



# Sindrome da stanchezza cronica

## Caso di Helix tosta

### RIASSUNTO

Signora di 52 anni inviata per un consulto a causa di una verosimile sindrome da stanchezza cronica, già in terapia per anemia sideropenica, cefalea cronica, fibromialgia, borelliosi. Le terapie convenzionali non sono state soddisfacenti nel migliorare la grave astenia, mentre la terapia omeopatica con Calcarea carbonica ha prodotto consistenti miglioramenti sulla componente algica. Helix tosta, un altro rimedio sempre preparato con carbonato di calcio ma calcinato, ha dimostrato interessanti miglioramenti sull'astenia con un follow-up di sei anni.

### PAROLE CHIAVE

Stanchezza cronica, Anemia sideropenica, Fibromialgia, Borelliosi, Cefalea cronica, Helix pomatia, Calcarea carbonica, carbonato di calcio.

### SUMMARY

52 year old lady sent for a consultation due to a possible chronic fatigue syndrome, already in therapy for iron deficiency anemia, chronic headache, fibromyalgia, borelliosis. Conventional therapies have not been satisfactory in improving severe asthenia, while homeopathic therapy with Calcarea carbonica has produced significant improvements on the algic component. Helix tosta, another remedy prepared too with calcium carbonate but calcined, has shown interesting improvements on asthenia with a six-years follow-up.

### KEYWORDS

Chronic fatigue, Iron deficiency anemia, Fibromyalgia, Borelliosis, Chronic headache, Helix pomatia, Calcarea carbonica, calcium carbonate.

### LEGENDA:

§ significa che ho fatto una domanda ovvia che non riporto per non appesantire la lettura del caso

“\*” la quantità di asterischi si riferisce all'intensità con cui la paziente ha sottolineato quanto riporta. Se non si legge “§” significa che la paziente ha detto quanto segue in modo spontaneo.

“!” significa che quanto segue mi sembra riportato come un miglioramento.

Romana è una signora di 52 anni inviata da un collega che stimo e considero un ottimo omeopata. Il principale motivo dell'invio è una diagnosi di sindrome da stanchezza cronica, ma Romana è stata trattata in precedenza per un'anemia sideropenica importante associata a polimenorrea e metrorragia, fibromialgia e infine una borelliosi curata in fase acuta con successo con la terapia antibiotica. Solo una di queste diagnosi sarebbe stata sufficiente a giustificare una sintomatologia astenica, ma posso dire che il suo caso sia stato uno dei più impegnativi di tutta la mia esperienza.

Romana arriva in studio in ritardo accompagnata dalla figlia ventenne. E' una donna piuttosto in sovrappeso: una tipica obesità ginoide. Noto un'evidente area di alopecia nella zona parietale destra. Il passo è lento, incerto, appoggiato a un bastone a cui però si appoggia al contrario di quanto dovrebbe, almeno considerando che una gamba appare edematosa e rigida, dolente quando si appoggia. Il viso è pallido, la cute umidiccia, tranne che in volto dove appare oleosa. Siede a fatica, come se dovesse prendere la mira prima di abbandonarsi sull'ampia seduta della poltroncina, il cui leggero dondolio pare infastidirla, tanto che la figlia le propone una delle sedie della sala d'attesa che lei rifiuta sdegnata rispondendo:

*Tanto ce ne andiamo subito!*

Come si accomoda mi porge un pesante faldone pieno di responsi e analisi ma sulla copertina di questo noto una fotografia incollata, lei se ne accorge:

*E' la prima cosa che faccio vedere a tutti i medici. Io ero così ... Le sembra giusto? Non mi riconoscerebbe nessuno, ma io ero così ...*

Dico a Romana che preferirei fosse lei stessa ad illustrarmi la sua situazione prima di visionare qualcosa di quei documenti:  
 \*\* *Ma come ... non ha già parlato con il suo amico? Il mio ultimo dottore? Non mi dica che devo ricominciare tutto daccapo. Pure lui mi ha fatto raccontare tutta la mia storia ... ora non ce la faccio più ... Volevo fare vedere anche a Lei questa foto perchè io non sono sempre stata così ... ero una bella ragazza sa? Fino a che non ho cominciato con le mestruazioni ...*

