

# il girasole

Anno 7 - Numero 16 - dicembre 2007

Semestrale d'informazione dell'Associazione di volontariato Laura Coviello per la lotta contro la leucemia

## Pensieri & Parole

Quest'anno vogliamo esprimere i nostri auguri di Natale ai lettori che ci seguono fedelmente ormai da diversi anni attraverso due lettere toccanti, che sono dei veri e propri doni per lo spirito. La prima è scritta da una ex paziente del dottor Soligo, scomparso ormai da un anno, che ci fa riflettere sull'importanza, nella vita, di 'seminare' bene, perché nel buon ricordo degli altri anche chi ci ha lasciato continua a vivere e a fare del bene. La seconda 'gemma preziosa' è una lezione di ottimismo che arriva da una persona malata. Che il suo entusiasmo possa essere per tutti noi un monito a non cedere all'ormai popolare filosofia del lamento, che concentra l'attenzione comune sulle piccole fatiche quotidiane, distogliendo lo sguardo dai valori più importanti.

### COLOPHON

**Editore:**

Associazione Laura Coviello  
Sede legale e redazione:  
Via V. Foppa, 7 - 20144 Milano  
tel. 02 48022878  
fax 02 48000187

**Indirizzo Internet:** [www.alc.it](http://www.alc.it)

**E-mail:** [info@alc.it](mailto:info@alc.it)

**Tipografia:**

Modulgamma

**Registrazione**

Tribunale di Milano  
n. 54 del 19/01/2000

**Periodicità:** semestrale

Spedizione in abbonamento  
postale

Art. 2 comma 20/c  
legge 662/96, Milano

**Direttore responsabile:**

Maria Cristina Alfieri

**Impaginazione:** Caterina Azzi

**Hanno collaborato:**

Nicoletta Re, Oliva,  
Stefano Manenti.



### IN RICORDO

Il mio Medico mi ha lasciata per sempre. Sono addolorata per la perdita di una persona tanto cara, una persona che mi ha amata come se fossi unica. Come farò senza di lui, lui così sensibile, che non aveva bisogno di parlare, ti capiva, capiva il tuo dolore, i tuoi bisogni, sempre attento, sempre gentile, sempre premuroso? Lui che aveva la capacità di capire e amare ognuno dei suoi pazienti in modo diverso ed unico. Ho davanti agli occhi il suo ultimo saluto, mi ha salutata con un dolcissimo sorriso. L'ho conosciuto il pomeriggio del 29 dicembre 2003: ero paziente nel reparto di ematologia, sono arrivata a lui perché dovevo affrontare il trapianto. Della mia malattia conoscevo poco e altrettanto del mio stato di salute; con serenità mi ha informata del protocollo che intendeva adottare. L'ho ascoltato e per la prima volta ho preso coscienza della gravità della mia malattia. Gli ho chiesto supporto psichiatrico, perché avevo disperato bisogno di aiuto; veramente lo avevo chiesto anche prima, ma mi era stato risposto che l'ospedale non forniva questo tipo di servizio. Lui subito mi ha risposto con un nome e un numero di telefono. Ha sempre considerato questo aspetto del malato di oncematologia e si è sempre prodigato affinché i pazienti ricoverati nel reparto di trapianto avessero questo

tipo di supporto. Una sensibilità verso lo stato d'animo del paziente che non tutti i medici hanno, anzi la mia esperienza mi ha portata a constatare proprio l'opposto: una diffidenza verso questo tipo di trattamento, una scarsa considerazione dello stato psichico del malato, forse perché troppo presi dall'aspetto clinico, fondamentale, di salvare una vita.

Oggi, grazie alla sensibilità ed alla volontà del dott. Soligo esiste un progetto di psicoterapia breve, sostenuto dall'Associazione Laura Coviello che è di supporto ai malati di oncematologia, sia durante il trapianto che dopo, e soprattutto prima cioè quando il malato prende coscienza della sua malattia: momento delicatissimo, forse il più difficile. Mi chiedo perché persone così se ne vanno: avevamo tutti bisogno di lui, io avevo bisogno di lui.

A questa domanda che sembra avere come unica risposta la rassegnazione al dolore, lui stesso ha risposto con la speranza. Ci ha lasciato una grande eredità. Un grande medico è colui che è capace di aprire con generosità la strada ai giovani, la sua esperienza messa a servizio degli altri: i suoi allievi. Guardava avanti, alla ricerca, ma non da solo. Dava spazio agli altri, dava fiducia ai giovani medici: sono loro la nostra speranza. E' questa la grande eredità che ci ha lasciato. Nella vita è sta-

Per eventuali donazioni,  
i nostri riferimenti bancari sono:  
IBAN IT95A 05584 01607 000000048294  
BIC BPMIITM1007



to seme fertile, il seme fertile quando muore lascia radici che germogliano, i germogli sono il futuro e la speranza. Non mi ha lasciata sola: mi ha affidata ai nuovi germogli.

