

**mamma\_lara** Mercoledì, 31 Maggio 2017 22:01

Buona notte e sogni bellissimi per tutti. State bene se potete

**mamma\_lara** Mercoledì, 31 Maggio 2017 21:45

Ora lavoro un po' poi vado a nanna.

**mamma\_lara** Mercoledì, 31 Maggio 2017 21:44

Gabriele mi dice che è andata per due mesi e poi basta. Si era guastato un altro pezzo che sarebbe costato quanto il precedente. 🤔

**mamma\_lara** Mercoledì, 31 Maggio 2017 21:43

Paula, ora che sai cosa hai, spero possano trovare il modo di farti stare meglio. Per la lavatrice ho deciso che fino a che va, va bene, quando avrò problemi non chiamo neppure un tecnico. la volta scorsa ho speso 159 euro ed è andata per un anno. Stavolta se si ferma ho visto che ci sono offerte a pochissimo prezzo, così me ne compro una di quelle e sono certa che durerà di più di quelle che ho avuto fino ad ora per le quali non ho mai speso meno di 500 euro.

**mamma\_lara** Mercoledì, 31 Maggio 2017 21:36

Grazie Maya, alle volte mica si sa quale sia la più fortunata, nel nostro caso lo siamo state tutte e due ♥

**mamma\_lara** Mercoledì, 31 Maggio 2017 21:34

Annuccia, In bocca al lupo per la nuova ragazza, ci vuole molta fortuna anche in questo caso. Spero tanto tu non abbia motivo di rimpiangere la signora precedente. Certo che 10 anni non sono pochi.

**paula1** Mercoledì, 31 Maggio 2017 20:31

Comunque ora devo prendere qualcosa...è davvero fastidioso...poi ho la lavatrice che fa i capricci...non scarica più l'acqua...spero di trovare un riparatore onesto...credo sia la pompa... 🤔

**paula1** Mercoledì, 31 Maggio 2017 20:29

Buona sera a tutti...qui caldo e stanchezza fotonica....ieri 13 ore e stamattina un giro letti pesante e interminabile.....domani sono a casa...oggi pomeriggio sono stata più di 2 ore al Rizzoli per quella ecografia...ero arrivata presto per vedere se ci si poteva sbrigare invece erano lentissimi e con metodi di una volta..... 🤔 comunque la diagnosi (che farò poi vedere all'ortopedico) è: entesopatia calcifica...spero ci sia qualcosa per far passare il dolore, perchè oggi passandoci sopra la sonda dell'ecografo dopo ho visto le stelle... 🤔

**Maya** Mercoledì, 31 Maggio 2017 19:03

Ciao 😊 ,Mami io sono la fortunata,ad averti incontrata,tu già facevi e fai tante cose,ma in particolare ,ti prendi cura del nostro mdt,e hai sempre avuto parole che vanno molto lontano,al cuore .

**Annuccia** Mercoledì, 31 Maggio 2017 16:46

Buona giornata a tutti! qui da me solita routine con mdt annesso alle 4 stamattina. Sono riuscita ad arginare con un bel Brufen 600. Ora sono a studio. Domani viene una nuova ragazza delle pulizie a casa e dovrò stare con lei per farle capire ciò che deve fare. Vorrei farla stare un'ora in più rispetto all'altra per farla venire una volta ogni 15 giorni. Non voglio essere prigioniera anche della signora delle pulizie. So bene che rimpiangerò la vecchia anche perchè è stata 10 anni e avevo piena fiducia, aveva le chiavi di casa e veniva e andava via con la massima libertà..... Ma si sa, "nulla è per sempre"!!!!!!

**mamma\_lara** Mercoledì, 31 Maggio 2017 14:11

Scappo, mi devo preparare per il gruppo.

**mamma\_lara** Mercoledì, 31 Maggio 2017 13:23

Sissi, sarai impegnata abbastanza anche tu con il lavoro e la famiglia. per il dolore ci vuole tantissima pazienza, ci sono mesi molto brutti, altri solo brutti e altri meno brutti che ci sembrano bellissimi.

**Sissi** Mercoledì, 31 Maggio 2017 13:13

Ciao a tutti, sono un po' "latitante" per impegni vari familiari ed anche per il tanto mdt, è stato un brutto mese per me su questo fronte. Anche oggi ho un attacco di quelli tosti. Vi abbraccio tutti con il solito affetto.

**nico26** Mercoledì, 31 Maggio 2017 13:01

Buon pomeriggio a tutti/e piano piano sto risalendo ma sono vuota!!!

**mamma\_lara** Mercoledì, 31 Maggio 2017 12:26

Occhiverdi, dai va che è andata bene, Speriamo che la frequenza migliori. Poi farai come riesci cara. Hai ragione a preoccuparti se prendi il farmaco e poi ti metti in auto. Fai attenzione mi raccomando.

**occhiverdi** Mercoledì, 31 Maggio 2017 10:29

Mamma Lara, lo so, 10 giorni senza MDT è un vero record, una cosa che credo non mi capitasse dai tempi delle medie 😊

Sono molto fiduciosa nella tossina botulinica, tranne ieri gli ultimi giorni sono stati buoni, e soprattutto non mi sono "fatta" delle solite dosi da cavallo di antidolorifici/antinfiammatori che mi facevano sentire sempre "sballata", e ormai non mi facevano nemmeno passare il dolore.

Ieri lo zolmitriptan mi ha fatto bene...a parte la grande sonnolenza. Ero in ufficio e menomale che non è arrivato nessuno...inoltre devo fare attenzione se dovessi mettermi in macchina perchè ieri sono proprio piombata!

Oggi sento un leggero MDT che arriva...spero rimanga dov'è...vedremo.

Buona e luminosa giornata a tutte!

**mamma\_lara** Mercoledì, 31 Maggio 2017 08:11

Nico, noi sempre qui siamo. 😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 31 Maggio 2017 08:11

Occhiverdi,

10 giorni senza MDT è un successone.

Io ho usato talmente tanti triptani che alla fine non mi hanno portato più nessun beneficio anche quando me ne facevo una grande quantità.

Tutte le terapie che portano sollievo sono valide, per quella che è la mia esperienza ci si deve accontentare perchè se ci si aspetta la guarigione si va incontro a grandi delusioni che portano a stare peggio, molto peggio.

Il tuo "comunque non mi posso lamentare" mi è piaciuto molto 😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 31 Maggio 2017 07:59

Francesca, sì, 50 gradi sono tanti, ma li sopporto meglio del freddo.

Però mi ha detto il medico di fare attenzione, perchè un conto è quello che percepisco io e un conto è cosa ne pensa il mio corpo. Troppo caldo non va bene, così mi proteggo tenendo la temperatura del corpo stabile con ventilatori o condizionatori. Però ho posto un limite, il condizionatore mai al di sotto dei 29 gradi e il ventilatore mai ma proprio mai addosso a me.

**mamma\_lara** Mercoledì, 31 Maggio 2017 07:54

Carissima Maya, la tua è stata proprio la trasformazione più grande che io abbia mai visto da vicino in tutta la mia vita.

E' stata una immensa gioia e un privilegio l'averla vissuta insieme a te.

Tu cara non immagini neppure quanta sia stata la mia ammirazione per il tuo coraggio, alle volte non si è capaci di affrontare un così grande cambiamento e si rimane nel buio piuttosto che affrontare la luce.

Tesoro, nonostante tu non ti sia mossa da dove stai, hai fatto un cammino lunghissimo e ancora non è finito.

Grazie per tutto quello che mi e ci hai dato. ♥

**mamma\_lara** Mercoledì, 31 Maggio 2017 07:49

Non immaginate le piante che ha la volta che fioriscono fanno fuori stupendi. Lui ha un cortile messo in modo che praticamente è sempre all'ombra e ha pure una pianta di albicocche che ripara dal sole, così è al riparo dal caldo eccessivo che in estate può rovinare tutte le sue piantine.

**mamma\_lara** Mercoledì, 31 Maggio 2017 07:45

Ieri il mio vicino di casa mi ha fatto fare una foto ad una pianta della sua folta collezione. E' appassionato di piante grasse che cura con una dedizione certosina. Spero di riuscire a mettervi la foto perchè merita proprio. La pianta si chiama Echinopsis ibrido.

### Echinopsis ibrido

**mamma\_lara** Mercoledì, 31 Maggio 2017 07:37

Buongiorno a tutti.

Ieri giornata impegnativa ma sono contenta. 😊  
La sera però ero abbastanza stanca

**Maya** Martedì, 30 Maggio 2017 19:29

Mami ,direi che il tuo mess...SUL FORUM E IL GRUPPO DI Auto aiuto,e' bello leggerlo,ma mi porta in dietro di. Tanti anni,dove dal forum arrivavo a te ,e poi al Gruppo Auto Aiuto, se ripenso alla Paola del 2008 , sorrido ora,e' stato difficile iniziare a capire e a trovare le forze per migliorare il mio mdt,ma migliorare quella che ero,oggi sorrido mentre cammino ,si ancora cammino, Le tante soddisfazioni.arrivate me le tengo con cura,e ringrazio Tutti voi per avermi sempre supportata,anche quando non scrivevo .

**Maya** Martedì, 30 Maggio 2017 19:08

😊 ciao....

**francesca63** Martedì, 30 Maggio 2017 18:27

Buonasera a tutti.

OCCHIVERDI tra i triptani la zolmitriptan sulla mia testa e il più efficace.  
A me non procura sonnolenza ma ognuno di noi risponde ai farmaci diversamente.  
Ad esempio io non tollero proprio l'imigran  
Ma forse il sonnellino è stato ristoratore! !!!!!

Un abbraccio a tutti.

**occhiverdi** Martedì, 30 Maggio 2017 15:54

Mi sono addormentata in ufficio! ...ma anche a voi i triptani fanno questo effetto???

**nico26** Martedì, 30 Maggio 2017 14:03

Buona giornata ...sono vuota.... 😞 😞

**occhiverdi** Martedì, 30 Maggio 2017 11:51

Buongiorno a tutte!

Dopo aver passato un meraviglioso weekend a festeggiare il mio compleanno senza MDT (il primo dopo tantissimi anni), oggi il maledetto è ricomparso, sotto forma di emicrania...  
Ho passato dieci giorni free (10 giorni!!!) ma oggi ri-eccolo, è il primo attacco dopo la terapia con la tossina botulinica, e mi sa che oggi inauguro lo zolmitriptan.

Dà che comunque non mi posso lamentare 😊

**francesca63** Martedì, 30 Maggio 2017 10:42

Buongiorno a tutti.

Sole splendente.

LARA ieri in corriera si sfiorava no i 50 gradi.Avresti tolto la felpa?  
La mia testa era bollente.....  
D altro canto Anch io non mi pronunciò sulle stagioni.

Fanno ciò che vogliono.  
Però no ai disastri che mandano a gambe per aria i sacrifici di una vita..

Un abbraccio a tutti....

**mamma\_lara** Martedì, 30 Maggio 2017 09:26

Paula, certo che non è l'ideale avere il reparto mezzo freddo e mezzo caldissimo. Non va bene per voi ma neppure per i pazienti.  
Lavori in condizioni di disagio enorme.

**mamma\_lara** Martedì, 30 Maggio 2017 09:22

Rossana, mi piace tantissimo ascoltare le storie delle persone, così uso una strategia che raramente fallisce, attacco bottone poi loro raccontano. Sapessi le meraviglie che disegnano quelle parole. Potrei farne un libro.

Ascoltare è la cosa che mi viene meglio. Ancora più delle torte che faccio. 😊😊😊

**mamma\_lara** Martedì, 30 Maggio 2017 09:20

Cri, splendida giornata di sole anche da queste parti 😊

**mamma\_lara** Martedì, 30 Maggio 2017 09:19

Non mi sto lamentando, io mi adeguo, solo che esprimo quello che sento.  
Le stagioni poi facciano il loro dovere come hanno sempre fatto, ma gradirei non mandassero disastri che rovinano raccolti e tutto il resto.  
Ecco, questo proprio non lo vorrei.  
Per il resto mi va bene tutto

**mamma\_lara** Martedì, 30 Maggio 2017 09:17

Di benessere puro ho solo una ventina di giorni in un anno.  
Ho appena fatto la doccia ma la stufetta era accesa e avevo anche un po' freddo.  
Gabriele è senza parole.

**mamma\_lara** Martedì, 30 Maggio 2017 09:15

Buongiorno a tutti.

Oggi ho ospiti a pranzo e cena. 😊

Finalmente ho tolto la felpa invernale, ma la tengo a portata di mano perchè non si sa mai.  
Però ho uno scialle per quando si fa sera e il sole non è più alto in cielo.  
Ieri ero seduta in cortile che già misurava 36 gradi all'ombra, avevo la felpa e stavo seduta (rigorosamente all'ombra) a godermi il calduccio.

Gabriele ha detto che non sono normale. 😊

Aspetto i 46 gradi quando proprio ho il sole allo zenit e i raggi scaldano per bene anche la pavimentazione del cortile. Li è proprio uno sballo 😊😊😊

**cri69** Martedì, 30 Maggio 2017 08:40

Buongiorno gente, anche oggi splendida giornata di sole , vediamo come imbastire questo giorno...  
Besos

**feffe81** Martedì, 30 Maggio 2017 07:47

Arrivo tardi ma...auguri PIERA e MARIA!! E anche a Roberto eh

**mamma\_lara** Lunedì, 29 Maggio 2017 20:56

Buona notte e sogni bellissimi per tutti. State bene se potete.

**Piera** Lunedì, 29 Maggio 2017 20:44

Margaret non so se mi leggerai, ma ti voglio dire che i tuoi auguri mi hanno fatto un immenso piacere.....tutti mi hanno fatto piacere !! 😊 ma i tuoi erano inaspettati! Il tuo nome è sempre nel mio cuore

**paula1** Lunedì, 29 Maggio 2017 19:01

Buon pomeriggio a tutti...qui davvero caldo, ma meno che in città...oggi ho patito parecchio...in ospedale abbiamo l'aria condizionata in mezzo reparto e nell'altro mezzo schiattiamo...alcuni di noi sono già ammalati...infatti domani sono nuovamente di lunghissima..con reparto pesante e la novità del momento...ci mandano le fratture dal Maggiore e spesso dobbiamo scervellarci per capire quando le vogliono operare e fare i salti mortali per mettere a letto quelli programmati... 🙄🙄🙄  
oggi ho rifatto la domanda per lavorare in ufficio, ma non ho molte probabilità... 🙄

**paula1** Lunedì, 29 Maggio 2017 18:56

Tantissimi Auguri di Buon Compleanno alle care Amiche PIERA e MARIA9195 😊

**rossana** Lunedì, 29 Maggio 2017 18:36

CRI il diavoletto che si affaccia non fa bene ma chi per un motivo chi per un altro mi sa che tutti ce lo troviamo davanti di quando in quando.  
Bisogna cercare di non dargli troppo spazio e mandarlo via il prima possibile.

**mamma\_lara** Lunedì, 29 Maggio 2017 18:35

Rossana, avresti stravinto 😄😄😄

**mamma\_lara** Lunedì, 29 Maggio 2017 18:34

Rossana, sono certissima che Alberto ce la farà anche senza di te per un così breve periodo.  
Fa ben cose più complesse che prepararsi un piatto di insalata di qualsiasi verdura e tonno.  
Poi oggi si trova di tutto ad ogni angolo. 😊

**rossana** Lunedì, 29 Maggio 2017 18:32

Guarda LARA sulle chiacchiere ci avrei quasi scommesso 😊

**rossana** Lunedì, 29 Maggio 2017 18:31

LARA questa frase

"se non si è in grado di pensare che la nostra non è l'unica sofferenza che esiste sulla faccia della terra" è di importanza capitale.

Ora scappo a fare la ginna, oggi mi sono persa ottenendo però di far tirare fuori il salottino e predisporre l'altro tavolo per il burraco con le amiche e le piantine e la rava e la fava e non potevo non approfittarne.

A dopo

**mamma\_lara** Lunedì, 29 Maggio 2017 18:30

Rossana, guarda che fai proprio bene, meglio pochi giorni e ben fatti.

Ormai in acqua mica ci vado più, quindi sceglierei il mare dove ci siano persone accoglienti e la possibilità di fare un bel po' di chiacchiere 😄 .

**rossana** Lunedì, 29 Maggio 2017 18:29

LARA, PIERA Alberto se la cava, come dice Piera non è certo imbranato.

Diciamo però che è sempre talmente impegnato che non si compatisce a destinare tempo a prepararsi i pasti o lavare i piatti, so che si spazientisce un po'.

