

PER TORNARE A VIVERE NON SI DEVE MOLLARE MAI

12

Domenica 24 marzo 2024 - GIORNALE DI BRESCIA

BRESCIA E PROVINCIA



Dopo. Da medici e terapisti un aiuto concreto ai pazienti che vengono dimessi dalle terapie intensive

# Dopo la terapia intensiva: ogni cammino inizia col primo passo

## Gli esiti fisici, psicologici e cognitivi di migliaia di persone curati al Civile da un'équipe dedicata

### Salute

Anna Della Moretta  
a.dellamoretta@gionaledibrescia.it

■ Ogni cammino inizia con il primo passo. Dopo un lungo ricovero in terapia intensiva, è lunga la strada per imparare un nuovo modo di vivere. Esistono molti i passi per superare il ricordo dell'esperienza drammatica della malattia critica. Una volta lasciate quelle stanze in cui il livello di assistenza dei medici e di tutto il personale sanitario, unito alla tecnologia, sono altissimi, perché la partita in gioco è quella tra la vita e la morte, il paziente si ritrova catapultato in un altro mondo. Ancora da ricoverato, si trova in reparti in cui è palpabile la fatica assistenziale dovuta alla carenza di personale. Anche da «libero cittadino», quando è ancora più evidente quanto la vita dopo la terapia intensiva sia spesso segnata dal persistere di esiti fisici che ne compromettono in modo significativo la sua qualità. Serve un'ancora più aggrapparsi. In dieci anni l'ancora è stata lanciata ad un migliaio di pazienti dai medici e dagli infermieri dell'ambulatorio dell'Ospedale Civile che si occupano della parte clinica in stretta collaborazione con i colleghi di molte altre specialità.

**Chi viene contattato.** Vengono contattate le persone che sono state ricoverate in ter-

apia intensiva per periodi superiori alle 72 ore (a fianco pubblichiamo la testimonianza di pazienti che ci sono rimasti mesi) e che sono dunque a rischio di complicanze gravi e a lungo termine. Ad accigliarle nell'ambulatorio del «follow up» sono la coordinatrice medico Elena Peli e l'infermiera Maria Paola Novelli.

Il lavoro, che è multidisciplinare, è affiancato dal Centro di ricerca «Alessandra Bono» dell'Università degli Studi di Brescia, nato nel 2020 grazie all'interazione tra l'Ateneo bresciano, Asst Spedali Civili e la Fondazione voluta dai genitori di Alessandra, imprenditrice prematuramente scomparsa nel 2016 per malattia.

Obiettivo del Centro è svolgere un'attività di ricerca in un campo quasi totalmente orfano come quello degli esiti post-acute con lo scopo di scoprirne i meccanismi causali e le possibili cure.

**Clinica e ricerca.** Del progetto «La vita dopo la terapia intensiva» si parlerà il 6 aprile, per tutta la giornata, nell'Aula Magna di Medicina.

Irresponsabile professor Nicola Latronico: «Il Centro, identificato con l'acronimo di Loto (in italiano, risultati a lungo termine) svolge un'intensa attività di ricerca e ha prodotto rilevanti risultati scientifici pubblicati su riviste mediche internazionali. Sono stati descritti per la prima volta al

mondo gli esiti ad un anno e mezzo nei pazienti Covid dimessi dalle terapie intensive, dimostrando importanti meccanismi predittori di debolezza muscolare a lungo termine nei pazienti Covid e la minore capacità delle donne rispetto agli uomini di recuperare una funzione fisica normale dopo il Covid. La nostra fortuna è che il Centro e l'ambulatorio erano già operativi quando è scoppiata la pandemia e questo ci ha permesso di seguire i pazienti nella loro sofferenza anche dopo la fase acuta». Ancora: «Dopo le dimissioni, la metà dei ricoverati per lunghi periodi in terapia intensiva continua a lavorare, ma non svolge più il lavoro di prima. Ancora, la metà non torna più al lavoro».

**Cosa accade dopo.** La «sindrome post terapia intensiva» si manifesta in tre dimensioni, spesso sovrapponibili. Quella fisica comporta debolezza

muscolare e senso di affaticamento. Quella psicologica e psichiatrica si manifesta con stress post traumatico, depressione e ansia patologica. Infine,

la sfera cognitiva che può essere compromessa con problemi di memoria, con difficoltà a muoversi con scioltezza e a parlare in modo fluido.

Il Centro di follow up per i pazienti dimessi dalla terapia intensiva generale e neurologica compie dieci anni durante i quali più di mille pazienti sono stati valutati e seguito con un approccio multidisciplinare e multiprofessionale. La cadenza delle visite - ciascuna delle quali dura anche due ore - dopo le dimissioni è a tre, sei, dodici e 24 mesi (si trova fisicamente al quarto piano della scala 3, telefono 030-3995562). //

### TESTIMONIANZA/1

Le settimane in terapia intensiva

## SOGNI INCREDIBILI DAL BUIO DELLA NOTTE

Licia da Montichiari

**I**l 18 aprile, alle 4 del mattino, è una domenica, vengo portata in ambulanza al pronto soccorso di Montichiari... dico a mio marito e agli operatori sanitari che se non muoio quel giorno, non muoio più. Alle 7.31 sono già ricoverata al Civile dove mi viene messa una maschera per respirare meglio. Sono sempre molto lucida, ma una cosa che mi fa molto strano è che non provo né emozioni né paura... Vengo portata in terapia intensiva il 20 aprile. Sulla mia cartella clinica c'è scritto: 22 aprile, ore 17.32, rianimazione. Ho il primo arresto cardiaco, il secondo lo avrò il 27 aprile. Qui inizia una serie di sogni incredibili. Vi racconto il quinto. È tutto avvolto in una spessa nebbia, io sono una spettatrice voglio uscire da questo maledetto corpo. Non ne posso più! Vedo due uomini uno dietro l'altro e penso che sono gli uomini che ho amato di più nella mia vita. Il primo è mio marito, prosegue senza fermarsi, e l'altro è Paolo. Si gira all'improvviso e mi grida: Liciaaaaaa svegliati devi vivere!

