

Capire il dolore per curare meglio

In molti casi il dialogo fra medico e paziente è fondamentale per una buona riuscita terapeutica

di **Maurizio Maria Fossati**

La malattia descritta nei trattati di medicina ha ben poco in comune con la malattia vissuta. La cura, quindi, deve essere un processo personalizzato perché ogni storia e ogni persona è unica. E le cosiddette "Medical Humanities" ci confermano quanto sia importante l'ascolto del malato per far emergere le cause più profonde della sofferenza e, nel contempo, le risorse del paziente per affrontare la malattia e superarla attraverso una buona relazione di alleanza terapeutica. «Ho imparato che uno degli aspetti più crudeli delle malattie è la progressiva solitudine in cui cade a poco a poco la persona malata. Non è facile per il medico penetrare la barriera di questa solitudine, ma ci può riuscire se non si dimentica che il paziente sta aspettando di essere riconosciuto come persona», scriveva nel 2016, Umberto Veronesi nella prefazione del libro "Parole che curano", «Nella cura del dolore il rapporto medico-paziente è complesso e molto articolato - dice Pao-

lo Notaro, direttore della Struttura Complessa Terapia del Dolore del Grande Ospedale Metropolitano Niguarda, Milano -. La mia personale sfida è soprattutto quella di dare delle risposte ai bisogni del malato che può denunciare un dolore o addirittura essere 'ammalato' di dolore. Per questo l'approccio deve sempre essere multidisciplinare. Solo la collaborazione di più specialisti permette di rispondere al ventaglio di domande che nascono dal paziente. Al malessere fisico, spesso si somma quello psicologico. Un difficile

contesto sociale o un non raro stato di isolamento possono amplificare il malessere, lo abbiamo visto con la recente pandemia Covid 19. E i soli farmaci non bastano. Ecco quindi la necessità del dialogo per comprendere a fondo i veri bisogni di ciascun malato».

Talvolta il dolore cronico può incrinare la fiducia nel proprio medico. Saper cogliere il "senso" del dolore è quindi un aspetto fondamentale della cura. «È necessario innanzitutto - spiega Paolo Marchettini, responsabile di Medicina del Dolore del

PAOLO NOTARO (NIGUARDA)

«Serve un approccio multidisciplinare, per problemi sia fisici che psicologici»

Centro Diagnostico Italiano (CDI) - comprendere il 'sentire' della persona, in che cosa consiste la sensazione del dolore sia sul piano fisico, sia psicologico. Bisogna saper cogliere non solo i segnali del corpo, ma anche i messaggi che rimandano alla persona e alla sua storia. Stress, scarsità di sonno, un'alimentazione sregolata, un lutto, una separazione, la perdita del lavoro. Oggi, le situazioni stressanti sono sempre più frequenti a causa delle contingenti difficoltà socio-economiche. Ebbene, queste tensioni possono determinare nelle persone predisposte frequenti emicranie, dolori di stomaco, coliti, senso diffuso di fatica e spossatezza, insonnia. In definitiva, il 'mal di crisi' aggravato dal Covid e dalle sue conseguenze fisiche (long-covid) e sociali sta creando una serie di pesanti disturbi».

© RIPRODUZIONE RISERVATA



Arte, bellezza e familiari in terapia intensiva La 'ricetta' per far trovare la spinta per guarire

Empatia e gentilezza giocano un ruolo fondamentale nel progetto dell'Humanitas Gavazzeni di Bergamo

Un bel dipinto a tutta parete, quindi l'arte in bella mostra, un giardino fiorito dietro la vetrata, il cibo preferito, l'ascolto da parte del personale medico, il calore offerto dalla presenza dei familiari. Anche questo è terapia. Terapia contro il dolore, terapia per innescare la voglia di guarire, terapia per la riabilitazione. Ne è assolutamente convinto e lo ha messo in pratica Giovanni Albano, direttore del Dipartimento di Anestesia e Terapia Intensiva di Humanitas Gavazzeni di Bergamo. «Col progetto 'La cura e la bellezza' nato dalla nostra collaborazione con Accademia Carrara - spiega - abbiamo portato le riproduzioni di alcuni dipinti famosi in corsia e nei reparti. Per esempio, un'intera parete della Terapia Intensiva di Humanitas Gavazzeni ospita una riproduzione in maxi formato del 'Canal Grande da Ca Foscari verso il ponte di Rialto' di-