Di solito compra gastronomia al supermercato come insalate di riso o primi pronti e altro.

Se fosse più comodo alla pasti da Stefano la gastronomia è buona ma soprattutto non carica e so bene come è fatta ma mica penseremo che può andare fino in centro 😊

In ogni caso sarà come quando pranza fuori per lavoro, il che in un anno succede per periodi anche lunghi...quindi tant'è.

Poi chiamerà la signora un po più spesso e in quell'occasione gli sistema la cucina.

Lui LARA è più che in grado di farsi pasta e sugo e uova e carne ma lavare i piatti, non ha mai voluto occuparsi della lavastoviglie...augh,

è lunghissimo e seppur preciso bagna in ogni dove.

Quindi riduce al minimo l'utilizzo di stoviglie e se decide di mangiare tonno e pomodori in quel periodo mette da parte il galateo e fa tutto dentro un'unica ciotola, cosa che quando sono a casa non ammette.

**cri69** Lunedì, 29 Maggio 2017 18:26

LARA no no non centri nulla tranquilla

**mamma\_lara** Lunedì, 29 Maggio 2017 18:25

Annuccia, il forum è stato una mano santa per tante di noi.  
Non potrò mai ringraziare abbastanza la Fondazione. MAI MAI

**mamma\_lara** Lunedì, 29 Maggio 2017 18:22

La telefonata di ieri mi ha fatto pensare che sono una bella st@@@...

**mamma\_lara** Lunedì, 29 Maggio 2017 18:22

Cri, mica sono stata io a dirti certe cose? se l'ho fatto ti chiedo scusa

**rossana** Lunedì, 29 Maggio 2017 18:20

Stamattina mi son risolta a prenotare l'hotel e mi hanno confermato la solita bella stanzona sul mare



Inutile dire che due settimane di vacanza vicino a Cervia mi costano il doppio di una vacanza in Sardegna con amica di uguale periodo, il che non mi piace granché ma se voglio stare da sola - e di persone che mi accompagnano in appartamento mi sono stancata perché finiscono sempre ahimè per approfittarne 😞 -

Alberto per sentirsi tranquillo ammette solo quella struttura che, peraltro, gli garba per gli spazi e gli orari flessibili.

Quindi dovrei partire il 15 per ritorno il 29/6 perché poi parte la signora della mami.

Poi a settembre sto progettando un last minute con la mia amica alla Thelma e Louise ma non in appartamento, perché lei contrariamente ad altre si prodiga troppo e non ho cuore di vederla sgobbare per l'apertura e la chiusura di tutto senza poterla aiutare.

Valuteremo due settimane in hotel dove ci sia un mare bello ché una volta all'anno non guasta.

A Milano Marittima però mi godo le cugine, altre conoscenze come la figlia del mio titolare con cui in quell'occasione ci vediamo e altre ed eventuali persone che mi raggiungono.

E l'accoglienza romagnola.....

**mamma\_lara** Lunedì, 29 Maggio 2017 18:20

Margaret, che bello rileggerti.

Dai un bacione a tutti i tuoi meravigliosi bimbi. ♥

**rossana** Lunedì, 29 Maggio 2017 18:14

Buon pomeriggio a tutti,

e auguri a PIERA, MARIA e anche a Roberto! 😊

E' una data importante anche per me questa, un giorno che mi è caro.

**cri69** Lunedì, 29 Maggio 2017 17:26

Oggi sto combattendo un pò con il mio diavoletto, penso anche che alle volte la gente ci trovi gusto a dirti certe cose, forse per vedere le tue reazioni o per vedere cosa risponderai. Quando credo di aver fatto passi in avanti ecco che torno indietro e si riaffacciano i vecchi fantasmi con i vecchi dolori e le vecchie perplessità . consapevole che ormai sono vecchi e passati ma non posso farci nulla se mi salgono le lacrime agli occhi. Uffffaaaa 😞

**Annuccia** Lunedì, 29 Maggio 2017 17:01

MARGARET, che bello leggerti. Chissà come sarà contenta Piera di ricevere i tuoi auguri!!!!

**Annuccia** Lunedì, 29 Maggio 2017 17:00

Sono entrata nel Forum che prendevo 19 Imigran al mese con tante, tante bustine di Aulin.....

**Annuccia** Lunedì, 29 Maggio 2017 16:50

Carissima LARA, era il 2007 , dieci anni fa, mamma mia!!!! grazie per averlo messo. Ora tanti sintomatici in meno, ma tanti tanti dolori in più.

**Margaret** Lunedì, 29 Maggio 2017 15:31

Buon pomreiggio a tutti. E soprattutto BUON COMPLEANNO cara Piera, un mondo di auguri con tanto affetto.

**mamma\_lara** Lunedì, 29 Maggio 2017 14:20

Mentre stavo controllando alcuni documenti che mi servono per mercoledì, ho trovato questi due scritti che ho copiato e incollo qui.

Il primo era rivolto ad una ragazza che scriveva nel forum, l'altro era per Annuccia. Sappiate che dopo 10 anni la penso esattamente allo stesso modo. Ho corretto un solo errore, quindi passatemi il resto come siete soliti fare sempre ♥.

mamma lara

**Data: 17/09/2007, ore 18:07:49**

Nippi, grazie per avermi dato quello che in gergo calcistico chiamano "assist"..... Ma parliamo di Forum. Sai cara Nippi, quel marito forse non ha tutti i torti, partecipare ad un Forum o ad un Gruppo di Auto-Aiuto non è cosa da tutti e non sto parlando di tempo.

Non a tutti fanno bene queste due forme di "terapia", nel senso che non tutti riescono a trarne beneficio, per arrivare a questo, ci sono dei passaggi molto importanti, ne elenco alcuni che sono fondamentali. La prima cosa bisogna essere capaci di leggere con gli occhi di chi scrive ed elaborarlo senza mai pensare null'altro di quello che è scritto; bisogna riuscire a scrivere della propria anima, che alle volte è sconosciuta pure a noi sotto certi aspetti; non giudicare mai e non sentirsi mai giudicato; partecipare ad un Forum o ad un gruppo di Auto-Auto , non vuol dire scrivere per essere di aiuto agli altri, se si partecipa con questa intenzione, si è destinati al fallimento, il MDT non è una piaga che con i medicinali necessari e un po' di antibiotico passa tutto, il MDT è una malattia complessa che comprende la sofferenza di una vita vissuta nel dolore. E' raccontando di questo cammino che liberiamo tutta l'angoscia che abbiamo dentro e questa sofferenza non lascia spazio alla nostra mente di occuparci del dolore che si sa non è causato dal nostro vissuto, ma neppure da come viviamo.

Per me il Forum e il Gruppo di Auto-aiuto, sono lasciare la mia sofferenza qui per fare spazio alla forza, per me queste sono due forme importanti di terapia, perchè è l'ascoltare voi che riesco ad occuparmi di me attraverso i vostri racconti.

Questo e tante altre cose sono il forum e il gruppo di Auto-Aiuto, se non si è in grado di pensare che la nostra non è l'unica sofferenza che esiste sulla faccia della terra, partecipare non ci può fare bene

-----

Carissima Annuccia, è mio pensiero che noi cefalalgici ci portiamo dietro dei forti sensi di colpa per come siamo "dipendenti" dai sintomatici. Credo sia questo che ci allontana dalla vita che vivono gli altri, viviamo come una grande "colpa" il fatto che non possiamo fare a meno di ingerire di tutto pur di vedere scomparire il dolore. Sai cosa penso, che di questo noi non ci dobbiamo "vergognare", ne abbiamo già tante di fatiche da fare. Scrivi pure cara tutto quello che fai per riuscire ad arrivare al giorno dopo, è ora di uscire dal silenzio e forse anche questo è un aiuto

**nico26** Lunedì, 29 Maggio 2017 14:09

E mentre nuotavo...attacco di aurea....x 30 minuti e ora occhiale nero nero mdt con vomito anchese tollerabile ma l'oki l ho preso..Ero felicissima prima quando ho nuotato all'aperto e zac....ma come diciamo graize anche al vs sostegno invisibile passerà.

**Annuccia** Lunedì, 29 Maggio 2017 11:12

Buongiorno a tutti! torno ora dall'ospedale, ho accompagnato mamma dall'otorino per un controllo visto che ormai sente proprio pochissimo. Non c'è naturalmente nulla da fare.... 😞

PIERA e MARIA, tantissimi auguroni! e grazie da parte di Roby..... 😊

**francesca63** Lunedì, 29 Maggio 2017 10:00

Buongiorno a tutti.

E buon inizio di settimana.

Tantissimi auguri PIERA.,MARIA E ROBERTO.Che si avveri tutto ciò che desiderate.

Un abbraccio a tutti .....

**nico26** Lunedì, 29 Maggio 2017 09:44

Buongiorno a tutti/e dal lavoro.

Auguroni!! a tutti /e e una grande forza x tutti/e !!!

**Piera** Lunedì, 29 Maggio 2017 08:56

auguri a miei splendidi compagni di compleanno Maria e Roberto di Annuccia 😊

**Piera** Lunedì, 29 Maggio 2017 08:56

Lara figurati se posso dirti che sei crudele !!! io le farei fuori prima che attacchino 😞 come si puo' tutelare delle cornacchie invece che dei bambini!!!!

**mamma\_lara** Lunedì, 29 Maggio 2017 08:28

Io sto lavorando abbastanza per il convegno e per il corso di Roma. 😞😞😞

**mamma\_lara** Lunedì, 29 Maggio 2017 08:27

Francesca, nuova settimana e speriamo che ci sia tregua sul fronte MDT

**mamma\_lara** Lunedì, 29 Maggio 2017 08:26

Piera, se una cornacchia mi assale Emma o Ettore quando sono con me sappi che non avrà vita. Poi dimmi pure che sono crudele, ma che vada a predare altrove. Da noi non ci sono più passerotti per colpa loro.

**mamma\_lara** Lunedì, 29 Maggio 2017 08:24

Feffe, con i tuoi genitori sei stata bravissima. ♥

**mamma\_lara** Lunedì, 29 Maggio 2017 08:22

Feffe, meno male che hai recuperato il cellulare. Per l'argomento "discorsi frivoli", sappiamo bene che ci sono indispensabili questi argomenti, è anche questo la forza del forum. Argomenti "pesanti" che si accavallano ad argomenti "frivoli". Non immagini cara quanto bene faccia un po' di leggerezza e chi può portarla nel forum va bene in qualsiasi momento. Ne abbiamo tanta necessità. Sai che uno dei miei motti è: "devo sorridere anche quando ho la morte nell'anima". Grazie carissima

**mamma\_lara** Lunedì, 29 Maggio 2017 07:24

[Nuovo numero di Cefalee Today n.108 disponibile](#)

**mamma\_lara** Lunedì, 29 Maggio 2017 06:52

[Rassegna stampa 2017](#)

**mamma\_lara** Lunedì, 29 Maggio 2017 05:57

Buongiorno a tutti.

Auguri a Piera, Maria e Roberto anche da parte mia e di Gabriele.

Piera, sapevo che il compleanno sarebbe stato oggi, non volevo fare gli auguri il giorno prima.



**cri69** Lunedì, 29 Maggio 2017 04:01

Buongiorno gente.

Infiniti auguri a Piera, Maria e Roberto.

**mamma\_lara** Domenica, 28 Maggio 2017 22:14

Buona notte e sogni bellissimi per tutti. State bene se potete ♥♥♥♥♥

**francesca63** Domenica, 28 Maggio 2017 20:20

Buonasera e buona Domenica anche se ormai volge al termine.

Oggi l'emicrania mi ha conciato.

Mi ha concesso la tregua stamattina ma poi .....

Un abbraccio e buonanotte.

**nico26** Domenica, 28 Maggio 2017 17:00

Buon pomeriggio a tutti/e in pausa lavoro volontario. Bellissimo dare x un fine.comune!!!!

Auguroni a tutti i compleanni!!!!!!!

**Piera** Domenica, 28 Maggio 2017 14:40

Per gli auguri il trio del 29 compie gli anni domani.....percio' Lara non sei in ritardo 😊

**Piera** Domenica, 28 Maggio 2017 14:29

Lara a proposito di cornacchie, una ha fatto il suo nido su un albero sopra al nido dove va Daniel, non ci si puo' credere ma attacca le persone che per forza di cose devono attraversare un vialetto che porta all'entrata dell'edificio.....e quello che e' piu' grave e' che riconosce le persone e attacca sempre quelle , che poverette girano con un ombrello a protezione, le insegnanti preoccupate per i bimbi, che per ora non sembrano il suo obiettivo, hanno gia' chiamato comune, guardie forestali , ecc.ecc....ma pare che sia un problema liberarsene in fretta, sono proprio uccellacci predatori!!! 🤔  
percio' se verro' attaccata da un cornacchia sappiate che vi ho voluto bene 😊😊

**feffe81** Domenica, 28 Maggio 2017 13:46

Quando parlate di genitori, viventi e non , mi fate riflettere sui miei...c'è sempre un po' di differenza tra il genitore reale e quello ideale nella mia testa...però devo dire che il mio rapporto con loro è migliorato tantissimo da quando ho imparato a comunicare assertivamente con loro. E negli ultimi mesi va ancora meglio grazie al cagnolino 😊

**feffe81** Domenica, 28 Maggio 2017 13:44

Buongiorno a tutti, ho fatto le ore piccole e sono totalmente rinchiuso 😞 con un principio di mdt...mammamia mi sembra di aver la testa nel miele  
Udite udite il cellulare è resuscitato stamattina!!! PIERA ricordo bene l'episodio dei tuoi occhiali, infatti venerdì ti ho pensata!! 😊 Anche il mio cellulare è nuovo...  
Non voglio peccare di superficialità con i miei discorsi frivoli, solo ho bisogno di leggerezza

**mamma\_lara** Domenica, 28 Maggio 2017 12:18

Spesa fatta.  
Mi aspetta una settimana di pranzi e cene.  
Ne ho un bel po' da fare 😊

**mamma\_lara** Domenica, 28 Maggio 2017 07:29

Ho una cornacchia sulla casa di fronte che gracchia (chissà se si dice così). Chissà perchè non mi piace quel verso. 🤔

**mamma\_lara** Domenica, 28 Maggio 2017 07:27

Annuccia, succede rarissime volte che il MDT torni indietro e quando succede diciamo che è un bel sollievo.

Buoni festeggiamenti per oggi, ma aspetto a fare gli auguri, non si sa mai che sia domani la giornata 😊

**mamma\_lara** Domenica, 28 Maggio 2017 07:19

Buongiorno a tutti.

Penso siano domani il compleanno di Piera, Roberto e Maria9195 In ogni caso se fosse oggi più tardi farò gli auguri.

**mamma\_lara** Sabato, 27 Maggio 2017 23:07

Buona notte e sogni bellissimi per tutti. State bene se potete ❤️❤️❤️❤️❤️

**Annuccia** Sabato, 27 Maggio 2017 19:47

Non ho molte parole per le vostre importanti perdite. Capisco solo il grande dolore. Piera riguardo questo argomento mi è sempre nel cuore, ma purtroppo sono impotente e basita ogniqualvolta lei ne parla.

**Annuccia** Sabato, 27 Maggio 2017 19:45

Ciao!!! Siamo tornati da poco da santa, mi raccomando rosanna cerca di andare al mare, roberto la non ha mai tossito. Stamani brutto ris eglio, ma poi miracolosamente il dolore alla testa è passato. Mi

sembrava un sogno, accade così raramente che tutto passa senza impasticcarsi.... giornata piacevole . Domani andiamo dai miei, roberto, compagno di compleanno di piera lo festeggiamo domani. Poi lunedì aggiungiamo i festeggiamenti con Enrico che forse viene di passaggio.

**Piera** Sabato, 27 Maggio 2017 16:05

Feffe poi mi racconterai il "recupero" del cellulare!!! 😊😊 una volta ero nel cesso (ed era proprio un vero cesso!!) dell'autogrill con Vittoria e nel tentativo di aiutarla a fare pipì senza toccare nulla , mi sono caduti gli occhiali nella tazza, solo i 300 euro che avevo speso, mi hanno aiutato a riprenderli!!!! 😊 ho fatto uno sforzo terribile però 😊 Oggi qui da me sono cominciati i festeggiamenti in preparazione del mio compleanno , tutti gli anni dico che non voglio festeggiare , ma poi intorno a me nascono splendidi gesti d'amore a cui non si può restare indifferenti, perciò bando alle ciance e via con le danze : Siamo solo noi i responsabili di una brutta giornata di sole o di una bella giornata di pioggia (Alberto Bucci )

**mamma\_lara** Sabato, 27 Maggio 2017 14:26

Feffe, lascialo asciugare per bene. mi hanno detto che aiuta metterlo nel sale, però sono certa che tu avrai già attivato tutte le indicazioni per togliere l'umidità al tuo cellulare. Mi spiace carissima, mica ci voleva.