*Oliva*

### L'AVVENTURA DELLA VITA

**C**arissimi, ancora una volta ho un appuntamento con voi per raccontarvi le meraviglie della vita. Sì, sono sempre io, Nicoletta con un trapianto non riuscito alle spalle ed ancora con tutte cellule leucemiche nel mio midollo...



Nicoletta ai Caraibi

Ma la vita non finisce qui! Questa estate mi sono concessa il lusso di trascorrere giorni meravigliosi ai Caraibi: sole, mare, partite di golf e barca a vela... Giornate trascorse a rincorrere le meraviglie che il mondo mi poteva offrire e al mio fianco, mio marito, il grande amore della mia vita ed uno splendido compagno di vita e di avventure. Con lui condivido non solo magnifiche avventure, ma tutta la quotidianità. I nostri piccoli momenti della sera,

rubati dopo una giornata di lavoro intensa, faticosa, ma sempre molto gratificante. Nonostante i problemi, ci ritroviamo a sorridere di fronte a questi piccoli impedimenti... sappiamo fin troppo bene che il nostro cammino è iniziato nel dolore e nell'incertezza di poter continuare la nostra vita insieme. Sapevamo che l'esito del trapianto era incerto e che forse quei lontani giorni del 2000 trascorsi nell'ospedale di Seattle sarebbero stati gli ultimi momenti che potevamo trascorrere insieme. Ed invece la vita aveva in serbo altro per noi: ed eccoci qua nelle splendide acque dei Caraibi!

Viviamo intensamente ogni attimo della nostra vita: e' vero ci sono i problemi, le preoccupazioni, ma sappiamo che fanno parte del nostro cammino. La vita è un continuo alternarsi di gioie e di dolori, ma se sappiamo apprezzare le une come gli altri, allora avremo raggiunto il vero significato della nostra esistenza. Questa è la vita:

apprezziamo ciò che abbiamo perché è davvero tanto: oggi siamo nella disperazione, ma i momenti di gioia arriveranno per consolarci e quando guarderemo indietro diremo: ma è proprio vero? Sono riuscita a superare tutto questo? Ed allora il ricordo del dolore diverrà più dolce, meno amaro.

Ero profondamente diversa prima di intraprendere questo nuovo cammino di vita: ringrazio ogni giorno il destino che

mi ha fatto incontrare la dott.ssa Canonico. Il suo è stato un addestramento alla vera vita; ad apprendere i veri valori dell'esistenza e a vivere la vita in assoluta armonia. Il cammino per arrivare a questo stato di serenità, ma soprattutto di consapevolezza, è stato difficile e doloroso, ma sono felice di averlo fatto. Mi è stato insegnato a diventare responsabile della mia malattia in primis e delle scelte della mia vita!

La malattia o disequilibrio, nasce da una vita che non sentiamo nostra, ma che ci fa comodo mantenere, forse per non lasciare le poche certezze o assicurazioni che abbiamo e soprattutto perché non vogliamo cambiare. I cambiamenti fanno sempre paura. Ci fa comodo mantenere le nostre abitudini.... ma come possiamo chiamare vita un adattamento a ciò che abbiamo e che non ci rende felici? Tutti noi aneliamo alla felicità, ma ce la dobbiamo conquistare.... Non piove giù dal cielo!

Per arrivarci dobbiamo innanzitutto conoscere noi stessi: ciò che per noi è bene e ciò che per noi è male. Una volta divenuti consapevoli di questo, abbandoneremo i comportamenti che ci hanno condotto alla malattia e ritroveremo uno stato di salute, anche se il disequilibrio permane come nel mio caso. So che la leucemia c'è, so che devo andare in ospedale per i soliti controlli, ma so che posso vivere serenamente il mio lavoro, i momenti con gli amici e la condivisione della mia vita con mio marito... Tutto questo è vita e tutto questo può portare ad una vacanza da sogno ai Caraibi e che nel lontano 2000 sembrava impossibile da realizzare.

Io non chiedo nulla alla vita, tutto ciò che ogni giorno mi arriva, è un grande dono e trovo il momento dentro di me per ringraziare.