pinta dal Canaletto nel Settecento (nella foto qui a fianco). Per noi, 'umanizzazione della cura' significa anche questo: rivolgere i letti dei pazienti verso una grande opera d'arte. E ben sappiamo che empatia, ascolto e gentilezza giocano un ruolo fondamentale soprattutto nel rapporto con i malati più critici. Sarebbe sbagliato concentrare le risorse sugli aspetti tecnologici e farmaceutici trascurando i cosiddetti 'no technical skills'. «Io e la mia Equipe ci crediamo da tempo - afferma il dottor Albano -, da quando, circa quindici anni fa, iniziammo ad 'aprire' molto di più la Terapia Intensiva ai parenti. Già allora avevamo compreso che i malati confortati dalla presenza di un familiare accanto avevano maggiore probabilità di uscire più rapidamente dalla fase critica. A oggi non esiste una legge precisa. La decisione è lasciata all'iniziativa personale dei responsabili dei vari centri ospedalieri. Così, in Italia, questa nuova iniziativa si è estesa a macchia di leopardo. Oggi la nostra terapia intensiva oltre a dare libero accesso ai fa-



miliari ha introdotto per i pazienti l'utilizzo dei tablet e dei cellulari per comunicare con l'esterno e la possibilità di vedere la tv e ascoltare musica. Anche l'ambiente è confortevole e permette di poter godere della luce naturale e della vista del bel giardino del nostro ospedale».

«Ma non è tutto - continua il direttore -. Anche il cibo ha la sua importanza e sarebbe sbagliato trascurarne la qualità e la possibilità di scelta. Quando le condizioni cliniche lo permettono, una pizza, un gelato o un caffè con i biscottini possono risolle-

vare il morale e infondere buonumore. Tutte attenzioni e azioni assolutamente non casuali, ma frutto di un'organizzazione di squadra e di aggiornamenti professionali continui che ci permettono di conoscere le vulnerabilità del malato e di curarlo al meglio anche sotto l'aspetto umano».

La formula del dottor Albano, quindi, è semplice ed efficace: un dottore "specializzato" per amico, un familiare accanto e una galleria d'arte per reparto.

Maurizio Maria Fossati

© RIPRODUZIONE RISERVATA

VOLONTARI TUTTOFARE

Supporto pratico anche fuori corsia

«Se i volontari non esistessero, dovremmo inventarli», afferma Marco Votta, presidente dell'Istituto Nazionale dei Tumori di Milano. Sono ben 24 le Associazioni di volontariato accreditate che lavorano all'interno dell'Istituto. Tra queste PROMETEO, acronimo di PROgetto Malattie Epatiche Trapianti E Oncologia, nacque per volere dei medici e dei pazienti trapiantati di fegato. «Fin dall'inizio - spiega Giuse Dellavesa, la presidente - l'obiettivo fu duplice: aiutare economicamente i malati e i loro familiari nei periodi di permanenza a Milano per visite e terapie, e creare borse di studio per la formazione dei giovani medici. Nacquero allora 'I Criteri di Milano', un metodo di lavoro poi esteso alla cura di tutte le patologie oncologiche degli organi dell'apparato digerente». Ma non solo: «Spesso la malattia oncologica toglie improvvisamente la terra sotto i piedi al malato e alla sua famiglia. Noi aiutiamo i pazienti con una linea telefonica (help line) dedicata, assistenza counseling, il supporto-viaggi per chi proviene da fuori città e l'accoglienza gratuita per pazienti e accompagnatori negli alloggi di CasaPROMETEO». I volontari lavorano in reparto a 360 gradi. «La loro assistenza è sia professionale, sia umana. Il volontariato, infatti, nasce dal cuore delle persone. manteniamo abitudini che stemperano l'ansia, non trascuriamo i momenti di chiacchiera e le esigenze pratiche, come portare i pigiaini in lavanderia» E i medici? «I nostri giovani medici hanno capito che i malati hanno bisogno di un professionista nel quale riporre la propria fiducia, ma anche di umanità, e fanno del loro meglio. Corrono molto, cercando di non trascurare l'ascolto del paziente. I malati ci dicono che qui si sentono 'trattati bene', e questa è una grande soddisfazione per tutti».

M.M.F.

© RIPRODUZIONE RISERVATA