**mamma\_lara** Sabato, 27 Maggio 2017 14:23

Rossana, qui si parla di sofferenza e si sa bene che l'anima non è immune. Hai ragione e anche di più. Grazie per averlo ripetuto con parole diverse, perchè mai si dice abbastanza

**mamma\_lara** Sabato, 27 Maggio 2017 14:21

Rossana, come ti capisco, sai che anche noi parlavamo spesso di Evelino e ancora quando ne parliamo lo facciamo sempre facendo grandi risate perchè raccontiamo di tutti gli episodi con lui protagonista.

A me serve tantissimo questo

Per il mare va bene così.

Per Alberto non saprei se lui è una persona capace di scongelare alimenti, perchè se così fosse un po' di pasti congelati potrebbero fare al caso suo.

Però se è uno di quegli uomini (Evelino lo era) che non sanno neppure fare un uovo sodo questo non va bene. Mai dimenticherò la volta che si è fatto l'uovo sodo, lo ha messo nella padella con il guscio e ha acceso il gas. Sono tornata che stava raccogliendo uovo sparso ovunque 😊😊😊 Che tenerezza mi ha fatto. ♥

**mamma\_lara** Sabato, 27 Maggio 2017 14:15

Francesca.

Penso che per te sia più difficile ricordare i momenti belli sostituendo con quelli il pensiero della perdita. Ti sento tanto sola e forse è anche per questo che fai più fatica.

Però mai disperare, alle volte quello che non avviene in tanti anni ti accorgi da un momento all'altro che sei alleggerita e il vuoto che si sente dentro viene colmato da un qualcosa che mica si riesce ad identificare, capisci solo che vedi la strada che devi percorrere con occhi diversi.

Fai come puoi cara e ti dico questo perchè ho fiducia del nostro essere cefalalgiche, siamo in grado di fare grandi prestazioni anche con le condizioni peggiori. 😊

**mamma\_lara** Sabato, 27 Maggio 2017 14:07

Buongiorno a tutti.

Mattinata iniziata alle 4 perchè non dormivo e non facevo dormire neppure Gabriele, così sono scesa e ho iniziato a sistemare il cortiletto da tutta quella "bambagia" che gli alberi mettono fuori in primavera. Si nasconde ovunque e bisogna proprio toglierla altrimenti basta una folatina di vento che si sparge ovunque.

Poi si è alzato Gabriele e visto che ero in faccende mi ha aiutato anche lui. Abbiamo lavato e impacchettato tutte le sedie del cortile pronte per essere usate senza abbiano necessità di essere lavate di nuovo.

Insomma, un bel lavoro e siccome ho fatto un movimento che non dovevo ora ho la schiena semi-bloccata. Ma va bene lo stesso perchè quando guardo il cortile sono contenta. La schiena guarirà 😊

**francesca63** Sabato, 27 Maggio 2017 13:45

Buongiorno a tutti.  
E buon sabato .Soleggiato.

ROSSANA la mamma l ho persa otto anni fa. Il papà quasi un anno fa.  
Talvolta pero mi sembra sia trascorso un secolo .  
Della mia mamma ho ancora il fermo immagine sulla bara, del papà invece il letto d ospedale.  
Arriverà il momento in cui pre varranno i bellissimi momenti passati insieme.

Un abbraccio a tutti.

**Piera** Sabato, 27 Maggio 2017 11:20

Rossana, cambiar aria fa bene, perciò' cerca di andarci al mare, vedrai che Alberto se la caverà' non mi mare un uomo "dipendente"!!!! 😊

**paula1** Sabato, 27 Maggio 2017 10:04

Buon giorno a tutti...qui sole e finalmente oggi sono a casa...Fausto è andato a fare un giro nel bosco...io ho troppo male dappertutto e ho rinunciato, anche se so che non faccio bene... dopo andiamo a trovare i miei genitori... il giorno che ho fatto la lunga mi sono arrabbiata molto perchè la collega mi ha lasciato i lavori più pesanti...così non va proprio... 😡😡 io non dico niente per il quieto vivere, ma sono davvero molto stanca... 😞 poi anche l'emicrania ci si era messa...fortuna che con 2 Nimesulide nel ritorno a casa è passata...ha capito anche lei che non era giornata 😊😊😊😊😊

**rossana** Sabato, 27 Maggio 2017 09:25

Buongiorno a tutti,  
si FEFTE penso che procederò.  
Quest'anno faccio più fatica perché  
Alberto non ha l'appoggio della signora di sua mamma che mi faceva stare più tranquilla.

**feffe81** Sabato, 27 Maggio 2017 09:21

ROSSANA se lo dice lo pneumologo... 😊 puoi prenotare il mare!

**feffe81** Sabato, 27 Maggio 2017 09:16

Ieri mattina ero andata in bagno al lavoro e...mi è caduto il cellulare nel water 😊😊😊 subito sembrava funzionare ancora, ma dopo un paio d'ore ha smesso 🚫 era nuovo e con parecchi dati dentro, vediamo se si asciuga...

**feffe81** Sabato, 27 Maggio 2017 09:14

buongiorno a tutti, continua la mia vita sregolata con gli orari sballati 😞 è già tardi e io ancora non ho finito di fare colazione

**nico26** Sabato, 27 Maggio 2017 07:35

Buon sabato a tutti ea tutte da una Modena soleggiata 😊 ho letto i vari post sulla perdita dei dei nostri cari e sarò egoista ma avendo vissuto per tanti tanti anni le malattie dei miei genitori non mi mancano e scusate io ho iniziato a vivere quando hanno lasciato il corpo. Gli ho voluto molto bene e tutt'ora gliene voglio ma ero arrivata al limite delle mie forze. In questi anni non li ho mai sognati in maniera serena anzi purtroppo gli ho sempre sognati in contesti di malattia. Sono sempre nel mio cuore li ricordo ma non mi mancano assolutamente. Vi auguro una buona giornata perché è il mio paese saranno due giorni di fiera meravigliosa e se volete il paese si riempie di ristoranti tipici di cui in uno io sarò volontaria il cui ricavato andrà alle scuole medie e quindi non venite nel mio perché cucino anch'io aiutoooooo 😊😊 ps..... il mio paese si chiama Castelnuovo Rangone in provincia di Modena!!!!!!!

**rossana** Venerdì, 26 Maggio 2017 23:20

Se, come per il MDT, si possono condividere anche dolori e ricordi con un fratello o un'amica o qualcuno che ci conosca a fondo, beh questo aiuta e tanto.  
E' la famosa trave pesante che se portata da una sola persona diventa impossibile mentre il suo peso suddiviso la rende sopportabile.

**rossana** Venerdì, 26 Maggio 2017 23:03

FRANCESCA li hai persi da poco i genitori?

Sento dire che per un po di tempo dopo la perdita si ricorda, ahimé, la persona sofferente ma col tempo riaffiora la persona che questi era e per fortuna!

Io del papà, a giorni ancora eh, ma ho già cominciato a ricordare i bei momenti, il buono.

**rossana** Venerdì, 26 Maggio 2017 22:59

PIERA cavoli, quanto dolore e assenza e tutto 😞

Hai perfettamente ragione: non è affatto vero che le mamme sono sempre buone.

Ho amiche e cugine che confermano sempre.

Tu pensa che una delle sorelle di mio papà che è morta lo scorso anno e che ha due figlie femmine ha fatto impazzire per una vita intera loro e il devoto marito.

Soffriva di una depressione maggiore e per questo quando le figlie erano ancora bimbe le ha sempre sottomesse e fatte lavorare.

Prima di andare a scuola dovevano fare un tot di lavori di casa poi a seguire lo hanno fatto prima di andare a lavorare e comunque "non era mai cotta" come diciamo noi.

Loro non vedevano mai la mamma contenta, perennemente triste.

Fuori di casa ad una certa età lei si è espressa in volontariato, si è prodigata - ad esempio - anche per la mia persona nei periodi dei miei interventi o ricoveri quando ero ancora bambina e mi ha aiutato affiancando e sostenendo la mamma.

Ancora oggi le mie cugine non si capacitano per questo insolito atteggiamento e, tanto per dire, al funerale di questa zia, erano loro a consolare me che la piangevo disperata.

Vai mo a capire

Ma conosco anche donne che hanno subito di peggio proprio dalle madri.

E quando queste vengono a mancare credo soffrano più loro delle persone che hanno avuto del buono.

Mah, difficile raccapezzarsi in simili dinamiche.

**rossana** Venerdì, 26 Maggio 2017 22:50

LARA i vuoti si sentiranno sempre sì, concordo.

Credo che l'unica cosa che possiamo fare - dobbiamo pure andare avanti no - è convivere con le nuove situazioni, anche di vuoto.

Come si fa col dolore, come si fa con altri dispiaceri, come si fa con tutto ciò che non possiamo cambiare o modificare.

Poi penso che momenti di malinconia, rimpianto, nostalgia che ci fanno commuovere e anche piangere ci saranno sempre ma voglio pensare che potere attingere da quel che dei nostri cari "salviamo dentro di noi" rimanga una risorsa.

E che sia il modo migliore per continuare a portarli con noi.

Lunedì sera ho cenato con i miei fratelli e famiglie e Stefano ad un certo punto ha imitato un'espressione del papà com'era solito fare (è bravo ad imitare) poi si è prontamente bloccato spalancando gli occhi e volendo dire: scusate scusate.

Noi tutti gli abbiamo detto: no Tito, continua a farlo. E' questo che vogliamo. Continuare ad averlo come si può tra noi, in tutti i modi, anche quelli ironici, perché no?

Gli erano ben note e anche gradite queste prese in giro dei figli quindi.....

**rossana** Venerdì, 26 Maggio 2017 22:42

Ciao a tutti,

oggi controllo dallo pneumologo.

Dice che non sente alcunché, quindi continuare con cortisone per bocca e spray orale per ancora 8 giorni e che sta tosse si deve "sfogare".

Gli ho chiesto se non sia il caso di fare una radiografia e mi ha risposto che non ci sono proprio le condizioni.

Poi ha aggiunto: vada al mare che le passa tutto.

Ok, procedo dunque così e aspetto che passi.

Mi viene in mente un vecchio proverbio delle nostre parti che diceva in dialetto che "la tosse va tossita".....

Sarà così, io continuo anche a sentirmi un rantolino ma lui dice che non è niente. Accantono il problema, da due giorni tossisco anche un po meno e speriamo bene.

**francesca63** Venerdì, 26 Maggio 2017 20:10

Buonasera a tutti dal pianeta stanchezza!!!!

LARA anche io vorrei poter chiacchierare con la mia mamma ed il mio papà.....

Ho proprio un buco dentro anche se sento che tifano per me.

Ma e difficilissimo .

Anche se mi cullo nei ricordi.

Ma per il momento sono quelli legati alla loro malattia o sofferenza a predominare..

Ma arriverà anche il tempo di ricordare i bei momenti.

Eh scusate vi intristico sempre.

Un abbraccio a tutti.

Buonanotte.

**nico26** Venerdì, 26 Maggio 2017 10:51

Buon venerdì' a tutte/i dal lavoro e x ora le auree non ci sono piu'.

Voi non credete quanto questo forum mi aiuti quando ho gli attacchi piccoli e grandi.e' come avere la vs.presenza accanto a me!

Il marito oggi è andato a Cervia con i suoi amici fino a domani pom per un torneo dibeach volley anzi direi per una sfasciata totale visto che quando torna al sabato pom è tutto rotto.

Ma poi dopo averlo detto mille volte .....a 61 anni io non so che dire.....!!!

**Piera** Venerdì, 26 Maggio 2017 10:31

pero' lei come persona non mi manca per nulla: e' cattiva!!! 😞 e' un luogo comune che le mamme sono tutte buone !!!

**mamma\_lara** Venerdì, 26 Maggio 2017 10:22

Piera, ho pensato anche a te quando ho scritto quelle parole. ♥ ♥ ♥

**Piera** Venerdì, 26 Maggio 2017 09:15

E' vero Lara, i genitori in un modo o nell' altro mancano sempre, a me ad esempio manca la madre che non ho avuto per gran parte della mia vita!!! 😞 per quanto riguarda il desiderio di parlare con la mamma e' tipico di quando ci si fa vecchi, mi piace pensare che sia un po' un prepararsi alla vita che scorre ....la mamma di Giorgio e' morta in casa e nel suo ultimo respiro chiamava il padre che aveva perso ragazza.....abbiamo sempre pensato che lui era li' che l'aspettava.

**mamma\_lara** Venerdì, 26 Maggio 2017 09:11

Sicuramente sono state di consolazione per Tiziana, perchè l'ho vista felice quando le ho detto cosa aveva detto la tua collega

**mamma\_lara** Venerdì, 26 Maggio 2017 09:09

Paula, ho parlato ieri a Tiziana della ausiliaria e lei ne ricorda benissimo una, non so se è la stessa, il nome mi sembra di ricordare iniziasse con la Viviana, però ricordo bene che il cognome iniziava con la V.

Ha ragione Rossana, quando vengono confermate le parole che dici portano nel cuore tanta consolazione.

**mamma\_lara** Venerdì, 26 Maggio 2017 09:06

Cris, che bello leggere in tuo scritto.

L'abbraccio a Emma lo sarò quando torna da scuola.

Ho sentito ieri una persona che viene alla corsa che state organizzando. Una cosa bellissima. Che bravi siete.

**mamma\_lara** Venerdì, 26 Maggio 2017 09:03

Annuccia, anche a me manca tantissimo la mia mamma e sapessi quante volte vorrei poter parlare con lei anche un solo minuto. ♥

Capisco la tua mamma ♥

**mamma\_lara** Venerdì, 26 Maggio 2017 09:02

Rossana, per mie esperienza è proprio così, si cede solo quando possiamo permettercelo quando abbiamo finito. E questo il nostro fisico lo sente.

Si spera sempre che gli effetti che provocano tutti i nostri pensieri e dolori non siano troppi. Non siano troppo ♥

Carissima, un genitore manca sempre, anche quando ha fatto poco e niente nella tua vita. Ho visto persone che hanno avuto un padre assente e anche cattivo, a loro mancava lo stesso, ma penso che gli mancasse quello che poteva essere un papà vero o una mamma vera. Ecco cara, penso che questo sia il peggio del peggio.

In ogni caso manca sempre quando una persona così cara lascia per sempre la tua vita. A te sicuramente ha lasciato un vuoto difficile da colmare e come colmare la nostalgia dei vostri momenti unici. Impossibile.

Cara, vorrei dirti che il tempo aiuta, ma so che aiuta ben poco anche il tempo. Queste sono mancanze che lasciano vuoti assoluti. ♥

**lile** Venerdì, 26 Maggio 2017 08:59

Buondi...

Sempre tantissimi pensieri per te CRI! Incrocio le dita 😊

Sono giorni in cui non mi fermo un momento... oggi parto e come ogni volta mi imbarco in grandi sistemazioni e invece alla fine arrivo all'ultimo che non ho finito di fare nemmeno le cose

fondamentali... 😞 la testa regge abbastanza, a parte un attacco forte martedì che non mi ha fatto dormire... Ecco, sono un po' stanca... Spero che questa settimana mi faccia recuperare un po'... Mi sembra di far fatica anche a mettere in fila i pensieri.

Non ricordo se ho dato il benvenuto alle nuove iscritte... Benvenute 😊

Un abbraccio a tutte!

**mamma\_lara** Venerdì, 26 Maggio 2017 08:50

Cri, tante ditina incrociate. Anche quelle dei piedi 😊

**mamma\_lara** Venerdì, 26 Maggio 2017 08:49

Buongiorno a tutti.

Francesca, sapessi quanto arrabbiare fa anche me il biondo.

Non guardo mai un telegiornale, tanto ci raccontano solo ciò che vogliono loro come se avessero a che fare con persone senza capacità di discernimento.

Pensa che preferisco lavorare piuttosto che guardare la tv

**cri69** Venerdì, 26 Maggio 2017 07:30

Buongiorno a tutti, stamattina freschino.

Novità all'orizzonte, aspetto a cantar vittoria...qualche pensierino per me ??? 😊

Besos

**nico26** Giovedì, 25 Maggio 2017 19:23

E vai è tutto il giorno che vedo un piccolo flash.....6/7 secondi poi lmdt .Evviva Evviva.....smetterà

pure !!!! 😡 no non faccio quella faccina ma..... 😊 così' gli faccio paura e gli dico che non si impossessa della mia anima!!!!!!

