin da Feijoo, ez duelako gaixotasunarekin bizitza osoa eman nahi. Are gehiago, pentsatzen duelako sendabideari jartzen zaizkion ustezko traba etikoak 60 urtetik gorako “**jainkojale** zaharkituek” jarritakoak direla; horienak eta «lau boto miserableren truke ikerketa oztopatzen dabiltzan politikarientak». «Indarrak batu behar ditugu, indarra egin behar dugu, ikertzen jarraituz gero, gaixotasuna osa daitekeelako» esan dio *Berria*-ri.

jainkojale: santurrón, na



Feijook diabetesarekin bizitzen ikasi badu ere, gogoan du oraindik endokrinologoak albistea eman zion unea. Lur jota utzi zuen: «Hasieran oso gogorra izan zen, batez ere bizimodua guztiz aldatu beharko nuela esan zidalako; akabo gauez lagunekin ateratzea, parrandak... Depresioak jota utzi ninduen». Ez zoratzeko, gaixotasunari buruzko informazioa batzen hasi zen, eta horri esker ikasi zuen ahalik bizimodurik normalena nola egin.

Bizimodua, dena dela, erabat aldatu zitzaiola dio; halabeharrez, gainera. Amaitu ziren otorduak edozein ordutan egiteko zuen ohitura, edo asteburuetan nahi zuenean jaikitzeak. Glukosa-mailaren neurketa aldi oro egin beharra zegoen; hortik aurrera ondo neurtu behar zuen zer jan zezakeen eta zer ez... Guztia oso zorrotza zela gogoratu du: «Niri, behintzat, bizimodua erabat aldatu zitzaidan. Hori bai, onera. Orain askoz ere metodikoagoa naiz, txukunagoa, neurri batean». Argi dauka orain osasuntsu biziz gero –zer jaten den apur bat zainduz eta medikuek agindutakoa beteta–, diabetesarekin bizitzeko ez dagoela arazo berezirik. «Nik neuk ez dut sekula erre, zortzi urte daramatzat gauez irten gabe, eta inoiz irtenez gero, hiru edo lau garagardo besterik ez dut hartzen. Baina hori edonorentzat da ona, ez bakarrik gaixo gaudenontzat», dio.

Etxean diziplinari eustea ez zitzaien zaila egin. Eta mendian? Nola egin hain baldintza gogorretan horren bizimodu zorrotza egiteko? Gasteizen nahiko bizimodu ordenatua egiten du, eta espedizioetan ere hori egiten saiatzen dela gaineratu du. Ibilbideetako kideak, kide ez ezik, lagunak ere badira, eta samurra egin zaio. Hasierako tirabiren ondoren lortu du haiekin ere bizimodurako jarraibide zehatzak finkatzea: «Nire gaixotasunarekin bizitzen ikasi dute; dagoeneko, ezagunak dituzte intsulina-xiringak, badakite dosiak zenbatekoak diren eta badakite asko jan eta intsulina gutxi hartuz gero, hipergluzemiak jota amaituko dudala». Ezustekorik gertatuz gero, nola erantzun ikasi dutela azpimarratu du: «Euren laguntzari esker, igo naizen zortzi milako guztietara bezala, Everestera ere igoko naiz».

Berria egunkaria, 2003-11-15
Egokitua



1.1. ARIKETA-ORRIA

EGIA ala GEZURRA?

1. Diabetikoa zela esan ziotenean erretzeari utzi behar izan zion Fejook.
2. Fejoo haserre dago, ikerkuntzari jartzen zaizkion mugak direla-eta.
3. Fejoori diabetesa 15 urterekin diagnostikatu zioten, duela 23 urte.
4. Fejoo gasteiztarra poloetan eta Everest mendian izan da.
5. Asko jan eta intsulina gutxi hartuz gero, hipergluzemiak jota bukatuko luke Fejook.
6. Diabetikoa denetik bizimodua txarrera aldatu zaio Fejoori.
7. Fejook zortzi urte daramatza gauez irten gabe.
8. Mendian dagoenean, berak bakarrik moldatu behar du, han zaila baita laguntza izatea.
9. Etxean diziplinari eustea zaila egiten zaio Fejoori; mendian, aldiz, erraza.
10. Diabetikoa izan baino lehen, Fejoo berandu jaikitzen zen asteburuetan eta edozein ordutan jaten zuen.



2. IDAZMENA

Egitekoa: INPRIMAKIA BETETZEA

Nola egin:

- Hurrengo orrialdeko inprimakia bete behar duzu.
- Saiatu letra garbia eta txukuna egiten. Boligrafoz idatzi behar duzu.

GAIA: Lantokian batzuek erretzen dute. Askotan esan diezu ez erretzeko, baina ez dizute kasurik egiten.

Bete ezazu bulegoko inprimakia arduradunari egoera azaltzeko eta eskaera egin neurriren bat hartzeko.

Oharra: Kontuan izan ez duzula eskutitza idatzi behar; ez idatzi, beraz, gutunetako ohiko agurrik ("eskaera onartuko duzulakoan", "besterik gabe", "honenbestez agur"...). Hurrengo orrialdeko inprimakia bete behar duzu.



Z
I
R
R
I
B
O
R
R
O
A



Osakidetza
Servicio vasco de salud



Osakidetza
Servicio vasco de salud



Osakidetza
Servicio vasco de salud