Le domando se possiamo almeno parlare di questo. Romana tira un lungo sospiro e comincia:

**\*\* Sono arrivate tardi, molto tardi. Si vede che in fondo lo sapevo quanto mi facevano male. Pure mia madre e mia nonna sono anemiche: è un male di famiglia. Pure loro avevano il ciclo abbondante ma MAI come il mio!**

*Io ho cominciato a essere curata per l'anemia che ero una bambina, ma come tutti gli anemici non tolleravo il ferro che mi dava bruciori di stomaco e diarrea. La diarrea da un certo punto di vista mi faceva pure comodo, sono sempre stata MOLTO stitica. Ma poi se prima ero debole per l'anemia ... diventavo pure ancora più debole per la diarrea, il mal di stomaco e mi passava pure la fame. IO che sono sempre stata una mangiona per tenermi in forze.*

§ *Il primo ciclo è arrivato che avevo più di 17 anni e mi fece capire chiaramente come sarebbe sempre stato: fortissimo, pieno di coaguli, molto doloroso, debilitante, e più spesso del dovuto. LE BASTA? Non facevo in tempo a riprendermi dal ciclo precedente che arrivava il successivo.*

§ *Erano sempre dei crampi fortissimi. Stavo un pochino meglio se mangiavo qualcosa, soprattutto i dolci. Mi faceva pure diminuire il dolore al seno che è sempre stato un problema pure lui. Non mi potevano nemmeno sfiorare!*

Le domando se, che lei sappia, ci siano state altre manifestazioni di qualcosa di più lento nel suo sviluppo. Romana risponde molto irritata, come se l'avessi offesa:

**\*\* Mi dicono che ho imparato a camminare e parlare molto tardi ... ma non Le so dire quando.**

Risponde seccamente e incrocia le braccia.

Le chiedo se può raccontarmi qualcosa di come stava prima del menarca:

**\*\* Ma Lei è pure peggio del suo amico. Addirittura!**

*Ero una bambina sempre un po' malaticcia, non potevo prendere freddo e poi avevo molto spesso il sangue dal naso. Ma il mio vero problema da piccola sono stati i denti. Avevo un problema di smalto e si cariavano molto facilmente. I miei hanno speso una fortuna in dentista, anche con i denti definitivi. Non ne ho più uno mio in bocca da diversi anni. Poi mangiavo molti dolci ed ero grassottella. Ma allora non si faceva caso a queste cose ...*

Le chiedo di provare a descrivermi la sua stanchezza, come la sente nel suo corpo:

**\*\*\* E' una bella domanda e Le so immediatamente rispondere in modo ESATTO: è come se dovessi faticare per spostare il mio corpo, come se dovessi sempre portarmi appresso un fisico pesante, un peso che non è il mio ma che non posso togliermi di dosso. E se mangiavo di meno aumentava la debolezza e questo peso diventava ancora peggio. SONO STATA CHIARA? Mi è piaciuta la sua domanda! E a Lei è piaciuta la mia risposta?**

Mi complimento per la chiarissima immagine e per la sintesi:  
**\*\*\* Io devo essere sintetica. Altrimenti non ce la faccio. So perfettamente come dosare le mie pochissime forze. Ho avuto tempo di imparare in tutti questi anni. Lei non si immagina nemmeno quanti medici abbia incontrato fino ad ora, ma per me è da sempre la stessa malattia ... IO NON CE LA FACCIO.**

*Poi posso pure essere d'accordo che ho poco ferro, che i dolori mi affaticano ancora di più. Che la fibromialgia diventa un problema anche per i miei nervi e che mi deprime ... a proposito ... sono anche ipotiroidea e mi risulta che pure questa roba faccia sentire stanchi. Ci mancava solo quella maledetta zecca. Lo sa che l'ho detto io al medico che secondo me quella zecca mi aveva fatto male? Siamo andati a fare un viaggio negli Stati Uniti: io volevo vedere la foresta delle sequoie da quando ero bambina e mio marito mi ha accontentata.*

§ *E' stata un'esperienza meravigliosa. Mi sono sentita a casa.*

§ *Le auto DEVONO andare a 30 chilometri all'ora e tutto in quel bosco è lento e pesante. Lo senti nell'aria. Ero a casa. Ma MAI mi sarei aspettata, proprio lì, di beccarmi quella maledettissima zecca. Mi è venuta una febbre ... e poi non alzavo più nemmeno un braccio ...*