**rossana** Giovedì, 25 Maggio 2017 18:04

Eh LARA cara,

puoi ben dir la tua sulla perdita di persone care.

Quel che PAULA riferisce di Franco ha fatto enorme piacere anche a me, e non certo perché dubitavo di quel che tu ci hai sempre detto di loro.

Semplicemente credo sia di sostegno e davvero di consolazione ricevere testimonianze da più parti che conducono ad un buon ricordo, ricordo che è poi ciò a cui ci possiamo aggrappare per tenere con



Buongiorno a tutti,  
FRANCESCA è proprio così.  
Le difese immunitarie si abbassano per il dolore provato come dici tu ma, credo, succede appena possiamo permetterci di stare male.  
Quando si finisce di correre, di dormire poco, di occuparsi e preoccuparsi ho visto tante persone crollare.  
Domani mi rivede lo specialista perché sento proprio che ho ancora il peso.

**francesca63** Giovedì, 25 Maggio 2017 08:24

Buongiorno a tutti.  
ROSSANA mi piace ,ma credo che tutto il dolore provato abbassi le nostre difese.....

Come non commuoversi leggendo La madre di Ungaretti.  
Come non arrabbiarsi allorché assegnino il Nobel per la Letteratura a taluni personaggi.  
Come alresi non arrabbiarsi per il dispiegamento di forze e di spese per scortare ciuffo biondo...  
Si sarebbe potuto sfamare l'Africa per 6 mesi! ?????  
Stamane sono polemica....

Auguro a tutti una splendida giornata

**rossana** Mercoledì, 24 Maggio 2017 21:28

Si PIERA prevedo di andare quindici giorni a giugno.  
Ma non mi azzardo a prenotare finché sto così....

**Piera** Mercoledì, 24 Maggio 2017 21:14

Rossana mi dispiace per i tuoi ulteriori problemi di salute, avere mdt non ci rende indenni fa tutto il resto!!anzi ci complica tutto 😞 non vai un po' al mare a giugno?

**mamma\_lara** Mercoledì, 24 Maggio 2017 21:04

Vado a lavorare un po'. Buona notte e sogni bellissimi per tutti. State bene se potete

**mamma\_lara** Mercoledì, 24 Maggio 2017 21:03

Occhiverdi, Emma ha tutte persone positive a casa ma anche nella sua scuola, le insegnanti e il preside hanno sempre molta attenzione e riuniscono i genitori quasi tutte le settimane.

Per il botulino, una ragazza che conosco ha fatto 3 cicli do botulino prima di avere un consistente benefico.

Forza carissima, dacci notizie per favore.

**mamma\_lara** Mercoledì, 24 Maggio 2017 20:58

Rossana, dire che anche tu ne hai sempre una è dire poco.  
Sarebbe ora che arrivasse l'estate anche da te, già ne hai di cose e non ci vorrebbero tutte le altre che si vengono ad aggiungere.

Ora se vuoi risolvere qualcosa devi andare sempre con il privato.

Però bisogna anche dire che un medico in convenzione ha 10 minuti per ogni paziente. Dimmi mo come fa a visitare come dovrebbe. Non ci sono più soldi per nessuno. 😞😞😞

**mamma\_lara** Mercoledì, 24 Maggio 2017 20:54

Annuccia, mi piace tantissimo per la signora che ti aiutava in casa. Spero tu ne trovi una brava e onesta.

Per il signore biondo non mi pronuncio perchè poi dovrei cancellare tutto.

Mi taccio 😞

**mamma\_lara** Mercoledì, 24 Maggio 2017 20:51

Paula, per fortuna è arrivato un po' di caldo così riuscirò a togliermi la felpa. 😊  
Il malcontento mi sa ci sia ovunque di questi tempi. Spero possano dare anche a voi ciò che vi spetta.  
Per domani giornata faticosa. Coraggio va.

Mi fa tanto piacere che la tua collega abbia detto questo di Franco. Ma come sono contenta che conosca anche Emma. Ringraziala per le parole che ha riservato a Franco. E' questo che fa bene alla

famiglia. Se lo dico io sembra scontato, ma se lo dice una persona che non fa parte della famiglia vale 100 volte tanto.

Grazie cara per averlo scritto, lo dirò a Tiziana

**mamma\_lara** Mercoledì, 24 Maggio 2017 20:41

Eccomi,

oggi Emma è tornata da scuola con tanto mal di pancia, camminava tutta piegata.

Così nel pomeriggio ci siamo spavanate sul divano a fare chiacchierine senza senso ( ne avevano molto invece) e guardato fil dementi alla tv.

Con un bel bicchierone di acqua calda in mano.

**paula1** Mercoledì, 24 Maggio 2017 20:41

Buona sera a tutti...a Bologna è arrivato un bel caldo...credo che al pomeriggio ci siano almeno 30° ...

oggi abbiamo avuto la riunione col direttore per l'attività dei prossimi mesi...è vero che la regione ci ha abbassato il budget, ma secondo me ci racconta anche tante fandonie...comunque non si parla per ora di nessun incentivo o premio per noi lavoratori.. si leggeva il malcontento, ma fa finta di niente.....

domani sono di lunga, un po' perchè il reparto è pesante per una sola di noi e oggi io ho avuto un bell'aiuto dalla collega di lunga e un po' per accantonare le ore....

la sala operatoria starà chiusa 2 mesi 🙄🙄🙄🙄

MAMMA LARA sai che ho una collega ausiliaria di Ferrara che però ha abitato a Poggio Renatico per molto tempo e conosceva benissimo Franco e conosce anche Tiziana e la bambina...come è piccolo il mondo...mi ha detto che era una persona davvero eccezionale... 😊

**rossana** Mercoledì, 24 Maggio 2017 17:27

PIERA di Ungaretti so a memoria "La madre".

Ogni volta che me la ripeto o la rileggo mi commuovo.....ogni volta, niente da fare.

**rossana** Mercoledì, 24 Maggio 2017 17:24

ANNUCCIA che modo la tua signora....ormai però non mi stupisco più di nulla.

Per quanto riguarda la visita di quel signore con famiglia no comment 😞

Se penso che andrà nelle viuzze di Taormina e dintorni con quei super SUV mi viene da piangere.

**rossana** Mercoledì, 24 Maggio 2017 17:22

lo sto curando una bronchite trascurata perché diagnosticata molto in ritardo, e solo perché mi sono decisa a consultare uno pneumologo in privato.

lo, che non ho mai avuto problemi di questo tipo, capivo che avevo qualcosa di più serio di una normale tosse da raffreddamento.

Da una settimana prendo gli antibiotici e dovrei stare già bene ma ad oggi è come se avessi bevuto acqua fresca.

La tosse mi da mal di schiena e da lì emicrania a palla.

Sono avvilita, qui si soffre sempre o fisicamente o emotivamente, per noi o per altri.....è dura.

Stamattina ho cercato questo medico e mi rivede venerdì pomeriggio.

Spero ben di risolvere, sono sfinita e l'umore è basso.

Avanti pure, resistiamo.

**rossana** Mercoledì, 24 Maggio 2017 17:18

Ciao a tutti,

LARA condoglianze alla famiglia anche da parte mia.

Quanti dolori deve superare Emma.....povera, che tenerezza.

**occhiverdi** Mercoledì, 24 Maggio 2017 15:19

Lara, ora ho relaizzato chi fosse Franco, e mi dispiace molto per voi tutti...e ho ricostruito, leggendo, le ultimi tristi vicende della tua nipotina Emma...sono sicura che saprà affrontarle nel miglior modo, attorniata com'è da persone positive che le vogliono un gran bene. E poi i bambini hanno mille risorse, quelle che noi grandi a volte facciamo fatica a trovare, sepolte sotto mille affanni e pensieri...

Solo un piccolo aggiornamento su di me: ieri ho fatto la mia prima tossina botulinica (non credevo

fossero 31 iniezioni!), e oggi sono molto affaticata, credo sia la normale conseguenza...ho male solo nella zona della nuca, boh, mai sofferto di cervicale! Si vedrà...mi hanno detto che ci vorranno due-tre settimane per capire se avrà effetti positivi, come spero...

Intanto vi abbraccio tutte <3

**Annuccia** Mercoledì, 24 Maggio 2017 12:36

Buongiorno a tutti! sono ancora più di corsa..... la signora che mi veniva ad aiutare da 10 anni mi ha dato il ben servito e sono rimasta sola. Ieri sera me lo ha detto per telefono. Stamani mi ha riportato le chiavi di casa. Ora dovrò trovare un'altra persona e naturalmente non potrò dare le chiavi. Ieri e oggi città invivibile per Trump..... tutto blindato per permettergli di andare ovunque ha voluto, e c'è di più, non mi muovevano nemmeno tutti insieme... la figlia da una parte, la moglie pure ha fatto i suoi giretti ... e noi romani sempre succubi...

**mamma\_lara** Mercoledì, 24 Maggio 2017 11:10

Tra un po' esco.

**mamma\_lara** Mercoledì, 24 Maggio 2017 09:09

Grazie Piera ♥

**mamma\_lara** Mercoledì, 24 Maggio 2017 09:09

Piera, che bella la poesia di Ungaretti, l'avevo letta tantissimi anni fa e mi è sempre piaciuta tantissimo.

**mamma\_lara** Mercoledì, 24 Maggio 2017 09:07

Nico, ma che bella anche questa, non solo di giorno stiamo con te ma anche di notte nei tuoi sogni.



Almeno a me hanno detto che andava tutto bene ed è finito in chiacchiere e sorrisi sotto un albero.

Va la che poteva andare peggio. 😊

**Piera** Mercoledì, 24 Maggio 2017 09:05

Nico e dove potevamo essere io te e Lara???? in ospedale 😊😊  
purtroppo il lutto non è un momento, non è un evento, ma un processo che avviene nel tempo e che si ri-affronta più volte nel corso della vita, ad ogni nuova perdita e separazione, ma Emma ha tutti gli strumenti necessari per affrontare anche questo nuovo dolore, c'è una bellissima poesia di Ungaretti che dice: **Ma nel cuore**

**nessuna croce manca**

**E' il mio cuore**

**Il paese più straziato**

**mamma\_lara** Mercoledì, 24 Maggio 2017 09:04

Francesca, mai dubitato che tu ci voglia bene. Mai mai. ♥

**mamma\_lara** Mercoledì, 24 Maggio 2017 09:03

Monica, grazie carissima, potrò anche la tua partecipazione.

E' vero, Emma sta passando un periodo abbastanza difficile, ma ce la farà. 😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 24 Maggio 2017 09:02

Grazie Feffe. Anche le tue ci saranno ♥

Sai che tante volte le cose non vanno come vorremmo. Però ora che di anni ne ho un bel po' guardandomi indietro mi dico che ogni tanto il fatto che non siano andate come volevo è stato un bene.

Però ovviamente ci sono delle distinzioni da fare. 😊

Il MDT ha come caratteristica che ogni tanto cambia e quando è successo a me mi sentivo spiazzata.

**mamma\_lara** Mercoledì, 24 Maggio 2017 08:58

Isa carissima, porterò anche la tua partecipazione a Tiziana e a tutta la famiglia. Le farà piacere. Ne sono certa.

Hai ragione, sono persone speciali ♥ ♥ ♥

**mamma\_lara** Mercoledì, 24 Maggio 2017 08:54

Irenesca, grazie cara, noi ci conosciamo già, ci unisce ciò che dimora nella nostra coscienza come diceva il grandissimo Gibran:

"Credo vi siano al mondo,  
gruppi di persone e individui  
che sono affini  
indipendentemente dalla razza.  
Dimorano nello stesso regno della coscienza.  
E' questa la parentela, semplicemente questa".

**mamma\_lara** Mercoledì, 24 Maggio 2017 08:50

Lella, grazie cara, porterò anche le tue a tutti.

Volevo molto bene a Franco e ne voglio molto anche a Tiziana. Ama Enza come se fosse sua figlia e questo mi fa star bene. Enza ricambia tutto questo affetto e amore, anche questo mi fa star bene. Molto bene.

Non so perchè le tue mail mi vanno sempre a finire nelle spam, ora è un bel po' che non vado a verificare, ma sappi cara che ti voglio un mondo di bene e se non rispondo alle tue mail è per questo.

Quando viene mio figlio chiederò a lui di questo inconveniente.

**mamma\_lara** Mercoledì, 24 Maggio 2017 08:46

Sissi, Emma è una bambina che dice poco di se quando sta male, ma si capisce subito, perchè non parla.

Per questo le farà bene stare con le nonne che parlano anche con i lampioni.

Io poi parlo con alberi piante e cani, vedi mo te come sta messa Emma.

Poi ha anche degli zii e delle zie capaci ma anche molto in gamba ai e alle quali Emma è molto attaccata. Diciamo che lascerà cicatrici, ma chi non le ha. Sono queste che diventeranno la nostra forza.

Basta prenderne consapevolezza, nasce da lì la forza.

**mamma\_lara** Mercoledì, 24 Maggio 2017 08:40

Annuccia, Emma come ho detto ha dei genitori attentissimi e molto capaci.

Io veglierò su Emma e su di loro, ma so che non sarà necessario che io muova neppure dito.

Eseguirò pedissequamente tutte le loro indicazioni. Poi ci metterò del mio, ma solo di supporto.

**mamma\_lara** Mercoledì, 24 Maggio 2017 08:37

Paula, grazie carissima, porterò a Tiziana e alla sua famiglia le condoglianze.

Franco da questa mattina è a Poggio Renatico alla camera mortuaria, sarà aperta tutto oggi e domani fino ai funerali.

Ci sarà l'intero paese già lo so. ♥

**mamma\_lara** Mercoledì, 24 Maggio 2017 08:35

Buongiorno a tutti.

Oggi pomeriggio penso di portare fuori Emma a fare non so, ma forse la porto dai cinesi e le faccio comprare un po' di schifezzuole che poi attacca di qua e di là. Lei ha i suoi soldini e va in tasca con i gomiti quando deve comprare qualcosa 😊

**nico26** Mercoledì, 24 Maggio 2017 07:02

Buongiorno a tutti/e dal lavoro .

Stanotte ho sognato Lara Piera e altre che non ricordo .

Eravamo in un posto dove Lara ci ha chiesto se andavamo con lei perche' doveva fare un controllo medico.

Eravamo io e Piera e abbiom camminato in questo ospedale tantissimo per arrivare al padiglione dove a piano terra hanno visitato Lara ed era tutto ok.

Siamo ripartite per la via del ritorno e non so perché io mi sono trovata in auto con una persona e ho detto....ma io devo andare dalle mie amiche....e lei.....eh....ma io non so se portarti ci riesco ho poca benzina....

Beh.....poi ricordo solo che ci siamo trovate in tante sedute sotto una pianta a chiacchierare e ricordo che ridavamo!!!!!!

Che bello però come sogno!!!!

Tanti sorrisi !!!

E forza pure andiamo avanti !!!!

**mamma\_lara** Martedì, 23 Maggio 2017 23:29

Grazie di cuore a tutte.

Buona notte e sogni bellissimi per tutti. State bene se potete

**francesca63** Martedì, 23 Maggio 2017 20:53

Buonasera a tutti.

Un abbraccio a tutti.

Scusate il dolore a volte mi blocca e tutte le emozioni si accavallano.

Ma non dubitate:vi voglio bene.

LARA un abbraccio a tutti i tuoi cari .

Ad Emma va il mio pensiero.

Buonanotte. ...

**Monica** Martedì, 23 Maggio 2017 20:33

Buonasera a tutti. Mamma Lara condoglianze a te e alla tua famiglia anche da parte mia. Povera

Emma che brutto periodo sta attraversando alla sua età 😞

**Isa** Martedì, 23 Maggio 2017 20:12

Do' il benvenuto a Occhiverdi e Irenesca. Scusate se ci sono altre new entry ma sto recuperando l'arretrato .... faccio prima a dare il benvenuto a tutte le nuove arrivate nel forum. Feffe sono sicura che affronterai e vincerai tutte le sfide, sai quanto ti ammiro! Un abbraccio a tutti.

**Isa** Martedì, 23 Maggio 2017 20:07

Piera ho recuperato messaggi arretrati e con piacere ho letto che Giada sta bene! Certo che la leggerezza e direi l'ignoranza di certi medici può fare danni gravissimi! Una volta un sostituto della mia dottoressa mi ha detto di tenere il ghiaccio nell'ano in piena crisi emorroidaria!!!!!! Mi faceva un male cane ma io purtroppo ho obbedito e il freddo ha coagulato il sangue e provocato un trombo che mi ha mandata dritta al pronto soccorso!

