

Susanna

SUSANNA, C COME COLESTEROLO E CORAGGIO

La sensazione che ho in questo momento, mentre la mia mente tenta di mettere insieme le informazioni necessarie e le mie dita spingono decise sulla tastiera, è quella di essere una donna **“Coraggiosa”**, con la C maiuscola.

Trovarsi di fronte ad una fase della vita, che la letteratura scientifica definisce: “Evento fisiologico corrispondente al termine dell’età fertile” e affrontarla, credete, **non è facile**.

Tutto è cominciato circa due anni fa quando il mio corpo, in maniera molto naturale, è voluto entrare in quel limbo in cui tutto sembra strano, è come rivivere il periodo dell’adolescenza, fatto di continui e inaspettati cambiamenti. Ti rassegni alle ondate di caldo che all’improvviso ti assalgono, ti rassegni alla perdita del ciclo (maledetto fino a qualche tempo prima e desiderato ora che sai di non poter tornare indietro), cerchi di adeguarti, **chiusa in un corpo che si trasforma** e che non riconosci più essere tuo... ma vai avanti e ti consoli con le amiche che hanno anche loro i tuoi stessi problemi.

Fin qui nulla di strano... **è il ciclo della vita!**

Ma quando al **cambiamento** corrisponde un **peggioramento della salute**, allora si innescano in te dei meccanismi che non puoi controllare direttamente e in maniera autonoma, perciò sei costretta a chiedere aiuto.

Per prima cosa ti rivolgi a chi ne sa più di te, sicura che si tenga conto di tutti gli aspetti che contraddistinguono la tua **persona** e soprattutto la tua **personalità**.

Da qui ha inizio la mia guerra **contro il Colesterolo...** con la C maiuscola!

Marzo 2018:

Dopo aver fatto la solita doccia mattutina e mi accingo a vestirmi, il mio sguardo si volge verso lo specchio che mi sta di fronte... mi giro di fianco e dico con tono perplesso "Ma che sono incinta? No, che scema, non è possibile! Il ciclo è andato via già da un po'!". Poi lo sguardo si posa nella profondità dell'altro specchio, che mi sta dietro e noto, che nella parte centrale della mia schiena, ai lati, sono presenti due bei "risvoltini" di ciccia mai avuti prima.

Che **trasformazione**, ma quando è avvenuta?

-Sto proprio ingrassando a dismisura! "- mi dico.

Possibile che prima d'ora non me ne sia resa conto, presa, come tutte le donne della mia età, da mille altre preoccupazioni?

Mi guardo dritta negli occhi e senza che lo specchio possa replicare, mi riprometto di prendere un appuntamento dalla mia nutrizionista.

27 Aprile 2018

Effettuato il prelievo. Passano sei giorni, i risultati mi attendon...eccoli. Il foglio è tra le mie mani, con curiosità guardo i valori ...non mi tornano i conti... leggo sgranando gli occhi quell'unico valore fra tanti: **370** (colesterolo totale).

Così tanto? Come è possibile? Ma che significa?

Di corsa chiamo la dottoressa che con estrema professionalità mi invita ad andare dal mio dottore il quale, senza batter ciglio, dopo aver letto i risultati delle analisi, mi prescrive la compressa per abbassare il temuto valore. Come un soldato sto per attenermi alla regola imposta, certa che con una cura di qualche giorno tutto torni a posto. Ma alla domanda, **"Ok, ma per quanto tempo devo prendere la pasticca?"**

Mi viene risposto: "Con questi valori cara mia? **PER SEMPRE**, cioè tutta la vita!!!"

In quel momento non riesco a dire nulla, intenta come sono a pensare a tutte le conseguenze a cui sarei potuta andare incontro se non avessi seguito la prescrizione del medico.

Poi rifletto, torno indietro e dico al mio dottore di voler ripetere l'esame, convinta che il laboratorio abbia sbagliato ad analizzare il mio campione e che lo abbiano scambiato con quello di qualcun' altro.

Niente da fare, il dottore dice che è difficile possano aver sbagliato, devo rassegnarmi alla nuova dimensione di vita: la pasticca.

10 maggio 2018

Immersa nei miei tanti dubbi vado a trovare in studio **la mia nutrizionista**.

Le racconto cosa mi sta succedendo e le spiego che vorrei trovare un'alternativa all'unica soluzione che mi è stata proposta e decisa più che mai a ripetere al più presto le analisi.

Nel frattempo mi sono informata sulla "**statina**", la sostanza presente nel farmaco che fa abbassare il colesterolo, consentendo la prevenzione di patologie cardio-vascolari. La mia dottoressa, nutrizionista e biologa, mi ascolta e mi aiuta ad approfondire la questione cercando articoli che trattano l'argomento e specialisti che **NON** vedono nella "atorvastatina da 20 mg" **unica e sola soluzione** per combattere la colesterolemia.

