

il Girasole

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

Anno 25 - Numero 51 - Giugno 2025

Questo mese vi proponiamo una lettera che ci aiuta a capire le fasi che scandiscono la malattia: ripercorre le sensazioni che giorno per giorno sconvolgono, disorientano, ma anche quelle che ricaricano e danno speranza. Un viaggio dalla scoperta del male alla guarigione che una paziente ematologica ha voluto condividere con gli amici della nostra Associazione

PENSIERI&PAROLE



**Editore
Associazione
Laura Coviello
Sede legale
e redazione**
Via V. Foppa, 7
20144 Milano
tel. 02 48022878

Indirizzo Internet www.alc.it

E-mail info@alc.it

Tipografia Modulgamma s.n.c.

Registrazione Tribunale di Milano
n. 54 del 19/01/00

Periodicità semestrale

Spedizione in abbonamento postale

Art. 2 comma 2 LO/MI,
legge 662/96, Milano

Direttore responsabile

Maria Cristina Alfieri

Impaginazione

Caterina Azzi

Contributi:

Antonietta

Per eventuali donazioni

i nostri riferimenti bancari sono

IBAN: IT 78 B 05034 01695 000000048294

SWIFT BAPPIT21393

Mi chiamo Elena, ho 38 anni e sono della provincia di Como.

La mia vita era semplice: tanto lavoro, un compagno e un cagnolino che amavo alla follia e una passione smodata per la pole dance. Non mi fermavo un attimo ed ero felice.

Il 14 febbraio 2020 mi venne recapitato in ufficio un mazzo di rose rosse meraviglioso per i 10 anni di fidanzamento, ero al settimo cielo... lo stesso giorno però, mentre lavoravo, avvertii una piccola pallina dietro l'orecchio. Non so, in tempi normali nemmeno l'avrei fatta vedere, ma era come se sentissi che qualcosa non andava. Convinta dalle mie colleghe che fosse una pallina di grasso, chiamai il dermatologo il quale mi confermò che si trattava di un linfonodo ingrossato e mi consigliò di andare dal medico di base per fare gli accertamenti del caso.

Iniziai con gli esami del sangue di controllo, poi per HIV, epatite e che più ne ha più ne metta. Arrivarono gli esiti il giorno del mio compleanno, il 22 febbraio: tutto negativo. Tuttavia mancavano ancora i risultati delle varie radiografie che da lì a breve mi rimandarono ad un controllo gineco-

logico, perché si era evidenziato un fibroma. A quel punto i pensieri andarono immediatamente a un tumore all'utero. Dopo la visita, il mio medico mi diede appuntamento in ospedale per una TAC con contrasto, perché il problema non sarebbe potuto essere di tipo ginecologico. Un paio di giorni dopo mi chiamò e mi disse di andare subito in ospedale, entrai nel suo studio e mi guardò negli occhi: "La situazione non è bella. Ha un probabile Linfoma con metastasi a cuore, fegato, reni, polmoni". Una sentenza di morte.

Lo guardai piangendo e gli chiesi se sarei morta. Cercò di rassicurarmi e mi portò d'urgenza a fare una biopsia. Dopo un paio di giorni mi ricoverarono nel reparto di ematologia dell'Ospedale Valduce di Como e iniziarono a trattarmi con il cortisone perché i linfonodi, dal giorno della biopsia, erano quadruplicati.

Tempo 24 ore e arrivò la diagnosi definitiva: "Leucemia Linfoblastica Acuta di tipo T", unica tipologia che in quell'ospedale non avrebbero potuto curare al 100% ma solamente all'80 per cento.

Il primario mi lasciò libera scelta, ma

per il mio bene prese subito contatto con Milano e mi prenotò il trasporto in ambulanza per il giorno successivo, destinazione Policlinico.

Tutto questo in piena pandemia, in totale solitudine, io che fino a quel momento avevo bisogno di mia madre ottantenne a tenermi la mano per dei semplici esami del sangue. Arrivai a Milano mercoledì 11 marzo, piena di paure e con il cuore angosciato. I medici si affrettarono a dire che il termine "Metastasi" era improprio, ma che i linfonodi erano talmente ingrossati che stavano schiacciando gli organi vitali, quindi avremmo dovuto iniziare subito con la terapia senza procedere con il congelamento degli ovuli. Seconda bordata: non avrei più potuto diventare madre.