**feffe81** Martedì, 23 Maggio 2017 20:06

Vi leggo costantemente ma rimando sempre lo scrivere. Sto facendo parecchie cose e sono

presa...Purtroppo non mancano le cose che non vanno come vorrei 😞 sto cercando di imparare ad affrontare le frustrazioni, ma ancora non ho trovato un buon modo. La testa è bravina, il mdt mi ha svegliata alcune volte alle 3 di notte col dolore già forte, è un orario insolito per me

**feffe81** Martedì, 23 Maggio 2017 20:04

Condoglianze anche da parte mia a Tiziana, Emma e tutti voi che amavate Franco...

**Isa** Martedì, 23 Maggio 2017 20:03

Ho letto la tragica notizia! Mi dispiace tanto Lara, porgo a tutti voi le mie più sentite condoglianze, ma un pensiero speciale è per Emma che poverina ha avuto troppe perdite in poco tempo! Ho avuto modo di conoscere Franco e Tiziana nel 2010 in occasione della festa di compleanno di Emma, due persone veramente speciali!

**irenesca** Martedì, 23 Maggio 2017 19:23

Cara Lara, quanta sofferenza in così poco tempo.

Mi dispiace davvero moltissimo, povera piccola.

Immagino anche quanto possa essere difficile per voi cercare sempre di essere forti per dare forza a lei. Mi stringo a voi quanto più posso, anche se non ti conosco mi unisco al vostro dolore e spero che

possiate trovare la forza che vi serve per affrontarlo nel migliore dei modi.

♥□

**lella** Martedì, 23 Maggio 2017 16:54

Lara mi dispiace tanto per il lutto che vi ha colpito ieri. Porgo le più sentite condoglianze a Marco ed Enza e un caldo abbraccio ad Emma.

**mamma\_lara** Martedì, 23 Maggio 2017 13:26

Irenesca, si è il suocero di mia figlia Enza. Mamma della mia nipotina Emma.

Emma ha perso la sua compagna di classe una settimana prima di Pasqua, scomparsa per un incidente stradale mentre era in bicicletta .

Poi ha perso il suo cane che aveva da quando è nata e ora il nonno.

È molto provata. Ma ha dei genitori molto in gamba

**mamma\_lara** Martedì, 23 Maggio 2017 13:20

Grazie mille a tutte.

Ora non posso scrivere per mancanza di tempo.

Tiziana è molto forte e ha una famiglia che la ama tantissimo.

**irenesca** Martedì, 23 Maggio 2017 12:19

Buongiorno,

Sono da pochissimo nel forum e naturalmente conosco poco persone e famiglie, da quel che ho capito però, è venuto a mancare il suocero di tua figlia, vero MAMMA\_LARA?

In ogni caso ti abbraccio forte e ti faccio le mie più sentite condoglianze.

♥□

**Sissi** Martedì, 23 Maggio 2017 11:36

LARA, mi dispiace tanto per la perdita del nonno di Emma. Povera piccola, la penso e l'abbraccio forte. Porgo le più sentite condoglianze a Marco e ad Enza.

**Annuccia** Martedì, 23 Maggio 2017 11:22

se poi ci vorrà un aiutino meglio affrontare subito

**Annuccia** Martedì, 23 Maggio 2017 11:20

Un triste buongiorno oggi per il Forum!!LARA, ti sono vicina, un grande abbraccio a tutti voi. Emma con tutto il "contorno" attento che ha sono certa che supererà egregiamente il tutto. La vita spesso presenta dei conti salati. 😞😞

**paula1** Martedì, 23 Maggio 2017 10:20

MAMMA LARA condoglianze a te e alla famiglia di Tiziana per una perdita così importante...un abbraccio forte a Emma che, lo ribadisco, è una ragazzina in gamba e diventerà una donna forte... 😊

**paula1** Martedì, 23 Maggio 2017 10:19

Buon giorno a tutti...qui sole e poca voglia di scendere in città per lavorare..... 😞

spesso nelle mattine prima del lavoro ho tantissima ansia e non so spiegarmelo...la cosa positiva è che la mattina non mangio (colazione a parte che chiamo "salva-vita" forse per questo), mentre

quando succede di pomeriggio divorerei il mondo... 😞😞

la notte riposo male e ho nuovamente dolori abbastanza forti soprattutto nelle mani ultimamente.....

ho preso parecchio peso e mi sento gonfissima...non so cosa sta succedendo anche perchè non prendo farmaci al momento e quindi non posso pensare che siano quelli.... 😞

**nico26** Martedì, 23 Maggio 2017 10:07

Buon martedì a tutte/i e un abbraccio ad Emma e a tutta la sua famiglia .

Mi sei piaciuta tantissimo Lara con quello che hai detto.....

Emma ha due genitori attenti e vedono ,sentono e vivono tutto con attenzione sulla piccola.

Quando nico ha avuto e ogni tanto ha questo momento di difficoltà Paolo voleva che io mi interessassi x uno psologo infantile.

La mia amata psico ha detto: no assolutamente portare i bambini, bisogna lavorare sui genitori il più possibile perché loro sono le sentinelle di guardia e riescono ad aiutare nella crescita il bambino. In effetti ci siamo andati e stiamo cercando noi di aiutarlo nei ns atteggiamenti di fronte alle difficoltà, alle paure, alle ansie.

Portare un bambino da uno psicologo può farle capire....c'è qualcosa che non va in me .....!!!  
E quindi tornando all'inizio Lara Emma avrà due super aiutanti dell'anima....mamma e papà!!!

**occhiverdi** Martedì, 23 Maggio 2017 09:59

Sentite condoglianze anche da parte mia, vi conosco poco ma so cosa vuol dire perdere un affetto caro...un abbraccio

**mamma\_lara** Martedì, 23 Maggio 2017 09:42

Piera, Francesca Cri, porterò le vostre condoglianze a tutta la famiglia, sono certa che farà loro bene.

Francesca, hai ragione, in questi momenti si fatica anche ad esprimere con le parole quello che sentiamo.

Hai ragione cara

**mamma\_lara** Martedì, 23 Maggio 2017 09:39

Emma ce la farà, sarà faticoso ma ce la farà

Ha due genitori che non pendono mai di vista la loro bimba e ascoltano anche i minimi gesti che lei fa. Noi adulti siamo tutti rivolti a lei.

Poi si penserà anche ad un aiuto esterno, ora vediamo, perché con la psicologa che è andata a scuola dopo l'incidente di Anna, Emma non l'ha presa bene, ci ha detto che ha detto cose che non le sono piaciute.

Ma, staremo a vedere. Mi fido molto dei genitori di Emma e anche degli zii che lei ascolta e ama moltissimo.

Io farò quello che posso

**mamma\_lara** Martedì, 23 Maggio 2017 09:33

Buongiorno a tutti.

Le prossime saranno giornate pesanti e difficili sotto ogni aspetto. A me aspetta poco da fare, solo quello di vedere come posso essere di aiuto.

In questo momento penso a Tiziana e ad Emma. Tiziana è trasparente per quanto è magra e so cosa sta provando. Ieri pomeriggio sapevo che sarebbe stato imminente la fine di tanta sofferenza per Franco, ma avendo qui Emma ho dovuto far finta di niente, che fatica. Poi vedrò come dare il possibile nei prossimi giorni.

Non conoscete la famiglia di Franco e Tiziana, ma sono due persone fantastiche, sempre rivolte verso gli altri per dare loro il maggior aiuto possibile. Franco avrà tinte (gratis) mezza casa di Poggio Renatico e Tiziana è in tutte le associazioni di volontariato dei dintorni. Vuole un mondo di bene a mia figlia che tratta come se fosse sua figlia e le dà ragione anche quando ha torto marcio.

Quando è morto Evelino, mi portavano con loro ogni volta che riuscivano a convincermi e Franco mi veniva a prendere fino sotto casa.

Insomma, sentiremo tutti la sua mancanza.

E Tiziana non sarà mai da sola.

**cri69** Martedì, 23 Maggio 2017 07:20

LARA come mi dispiace un abbraccio a tutti voi ma uno speciale ad Emma che deve affrontare anche questo dolore.

Una buona giornata a tutti

Besos

**francesca63** Lunedì, 22 Maggio 2017 21:56

LARA ti sono vicina in questo triste momento.

Un abbraccio fortissimo.

Scusami ma le parole mi escono a fatica. ....

**Piera** Lunedì, 22 Maggio 2017 21:30

Scusa gli errori.....il telefono scrive quello che vuole!

**Piera** Lunedì, 22 Maggio 2017 21:27

Lara mi dispiace tanto...ora la sua grande sofferenza è finita 😞 porgiamo le mie condoglianze a marco ed Enza un bacione grande a emma

**mamma\_lara** Lunedì, 22 Maggio 2017 20:58

Carissimi, oggi alle 17 il nostro Franco è volato in cielo. ♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥

**francesca63** Lunedì, 22 Maggio 2017 19:59

Buonasera a tutti.

Anche oggi pomeriggio la testa doleva parecchio. parecchio.Ma il dolore partiva dal collo...

NICO bravissima lasciatelo dire.

Hai forza da vendere.

Fare gratuitamente suscita una profonda stima.

Finché scrivo credimi mi sto com muovendo.

Da tutte Voi sto imparando tanto.

Sto traendo anche forza.....

Un abbraccio forte e Buonanotte.

A domani.

**occhiverdi** Lunedì, 22 Maggio 2017 15:24

Buongiorno a tutti, qui sole e vento, quindi ho il classico mdt da sole e vento 😞

Domani andrò a fare la prima infusione di proteina botulinica, sono un po' in ansia...e per la prima volta andrò in ospedale accompagnata da mio marito, io sono abituata a fare sempre da sola, ma per domani ha insistito...

**paula1** Lunedì, 22 Maggio 2017 14:40

MAMMA LARA io la tua Emma la capisco benissimo...purtroppo ci sono avvenimenti che segnano profondamente...bisogna avere tanta forza e starle vicino permettendole di sfogare il dolore e farle dire sinceramente tutto quello che sente...è chiaro che, se serve, adesso ci sono molti professionisti che possono essere di aiuto senza più i tabù di una volta....(per fortuna)...

**paula1** Lunedì, 22 Maggio 2017 14:17

Buon giorno a tutti...qui sole e buone temperature...sono salita in paese a fare un po' di spesa e ho prenotato l'ecografia per quel bicipite femorale...per ora ce l'ho il 31 maggio al Rizzoli...

dove lavoro mi hanno detto che se prenotavo al Cup potevo farla lì..invece al Cup non hanno trovato riscontro... 😞 domani provo a chiedere nuovamente...mah...per me sono un po' fuori di testa... 😞

**nico26** Lunedì, 22 Maggio 2017 14:06

Buon lunedì a tutte /i dal lavoro .

Ebben si abbiamo fatto udite udite € 833,45 per cui ci siamo riuscite e poi non termina qui.....perche' inizia la Fiera da me e io sono volontaria al rist.in cucina come "lavapiatti" 😊 ed il ricavato andrà alle scuole medie per sostenere chi ha i meriti ma non ha possibilità economiche!!!!quindi sab e domenica do nuovo!!!!

C'e da dire che visto l'impegno che ci metto il msd ha dato solo 2 segnati ieri pom di aurea per 5 minuti leggera per cui con occhiale nero che piu' nero non si puo' ci sono riuscita bene.

Ragazze è scoppiata l'estate e sono felice!!!!!! 😊

**francesca63** Lunedì, 22 Maggio 2017 12:44

Buongiorno e un abbraccio a tutti.

**mamma\_lara** Lunedì, 22 Maggio 2017 10:02

Cri, tua figlia ha subito un lutto importante e le paure saltano fuori. Spero che la psicologa possa aiutarla.

Io sono un po' preoccupata per Emma la vedo sempre molto triste. Ora ha poi anche il nonno che non sta bene e i dispiaceri si aggiungono

**mamma\_lara** Lunedì, 22 Maggio 2017 09:59

Feffe, è bello rileggerti. 😊

**mamma\_lara** Lunedì, 22 Maggio 2017 09:59

Paula, Mi piacciono proprio le tue serate musicali. Mi viene in mente Angela una mia collega che girava il mondo portando con se solo uno zaino. E' stata ovunque e io che con i miei impegni di famiglia non riuscivo mai ad andare da nessuna parte vedevo il mondo attraverso i suoi occhi. Quando facevamo i turni di notte mi raccontava tutto quello che vedeva. Poi lei vedeva proprio come vivevano le persone del posto che visitava perchè era in mezzo, mangiava come loro e dormiva dove dormivano loro. Era bravissima, io non ne sarei mai stata capace.

Fai bene a staccare un po' ti ci vuole.

Oggi hai l'ecografia, poi ci dirai come va.

Fausto è un bel fenomeno nella raccolta dei funghi. 😊

**cri69** Lunedì, 22 Maggio 2017 08:11

Buongiorno a tutti, oggi bel sole 😎 .

Tanto male alle gambine ma piano piano proviamo a metterci in moto.

Ieri sera mi ha chiamato la mia bimba dicendo che una persona l'aveva cercata e girava nel cortile del condominio. Stanno uscendo delle paure che non ha mai avuto e come sempre mi sento impotente. Spero vivamente che la psicologa che la sta seguendo possa aiutarla ... 😞

**feffe81** Lunedì, 22 Maggio 2017 07:28

Buongiorno a tutti! E un benvenuto alle nuove arrivate

**mamma\_lara** Domenica, 21 Maggio 2017 21:17

Faccio solo in tempo a darvi la buona notte.

Buona notte e sogni bellissimi per tutti. State bene se potete

**paula1** Domenica, 21 Maggio 2017 15:16

Un benvenuto alle new entry... 😊

IRENESCA anche io ho preso il Topamax, ma per gli effetti collaterali l'ho sospeso quasi subito, ma sulle emicranie non faceva poi così effetto...

io poi sono un po' particolare perchè anche i triptani mi danno più dolore e quindi non li uso.....

per il rugby ti ammiro molto...a me piace come sport e lo seguo con il 6 Nazioni e col test Macht....

sono andata nel 2009 a Firenze a vedere l'Italia e tramite il chirurgo che lo ha operato alla spalla ho l'autografo di Mauro Bergamasco♥

**paula1** Domenica, 21 Maggio 2017 15:12

Buon pomeriggio a tutti...qui sole dopo un acquazzone di ieri che non ho visto perchè ero al lavoro...stamattina sempre lavoro con reparto bello tonico e sono davvero a pezzi...

ho male dappertutto...domani vedo dove fare l'ecografia al bicipite femorale perchè il dolore non va via...

Fausto è andato a fare un giretto nel bosco dove stamattina ha trovato già 2 piccoli funghi

porcini... 😊 è il Reuccio mica per niente... 😊😎

io mi riposo, poi vorrei stare ancora un po' all'aria aperta...

ieri sera dopo il lavoro siamo andati in Piazza Maggiore per i concerti di Hey Joe dedicati a Padre Marella...almeno si prova a staccare un po'...ma avevo male dappertutto...uffi 😞

**mamma\_lara** Domenica, 21 Maggio 2017 11:39

Annuccia, hai fatto bene ad ascoltare il tuo fisico, già stare una giornata al mare è stancante anche se stai seduta tutto il giorno.

A me la sabbia ammazza.

Quando abbiamo la tosse da così tanto tempo fa fatica ad andare via.

A me arrivava a settembre e andava via a giugno.

**mamma\_lara** Domenica, 21 Maggio 2017 11:36

Irenesca, pensa che anche a me il forum da la tua stessa sensazione, è da quando l'ho trovato nel lontano gennaio 2003 che non mi sento più sola. Qui ho sempre avuto il sostegno e il conforto che

non ho mai trovato da nessuna parte.

E' merito di chi ci ha offerto questo rifugio tanti e tanti anni fa. Non finirò mai di ringraziare il Prof. Nappi per aver creato questo sito. Diciamo che è una persona illuminata, perchè è stato il primo a creare un posto dove noi pazienti avremmo potuto scrivere le nostre impressioni. Lui ci ha dato la nostra Associazione Al.Ce. e nonostante le grandi difficoltà ancora ci sostiene. E mai ringrazierò abbastanza anche il Prof. Avato che ha accolto il gruppo di auto aiuto sempre a Medicina Legale fino a che lui ne è stato il Direttore. E ora ci accoglie nel suo studio dandoci la possibilità di incontrarci ancora in un luogo protetto. Anche lui è parte della nostra forza, perchè segue tutti i nostri eventi e ne fa parte.

Ecco cara, perchè è così che ci sentiamo qui nel forum e nel gruppo.