Ringrazio tutti coloro che mi sono stati vicini e che mi sono vicini in questo mio cammino di vita, ma ringrazio soprattutto la mia Grande Maestra che mi ha insegnato e che mi insegna tuttora le verità dell'esistenza. E la morte? L'ho forse dimenticata? Nossignori, sono consapevole che il giorno potrebbe arrivare senza "preavviso". E allora? Non è forse questo un valido motivo per vivere intensamente ogni giorno?

*Nicoletta*

Post it

### Ringraziamo sentitamente tutti coloro che hanno ricordato i propri cari scomparsi con offerte alla nostra Associazione:

- Il Signor Ugo Bottini in ricordo del Signor Roberto Facco
- Il Signor Roberto Ceccarani in ricordo del Signor Franco Polidori
- Il Signor Enrico Colombo in ricordo del dr. Soligo
- La Signora Anna Montini in ricordo del Signor Umberto Pasi
- Il Signor Paolo Rossi in ricordo di Silvana Olivo
- Il Signor Alberto Roccella in ricordo del Signor Giuseppe Rossetti
- Grazie di cuore a Prisca e Massimo Fossati per aver pensato a noi in occasione del loro matrimonio devolvendoci l'importo delle bomboniere

**Destina il tuo 5 per mille dell'IRPEF (sul mod. 730 o mod. UNICO PF o mod. CUD) con una firma indicando il nostro codice fiscale 097175790159 e il nostro aiuto al Centro Trapianti di Midollo Osseo continuerà anche grazie a Te!**



## Lavori in Corso

Sono psichiatra e lavoro presso l'Ospedale Maggiore Policlinico di Milano. Ho già scritto su questo giornale per presentare il progetto di ricerca sostenuto dall'Associazione Laura Coviello dedicato al sostegno psicologico delle persone che affrontano il trapianto di midollo osseo e di cellule staminali presso il padiglione Marcora dello stesso ospedale. Il mio lavoro consiste nel valutare le persone che si apprestano al ricovero in camera sterile e di accompagnarle in un sostegno psicologico con colloqui a cadenza settimanale per tutta la durata del ricovero. Negli ultimi quattro anni ho assistito più di centocinquanta pazienti. Qualche volta la presa in cura è avvenuta tempo prima il ricovero e si è prolungata anche oltre. La mia competenza psichiatrica mi ha permesso di individuare in alcuni casi la presenza di un disagio psichico, come la depressione, l'ansia o l'insonnia, meritevoli di un trattamento farmacologico. In realtà però il mio obiettivo di fronte ad ogni paziente è quello di costruire il più velocemente possibile un rapporto di fiducia, all'interno del quale il paziente si senta libero di manifestare il proprio stato d'animo, le proprie idee, le proprie emozioni, le paure come le speranze. Si potrebbe immaginare che sia difficile creare questo spazio relazionale di "intimità" in così poco tempo. In realtà la camera sterile, la malattia, la sofferenza del corpo permettono spesso di abbattere le distanze che normalmente vi sono tra estranei. Queste caratteristiche, insieme all'atteggiamento "neutrale", cioè non giudicante nel quale mi propongo, hanno spesso permesso di far emergere molto di ciò che sta attorno al problema per cui sono ricoverati. Infatti due sono i punti più importanti da esplorare nei miei colloqui: come la malattia ha cambiato la vita dei pazienti? Come hanno reagito?, con il fine di individuare i punti di fragilità e quelli di forza di ciascuno. Vorrei sottolineare il fatto che nei colloqui cerco di lasciarmi condurre dai pazienti nel territorio di pensieri e sentimenti nel quale vogliono o sono pronti a portarmi. Non è opportuno forzare riflessioni laddove possono portare ad una sofferenza ulteriore. Io cerco di presentarmi come uno strumento utile, lasciando poi al paziente la possibilità di utilizzarmi come meglio crede. Ora vorrei ri-

**In questa rubrica generalmente pubblichiamo gli scritti e le riflessioni di medici e professionisti che con generosità si dedicano alla cura della leucemia e alla ricerca. Questo mese ospitiamo la testimonianza di Stefano Manenti che si prende cura dei pazienti ricoverati nelle camere sterili, stimolandoli attraverso i colloqui a vincere le preoccupazioni e le incertezze immediate e future.**