Visto che posso concordare con lei che in fondo la sua stanchezza sia una sola le chiedo come sia stato vivere tanti anni con questo disturbo:

**\*\* Penso che sia la mia rabbia che mi tiene in piedi. Quel poco che riesco a starci in piedi. Sono incazzata come una pantera e debole come un lombrico, le mie malattie sono intrecciate come un rovo che cresce senza controllo e dentro a questo rovo c'è un cespuglietto di soncino. La mia vita è pesante come il piombo e la mia anima è di stagno ... e il fuoco della mia rabbia mi sta sciogliendo tutta.**

Le faccio i complimenti per le interessantissime metafore che sa esprimere:

**\*\* La ringrazio, Lei mi ispira ... ma intanto io sono sempre più incazzata e non mi reggo in piedi e ora non so più cosa dire. Non ce la faccio nemmeno.**

Le domando se ricorda qualcosa di come si sia sentita dopo le terapie del collega.

**\*\* Io penso che il suo amico sia MOLTO bravo. E lui non mi ha fatto incazzare tanto, perchè dopo che ci ha provato ha avuto l'umiltà di dire che più in là di così lui non ci sapeva andare, che non ci capiva più niente. Gli altri che ho visto sembrava sempre che sapessero tutto. Uno ce l'aveva con il ferro, l'altro con il mio sistema immunitario, quell'altro ancora con la tiroide e quello dopo con il parassita del parassita. Ma io stavo sempre uguale. Per me ... che non sono un dottore, tutte le cose che mi hanno detto sono solo PAROLE DIVERSE. Che ne so io di cos'è l'anemia o quel porco di ... Lo vede, mi fa pure dire le parolacce ... ho pure cominciato a bestemmiare!**

§ *Il suo amico almeno mi ha fatto passare i dolori. Dopo le sue cure*

*il dolore di prima non ce l'ho quasi più, è quasi scomparso del tutto. Ma la stanchezza no, per niente.*

*Sto SICURAMENTE MOLTO MEGLIO, si vive meglio senza dolori e la cure antibiotiche come quelle del reumatologo non mi erano servite a niente!*

Il collega aveva prescritto con buoni risultati Calcarea carbonica. Dopo diversi mesi di terapia la sintomatologia algica era nettamente migliorata. Purtroppo non la stanchezza. Consultato telefonicamente avevo suggerito di provare Calcarea muriatica, che aveva migliorato ulteriormente quel poco che era rimasto di dolore, sostenendo forse un po' anche il tono dell'umore. Inizialmente Romana sembrava meno rabbiosa, ma la prostrazione non migliorava affatto. Tanto da farci riflettere su quanto in fondo tutta quella rabbia non fosse un'emozione importante e necessaria e provare magari ad aiutare ad integrarla meglio.

Il collega mi faceva giustamente osservare che, a suo avviso, Romana era così un po' da sempre e che il suo umore stava peggiorando sempre più, rendendo sempre più difficili anche i rapporti in famiglia, proprio con le persone che le vogliono bene e fanno di tutto per aiutarla. Un esempio interessante quel viaggio al Sequoia Park: tutta la famiglia che esaudiva un suo desiderio, portandosi appresso una persona che già camminava a fatica e che si era lamentata per tutto il viaggio.

Onestamente avrei preferito fosse il collega a continuare la terapia, ma non ho potuto fare a meno di aderire alla sua richiesta di aiuto, con tutte le dovute e comprensibili riserve.