"Le cose iniziano a diventare troppe" pensai. I medici mi dissero che avrei dovuto affrontare otto cicli di chemioterapia, ma che con ottime probabilità non mi sarei dovuta sottoporre a trapianto. "OK, è un piccolo segno positivo", pensai.

Quando ricevi una diagnosi del genere e ti trovi di fronte una montagna da scalare da sola, non hai mai scelta. Ti risvegli la mattina dopo e ti ritrovi addosso un'armatura, perché tutti iniziano a chiamarti guerriera e tu lo diventi, non perché tu lo sia, ma perché non hai scelta se non quella di combattere per il bene più prezioso, la tua vita.

Iniziai il primo ciclo, mi abituai ben presto a continui prelievi, trasfusioni, alla presenza di aghi e di medicinali che lasciavano cattivo sapore in bocca e sensazioni strane nel mio corpo. Era tutto nuovo, anche e soprattutto il dolore.

Tuttavia la parte più difficile paradossalmente non fu quella fisica, ma quella mentale.

Ho avuto un grandissimo supporto da parte dei medici a cui mi sono completamente affidata e dagli infermieri, che ben presto sono diventati i miei migliori amici, veri angeli pronti ad ascoltare tutte le nostre paure e le nostre paranoie. E poi ci sono state loro... le compagne di stanza... Certo, con qualcuna è nata l'amicizia e si è creata più empatia, ma tutte, nessuna esclusa, mi hanno aiutata nel percorso e mi hanno insegnato qualcosa.

Questa malattia e la solitudine causata dal Covid, mi hanno portata fin da subito a riflettere e a lavorare su me stessa per vedere questa condizione come

una grande possibilità. Sembra assurdo, ma ti guardi dentro, ti guardi intorno e impari a dare le giuste priorità alla tua vita. Respiri profondamente e inizi a comprendere il tuo IO più vero, i tuoi affetti sinceri... cose a cui magari, nella frenesia del quotidiano, non pensi e allora inizi a tagliare i rami secchi, perché nulla come questa malattia ti permette di percepire chi veramente tiene a te e chi lo fa solo per opportunismo. Ben presto iniziai a vivere l'ospedale come una casa in cui mi sentivo protetta e sicura, tanto è vero che, anche a causa di un'infezione che aveva prolungato il primo ciclo, restai direttamente dentro anche per il secondo. Dopo circa 70 giorni di ricovero, era arrivato il momento di tornare a casa e mi ritrovai ad avere paura.

Paura della normalità, spavento per il covid, per il fatto di non essere continuamente sotto controllo medico, di lasciare quello che sentivo come un nido sicuro. Una volta a casa, piano piano, ho recuperato fiducia in me stessa e dopo i primi giorni di debolezza sono tornata alla mia vita (certo un pochino riadattata), ma non mi sembrava vero... Anche se per pochi giorni, sono tornata a respirare e ho ricaricato le batterie per il terzo ciclo. Cercavo di vivere questa routine come una sorta di vacanza o di tournée, un mese a Milano e 10/15 giorni a casa, ciclo dopo ciclo. Dopo lo scollinamento del quarto ciclo, ho iniziato a vedere un pochino di luce, anche se ci sono stati tanti momenti in cui il tempo necessario per arrivare alla fine sembrava dilatarsi e l'obiettivo allontanarsi da me.

Nonostante tutto, nonostante la mia

fragilità, si stava avvicinando la fine del percorso, ma aumentavano i momenti di pianto e di buio profondo. Da ogni parte mi sentivo dire a ripetizione: "Dai, non mollare. Sei forte. Sei una guerriera. Forza dai che manca poco". Queste frasi mi facevano a tratti quasi rabbia, perché nessuno sembrava realmente capire quanto fossi svuotata fisicamente e psicologicamente, nonostante abbia sempre cercato di vivere con il sorriso e l'ironia, senza far trasparire il dolore.