portare alcune considerazioni riguardo al lavoro di questi anni. Ciò che ho osservato nelle persone è che la malattia è parte di una vita che è però fatta di famiglia, di amicizie, di lavoro, di interessi. Che è fatta di ricordi del passato e di progetti del futuro, che è fatta di quotidianità. A volte chi lavora con i pazienti si dimentica di considerare questi importantissimi dati, a discapito della qualità della cura offerta. Non bisogna mai dimenticare che non ci occupiamo di malattie, ma di malati. Spesso la comparsa della malattia è descritta un po' come l'arrivo improvviso di un pericoloso nemico, tanto insidioso quanto potente. Le metafore utilizzate per descriverla e immaginarla sono spesso prese dal mondo bellico: parole come guerra, battaglia, armi, combattere sono molto comuni. La malattia è sentita frequentemente come qualcosa di estraneo da eliminare. Sintomi come la stanchezza, l'insicurezza, l'attesa, l'imprevedibilità, la dipendenza dagli altri sembrano dei generali pronti a dar battaglia, dal cui assalto ci si deve imparare a difendere. Occorre imparare a controllare la rabbia, l'insofferenza, la tristezza e il distacco, l'illusione. Le paure, nominate, o innominabili, sono difficili da contrastare: la paura di perdere la vita sembra un concetto lontano, ma acquista forza quando viene declinato nella paura di lasciare i propri figli, i propri compagni, i propri amici. E le preoccupazioni che in genere occupano la mente di chi deve fare un trapianto sono più riferite alla quotidianità: il lasciare la familiarità della propria casa, dei propri luoghi, lasciare un po' le responsabilità della famiglia, dello studio e del lavoro, il desiderio di riprendere in fretta la normalità. Certo conta tanto l'età dei pazienti, poiché più il paziente è giovane più l'emotività viene

scossa profondamente. Ammalarsi, è considerato ingiusto, innaturale e inaccettabile.

La malattia ha però in sé anche un potenziale benefico, facilmente riconosciuto dai pazienti, è come un setaccio che trattiene l'oro dall'acqua: "cos'è veramente importante nella mia vita? Quali sono i rapporti che voglio coltivare? Quali sono gli amici che mi sono stati vicino?". In questo senso c'è qualcosa di amichevole nella malattia, che porta un cambiamento del punto di vista sulla propria vita, invita a fare bilanci, a considerare gli affetti ed i legami familiari, costringe a usare tutte le proprie abilità e risorse. Invita, oserei dire, ad essere sinceri verso se stessi e verso gli altri. Dono terribile, certo, ma comunque spesso apprezzato dai pazienti. In questi anni ho potuto constatare che le difese psicologiche che i pazienti e i loro familiari mettono in campo sono spesso inaspettatamente solide e resistenti. Mi sono però posto degli obiettivi nei miei interventi:

**Primo:** rispettare la dignità della vita di ciascuna persona, in questo particolare momento di fragilità

**Secondo:** comprendere le difficoltà, rassicurare sulla normalità di certe reazioni emotive

**Terzo:** prevedere e anticipare i problemi psicologici futuri

**Quarto:** sostenere, rinforzare le capacità e le risorse di ciascuno.

Credo che questi obiettivi siano condivisi da tutta l'equipe di medici e infermieri che lavorano nel centro trapianti. Pochissime infatti sono le lamentele che ho raccolto in tanti anni a proposito della professionalità ed umanità dello staff. In particolare vorrei ricordare Laura Ottani, Claudio Annaloro, Patrizia Usardi e Francesco Onida, che costituiscono il nucleo del centro trapianti. Sono ormai quasi quattro anni che collaboro con queste persone in modo proficuo, e vorrei cogliere questa occasione per ringraziarli della loro disponibilità. Un carissimo pensiero va a Davide Soligo, che mi è sempre stato vicino. I miei più sentiti ringraziamenti vanno però a tutta l'Associazione Laura Coviello, in particolare alla signora Clelia Grimaldi, che si è sempre dimostrata sensibile ai bisogni psicologici dei pazienti, offrendomi la possibilità di rispondere, per quanto ho potuto, a tali bisogni.