Vedrai che farà bene anche a te. ♥

In bocca al lupo per oggi.

**Annuccia** Domenica, 21 Maggio 2017 10:40

Buona domenica a tutti!

ieri Santa Marinella tutto il giorno, pensate che qui a Roma ha piovuto tantissimo anche grandinando, là c'era il sole e siamo riusciti a godercelo un po'. Roberto, nonostante il cortisone e l'antibiotico continua a tossire e un po' di aria di mare abbiamo pensato potesse fargli bene.

Oggi ho saltato la maratona della Race for the cure, anche se venerdì sono andata ad iscrivermi ed ho pure partecipato ad una lezione di yoga. Oggi non me la sentivo proprio di affrontare tutta quella folla. Ora vado da miei.

Un grande bacio alle vecchie amiche ed uno speciale alle nuove che si affacciano a questo spazio.

**irenesca** Domenica, 21 Maggio 2017 10:33

Auguro a tutti una buona giornata, io vado a prepararmi, oggi gioca la maschile della mia società (cioè Francesco, il mio fidanzato)

Starò via tutto il giorno.. Spero di farcela, un abbraccio a voi e buon lavoro a Cri

**irenesca** Domenica, 21 Maggio 2017 10:28

Buongiorno e buona domenica,

Stamattina mi sento un po' meglio. Ho dormito più del solito e, nonostante la pioggia e gli occhi pesanti mi sento un po' più fiduciosa.

Sono sicura che c'entra il fatto che ho iniziato a scrivere qui.

Solo ieri sono entrata nella comunità e già me ne sento parte, mi avete accolta, coccolata, nonostante i vostri acciacchi, i vostri dolori, mi avete ascoltata e consolata e di questo vi sono immensamente grata.

NICO26 grazie per il sostegno (termine strettamente rugbistico 😊) e in bocca al lupo per la vendita di oggi... Spero riusciate a comprare la lim. I bambini ne beneficiano molto, si divertono ed apprendono più facilmente, complimenti per l'iniziativa.

MAMMA\_LARA a te infinitamente grazie. Seguirò il tuo consiglio e chiederò al medico come fare per ricominciare a giocare.. Il campo mi manca troppo

**mamma\_lara** Domenica, 21 Maggio 2017 08:47

Ora vado a vedere il resto della posta perchè ho tantissime mai a cui rispondere

Poi devo sistemare un po' di documenti, devo prepararmi per il corso che andrò a fare a Roma il 9 - 10 - 11 - Giugno.

**mamma\_lara** Domenica, 21 Maggio 2017 08:44

Nico, che bella cosa stai facendo. In bocca al lupo per la vendita dei giocattoli. Emma alle elementari aveva la lim e le piaceva tantissimo.

Una ragazza che conosco, insieme ai genitori della classe di sua figlia, hanno fatto una colletta e ne hanno comprato una che poi alla fine delle elementari l'hanno lasciata alla scuola.

Ci sono persone belle attorno a noi, basta guardarsi un po' in giro.

**mamma\_lara** Domenica, 21 Maggio 2017 08:38

Francesca, sei proprio entrata nello spirito del forum. Anch'io avevo questa impressione le prime volte che scrivevo e dopo tantissimi anni la penso ancora così. Grazie carissima.

**mamma\_lara** Domenica, 21 Maggio 2017 08:36

Cri, speriamo sia anche per te una giornata splendida, leggendo che vai al lavoro anche di domenica mi verrebbe da dire che non sarà poi così bella la tua giornata, però mi viene da pensare che va bene lo stesso lavorare di questi tempi, anche se di domenica. Perdonami va. Poi giovedì mi manderai a quel paese di persona se riesci a venire al gruppo. 😊

**francesca63** Domenica, 21 Maggio 2017 08:28

Buongiorno e Buona Domenica a tutti.  
Le parole pronunciate da ognuna di voi mi accompagnano in questo nuovo giorno.  
Grazie. SEMPRE.  
UN ABBRACCIO.

**mamma\_lara** Domenica, 21 Maggio 2017 08:27

Irenesca, grazie cara per la comprensione.

Che bello, sei una sportiva e pratichi uno sport bellissimo.

E' bello che tu sia arrivata nel forum e sei giovanissima quindi vediamo di partire da questo. Parlane con il medico e insieme a lui vedere di trovare il modo di poter svolgere il tuo sport senza essere così stanca.

Per l'umore sono certa che ti potrà essere di aiuto stare con noi, anche solo per non sentirti più da sola.

Vedrai che ogni giorno che passa troverai nuovi spunti e quelli potrebbero darti il modo di vedere cosa puoi fare tu per stare meglio.

Vedrai che piano piano vedrai le cose in modo diverso.

**mamma\_lara** Domenica, 21 Maggio 2017 08:01

Francesca, condivido ogni parola sui volontari e pure sui furbi.  
Ma quelli li trovi ovunque, sempre alla ricerca di soldi per il loro interesse che viene sempre prima di tutto

**mamma\_lara** Domenica, 21 Maggio 2017 07:59

Buongiorno a tutti.

Sono in piedi da un po' e ho la pelle in furore. Non sopporto più i panni addosso e ho piaghine ovunque. Dovrei accendere il riscaldamento per avere la temperatura estiva fino a luglio inoltrato per poter stare svestita.

Portiamo pur pazienza. 😊

**nico26** Domenica, 21 Maggio 2017 07:59

Buona domenica a tutti a tutti sotto un cielo azzurro meraviglioso. Benvenuta alla nuova iscritta di cui scusate la mia mente e Irene.... e poi non mi ricordo . In questa famiglia troverai tante risposte tanto conforto soprattutto per la nostra anima molte volte travagliata e sofferente .. grande sportiva sei per cui rugbista da una vita devi raggiungere la tua meta che in questo momento e cercare il più possibile la paura di non farcela. Credi ce la fai anzi ce la faremo insieme. Ora scappo perché mi dedica un po' di sport e poi tutto oggi sono impegnata in bancarella dove abbiamo riciclato tutti i giochi usati che sono 572 😊 per venderli con la pesca è ricavato lo diamo la nostra scuola per acquistare la lime!!!!!!

**cri69** Domenica, 21 Maggio 2017 07:22

Buongiorno e buona domenica.

Inizia la mia settimana di lavoro 😊 .

Vi auguro una splendida giornata senza dolore .

Besos

**irenesca** Sabato, 20 Maggio 2017 23:38

Buonasera,

MAMMA\_LARA non sei stata per nulla minacciosa. Anzi sei stata comprensiva e dolcissima, ho capito in pieno quello che volevi dirmi.

Oggi è stata una giornata pesante, senza forze e senza energie.. lo sono sempre stata una persona

autonoma, indipendente, forte e combattiva. Ho giocato a rugby fino all'anno scorso, quando la mia squadra si è sciolta per problemi con la società, ho sempre fatto un sacco di km in macchina da sola per andare ad allenarmi perché lo facevo a 40 km da casa mia. Oggi abbiamo fatto un allenamento straordinario per reclutare nuove ragazze e fondare una nuova squadra e mi ha dovuto accompagnare il mio fidanzato... Il peggio però è stato che non sono riuscita nemmeno a fare un passo tra il sole che picchiava forte e le gambe che cedevano.. Ho cercato a fondo dentro di me per ritrovare quella combattente rugbista che fino ad un anno fa lottava su un campo tra fango e sudore, ma non l'ho trovata, non ce l'ho fatta.

Intanto sono riuscita a parlare con il neurologo che mi ha diminuito il dosaggio del farmaco per vedere come va... Tra due settimane ci risentiamo. Vedremo.

FRANCESCA grazie per il benvenuto, il Topamax mi sta veramente massacando l'umore. Ma grazie davvero per il supporto

Buonanotte a tutti ♥☐

**francesca63** Sabato, 20 Maggio 2017 20:52  
Buonasera forum.

NICO se non ci fosse il volontariato. ...saremmo in guai grossi.  
Nutro profonda ammirazione per tutti coloro che operano gratuitamente .  
E sono tanti.E talvolta non fanno notizia....  
La notizia invece la fanno i furbi.E qualcuno prova ammirazione per costoro.Pure.Eh scusate la vena polemica..ma mi gira così

IRENESCA benvenuta.

Qui troverai comprensione, forza coraggio consiglio serenità. Lo riassumere in una parola:AMORE.  
Hai fatto bene a rivolgerti al neurologo.

Anche io ho assunto in passato il Topomax.

Purtroppo mi induce va depressione e io sono in trattamento anche per questa. Quindi l ho sospeso.  
In realtà con tutti gli antiepilettici faccio a pugni....Ma questa è solo la mia esperienza...

Un abbraccio a tutti e Buonanotte

**mamma\_lara** Sabato, 20 Maggio 2017 15:06

Irenesca, quel mettiamo in chiaro le cose mi sembra troppo minaccioso. Diciamo che era detto in modo affettuoso e per essere incisiva nel dirti che il forum è qui apposta per accogliere quello che abbiamo da dire.

Speriamo non ti sia offesa, se così fosse ti chiedo scusa.

**mamma\_lara** Sabato, 20 Maggio 2017 13:37

Allora mettiamo in chiaro le cose carissima Irenesca.

Qui puoi scrivere intere spaginate di parole perchè almeno qui non possiamo e non dobbiamo mettere limiti nel raccontare la nostra sofferenza. Hai fatto bene a raccontare di te e sappi che a me fa sempre un gran bene raccontare e condividere quello che provo e sento con le mie amiche e amici che leggono o raccontano.

Scopro che ci leggono in tanti e ogni tanto me ne danno accenno. Quindi cara non sarai di aiuto solo a te stessa nel raccontare, ma sarai di aiuto anche a noi che leggiamo. Per questo ti ringrazio tantissimo.

Io ho usato il topamax per pochissimo tempo poi ho dovuto interromperlo per un acufene che questo farmaco mi ha scatenato e più aumentavo la dose più aumentava. Ora è rimasto sempre un sibilo-ronzio ma prima era impossibile viverci, mi sembrava di avere un aereo nelle orecchie.

Ho sentito molte persone che hanno gli stessi tuoi effetti, per questo sarebbe bene tu ne parlassi con il tuo specialista.

A questo punto diciamo che è normale anche avere il morale flesso, ma tu lo saprai meglio di me che in qualche modo dobbiamo prendere atto di come stiamo e cosa possiamo fare per non farci distruggere da questo male.

Io alle volte piango e quando lo faccio è perchè mi sto rendendo conto che sono in grado di farcela, diciamo che le lacrime arrivano non per la disperazione ma per compassione, perchè in quel momento capisco che sono in contatto con me stessa e mi occupo del mio star male.

Sai cara, ho scoperto che alle volte l'aiuto mi arriva anche da una cosa che agli altri può sembrare banale, per questo non do mai nulla per scontato.

Sono certa che piano piano riuscirai a trovare il modo per prendere dal forum quello che ti sarà di aiuto.

Noi tutte abbiamo scoperto che è buono anche un piccolo passo avanti è una conquista.

Noi ci siamo sempre carissima e sappi che il forum ha un cuore grande e una grande capacità: accoglie la sofferenza e la trasforma in forza. ♥

**irenesca** Sabato, 20 Maggio 2017 13:09

## Grazie

Buongiorno a tutti,

Grazie per avermi accolta nel forum e grazie a mamma Lara per le parole di incoraggiamento..

Mi presento: mi chiamo Irene, ho 30 anni e soffro di mal di testa da quando sono adolescente.

Ho trovato questo forum presa da un momento di disperazione e di sconforto, conosco molto poco di questo male che mi affligge perché è da poco che mi sono decisa a rivolgermi a un centro specializzato e devo dire che l'impatto iniziale non è stato dei migliori..

A gennaio, sotto consiglio del mio ginecologo (soffro di endometriosi), sono andata al centro cefalee del secondo policlinico di Napoli. Lì il dottore mi aveva prescritto una profilassi con Topamax e Flunagen + risonanza magnetica. Il problema è che quando ho provato a contattarlo non ci sono riuscita in nessun modo, sono riuscita a prenotare la visita successiva per ottobre, ma nel frattempo non sapevo che fare con tutti gli effetti collaterali dei farmaci.

Ho perciò deciso di rivolgermi ad un neurologo del Centro di Isernia. Adesso prendo solo Topamax e magnesio, mattina e sera.

Mi sento sempre stanca, ho il fiato corto, dolore in tutto il corpo. Un senso di tristezza mi per adesso in ogni momento della giornata. Sono una psicologa dell'infanzia, dovrei riuscire a trovare la forza di andare avanti e invece non ci riesco. Trovarla negli altri è facile, ma quando si tratta di me stessa mi sembra quasi impossibile... Già scambiare due parole con Lara ha fatto riaffiorare le lacrime che con fatica avevo buttato giù.. Spero di riuscire a trovare un po' di forza in voi che state vivendo la mia stessa situazione, o almeno di sentirmi meno sola.. Scusate se mi sono dilungata così tanto, un abbraccio a tutti

**mamma\_lara** Sabato, 20 Maggio 2017 12:14

Cri, so carissima che tu ci sei sempre.

Vedrai che approfitterò del tuo aiuto. ♥

**mamma\_lara** Sabato, 20 Maggio 2017 12:12

E' arrivata una nuova amica, benvenuta irenesca

**cri69** Sabato, 20 Maggio 2017 10:56

LARA qui già piove...io ho le gambe a pezzi...avessi fatto chissà che 😄😄😄 . Se hai bisogno di una mano fai un fischio...

**mamma\_lara** Sabato, 20 Maggio 2017 10:24

E' arrivata una nuova amica, diamo la benvenuta a Jersey

**mamma\_lara** Sabato, 20 Maggio 2017 09:54

Cri, anche a Ferrara giornata grigina, ma il mio meteo diceva che stanno arrivando tuoni fulmini e saette 🌩️

**mamma\_lara** Sabato, 20 Maggio 2017 09:52

Nico, se non ci fosse il terzo settore, non ci sarebbero tanti servizi utili a tantissime persone. Diciamo che il volontariato arriva a coprire necessità dove lo Stato è carente o assente. Sempre grazie ai volontari ♥

**mamma\_lara** Sabato, 20 Maggio 2017 09:47  
Buongiorno a tutti.

Sono immersa in domande e richieste, sono tutte lettere che devo spedire per l'organizzazione del Convegno.

Cosa che impegna ma che mi fa star bene, fare qualcosa per noi mi fa sentire utile a qualcosa e sappiate che sentirsi utili a qualcuno oltre a me stessa da una forza che fa scalare le montagne.

Poi 😊

**cri69** Sabato, 20 Maggio 2017 09:31

Buongiorno stamattina giornata grigia .

Tanto male alle gambine,ma nulla di nuovo e avanti sempre.

Besos

**nico26** Sabato, 20 Maggio 2017 07:55

Buongiorno a tutti a tutti sotto un cielo mezzo nuvole mezzo sereno e qualche dolore muscolare ma non ci si pensa. Oggi è il mio paese un week end di festa delle scuole quindi impegnatissimi come volontariato. Ieri è stato veramente un successo e ho postato tutto anche su Facebook e vedere i bambini felici è il primo valore da coltivare di una scuola nuoto.

Vi auguro una giornata serena e che il maledetto non possa interferire con la nostra voglia di vivere.

**mamma\_lara** Venerdì, 19 Maggio 2017 21:58

Buona notte e sogni bellissimi per tutti. State bene se potete

**mamma\_lara** Venerdì, 19 Maggio 2017 21:58

Francesca, hai detto bene, contro l'ignoranza non si può fare niente.

È impossibile non sentire il cambio di stagione, sentiamo anche se cade una foglia in Africa.

**francesca63** Venerdì, 19 Maggio 2017 21:39

Buonasera a tutti.

Stamattina la testa ha percepito la perturbazione di oggi pomeriggio!!!!

LARA grazie mille per aver posto qui gli articoli. Quasi quasi li stampo come prova .....voglio dire che mica siamo malate immaginarie che si inventano l'emicrania quotidianamente. ...a certi farebbe un gran bene leggerli. Ma contro il club degli ignoranti la vedo dura

Un abbraccio forte a tutti.

E buona notte. ..

**mamma\_lara** Venerdì, 19 Maggio 2017 17:01

[Tutto quello che devi sapere sul tuo mal di testa: tipologie, cause e rimedi](#)

**mamma\_lara** Venerdì, 19 Maggio 2017 17:00

[Cefalea, così rilevante che è la terza causa di disabilità al mondo](#)

**occhiverdi** Venerdì, 19 Maggio 2017 16:47

Grazie per i consigli, martedì andrò a fare la terapia botulinica e si vedrà, le proviamo tutte...nel frattempo oggi la mia testa mi sta lasciando abbastanza tranquilla, a parte sempre una sensazione di stanchezza perenne e affaticamento per nulla, come sempre quando arrivo da uno dei miei "tunnel" di mdt di giorni...ma fosse sempre come oggi metterei firma!