Le domando se possiamo continuare e Romana annuisce con un gesto del capo. La voce è sempre più debole ma, onestamente, non so dire quanto sia oggettivamente affaticata. Domando se ricordi qualche altro disturbo che in questi anni la abbia accompagnata:

**\*\* Beh non so se il suo collega Le ha detto del mio mal di testa. Quando sono molto stanca mi viene subito. E' molto forte ma ormai mi ci sono abituata e so che se mi riposo davvero, se non faccio proprio niente, poi se ne va.**

**§ Mi arriva all'improvviso quando la misura è colma.**

**§ Mi sento che da un momento all'altro la testa mi viene stretta in una morsa e io non posso fare altro che sedermi in poltrona e aspettare. Senza fare né pensare a niente. Solo se faccio così la smette di pulsare e piano piano prendo sonno. Oppure dovrei fare un bagno di vapore. § Me ne sono accorta per caso qualche anno fa, avevo un forte mal di testa con un freddo terribile addosso. Eravamo in vacanza in un hotel che aveva questi bagni di vapore. Così provai a farlo, pensavo almeno per scaldarmi. E invece dopo pochi minuti di quel calore mi sparì completamente il dolore. Come se fosse proprio spazzato via. Per quello andiamo quanto più possibile in vacanza alle terme, perchè i**

**bagni di vapore mi fanno stare BENISSIMO. Non mi curano ma mi fanno sentire molto meglio.**

**Poi la mia tosse: quella pure ce l'ho ancora da prima del mal di testa. Da quando ero bambina e non se ne è MAI andata del tutto: va e torna ricorrentemente e, come per il mal di testa, ci ho fatto l'abitudine. § Io sento sin da bambina che faccio fatica a tirare il fiato. Mi hanno studiato in lungo e in largo per questo e NON sono asmatica. Faccio fatica a respirare e appena mi sdraio comincio a tossire. Le ho detto che quando ho mal di testa mi devo mettere in poltrona, NON a letto. E se sono molto stanca io dormo semi-sdraiata o addirittura in poltrona. Non lo faccio tutte le notti per non essere ancora più antipatica con mio marito. Ma se fosse per me ...**

**§ Come mi sdraio io comincio a tossire perchè faccio ancora più fatica a respirare ... non so nemmeno se l'ho detto al suo collega ...**

Le dico che immagino le abbiano fatto dei test allergologici:

**\* Mi hanno solo detto che sono allergica alle pesche, ma questo già lo sapevo perchè se le tocco mi viene una specie di orticaria, ma non mi hanno mai dato problemi a respirare ... So anche di essere allergica ai gamberetti, questo non è emerso dagli esami ma se li mangio mi fanno venire subito una FORTE orticaria.**

Chiedo qualcosa in più sui bagni di vapore:

**\*\*\* Mio marito mi fa incazzare perchè dice che sono una snob e che voglio andare alle terme perchè è una vacanza da ricchi. E lui mi ha sempre accontentata.**

**§ Beh... un po' ha ragione e un po' no. § E' vero che mi piace frequentare certi ambienti, mi fa sentire di meno che sono una povera disgraziata ... e poi i soldi non fanno la felicità ma aiutano MOLTISSIMO.**

**§ E' vero che io mi faccio bella con i nostri amici e i nostri conoscenti. Lo dico a tutti che noi andiamo in vacanza lì ...**

**§ Ma è anche VERISSIMO che io mi sento BENE quando faccio quei bagni, mi sento rinata e anche la mia pelle e il mio umore migliorano tantissimo ...**

**\*\*\* Ma adesso basta, non ce la faccio proprio più ...**

Ovviamente rispetto la richiesta di Romana. Dopo l'esame obiettivo non le suggerisco direttamente una terapia informandola che per correttezza preferisco prima parlare con il collega che l'ha inviata. Romana sembra apprezzare e dice: *Lei comincia a piacermi davvero.*

## HELIXTOSTA

Prima di Romana avevo già seguito qualche altro paziente a cui Helix tosta aveva dato buoni risultati. Ciononostante vorrei tentare di illustrare cosa mi ha portato alla prescrizione, escludendo le esperienze pregresse.

Innanzitutto sembra evidente che Calcarea carbonica abbia aiutato sensibilmente Romana, l'esperienza mi insegna che

se un certo rimedio produce risultati di questo peso specifico sia sempre una buona idea investigare nella direzione di rimedi molto affini al precedente. In fondo, in termini “chimici”, parliamo sempre di carbonato di calcio, l’animale è sempre un mollusco. Anche se *Helix* è terrestre e respira la nostra stessa aria. Altra differenza tra il guscio dell’ostrica e quello della lumaca è che, nel secondo caso, non solo la farmacopea ma la materia medica tradizionale suggerisce da tempo immemore l’uso calcinato della sostanza. Perché? Non è facile dirlo. Si può ipotizzare che probabilmente già in antichità si fosse scoperto qualcosa sull’efficacia di quel guscio nelle cosiddette *consunzioni*, nelle tossi verosimilmente di natura tubercolare accompagnate da fenomeni emorragici e/o di emottisi. Come in fondo è successo anche alla spugna, che la tradizione vuole tostare per preparare il rimedio Spongia tosta, appunto.