16 maggio 2018

Torno dal mio medico curante ma alla richiesta di voler ripetere le analisi mi risponde che non può prescrivermi un'altra impegnativa perché non è passato un mese dall'ultima. Di mia iniziativa mi rivolgo ad un laboratorio analisi privato. Faccio il prelievo, ritiro il risultato: Colesterolo totale **258**.

Cavolo è decisamente più basso, “meno male” dico a me stessa” .

Ciò purtroppo non basta.

Per sostenere la mia tesi avrei dovuto avere un valore più basso e ripetere il prelievo nello stesso laboratorio. Torno dal dottore, imprecaando affinché la mia condanna avvenisse dopo un regolare processo!. Nulla da fare, **devo agire ancora una volta di testa mia.**

23 Maggio 2018

Prendo un appuntamento con la dottoressa responsabile del laboratorio dove ho effettuato il primo prelievo. Dopo avermi ascoltata con pazienza, anche se è convinta che gli esami sono giusti, ci accordiamo per ripetere le analisi l'indomani.

Tiro un sospiro di sollievo... **qualcuno mi ascolta!**

28 Maggio 2018

Risultati pronti. Questi i valori:

290 colesterolo totale (Confermato), sottolinea la nota.

MOMENTO DI CRISI... CHE FARE... ARRENDERMI O CONTINUARE A COMBATTERE?

Dal mio dottore inutile che ci vada, confermerebbe la sua giusta e indiscussa tesi. Fra l'altro mi ha prescritto degli accertamenti da fare (elettrocardiogramma, visita cardiologica ed ecodoppler tronchi sovraortici).

Chiamo per l'ennesima volta la mia nutrizionista, mi consiglia un cardiologo molto bravo che potrà valutare il da farsi senza essere troppo legato al protocollo della medicina tradizionale. E' un ottimo specialista, riceve privatamente a Roma per appuntamento.

06 giugno 2018

Decido di andare in una struttura pubblica della mia zona.

Ritiro i risultati e parlo con il cardiologo, **anzi discuto con la cardiologa!**

“Gli esami sono tutti ok, ma resta troppo alta la colesterolemia, **DEVE** prendere la pasticca”

Sono contrariata, si capisce. Così continua “ **Lei signora uscita da questa porta può fare ciò che vuole, ma sappia che è un soggetto a rischio**”, mi spiega con tono tutt’altro che rassicurante.

Devo prendere la pasticca.? **NO, NON MI ARRENDO.**

07 giugno 2018

La dottoressa, ormai entrata in empatia con me, dice di essere pronta a sostenermi e se sono d’accordo proviamo ad iniziare una dieta mirata a perdere peso (cattivo alleato del colesterolo) ma **devo essere più costante nel fare attività fisica**. La dieta è bilanciata ma estremamente restrittiva.

Controllo per il 20 di agosto.

Ora si va in ferie.

Evviva, sono pronta... **3, 2, 1... si parte!**

20 agosto 2018

Le vacanze sono giunte al termine... **la dieta sta andando alla grande**, ho perso i chili di troppo e mi muovo abbastanza. **Mi sento bene, anche i fastidiosi dolori articolari sembrano essersi dileguati...** spero anche il colesterolo.

Torno dal mio medico, indispensabile per avere la prescrizione, più leggera e serena. “Caro dottore voglio ripetere le analisi”.

0 la va o la spacca!

Non può certo dirmi di no, sono passati due mesi! Ottengo la mia ricetta, consapevole che potrei aver lottato contro i mulini a vento se i risultati non saranno diversi

dall'ultima volta.

Fiera comunque di averci almeno provato.

24 agosto 2018

Ho ritirato ora il referto, le mani mi tremano, mi siedo nella gelida panca di metallo.

Apro la busta, estraggo il foglio ben piegato nelle sue tre parti e leggo i risultati.

Mi sento emozionata, un leggero vento che parte dal basso invade la mia persona.

E' TUTTO VERO. Stavolta non penso minimamente che si siano sbagliati.

Colesterolo totale: 205 !!!!!!!!!!!!!!!

"Dottoressa sarai fiera di me", dico a voce alta.

A me stessa invece dico, quasi con le lacrime agli occhi:

«Cara me, con la C maiuscola, la guerra contro il Colesterolo non è finita e sarà dura da combattere, ma la prima battaglia l'abbiamo, di sicuro, vinta noi.»

Ciò che ho dichiarato in queste spicciole righe è **la verità, nuda e cruda.**

Sono una donna di 53 anni, nata sotto il segno del capricorno. Testarda ma con uno spiccato senso di responsabilità, consapevole dei cambiamenti e delle conseguenze che tali cambiamenti hanno sul benessere di una persona.

Spero però che la mia storia potrà essere presa in considerazione.

Certo il mio comportamento non è da emulare, bisogna comunque affidarsi a professionisti che siano in grado di guardarti dentro e saperti guidare al di là dei protocolli stabiliti che vedono, nella prescrizione di farmaci, l'unico modo per combattere un problema legato alla salute.