Grazie per l'accoglienza, non ci conosciamo ancora molto ma da quanto posso capire abbiamo un'alta cosa in comune, oltre il mdt: mio marito non solo non va mai dal medico, ma non fa nemmeno le analisi del sangue! Le ultime risalgono ad anni fa, quando la nostra cucina di casa, studente di infermieristica, gli ha chiesto se per favore poteva farglielo per allenarsi 😊

**mamma\_lara** Venerdì, 19 Maggio 2017 15:19

Nico, penso che i bimbi si divertano molto dell'acqua se riescono a vincere la paura. Dai che è una bella soddisfazione.

Quando passa il MDT ci sentiamo veramente rinascere 😊

**nico26** Venerdì, 19 Maggio 2017 14:06

Eccomi al lavoro fino a sera dove alle 18 avremo la festa di fine corsi x i bimbi con 190 bambini a giocare in vasca e poi apericena x loro .siamo molto orgogliosi con la scuola nuoto in quanto su modena siamo in eccellenza.Resp. e istruttori oltre che bravi sono motivatori,coinvolgono i bambini all'inverosimile e trasmettono passione e allegria.

Arriva pure il mio topolotto Nico!!!!

Dai pure con tutti i ns. mali ma ogni giorno ripartiamo e andiamo avanti sempre a testa alta!!!!

**mamma\_lara** Venerdì, 19 Maggio 2017 10:06

Cri, ogni volta è una conquista quando finisci un attacco. 😊

**mamma\_lara** Venerdì, 19 Maggio 2017 10:05

Francesca, quando verrai al Convegno vedrai la foto di loro due che dormono. Stavano facendo un pigiama party, loro amichette ogni tanto si trovano a casa di una o dell'altra e stanno insieme la sera guardando la tv e facendo un bel po' di chiacchierine. Poi dormono insieme nella loro stanzetta su materassi di fortuna e nei loro sacchi a pelo.

Lo fanno il venerdì sera così hanno tutto il tempo per recuperare visto che il sabato non vanno a scuola.

E' molto bello, perchè hanno la possibilità di stare insieme anche fuori dalla scuola. Sono un bel gruppo e molto affiatato.

Nella foto che non posso divulgare, Anna ed Emma dormono in un letto ad una piazza e sono messe in modo che Anna sembra seduta e Emma ha la testa sulle sue ginocchia mentre le abbraccia le gambe.

E' di una tenerezza ♥ ♥ ♥

**mamma\_lara** Venerdì, 19 Maggio 2017 09:57

Buongiorno a tutti. Ero uscita per andare a fare la spesa ma ho desistito.

Sta passando per il centro la mille miglia e c'è tutto il traffico fermo. Penso alle persone che devono andare al lavoro, questa mattina hanno un difficoltà in più. Io la spesa la faccio nel pomeriggio.

**cri69** Venerdì, 19 Maggio 2017 07:02

Buongiorno,si torna alla normalità,ma quanto bello è ???Si rinasce ogni volta,con qualche segno in più ma fa niente, almeno ci si sente normali ... 😊😊

Besos

**francesca63** Giovedì, 18 Maggio 2017 21:06

LARA mi sono commossa ad avverti letto circa Emma e la sua amica Anna.

Un abbraccio fortissimo ad Emma.

**mamma\_lara** Giovedì, 18 Maggio 2017 20:58

Dimenticavo di dirvi che domani mattina devo andare a fare la spesa. Ho un paio di cosine da fare e le devo fare io. Così lascio dormire Gabriele.

Quando Anna veniva a casa mia ho fatto una foto con lei e le altre bimbe che facevano i compiti, così domani mattina la faccio sviluppare. Poi ne ha una Emma di loro due che dormono nello stesso lettino, una foto che al solo vederla spezza il cuore. Emma ha espresso il desiderio di portarle ad Anna e lasciarle la con lei. Poi sarà il tempo a portarle via. Per questo domani gliela faccio stampare.

Ma che magone ragazze.

Emma è molto provata 😞😞😞

Vado ragazze, perchè devo fare la meditazione abbastanza lunghina. Oggi il corso è stato fantastico ma mi ha preso molte delle energie che avevo.

**mamma\_lara** Giovedì, 18 Maggio 2017 20:48

Mi unisco a Francesca nel dire che vi voglio bene anch'io.

Buona notte e sogni bellissimi per tutti.  
state bene se potete

**mamma\_lara** Giovedì, 18 Maggio 2017 20:46

Occhiverdi, mi sono salvata anche il tuo messaggio. Mi serve per un lavoro che ho in mente

Per il botulino penso che se la dottoressa ha pensato di fartelo fare vuol dire che sei adatta a fare la terapia. Non a tutti la propongono.

Io conosco persone che hanno fatto e stanno facendo questa terapia e hanno avuto dei miglioramenti.

Mi piace il fatto che hai detto che ti devi rassegnare, è una parola che sembra detta come arrendersi, ma non è così. Penso che il rassegnarsi sia un po' "capacitarsi" di una situazione e vedere cosa fare per non farci distruggere dal male.

E' già un passo avanti verso la possibilità di stare meglio

Fidati di chi ti cura, anche quello è importante, la fiducia nel nostro medico è la prima parte della terapia

**francesca63** Giovedì, 18 Maggio 2017 20:45

Buonasera a tutti.

CRI69 hai ragione...altro che piumone !!!!

Non so se a volte sono troppo permalosa ma sai mi ferisce così tanto che ammutolisco.

Per fortuna non siamo tutti e uguali.

E in questo forum splende il sole a dispetto di tutto.

Un abbraccio.

Occhi verdi Ciao.

Io ho fatto a Padova la tossina botulinica (2 sedute), senza successo ahimè.

Però non mi stancherò mai di dire che non siamo tutti e uguali. Quindi tu potresti trovare beneficio.

Ti devi credo affidare al tuo specialista...Anch'io uso lo Zomig rapimet. E l'unico triptano che mi allevia l'emicrania insieme agli antinfiammatorio, al cortisone e a farmaci per la profilassi.

Credo comunque sia un buon inizio aver trovato il giusto centro.

Un abbraccio anche a te.

L'abbraccio lo estendo a tutti voi cui voglio un gran bene.

**mamma\_lara** Giovedì, 18 Maggio 2017 20:34

Francesca, quello che ti hanno detto mi fa pensare che veramente la madre degli imbecilli è sempre incinta.

Ma se stessero zitti ogni tanto.

Anche questo messaggio me lo segno

**mamma\_lara** Giovedì, 18 Maggio 2017 20:33

Lara, mica sono io il faro, è questo posto ad esserlo.

Io non saprò mai ringraziare abbastanza chi quasi 20 anni fa ha pensato di lasciare un posto dove lasciare scritto le nostre impressioni. Solo che loro non pensavano che noi lo avessimo occupato senza neppure chiedere il permesso 😊😊😊

**mamma\_lara** Giovedì, 18 Maggio 2017 20:30

Nico Che meraviglia, alle volte ci sta che non tutto il male vien per nuocere. Almeno state in pace per una giornata.

Anche per me il Forum è un luogo prezioso, ha illuminato la mia vita perchè mi ha tolto dal buio della solitudine.

**mamma\_lara** Giovedì, 18 Maggio 2017 20:27

Eccomi qua.

Annucchia, ma quanta fatica è mandare gli uomini dal medico!!!

Meno male che Gabriele gode di ottima salute. Spero che le terapie facciano effetto prestissimo.

**cri69** Giovedì, 18 Maggio 2017 19:02

OCCHIVERDI benvenuta tra di noi. Mi spiace per le ossa rotte , vedi il lato un pochino positivo , ora sai esattamente cosa fare , se segui le indicazioni vedrai che troverai un giovamento. Le ragazze che hanno o stanno facendo il botulino non tarderanno a darti la loro testimonianza..Che maleducata scusami non mi sono presentata , sono Cri ho 48 anni , soffro di emicrania con e senza aura da 36 anni ...ovviamente sono cronica e mea culpa ultimamente un pochino in abuso per una serie di vicissitudini che non sto a rinvangare.Faccio parte di questo forum da 5 anni e non ne voglio più fare a meno , faccio parte anche del gruppo di mutuo auto aiuto di Ferrara, un supporto ineguagliabile. Spero che il tuo nuovo cammino con noi sia solo all'inizio e ti sia fruttuoso.

FRANCESCA non ho davvero parole , un velo pietoso è poco ...un piumone ... 😊

**occhiverdi** Giovedì, 18 Maggio 2017 18:24

Grazie a tutte per il benvenuto. Sono uscita dalla visita un po'con le ossa rotte, in sostanza mi è stato detto che sono unaMalata Cronica e già ho avuto un piccolo miglioramento, non posso aspettarmi granché, devo rassegnarmi e non fare la Wonderland womsn, fermarmi quando sto male e non imbottiti di farmaci...chissà che mi aspettavo..mi hanno dato Zomig Rapimelt per gli attacchi di emicrania, che ho oltre alla cefalea tensiva...e .poi mi hanno proposto la cura con le iniezioni di tossina botulinica, che potrebbe giovarmi...qualcuno di voi ha esperienza? Grazie davvero...

**francesca63** Giovedì, 18 Maggio 2017 17:58

Salve a tutti.

Relativamente al MDT non esprimo più nulla.

leri qualcuno mi ha detto che non crede che il MDT possa essere quotidiano!!!!

Che dovevo dire?

Sono rimasta indifferente. ....

**Sissi** Giovedì, 18 Maggio 2017 16:15

LARA, è vero che sei il nostro faro ma nel post precedente ho scritto male, scusami (non dovevo scrivere "fari" ma "fai". Un abbraccio a te e a tutti gli amici del Forum!

**Sissi** Giovedì, 18 Maggio 2017 16:12

Ciao a tutti e benvenuta, Occhiverdi. Sono giorni di mdt anche per me, spero arrivi un periodo migliore. Piera, che bella notizia! Lara, grazie per il lavoro che fari per noi. Buon pomeriggio a tutti!

**Monica** Giovedì, 18 Maggio 2017 14:27

Benvenuta Occhiverdi. Io sono 3 giorni che vado avanti a Trip ma non mi lamento perché ultimamente i miei mdt sono diminuiti

**Monica** Giovedì, 18 Maggio 2017 14:26

Annuccia posso dirti che i medici sono andati al Pertini dove invece i decessi sono diminuiti 😊  
Paula è così, con il lavoro che fa Valerio tengono i registri dei decessi e hanno notato da qualche tempo un aumento. Infatti noi non ci andiamo più, nemmeno per le visite.  
Comunque io ho un policlinico di fronte casa e questo a 3 km ed entrambi sono inaffidabili se non pericolosi 😞

**nico26** Giovedì, 18 Maggio 2017 14:01

Buon pomeriggio dal lavoro a tutti e benvenuta a occhi verdi.Questo forum personalmente per me è e sarà sempre un prezioso gioiello da custodire con amore .

Troverai sostegno ,coraggio ,nei momenti il cui il maledetto piccherà duro e ti sembrerà di non farcela..

Noi non molliamo mai!!!

ps....siamo chiusi dentro con il giro d'italia!!!!!!Che bello non arriva nessuno!!!!!!!

**mamma\_lara** Giovedì, 18 Maggio 2017 11:59

Oggi ho il corso

**occhiverdi** Giovedì, 18 Maggio 2017 11:31

Certo, vi farò sapere della visita...nel frattempo ho mangiato un panino e preso 2 Enantyum, chè il mdt sta salendo...

**Annuccia** Giovedì, 18 Maggio 2017 11:25

Buongiorno a tutti!

oggi ho dovuto affrontare un bel po' di lavoro a casa..... ora sono a pezzi. Ma come si fa??? certe cose non posso delegarle.

Roberto ieri si è deciso ad andare dal medico (peggio di Valerio di MONICA) il quale gli ha dato antibiotici e cortisone. Anche lui ha la tosse in pratica da gennaio. MONICA, sappimi dire il nome dell'ospedale così da evitarlo, anche in privato.

**mamma\_lara** Giovedì, 18 Maggio 2017 10:39

Occhiverdi, qui usiamo sempre il tu fra di noi, siamo una grande famiglia. 😊

Mi fa tantissimo piacere sapere che hai trovato un centro dove ti stai trovando bene.

Ci sono ottimi neurologi in tantissimi ospedali per fortuna nostra. E' un bene tu lo abbia scritto, così se qualcuno di Asti legge sa dove andare

Poi ci racconterai della visita se vuoi. 😊

**mamma\_lara** Giovedì, 18 Maggio 2017 10:35

Monica, mi hai fatto ridere con la ricerca del lavoro a settembre. Allora vedi ben di chiedere ferie subito non appena lo trovi, perchè il giorno 22 c'è il convegno a Ferrara 😄😄😄

Per i medici appena laureati lasciatemi dire che sono un po' preoccupata. Spero di riuscire ad andare sempre nell'ospedale di Argenta. Li sono stata come in un albergo a 4 stelle. Poi i medici sono veramente bravi, almeno quelli che hanno avuto a che fare con me 😊

Fai curare Valerio, perchè è ancora un ragazzo e non può stare sempre male.

**paula1** Giovedì, 18 Maggio 2017 10:07

MONICA mi hai fatto pensare col tuo scritto...dove lavoro io è privato-accreditato e il direttore sta usando appunto questi medici appena laureati che appena entrano un po' nel giro se ne vanno...a mio avviso o non li paga o li paga poco con la scusa di farsi esperienza...alcuni non valgono davvero nulla ed è un dispiacere dirlo, mentre altri se la cavano...non sono aumentati i decessi, ma un po' i ricoveri in pronto soccorso... 😞

**occhiverdi** Giovedì, 18 Maggio 2017 10:04

**Mi presento...**

Ciao a tutte (diamoci del tu, che fra compagne di (s)ventura siamo tutte amiche), sono Valentina, ma qui "occhiverdi", e sono qui tra voi perchè convivo praticamente da sempre col il mdt. Anche per familiarità di sicuro, anche mia mamma e mia nonna ne hanno sempre sofferto...ma io faccio proprio le cose in grande. Dopo anni di emicrania, più che altro, oggi ho a che fare con una bella cefalea tensiva cronica. Sono in cura presso il centro cefalee dell'ospedale di Asti (oggi visita di controllo!), dopo varie peregrinazioni in altri 4 centri...ad Asti mi trovo bene, mi sento "capita" in tutte le sfumature del mio male, anche se non abbiamo ancora trovato "la quadra" per farmi stare meglio, però ci stiamo lavorando. Ho scoperto il forum e credo sia il posto giusto per condividere le nostre esperienze...noi ci capiamo 😊 Grazie a tutte di avermi accolta e buona giornata.

**Monica** Giovedì, 18 Maggio 2017 09:29

Nel week end sono stata a casa al lago, ho preso il sole in giardino e mi sono scottata. Il sole picchia forte questi giorni 😄 Valerio ha la bronchite asmatica, sono 2 mesi che tossisce e ha crisi respiratorie e finalmente lunedì l'ho convinto ad andare dal medico, che si è arrabbiato moltissimo a vederlo così trascurato. A fine mese ha appuntamento dallo pneumologo, se non ci va lo trascino per i capelli 😄

**Monica** Giovedì, 18 Maggio 2017 09:20

Buongiorno a tutti. È tanto che non scrivo e che non leggo il forum 😞

Sono ufficialmente disoccupata dal 1 maggio 😊 e fino a settembre non inizierò la ricerca di un nuovo

lavoro. Visto quanto sono fortunata lo troverei subito e dovrei passare l'estate a lavorare 😊  
Ho mdm da martedì che mi è costato 5 Trip e 2 brufen. Pazienza.  
Piera sono contenta che Giada non ha nulla. Purtroppo tanti medici dovrebbero fare altro nella vita. Pensa che l'ospedale dove lavora Valerio sta diventando privato, quindi tutti i medici della ASL sono andati via e sono stati sostituiti da dottori molto giovani, praticamente appena laureati. Beh la mortalità è aumentata notevolmente 😞

**mamma\_lara** Giovedì, 18 Maggio 2017 09:12

Paula, mi spiace per le storie che hanno fatto a Fausto, se solo si rendessero conto di quanto sia importante donare il proprio sangue.