Todd Rowe, una decina di anni fa ha deciso di regalarci il proving di *Helix tosta*, proprio perché questo rimedio fu usato con successo nella medicina tradizionale per decenni e, di conseguenza, passò nella farmacopea omeopatica. Come è successo per molte altre sostanze, senza sottoporle ad alcun proving e sostanzialmente utilizzandole dinamizzate, con le stesse indicazioni della sostanza ponderale. Se diamo credito a quanto scritto da illustri colleghi del passato *Helix* è stata utilizzata proprio in pazienti tubercolotici, in tossi *tubercoliniche* in pazienti che soffrivano di accessi improvvisi, da sdraiati e spesso accompagnati da emottisi. Come molto spesso accade però è il proving che ci allarga e approfondisce il vertice di osservazione. La sensazione di un fardello pesantissimo e inamovibile che gli sperimentatori si portavano addosso, era riferita non solo in senso metaforico ma con la precisa sensazione di essere una sorta di Atlante che non può liberarsi dal grave carico sulla schiena.

Vari sintomi descrivono una forte astenia, nelle sue molteplici possibili espressioni, con il paziente che richiede un riposo seduto in poltrona, non coricato quando respira più a fatica. Cefalee pulsanti, ancora con la caratteristica sensazione di un elmetto di ferro pesante e stretto intorno al capo. Le carie verosimilmente provocate da ipoplasia dello smalto. Le menorragie profuse, frequenti, accompagnate da coaguli e una dismenorrea con dolori crampiformi. L’iperfagia con il consumo di dolci e la mastodinia, soprattutto in fase pre-mestruale. Il netto miglioramento della cenestesi con l’umidità. La comparsa dei sintomi solitamente improvvisa.

I proveri di Rowe hanno sperimentato anche una sensazione di particolare assertività, curiosa in un demineralizzato cosìastenico, a mio avviso probabilmente piuttosto reattiva. Infatti, non solo a livello onirico, compare la necessità di ostentare le proprie possibilità economiche, di volere acquistare

qualcosa di particolare prestigioso che sia ben visibile a tutti. La sensazione di essere stati maltrattati ingiustamente, accompagnata da una forte rabbia, indignazione, bistrattando a loro volta chi si propone di aiutarli. Come non essere tentati dal suggerire *Helix tosta*, considerando - in aggiunta - le esperienze precedenti con pazienti molto meno eloquenti di Romana ma, come lei, piuttosto *difficili* per via di quel comportamento schivo, rabbioso, svalutante e soprattutto affetti da una storica astenia, resistente ai comuni trattamenti e forse peggio ancora a chi li prescrive?

Decido pertanto per **HELIX 30 C** che Romana assume tutte le sere per qualche giorno. A distanza di una decina di giorni dall’interruzione comincia un’abbondante produzione di catarro che, diversamente dal solito, Romana riesce ad espellere senza troppe difficoltà. Nel giro di un paio di settimane migliora la qualità del sonno che diventa più riposante e non necessariamente così lungo e “quasi catalettico”, come definito da lei stessa. Quando Romana si accorge che il sonno ricomincia a peggiorare mi contatta e decidiamo di passare a due assunzioni settimanali.

#### DOPO TRE MESI

Ci rivediamo a distanza di 3 mesi dal nostro primo incontro. Gli edemi agli arti inferiori sono decisamente migliorati, il passo è più spedito e sciolto, Romana si appoggia sul bastone dal lato corretto. Il colorito resta piuttosto cereo ma l’eloquio sembra più vivace. Questa volta Romana vuole entrare in visita senza la figlia.