Tra alti e bassi arriviamo al settimo ciclo, il penultimo! Stava andando tutto bene: terapia, aplasia, qualche infezione che mi portava febbre, ma era un po' tipico dei miei ricoveri, quindi ero tranquilla. Purtroppo però la mia compagna di stanza che, ahimè, aveva avuto il Covid, è risultata positiva ai tamponi di controllo e nonostante l'isolamento immediato, dopo 10 giorni in cui venivo controllata quotidianamente e risultavo sempre negativa, all'ultimo tampone l'esito fu "debolmente positiva".

Trasferimento in malattie infettive, isolamento e ricovero prolungato. Quello è stato un momento davvero brutto: sebbene non avessi alcun sintomo, era la testa a non tenere più. Sono tornata un po' come all'inizio, ai mille perché a cui non c'è risposta, ma non potevo far altro che vestirmi da supereroe e continuare a lottare perché evidentemente Dio nel mio percorso aveva previsto anche questa fermata.

Una volta negativizzata tornai a casa. Era dicembre e grazie al cielo ho potuto festeggiare Natale con il mio compagno. È iniziato un nuovo anno e io sono carica e pronta per il mio ultimo ciclo di chemio, finalmente l'ottavo prima che questo incubo abbia fine.

Anche questa volta sembrava procedere tutto bene, ma l'esito di un esame per me odiosissimo, la rachicentesi, è risultato positivo alla malattia per 40 cellule! Non volevo crederci, in un anno avevo sempre avuto esami negativi, malattia in remissione completa dopo il quarto ciclo e ora, sul finire, una caduta a pochi passi dal traguardo. Mi ricorderò sempre quando due delle mie dottoresse entrarono nella mia stanza e io sentii da fuori la porta che dicevano: "Si spaventerà a morte". Eccoci. Entrarono e mi dissero che dopo vari consulti, secondo loro la soluzione migliore per me era il trapianto. Mi sono sentita morire, otto cicli di chemioterapia ed ora anche il trapianto, e chi trova

POST.IT Dare il tuo 5x1000 ad **Associazione Laura Coviello** contro la leucemia non è solo una firma, è un grande **gesto d'amore** che sosterrà il centro trapianti midollo osseo ed i suoi pazienti.

L'aiuto dell'Associazione al centro trapianti avviene sotto varie forme: acquisto di attrezzature mediche, corsi di specializzazione per personale medico e infermieristico, sostegno psicologico ai pazienti, ricerca.

**Inserisci il nostro codice fiscale
97175790159**

Nella tua dichiarazione dei redditi, con la tua firma farai cose straordinarie per il centro e per chi vive un periodo difficile nella propria vita.

la forza?!?

Ero ufficialmente in crisi, negativa, piangevo, ero arrabbiata col mondo e soprattutto non volevo sottopormi al trapianto. Per l'ennesima volta ho trovato la forza di fermare questo vortice negativo e grazie anche alle persone che mi sono state davvero vicine, ho iniziato a vedere il trapianto come un'altra grande possibilità e a sentirmi fortunata e privilegiata. Ebbene sì, perché avevo già un donatore quando ci sono persone che dovevano aspettare mesi e altre che non ce la facevano a trovarlo in tempo. Perché avrei ricevuto il dono più prezioso che si possa ricevere in un atto di straordinaria generosità da parte di chi non avrei mai avuto l'opportunità di conoscere, ma a cui sarei stata grata per sempre. Posso nascere due volte e solo pochi eletti, creature speciali, hanno questo privilegio: io sono una di quelle. Ecco, visto così, razionalmente sembra che il trapianto sia una passeggiata in un campo di margherite fiorite, ma so bene che non sarà così, soprattutto lo sa la me più istintiva che è anche quella più fifona. Arriva la data del

ricovero, dal 17 al 21 aprile al Niguarda per la radioterapia e poi si torna al Policlinico per la chemioterapia di condizionamento e il trapianto il 26/04/2021. Ero spaventatissima, mi sembrava di essere tornata all'inizio e che tutto l'anno trascorso non fosse servito a nulla, come se fossi entrata in ospedale per la prima volta con un valigione pieno di paura, angoscia e ansia. I medici e gli infermieri ancora una volta si sono superati e ho iniziato a vedere il percorso da affrontare giorno per giorno, senza farmi assillare da mille pensieri, da tutte le cose che mi sarebbero potute accadere.

