

UN PAZIENTE CON PAZIENZA

Il dolore cronico pelvico è un dolore che presenta delle variabili pressoché infinite, in quanto le combinazioni di problematiche presenti contemporaneamente nella neuropatia del pudendo sono enormi e numerosissime. Il dolore cronico pudendale colpisce la parte del piccolo bacino ed è logorante, costante, deprimente, insopportabile e quindi di difficile gestione. La collaborazione fisica, psicologica, mentale e spirituale del paziente è di basilare importanza. Il settore medico ha il compito e il dovere di percepire queste situazioni e aiutare il paziente sotto tutti i punti di vista.

Qui riporto un mio pensiero profondo sul dolore cronico pelvico. Un piccolissimo scritto che è stato possibile creare grazie a tutte le testimonianze dei pazienti che ho avuto in questi anni. Ognuno di loro mi ha degnato della sua saggezza su questo toccante argomento.

Proprio grazie alle loro descrizioni, alle loro opinioni, ai loro pensieri e a volte anche ai loro disegni, mi sono ritrovato ad immedesimarmi e a provare a capire cosa può creare a livello emotivo il manifestarsi così bruscamente una strada diversa ed impetuosa che si deve affrontare senza alternativa.

Non siamo vittime, né persone sfortunate.

Quello che attraversiamo, il dolore, i sintomi, il disagio, non ci devono rendere deboli. Anzi, dobbiamo volutamente capovolgere la prospettiva: siamo persone a cui la vita ha chiesto di fermarsi, di sentire davvero. Non ci è concesso di vivere in superficie, di seguire il flusso senza domande. Siamo stati chiamati a toccare con mano emozioni profonde: la sofferenza, la rabbia, il senso di vuoto, la solitudine... ma anche una capacità fuori dal comune di provare gioia per le piccole cose, per un gesto d'affetto, per quei rari ma autentici momenti di benessere. Essere così "scoperti" ci spinge a lasciar andare le maschere, a rimuovere corazze che non ci appartengono più. Questo non è un castigo: è un invito alla verità, un'occasione per vivere in modo più autentico.

Certo, richiede un cambiamento profondo. Serve riorganizzare le priorità, ripensare i rapporti con gli altri, con il nostro lavoro, con il

tempo, con il cibo, con il nostro corpo e la nostra mente. È fondamentale riconoscere che possediamo una sensibilità fuori dal comune, e questa è una qualità preziosa, non un limite. Ma va compresa, protetta, onorata. E nessuno potrà mai rispettarla se noi per primi la ignoriamo o la nascondiamo per vergogna o paura.

Quindi, da dove ripartire?

1. **Prima consapevolezza:** i nostri sintomi – e volutamente non li chiamo “malattia” – non sono una punizione, ma una spinta a cambiare rotta. Sono segnali forti, messaggeri che ci invitano a vivere con più consapevolezza, delicatezza e rispetto verso noi stessi e verso gli altri.
2. **Seconda riflessione:** quello che proviamo non è segno di un'anomalia o di un difetto personale. È il risultato di una sensibilità ferita, spesso ignorata, e anche il riflesso di una crisi molto più ampia che riguarda l'umanità intera. Viviamo in un'epoca in cui molti sono disconnessi da sé stessi, e chi è più ricettivo finisce per somatizzare questo disagio collettivo. Il dolore che sentiamo è anche lo specchio di una trasformazione globale, una transizione difficile ma necessaria verso nuovi modi di essere umani.

Allora, proviamo a guardare ai nostri sintomi non come nemici da combattere, ma come alleati da ascoltare. Loro sanno cosa ci serve. Sono bussole che indicano nuove direzioni. Se iniziamo a prestare loro attenzione – invece di volerli solo eliminare – potremmo scoprire come vivere con più verità, equilibrio e profondità e così pian piano li possiamo annullare e dimenticare.