*! Forse qualcosa comincia a cambiare. Io me ne accorgo meno rispetto ai miei familiari ... mi dicevano che ero selvatica e poco appetitosa ... vorrei vedere loro se stessero come sto io ...*

*§ Intendo che mi alzo al mattino con meno difficoltà, prima era già un problema iniziare la giornata. Se ci mettevo 2-3 ore adesso in 30-40 minuti inizio a essere presente. Cammino anche con meno fatica e mi si stanno sgonfiando le gambe: una è quasi normale e l’altra va meglio di prima ...*

*Per il resto non saprei proprio cosa dire ...*

*§ Ho bisogno di mangiare meno di prima ... questo è vero, mi ci fa pensare ora. E’ che a tutte queste cose io non ci faccio troppa attenzione, è così GRANDE tutto il resto dei miei problemi che alle altre cose ...*

Le chiedo di spiegarmi meglio cosa intenda per “GRANDE”:  
*\*\*\* Ma Lei ha voglia di scherzare o mi prende in giro? La volta scorsa Lei ha solo dato una veloce scorsa ai documenti che ho portato, ma ha capito quanto malattie ho e di che cosa si tratta? Io non mi reggo in piedi!*  
 Le faccio notare che non voglio mettere in discussione quanto correttamente osservato dai miei colleghi, ma avrei qualcosa da obiettare. Primo: non immagino nemmeno come

possa aspettarsi che legga una tale documentazione: mi prenderebbe tutto il tempo della visita. Secondo: non sono così sicuro che in quei documenti possa trovare quello che mi interessa di più sapere, relativamente alla medicina che io pratico. Terzo: senza presunzione né sicurezza di poterla aiutare mi sembra che quella strada fino ad ora non abbia prodotto grossi risultati. Romana sembra accusare un colpo e da questo momento cambia completamente tono:

**\*\* Lei ha ragione, per quello che posso capire. Ma Lei DEVE CAPIRE ANCHE ME. Primo: sono abituata a dei medici molto diversi da Lei. Secondo: chi Le dice che io sia in grado o che abbia voglia di dirle qualcosa di più di me? Ci posso provare. Cosa vuole sapere?**

Le faccio notare che per come lavoro, per il tipo di medicina che pratico, mi sembra molto interessante quanto mi sta dicendo circa il suo GRANDE problema. Vorrei solo che provasse a illustrarmelo:

**\*\*\* Come ho cercato di dirLe la volta scorsa è tutta una vita che, per una ragione o per l'altra, io faccio fatica a stare al mondo. Sin da ragazza ho da sempre la certezza, non l'impressione come dice Lei, che gli altri non debbano fare tutto lo sforzo ... la fatica che faccio io. E che IO ci metto pure molto più di loro per recuperare le mie energie. Che il sonno non mi basta mai e che anche se dormo tante ore poi sono sempre distrutta. Sono stata più chiara? Vuole provarci Lei a stare così solo un mese? Poi ne parliamo meglio - come dice Lei.**

Le comunico che non è affatto mia intenzione svalutare la sua sofferenza e che posso solo lontanamente immaginarla. Proprio per questa ragione ho bisogno del suo aiuto per tentare di farmi un'idea migliore.

**\*\* Forse ho capito cosa mi vuole dire. Glielo ho detto pure la volta scorsa che Lei comincia a piacermi ....**

Allora ... se dormo meno mi sembra un buon segno. Forse significa che mi servono meno ore di sonno. Mi sento ... non so come dire ... posso dire che il mio peso è tutto meno pesante ...

Allora ... una volta da bambina vidi in TV un documentario con un palombaro. Sa che quelli hanno gli stivali con le soles di PIOMBO per restare attaccati sul fondo? Ecco ... io mi sento così, ma si immagini che questo piombo ce l'ho tutto addosso, non solo sotto ai piedi. IO LO SO, DA QUANDO SONO BAMBINA, CHE EVIDENTEMENTE LE MIE OSSA NON PESANO COME QUELLE DEGLI ALTRI. L'ho detto tante volte ai medici e loro dicono che è impossibile.

Le rispondo che una cosa è sapere quanto oggettivamente pesino le sue ossa. Altro è la sua assoluta legittimazione a sentire quello che sente. E se si sente così questo è oggettivo quanto il vero peso delle sue ossa.

**\*\* Ma Lei è sposato? Le dice anche a sua moglie queste cose?**

Se mio marito mi avesse detto una cosa del genere 30 anni fa non mi sarei MAI potuta incazzare con lui. Devo stare attenta a come

parlo o Lei è davvero una specie di ... non so cosa?