Questa è stata la mia chiave: accettare giorno dopo giorno tutto quello che succedeva. Sì, perché il trapianto spaventa, non tanto per la procedura in sé, perché di fatto è simile ad una trasfusione, ma il per il 'pre' e il 'post' in cui si possono manifestare effetti collaterali non piacevolissimi. Mentre scrivo è passato quasi un mese dal trapianto, quindi col senno di poi è facile per me dire che si tratta comunque di cose superabilissime, ma viverle con terrore

come ho fatto inutilmente io, non serve proprio a nulla se non a peggiorare il proprio stato d'animo.

Non voglio mentire, ci sono giorni trascorsi interamente a letto, inerme, in cui solamente l'idea di alzarsi fa venire voglia di piangere, la stanchezza pesa sulle palpebre fin dal mattino e se ne ha ogni ragione. Ma bisogna pensare che ciò che si sente è temporaneo, che altri prima di noi hanno provato quello che proviamo noi adesso e sono sopravvissuti. Ed è in quei giorni che bisogna ricordare le cose per cui vale la pena andare avanti, qualsiasi piccola cosa e reagire. Aiuteranno le visite di amici e parenti al vetro, le chiacchiere con gli infermieri, gli scambi di energie e parole con il prete di reparto, la suora e la psicologa.

Non sei mai solo e non ti sentirai mai così. Poi un giorno ti sveglierai e starai meglio.

Fino ad allora, tieni duro e andrà tutto bene.

È una bella vita, in fin dei conti, ne sono convinta. È una bella vita.

E tu la meriti.

LAVORI IN CORSO

Guardo in continuazione il monitor con i tuoi parametri vitali, ma mi basta osservare il tuo respiro per capire che potrei non avere molto tempo. Sostituisco velocemente la siringa della Noradrenalina per evitare che la tua pressione precipiti, afferro il tuo cellulare, ma un altro allarme mi chiama e continuo a guardarti, so che tua moglie e le tue bimbe vogliono vederti perché tu hai paura di morire nello stesso modo in cui il tuo migliore amico è morto qualche anno fa.

Riesco finalmente a comporre il numero di telefono, tua moglie e le tue figlie appaiono sullo schermo. Ed eccoci, do un rapido sguardo per accertarmi che tutto sia in ordine, i tuoi cerotti, il lenzuolo, il tuo viso.

Giro la videocamera in modo che loro possano vederti mentre io continuo a vedere loro e assisto in punta dei piedi alle parole che tua moglie e le tue figlie ti vogliono affidare. Tua figlia di tre anni, ti dice: "Ciao papà, giochi a carte con me?", tua figlia grande ti guarda, in silenzio, e tua moglie piange... Ti stringo la mano e inizio a combattere con le mie la-

**Il lavoro di un'infermiera
del Centro Trapianto
è speciale, coinvolgente,
emozionante e la prova è
questa lettera che
ci proviene da una di loro.
Ecco le parole
di un'infermiera al paziente
che ha cambiato
la sua visione della vita**

crime che pizzicano e che non posso asciugare, i miei guanti sono infetti, non posso abbassare la mascherina perché sei aplastico, non posso togliere la cuffietta. Ho visto un angolo della tua casa, quello concesso dall'inquadratura e lì la mia mente ha creato immagini...

Penso che ho voglia di tornare a casa mia, di sentire il profumo del caffè del mattino, di baciare il mio compagno e di affondare nelle guance della mia bambina.

Arriva tua moglie, perché ti trasferiscono in rianimazione ed io ora devo

lasciarti andare, non so più nulla di te....

Esco dalla tua stanza rimasta vuota, tolgo la cuffia e la mascherina e torno a casa... Non sono riuscita a smettere di pensare a te o alla tua situazione. Mi sono sdraiata nel letto, in silenzio, per un'ora, fissando il soffitto della mia stanza, immaginando quanto sono fortunata ad essere a casa mia, mentre tu stai lottando per la vita nella tua stanza d'ospedale. Non riesco nemmeno a spiegare quanto mi dispiace. Vorrei che tu potessi goderti la vita nel modo in cui è stata pensata per essere vissuta.

Ma poi, la svolta.

Dopo qualche giorno, torni nel mio reparto, e il mio cuore scoppia di gioia.