Poi vedo la mia nipotina che mi dice scia ciao.

Vedo un occhio di un uomo con gli occhiali che si avvicina al mio viso e mi chiede se va tutto bene, alzo il pollice. È un rianimatore, mi sembra che si chiami Michele, lo scoprirò il giorno prima di essere dimessa che lui esiste perché l'ho riconosciuto e salutato, non è un sogno come avevo pensato. Mi sveglio il giorno in cui è stato deciso di farmi la

tracheotomia. La prima volta che ho visto mia sorella tramite tablet, mi ricordo di averle detto di non credere a niente di quello che le veniva detto su di me da quelle persone che si spacciavano per medici. Perché c'era un casino lì dentro incredibile. Era arrivata anche la Digos. Poi rivolgendomi al medico che era vicino a me (colgo l'occasione per scusarmi) gli ho detto che lui era il mio vicino di casa e non un medico.

Gentilmente mi ha risposto: si signora sono il suo vicino di casa e anche un medico. Io in dialetto gli ho risposto: se se dai, dagò un tòi (si si dagli un taglio).

Quando poi sento mia sorella al cellulare, non sapendo ancora cosa mi fosse successo le ho detto: Stefy ho visto in faccia la morte. Se dovessi morire adesso non ho più paura. Lei commossa m'ha risposto: hai avuto un arresto

cardiaco. Del secondo l'ho saputo qualche giorno dopo. Rimarrò in pneumologia ancora per 18 giorni. Ho fatto un mese di ospedale, non camminavo più, ero molto debilitata. Poi in quattro giorni con la fisioterapia e gli esercizi che poi ho proseguito a fare da sola ho recuperato a camminare. Purtroppo hanno avuto il Covid anche mio suocero, ricoverato il giorno prima di me e mancato il 22 aprile. Mio marito e mia cognata sono stati ricoverati il giorno dopo di me. Mio marito non sapeva niente di quello che mi era capitato. Il mio motto tutti i giorni ora è: «Vestiti solo di voglia di vivere!».

**«Il mio motto tutti i giorni ora è: vestiti solo di voglia di vivere»**

### TESTIMONIANZA/2

Dopo tre mesi di ospedale, di cui cinquanta giorni in terapia intensiva

## PER TORNARE A VIVERE NON SI DEVE MOLLARE MAI

Daniele Albini

**D**opo 93 giorni di ospedale, di cui cinquanta in terapia intensiva, sono tornato a casa! Ricordo bene quel giorno, ai miei genitori ridevano persino gli occhi quando sono venuti a prendermi e la felicità di tornare a casa era indescrivibile. Gli zii mi aspettavano con uno striscione benedetto Daniele!

Ma non era finita. Lì è iniziata la mia vera scalata, fatta di tanto impegno e forza di volontà e, insieme a Cristina, la mia fisioterapista, giorno dopo giorno ho ricominciato prima a camminare e poi anche a correre e saltare.

Da questa esperienza però ho imparato tanto... ho imparato ad apprezzare le piccole cose che spesso diamo per scontate, come la vita e salute... e se ti mancano queste non puoi fare niente altro. Ho capito quanto è importante avere vicino persone che ti vogliono davvero bene, che vengono perfino a salutarti alla finestra pur di vederti, ho capito il vero significato delle parole famiglia e amici! Ma soprattutto ho capito che non bisogna mai mollare e che se si ha un obiettivo bisogna fare di tutto per raggiungerlo!

Io appena mi sono risvegliato dalla terapia intensiva mi sono posto l'obiettivo di tornare esattamente come ero prima... (furono anche le prime parole che dissi al dottor Negrini, neurologo della Don Gnocchi di Rovato).

Ad oggi posso dire di essere circa al 90% al raggiungimento del mio obiettivo! Ringrazio davvero di cuore tutti coloro che mi sono stati vicino e mi hanno aiutato in quei mesi difficili, a partire dai medici Notarangelo e Romanelli. Ringrazio anche tutti i medici della terapia intensiva di Brescia e di Bergamo per avermi salvato la vita e i fisioterapisti del don Gnocchi di Rovato.

Ma il grazie più grande va indubbiamente alla mia stupenda famiglia, soprattutto a mia mamma, mio papà e mia sorella (non sapete quante volte ho pianto perché mi mancavate!) a tutti i miei zii e cugini per essermi stati vicino nei modi più diversi. Un grande grazie va anche ai miei amici, che mi videochiamavano e venivano a salutarmi alla finestra pur di vedermi, non sapete quanto mi avete reso felice! Un grazie va anche a Cristina, la mia fisioterapista, che mi ha fatto tornare a camminare.

Ed infine un grazie va anche alla mia forza di volontà per non avermi mai fatto mollare nelle difficoltà.

Oggi sono qui a poter raccontare la mia storia e spero sia di incoraggiamento per tutte quelle persone che si sono trovate in situazioni simili e hanno pensato di lasciar perdere... io dico non mollate perché la vita fuori dall'ospedale è bella e vale davvero la pena di essere vissuta!!!

**«Appena sveglio l'unico obiettivo era quello di ritornare come prima»**