Comunque ... i dolori erano già migliorati molto, quasi scomparsi con le cure del suo collega. Quel po' che era rimasto era migliorato con l'ultimo che

mi diede (Calcarea muriatica, n.d.r.) ... adesso il dolore non lo sento più. Ed è una buona cosa. MA ... passati i dolori ho iniziato a sentire solo una terribile stanchezza. Come non mai. E c'era SOLO LEI: la stanchezza di sempre ... Ora si immagini. Ti curi tutta una vita e stai sempre peggio, cominci a curarti da uno bravo e stai molto meglio con alcuni problemi che pensavo non si potessero risolvere. E resta quello di SEMPRE. Forse solo quella lì fa più rumore ...

Ho fatto un sogno sa? Visto che me l'ha chiesto ...

Avevo fame, tanta fame. Al piano di sopra servivano la cena. Una cena meravigliosa e molto elegante. Sentivo tintinnare i bicchieri di cristallo e le posate di argento. Non facevano quel suono banale e ordinario delle posate delle osterie ...

Io avevo anche il vestito giusto ... ma bisognava salire una scala a chiocciola per andare su. Strettissima. E io non sapevo se ci passavo con la mia stazza. Poi mio marito e le mie figlie salivano senza problemi, loro mi dicevano da su che era SOLO un piano. Ma io guardavo la tromba delle scale e quelle si avvitavano in una salita lunghissima. Mia figlia mi diceva che era un'illusione ottica e io mi mettevo a contare gli scalini e non finivano mai ... poi guardavo loro ... ed erano lì. E io non capivo e non riuscivo a muovermi. Ero pietrificata.

E sapevo che se non mi davo una mossa quelli finivano tutto e per me non restava niente. E giù c'era la mia stanza da letto. Dove ero io c'era solo il letto. E allora mi arrabbiavo tantissimo, anche se era un hotel a cinque stelle che diavolo di idea era mettere il ristorante al piano di sopra. Poi mi rendevo conto che i ristoranti belli sono SEMPRE al piano di sopra, persino all'ultimo piano negli hotel di lusso. Io non avrei mai visto quel panorama, non sarei mai stata tra quelle persone e soprattutto rischiavo di morire di fame ... e tra me e loro c'era solo una fottutissima scala ...

Romana sembra commossa. Le domando che effetto le abbia fatto questo bellissimo sogno:

**\*\* Secondo Lei che effetto può avermi fatto. Secondo me è una sintesi della mia vita, come dice Lei. Io ho una buona capacità di sintesi. Pure nei sogni.**

Chiedo cosa pensa le impedisca di salire quella scala, se non capisco male lei stessa dice che sia solo un piano:

**\*\* Allora ha ragione Lei vede? O abbiamo ragione tutti e due.**



Helix tosta

*IO ho ragione perchè a me sembra lunga e sono legittimata a vederla lunga. Lei ha ragione come quello che dice che le mie ossa NON sono pesanti. Allora è colpa mia?*

Detto questo Romana prosegue seguendo un suo filo.

*\*\* Devo dire una cosa: lo sa che in questo periodo ho avuto molto più desiderio del solito di fare l'amore con mio marito. Le mie amiche si lamentano che sono i mariti a insistere troppo. Io gli dico sempre che sono sceme e che è il mio che non mi vuole per come sono conciata ... ma se fosse per me ... io lo facevo anche quando avevo la febbre ...*

*§ E' che ho la sicurezza, non l'impressione, che mio marito lo faccia quasi per pietà ... a Lei che effetto farebbe? Non lo voglio sapere ... parliamo di altro!*

Le domando se è proprio sicura di volere cambiare discorso. Romana si commuove e annuisce in silenzio.