Ci rivediamo, una lacrima ti scende dall'occhio destro e mi dici che da oggi sfrutterai al massimo la tua vita per tutti quei pazienti che non sono stati abbastanza fortunati da poterlo fare. Mi ripeti che alcuni non sono abbastanza fortunati da vivere la vita che desiderano e altri se la vedono portare via troppo presto, prima an-

cora di avere la possibilità di vivere, e mi ringrazi per tutto quello che noi operatori sanitari abbiamo fatto per riportarti in vita. E piangi, singhiozzando come un bambino.

Capita anche a me, sai? Capita di sentire le lacrime rigare le guance mentre ascolto i vostri racconti, i racconti di una vita colma di sacrifici. Capita anche a me di commuovermi, di nascosto, ripensando a quanto hai potuto regalarmi senza accorgertene. Credimi, capita anche a me di sentire l'anima crollare, ma di trovare comunque il coraggio di sorridere e dare forza.

Quindi ora sono io a ringraziare te: ti ringrazio per tutti i sorrisi che tu stesso mi hai regalato, pur non avendo la forza di fare null'altro, ti ringrazio per i "grazie" che riempiono il cuore di gioia più di qualsiasi altra cosa.

Sono io a ringraziare te per aver arricchito la mia vita, di quella ricchezza che non si può comprendere dal di fuori, di quella ricchezza che fa bene al cuore, che non puoi dimenticare e che solo un infermiere ha la fortuna di avere.

Continua a mirare il tuo splendido futuro e grazie per avermi insegnato che in ogni caso la speranza conduce più lontano della paura!

Grazie di tutto.

Ti porto nel cuore, con affetto

Antonietta

IN RICORDO

I signori **Giuliano Sforzi, Ronchi Gianluca e Anna Tremolada** in ricordo di **Alan Bergoug**

La signora **Rita Stracuzzi, Bavutti Aldina e Antonino Stracuzzi** in ricordo di **Giuseppe Piedimonte**

La signora **Paola Lojacono** in ricordo di **Stefano Lojacono**

La signora **Luciana Cosentino** in ricordo di **Luciano Rancati**

I signori **Marianna Arosio e Fabio Gorla** in ricordo di **Manuela Milan**

La signora **Giovanna Olivari** in ricordo di **Enzo Sartor**

GRAZIE

A **Stefano Masnada**, per la sua pazienza nel risolvere tutti i problemi tecnici del computer.



Alla signora **Alessandra Coda** perché, **in ricordo di Elena Giorgio**, ha rinunciato ai regali per il suo compleanno a favore della nostra Associazione.



Alla **Big Band Evolution** per le emozioni che ci hanno regalato con il loro concerto e al **Maestro Emilio Soana** per la sua partecipazione.

Alla **Cassa Rurale di Cantù**, alle ditte **BVR, Labor Project, Studio Frigerio, Gioiellerie d'Arte di Marco Bignami, Il Fornaio di Radice, Somaschini Lane**, per aver contribuito alla realizzazione della serata.



A **Guglielmo Magrassi** che ha preparato e reso ancora più accattivante il video di presentazione dell'Associazione.



A **ADGI Milano** per aver devoluto, per il terzo anno consecutivo, l'incasso del libro **"Ritratto di Donna"** alla nostra Associazione.

MANIFESTAZIONI

Il **29 novembre** abbiamo dovuto scegliere una **nuova location per la cena di Natale**. Siamo stati accolti **nella cripta della chiesa di San Pietro in Sala**: è stata come sempre una ottima **cena, resa magica dal mago Aldo Nicolini**. E per finire non una, ma **due torte della Pasticceria San Carlo**



Il **12 gennaio** presso il **Teatro San Teodoro** concerto jazz con la **Big Band Evolution** e la **partecipazione straordinaria del Maestro Emilio Soana**.

Ha riscosso un grande successo e il pubblico era entusiasta per le bellissime musiche e per la bravura dei componenti la band.



Il **27 marzo** serata annuale di cabaret.

Grazie a Riky Bokor per aver organizzato ancora una volta l'esilarante serata di cabaret.

È stata davvero speciale. Un ringraziamento a tutto il cast: **Aldo Nicolini ZIO-pOtter, Angelo Pisani, Vincenzo Albano, Federica Ferrero, Massimo Contati e Debora Bottari** perché con la sua voce sa sempre come emozionarci a fine serata.