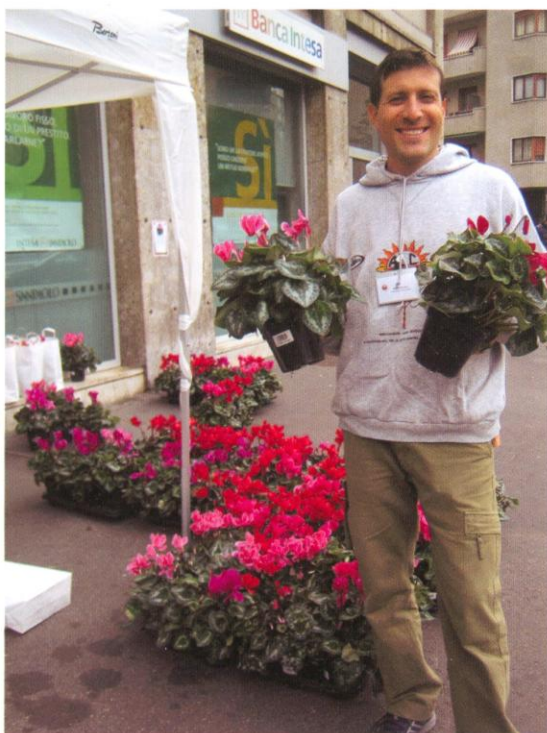


## LenostreAttività

Il 12 Maggio presso il Teatro Gabbiano di Ghedi (BS) un caldo pubblico ha decretato il vincitore della III Edizione "Premio Canzone d'Autore". La serata è stata allietata, oltre che da buona musica inedita, dalla splendida voce di Dolcenera, ospite d'onore.

Grande vittoria anche della solidarietà: l'incasso della serata è stato devoluto alla nostra Associazione. Grazie di cuore ad Alberto Solazzi e a tutto lo staff di Music Association per averci coinvolti.

Il 29 e 30 Settembre alcune piazze di Milano, di Lonate e della provincia di Brescia si sono colorate con i nostri ciclami. Un grazie di cuore, come sempre, ai nostri volontari, che ci affiancano in questa occasione e a tutti coloro che, anno dopo anno, abbelliscono i loro balconi con i nostri fiori.



Music Association  
COMUNE DI GHEDI | PRO.LOCO GHEDI | PROVINCIA BS

presentano

III<sup>a</sup> edizione 2007  
**PREMIO CANZONE D'AUTORE**

CONCORSO NAZIONALE DI BRANI INEDITI PER CANTAUTORI, INTERPRETI E GRUPPI

TEATRO "IL GABBIANO" GHEDI

SEMIFINALE  
VENERDI 11  
MAGGIO  
ORE 20,30  
Ingresso euro 6,00 + 1,00 taxa  
**LISA**

FINALISSIMA  
SABATO 12  
MAGGIO  
ORE 20,45  
Ingresso euro 11,00 + 1,00 taxa + 1,00 taxa  
euro 7,50 + 1,00 taxa + 1,00 taxa  
**DOLCENERA**

SERATA IN DIRETTA RADIOFONICA NAZIONALE SU **inBit**  
Direzione artistica: LUCIO FABBRI  
DISPONIBILI ABBONAMENTI E BIGLIETTI IN PREVENDITA  
INFO E PRENOTAZIONI: tel. 030.7146657 (Marco c/o Cavalli Musica)  
3485592822 (Roberta)  
[www.premiocanzonedautore.it](http://www.premiocanzonedautore.it)  
Serate amplificate con impianti audio dB Technologies

BCC Agrobresciano | dB Technologies | P.F.S.B. | GREINER | EXA studios | VEZZOLA S.p.A. | HOPE MUSIC | Radio Voce | semeraro

### ODE ALLA VITA

Lentamente muore chi diventa schiavo dell'abitudine, ripetendo ogni giorno gli stessi percorsi, chi non cambia la marca, chi non rischia e cambia colore dei vestiti, chi non parla a chi non conosce.

Muore lentamente chi evita una passione, chi preferisce il nero su bianco e i puntini sulle "i" piuttosto che un insieme di emozioni, proprio quelle che fanno brillare gli occhi, quelle che fanno di uno sbadiglio un sorriso, quelle che fanno battere il cuore davanti all'errore e ai sentimenti.

Lentamente muore chi non capovolge il tavolo, chi è infelice sul lavoro, chi non rischia la certezza per l'incertezza, per inseguire un sogno, chi non si permette almeno una volta nella vita di fuggire ai consigli sensati. Lentamente muore chi non viaggia, chi non legge, chi non ascolta musica, chi non trova grazia in se stesso. Muore lentamente chi distrugge l'amor proprio, chi non si lascia aiutare; chi passa i giorni a lamentarsi della propria sfortuna o della pioggia incessante.

Lentamente muore chi abbandona un progetto prima di iniziarlo, chi non fa domande sugli argomenti che non conosce, chi non risponde quando gli chiedono qualcosa che conosce.

Evitiamo la morte a piccole dosi, ricordando sempre che essere vivo richiede uno sforzo di gran lunga maggiore del semplice fatto di respirare. Soltanto l'ardente pazienza porterà al raggiungimento di una splendida felicità

Pablo Neruda