

In questi mesi ho riflettuto sullo stato di salute e i vari sintomi della mia vita per cercare di capire quando e' iniziato tutto, penso di essere cosi' da sempre, gia'da piccola ai cambi di stagione ero sotto tono, era come se avessi 'il freno a mano tirato', il pediatra mi ordinava vari integratori che effettivamente mi rimettevano in forma, ma quando finivo di prenderli riero punto e a capo. La sensazione del freno a mano l'ho piu' o meno sempre avuta, solo che mi sono costruita la vita assecondando le mie forze. In prima media doveti interrompere le lezioni di tennis (con grande dispiacere) perche' tornavo distrutta dall'allenamento e non ce la facevo a scuola, a educazione fisica non ero brava, nonostante l'impegno la mia resistenza fisica era piuttosto bassa. Arriva il tempo delle superiori il 7 ad educazione fisica (per le presenze) mi stava bene e tutto procedeva bene fino a quando non arrivo' l'anno della maturita'. Fu' un anno impegnativo da subito ed io iniziai ad accusare colpi dopo il primo trimestre. Non ce la facevo ad alzarmi la mattina, non mi svegliavo riposata e tutto quello che studiavo non mi rimaneva in mente. Fu un anno duro, anche perche' nonostante sia sempre stata brava a scuola agli altri sembrava che non mi importasse niente! Dopo la maturita' mi costruii le giornate secondo il mio ritmo, andava 'tutto bene' fino a quando presi la salmonella e scoprii di essere celiaca. Dopo 6 anni di dieta senza glutine mi sembra' di avere il famoso 'freno a mano tirato', perche' gli altri celiaci stavano bene, riuscivano a fare sport tranquillamente mentre io non mi sentivo in forma al 100%, anzi, la mattina avevo le gambe stanche e doloranti e mi facevano male i tendini delle braccia. La diagnosi del mio medico fu' che dovevo camminare di piu' e che ero ansiosa perche' il tutto era colpa della celiachia (attenzione, non ho mai sgarrato nella dieta). E con la storia dell'ansia e della celiachia sono andata avanti anche se non ne ero convinta ma era frustrante non essere creduta! In questi anni capii che la mia energia disponibile era limitata e una volta esaurita andavo in 'cortocircuito': perdevo l'equilibrio, mi mancava l'aria, non riuscivo a respirare, si annebbiava la vista e avevo sbalzi terribili di umore, ma..ero celiaca e ansiosa.

Arriva il matrimonio, naturalmente arrivai stanchina e tornai dal viaggio di nozze uguale, non riuscii a riposarmi neanche un po', ma...ero celiaca e ansiosa.

Dopo un anno faticavo ancora a prendere il mio nuovo ritmo di vita diviso tra casa e lavoro, e poco per volta arrivarono anche profondi stati di ansia improvvisi: ero assalita dal terrore, il cuore batteva forte e a volte anche crisi di pianto, la mattina mi alzavo tardi (non ho perso il lavoro perche' lavoro nel negozio di famiglia), dopo pranzo avevo mal di testa e andavo a letto, continuavo a svegliarmi stanca e con le gambe dolenti, non riposata e con i muscoli rigidi, il mio medico mi ordino' antispastici e goccioline per dormire, dicendomi di sforzarmi un po' di più (gli esami del sangue erano perfetti, una persona sana)...perche'... ero celiaca e ansiosa... un giorno pero' dissi basta!

Ho insistito tanto per iniziare ad indagare su eventuali cause!

A questo punto scopro una forte allergia al nichel. Stando attenta al cibo sgonfiai e

pensai di riuscire a stare meglio ma iniziai a perdere troppi chili quindi cercai aiuto da una nutrizionista e come sempre i primi due mesi recuperai un pò, il mio corpo rispondeva bene alla nuova dieta, dopo però iniziai a perdere ciò che avevo recuperato, la nutrizionista non sapeva darmi una risposta e mi consigliò di indagare sulla tiroide, ovviamente era tutto nelle regole!

Finalmente arriva un medico nuovo, mia cugina studentessa di medicina mi consiglia di andare in reumatologia a Villa Monna Tessa a Firenze, ne parlai al mio nuovo medico e per la prima volta sentii parlare di fibromialgia.

Ed eccomi a Firenze, care dottoresse Maddali e Di Felice grazie, finalmente qualcuno credeva a ciò che dicevo!

La terapia che mi propose la dottoressa era per me insolita, ma iniziai fiduciosa e curiosa il metodo Resseguier. Riuscii subito a riprendere contatto con il mio corpo e di conseguenza a sentirne i benefici, adesso sono passati circa 9 mesi e i miglioramenti ci sono stati e continuano ad esserci. Il problema che ho risolto subito è stata la rigidità dei muscoli delle gambe e la sensazione di dolore che avevo quando mi sfioravo le braccia e le gambe, riesco a gestire meglio la stanchezza e la mattina mi sveglio riposata, è cambiato anche il mio modo di pormi agli altri e si è modificato anche il gusto! Ho ancora tanta strada da fare ma i risultati raggiunti fino ad oggi mi spronano a continuare così!