Dopo una lunga pausa le chiedo del mal di testa:

*!! Non glielo ho appena detto che mi è rimasta solo la stanchezza, questo significa che è rimasta solo quella. Forse per Lei è importante che sia più precisa. Il mal di testa non mi è quasi più venuto: una volta o due ... ma ho fatto altri periodi così e poi è ritornato. E lo stesso vale per la tosse ... ma forse qui potrei essere più ottimista. Non ricordo da parecchi anni un periodo così lungo senza tosse. Dopo che mi diede così fastidio all'inizio della cura poi non è proprio più tornata.*

*Adesso sa cosa facciamo? Io non sono stanca come la volta scorsa, ma mi sono stufata! Lei dovrebbe essere contento perchè Le ho detto che sto meglio. E allora andiamo avanti con la cura, no?*

Rispetto la sua richiesta e solo dopo averla visitata le consiglio di proseguire con una dose di 200 C.

Dopo qualche giorno Romana mi contatta per la comparsa di una nuova abbondantissima produzione di catarro che dura un paio di settimane. Dopo le quali è lei stessa a notare un progressivo miglioramento della astenia.

#### QUATTRO MESI DOPO

Ci rivediamo dopo 4 mesi. La ritrovo dimagrita, con un nuovo taglio di capelli e vestita in modo più ricercato.

*!! Sa che sono voluta andare a leggere con cosa sono fatte quelle cose che mi ha dato. Ma non è come lo sciroppo di lumaca che vendono in erboristeria, vero? Quello non lo posso nemmeno vedere ... che se ci provo mi gratto come un'ossessa! Non ho trovato niente su internet su quella medicina ... ma cos'è?*

Provo a spiegarle qualcosa dei principi della Medicina Omeopatica e di come mai abbia pensato a quel rimedio per lei.

*!! Non è il caso che ne parliamo, sa? Io di Lei mi fido ... mi faceva un po' schifo pensare che mi curavo con una roba di una lumaca bavosa ... magari l'uovo di un pavone era un po' meglio come idea. Ma se mi sento meglio non mi posso poi tanto lamentare ...*

Le domando che genere di sostanza avrebbe pensato per sé: *!!! Ma Lei fa sempre domande tanto difficili? E io so rispondere lo stesso, sa? Sicuramente un bellissimo uccello con le piume coloratissime: un pappagallo! Ma di quelli grandi ... Sa che ho portato la mia gattina dal veterinario. E nel suo studio c'è un suo collega che cura quasi solo gli uccelli. E avevano un pappagallo ... che doveva essere stato meraviglioso ... che era lì in cura. Come se fosse in un manicomio. Stava in una stanzetta da solo e si strappava le penne. Io l'ho visto con la coda dell'occhio e mi sono fermata: mi sono messa a piangere quando l'ho visto. Ho chiesto spiegazioni e mi hanno detto che era molto stressato e che spesso fanno così in quei casi ... e che era lì proprio per fargli cambiare ambiente. Io gli ho detto che mi faceva pensare a quello che fanno con i matti ... anche se poi gli ricrescono le penne ... mica se ne va quello che hanno passato!*

Le faccio notare che credo di capire cosa vuole dirmi e non penso affatto che certi dispiaceri siano lontanamente cancellabili, ma forse si può evitare di continuare a subirli per tutta la vita e si può considerare quella cosa un'esperienza difficile e superata. Se il pappagallo stesse proprio tanto male forse le nuove penne non ricrescerebbero.

*!! Ho capito cosa mi vuole dire. Lei parla di Pietro a Paolo per parlare di Paolo e non di Pietro. Ma c'è differenza tra dire e fare. Le posso solo promettere che ci penso ...*

Romana vuole subito cambiare discorso:

*!! Posso confermare che la mia tosse è davvero sparita. Solo se prendo molto freddo mi ritorna ... ma appena un po'. E ho provato il Suo suggerimento di fare un semplice suffumigio solo con il vapore di acqua ... sulla pentola, in cucina e con un vecchio asciugamano che mi copre la testa. FUNZIONA!*

*Meglio del suo rimedio preso al bisogno ...*

*Il mal di testa posso dire che è un lontano ricordo ora. Mi può tornare e molto più leggero se non digerisco bene o se mi arrabbio molto ...*

Romana si ferma e mi guarda fisso negli occhi:

*!!! Ha capito cosa ho detto: SE MI ARRABBIO MOLTO!*

*Non se mi fanno arrabbiare molto. Non mi fa i complimenti?*

Da allora sono passati più di 6 anni. La situazione di Romana è nettamente migliorata e abbiamo ripetuto solo occasionalmente il rimedio e sempre con buoni risultati.