Per la dottoressa invece mi preoccupa e mica poco. 😞

**paula1** Giovedì, 18 Maggio 2017 09:01

PIERA mi fa piacere che si sia tutto risolto per Giada, però un po' fa pensare il pressapochismo di certi medici, ma d'altra parte ancora non tutti mettono il paziente e ciò che prova in primo piano.... in ospedale da noi adesso c'è una dottoressa (che non so da dove l'abbiano pescata) che spesso ci vergognamo noi operatori di quello che dice o chiede ai pazienti... 😞😞

**paula1** Giovedì, 18 Maggio 2017 08:55

Buon giorno a tutti...qui sole..oggi si lavora pomeriggio e ne ho sempre meno voglia...  
Fausto è appena uscito per andare all'Avis a donare, anche se al lavoro gli hanno fatto qualche storia, ma ormai è un dato di fatto che ogni piccolo diritto dia fastidio ai padroni... 😞

**mamma\_lara** Giovedì, 18 Maggio 2017 08:12

Cri, è una sensazione che capita anche a me di sentirmi il viso gonfio quando arriva l'attacco. Dai va che piano passa passa anche la giornata di oggi.

**cri69** Giovedì, 18 Maggio 2017 08:06

Buongiorno a tutti, il maledetto è ancora con me, mi sembra di avere tutta la parte sx del viso gonfio 😞. Oggi però ci ho da fare, mica posso perdere un'altra giornata come ieri ??Magari con calma ma avanti tutta...

**mamma\_lara** Giovedì, 18 Maggio 2017 06:15

Buon giorno a tutti.

**mamma\_lara** Mercoledì, 17 Maggio 2017 21:08

Buona notte e sogni bellissimi per tutti. State bene se potete

**mamma\_lara** Mercoledì, 17 Maggio 2017 21:08

Francesca, diventa la storia tra me e mia sorella che ci ringraziamo sempre per quello che ci diamo. Lei dice: "grazie per quello e grazie per l'altro" e io: "ma grazie a te invece che mi hai dato quello e l'altro". Insomma se non ci fermiamo stiamo tutto il tempo a dire grazie.

**mamma\_lara** Mercoledì, 17 Maggio 2017 20:57

Piera, sabato non ho neppure sfiorato l'argomento, ma in questo periodo non ho mai abbassato la guardia e speravo tanto in un errore di certi esami. Mi dicevo, è successo a Lella perchè non potrebbe succedere a Giada.

Meno male va che è andata bene. La mia gioia è grande grande.

Mamma mia come sono felice ♥♥♥

**francesca63** Mercoledì, 17 Maggio 2017 20:48

Buonasera di nuovo.

PIERA evviva. Una buona nuova per la tua Giada!!!!!!!

LARA tu affermi che siamo noi la tua forza, noi il contrario....uno a uno e palla al centro!!!!Scherzo ovviamente ma una cosa è certa:sei straordinariamente forte .e caparbia.

La motivazione credo risieda nella aver sofferto tanto e volgere il dolore in bene. E questo fa la differenza.....

Buonanotte carissime.

E ben arrivata Occhi verdi!!!!

**cri69** Mercoledì, 17 Maggio 2017 20:44

PIERA grazie della meravigliosa notizia, non oso immaginare a come siete stati però posso immaginare il nervoso che è arrivato . L'importante è che tutto si sia risolto... 😊

**Piera** Mercoledì, 17 Maggio 2017 20:01

Grazie a tutte per i pensieri , noi siamo stati male per un bel po' di giorni, ma per fortuna tutto e ' finito bene!!

**Piera** Mercoledì, 17 Maggio 2017 19:59

bene Lara per la sala.....il primo di tanti passi e' andato!!!! Oggi la mia Giada ha fatto la visita con una cardiologa e udite udite le ha detto che e' in perfetta salute 😊 anzi ha detto ma chi e' quel medico che le ha raccontato queste baggianate!!!! non se ne puo' piu' di certi tipi di medici 😞 non sappiamo proprio cosa pensare, anzi qualcosa di male l'ho pensato, io ho una teoria e Giorgio ne ha un'altra, chissà' forse indoviniamo tutte e due 😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 17 Maggio 2017 19:58

Francesca, mi spiace tantissimo ma ho cancellato il messaggio. Purtroppo dal telefono faccio casini. Ti dicevo che sono io che devo ringraziare voi, perché è da voi che traggio la forza di fare tutto ciò che faccio.

Se fossi da sola e dovessi farlo solo per me non ne sarei capace.

Per questo ringrazio voi tutti per l'aiuto che mi date ♥

**francesca63** Mercoledì, 17 Maggio 2017 18:50

Buonasera a tutti.

LARA grazie per tutto il da fare che ti dai.....

Un abbraccio a tutti.

**mamma\_lara** Mercoledì, 17 Maggio 2017 18:02

E' arrivata una nuova amica.

Benvenuta occhiverdi

**cri69** Mercoledì, 17 Maggio 2017 17:01

Non se ne vuole andare 🤔🤔

**nico26** Mercoledì, 17 Maggio 2017 15:01

Buon pomeriggio dopo aver fatto un ariunione commerciale dalle 9 ad ora con un progetto meraviglioso di marketing.

Sono stravolta dalla stanchezza e ora vado a pranzo.

A Modena sebra estate per cui subito occhiali nerissimiiiiii 😎

**mamma\_lara** Mercoledì, 17 Maggio 2017 14:46

Fatto.

**mamma\_lara** Mercoledì, 17 Maggio 2017 14:42

Vado a correggere

**mamma\_lara** Mercoledì, 17 Maggio 2017 14:41

Si cara Paula, il calendario dice bene. Mi sono sbagliata con un mese di quale calendario non so. 😊



**paula1** Mercoledì, 17 Maggio 2017 13:47

Bene per la sala comunale...MAMMA LARA però le date sarebbero venerdì 22 e sabato 23 settembre...(io ho chiesto queste di ferie) e il calendario dice così 😊😊😊😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 17 Maggio 2017 13:31

Annuccia, anche a Ferrara fa caldo fuori, in casa sono vestita come quest'inverno e questa mattina per la doccia ho acceso sempre la stufetta elettrica, ma quella non fa testo, perchè la uso anche in agosto 😊

Però questa mattina fuori si stava bene.

Sai che capisco Roberto, certo che un impegno così grande non gli fa bene, poi quando hai delle responsabilità è difficile staccare quando torni a casa. Alle volte ci sono pressioni da parte dell'azienda che fai fatica a lasciarle fuori.

Mi spiace perchè poi ne risente la salute come sta appunto succedendo.

Enrico è un ragazzo bellissimo e solare. Sai bene il mio debole per lui.

Se passa da ste parti, digli ben che un piattino di qualcosa di buono per lui c'è sempre.

**mamma\_lara** Mercoledì, 17 Maggio 2017 13:25

Paula, non ringraziarmi, è una cosa che faccio più che volentieri, poi sai bene che non mollo mai, devono abbattermi per farlo, ma il "mezzo" deve essere ben grande ve, altrimenti neppure il solletico mi fa.

Sempre che la salute mi assista, perchè si sa che quella è importante.

**mamma\_lara** Mercoledì, 17 Maggio 2017 13:23

Eccomi arrivata.

Il Convegno anche per quest'anno il Comune ci ha concesso la Sala del Consiglio Comunale sia il venerdì 22 pomeriggio che la mattina di sabato 23 settembre.

Inutile che vi dica che a me questa cosa fa molto ma molto piacere.

Ora iniziano i lavori che mica sono pochi da organizzare e da fare. Però devo dire che non mi costa nessuna fatica, anzi, lo faccio con una gioia tale che è pari quasi al fare torte. Un po' meno rilassante, ma la gioia è immensa. Poi vediamo un po' di come riusciremo a fare breccia nelle persone che stanno malissimo e che vivono in solitudine questo male che tanto distrugge le nostre vite.

**Annuccia** Mercoledì, 17 Maggio 2017 11:50

Questa settimana c'è Enrico, quindi famiglia al completo.... noi siamo tutti a dieta, e visto che lui ancora non si decide a mettercisi (nonostante la stazza) devo preparare un po' di cose in più,

altrimenti se ne va dicendo, naturalmente scherzando, che gli ho fatto fare la fame 😊😊

**Annuccia** Mercoledì, 17 Maggio 2017 11:48

Buongiorno a tutti!

A Roma fa già un gran caldo, non voglio lamentarmi ma così all'improvviso da molto fastidio. Ieri sono arrivata a studio che sembravo uno straccio bagnato..... a casa ancora tutto da mettere via, visto che fino alla scorsa settimana faceva freddo. Roberto non si sente bene da giorni, herpes a go-go, uno va e l'altro arriva. Lo vedo esaurito, non c'è niente da fare un uomo non riesce proprio a separare la propria vita dai problemi lavorativi. Noi donne siamo più brave, forse lo dico io visto che non ho un lavoro di grosse responsabilità. Ma quando vedi che lo stress va a discapito della salute bisognerebbe cercare di razionalizzare. Forse c'era una ragione fisiologica quando si andava in pensione a 60 anni..... ora si rimane giovani, a detta del nostro governo, più a lungo..... quindi si lavora fino allo stremo.

**paula1** Mercoledì, 17 Maggio 2017 10:05

Buon giorno a tutti...qui sole e oggi sono a casa...tra poco salgo in paese per un pagamento (ohh tutti i giorni ce n'è uno! 😞) e il buon pane quotidiano 😊😊

ieri la testa è stata delicatissima e ho fatto fatica a finire il turno di lavoro, ma non ho preso niente.....

ho già chiesto i due giorni di ferie per il convegno.. 😊😊

MAMMA LARA sempre GRAZIE per tutto quello che fai per noi.....

a me era piaciuta molto la sala del Comune...

**mamma\_lara** Mercoledì, 17 Maggio 2017 09:48

Cri, mi spiace carissima. Forza sempre

**mamma\_lara** Mercoledì, 17 Maggio 2017 09:47

Buon giorno a tutti. Sto aspettando.

Alle 10 ho una riunione per individuare la sala del convegno.

**cri69** Mercoledì, 17 Maggio 2017 08:49

Buongiorno, si fa per dire, il malefico è con me da ieri sera, non ho preso nulla, questa settimana sono a casa, ma stanotte è stato tutto un girare e rigirare...senza sapere dove andare...come diceva qualcuno...ufffff.

E' estenuante , provo a darmi un contegno 😞

**mamma\_lara** Martedì, 16 Maggio 2017 21:05

Buona notte e sogni bellissimi per tutti. State bene se potete

**mamma\_lara** Martedì, 16 Maggio 2017 17:51

Però sai Lile che chi non vuol capire è proprio perchè non è in grado di capire.

Dobbiamo capacitarci e renderci conto che dobbiamo fare delle distinzioni, ci sono persone intelligenti e persone empatiche che sono anche intelligenti. Non è detto che le due cose possano stare insieme nella testa di tutti.

A questo punto dobbiamo usare per forza la parola:

Capacitarsi - Farsi una ragione di qualcosa, Convincersi, rendersi conto.

Ecco cara, noi dobbiamo prendere atto che in molti non capiranno mai come stiamo.

Dobbiamo prendere atto anche con sofferenza che anche persone a noi vicine non sono in grado di capire che alle volte è meglio il silenzio piuttosto che una parola detta che sanno bene ci farà del male.

Dobbiamo capacitarci che per ottenere qualcosa dobbiamo prima convincere noi stessi che abbiamo diritto al rispetto visto che in pochissimi ci aiutano.

Io ogni tanto mi stanco e il mio alter ego ne approfitta, ma la capisco benissimo e faccio una faticaccia tenerla a bada.

Ma ha ragione da vendere, solo che devo tenerla a bada altrimenti passo per la fanatica che non sa gestire le situazioni.

Quanta pazienza ci vuole, ma quest'anno per me ho una parola che è diventata mia.

Resilienza.

Ecco cara con chi hanno a che fare tutti quelli fuori dal nostro mondo. 😊

**mamma\_lara** Martedì, 16 Maggio 2017 17:40

Va la Lile che ti è andata bene, alle volte c'è da scappare eccome e fare anche presto.

Per lo sfogo hai ragione. Mi sono copiata il tuo messaggio perchè sto facendo un lavoretto.

**lile** Martedì, 16 Maggio 2017 16:14

LARA sabato l'attacco è arrivato che ero a una scampagnata con amici... il mal di pancia che avevo

mi ha fatto proprio temere di dover scappare in bagno 😞

FRANCESCA sfogati quanto vuoi, mi dispiace leggere che il mdt non ti abbandona. Un abbraccio fortissimo!

Ora mi sfogo un attimino anche io (che poi, lo faccio sempre 😊) : quanto vorrei dire ad alcune persone: smettiti di cercare una causa al mio mal di testa! E' stato il freddo, il caldo, l'umidità, hai mangiato, non hai mangiato... quelli sono trigger! Il mio mal di testa non è il tuo mal di testa! Se il cambio di clima mi causa mdt non significa che non è emicrania! E anche se so cosa mi ha causato mdt non sempre posso evitarlo! E comunque, una volta che mi è venuto, non me ne faccio niente di trovare una causa, voglio solo che mi passi, quindi smettiti di tormentarmi! Ahhhh, ora va meglio 😊

Lo so che voi tutte queste cose le sapete, ma certe volte è proprio difficile mordersi la lingua e non rispondere male...

**mamma\_lara** Martedì, 16 Maggio 2017 15:03

Francesca, devi sapere cara che qui scriviamo le nostre giornate, scriviamo anche dei nostri viaggi e anche di quello che mangiamo. Vedi tu cosa puoi scrivere.

Sapessi quando racconto dei miei viaggi in treno. Sai che ogni volta che vado a fare un viaggio non vedo l'ora di tornare per raccontare tutto a voi 😊

**mamma\_lara** Martedì, 16 Maggio 2017 15:01

Sissi, anche a me le parole sono un po' difficili da trovare o lo scambio senza me ne accorga, ma questo anche quando la testa va bene. Io do la colpa a tutti i farmaci che ho preso.

**mamma\_lara** Martedì, 16 Maggio 2017 14:58

Lile, il MDT è mal di pancia e ogni tanto anche diarrea, è anche nausea e spesso anche vomito, è inoltre male ovunque, perchè il MDT ti distrugge anche quando non c'è.

**mamma\_lara** Martedì, 16 Maggio 2017 14:55

Due giorni che non ho potuto rispondere a tutte le mail, me ne ritrovo più di 80 da controllare. Un po' alla volta faremo tutto

**francesca63** Martedì, 16 Maggio 2017 13:29

Grazie a tutte.

LARA infatti grazie a voi son passata dall isolamento alla condivisione.

Ecco questo è ciò che scriverei . E banale forse ma è vita vera!!!!

**Sissi** Martedì, 16 Maggio 2017 12:47

Francesca, la condivisione del dolore in questo spazio fa bene a tutti noi.

**Sissi** Martedì, 16 Maggio 2017 12:46

Ciao a tutti. Lile e Francesca, vi faccio compagnia, emicrania anche per me. Lile, concordo con te, l'emicrania non è solo dolore, è capitato anche a me di non avere un dolore forte ma di stare molto male per la concomitante nausea, fotofobia, fonofobia, fatica ad articolare le parole... e altre "amenità". Io non tengo un vero e proprio diario delle cefalee, ma prendo sempre nota degli attacchi (con alcune annotazioni sull'intensità del dolore e dei sintomi concomitanti) e degli eventuali farmaci assunti. Buona giornata a tutti, se possibile.

**lile** Martedì, 16 Maggio 2017 11:53

Buondi!

Oggi la testa fa malino... sarei dovuta andare a fare agopuntura ieri ma volevo accompagnare Giovanni in aeroporto, quindi ho rimandato a domani, spero di non aver fatto troppi danni. Sabato ho ceduto e ho preso un triptano... Tra l'altro mi è venuto un dubbio... sul diario io posso segnare solo l'intensità del dolore, da 1 a 3, ma a volte capita che il dolore non sia effettivamente tanto forte ma che rompano le scatole tutti i sintomi annessi e connessi, nausea, fotofobia, debolezza, freddo...sabato avevo anche mal di pancia. In questo caso io tendo a mettere 2 anche se il dolore è da 1, secondo voi faccio bene? L'emicrania non è solo dolore...

Spero di resistere al triptano oggi... anche se cavolo... sempre quando ho la giornata lunga a lavoro mannaggia 😞

FEFFE grazie per il suggerimento, ora prendo il laroxyl prima di cena, effettivamente andare a dormire con quel saporaccio in bocca non era una gran cosa 😊

**mamma\_lara** Martedì, 16 Maggio 2017 11:49

Francesca, non provare neppure a pensare che non te la senti di caricare anche noi della tua sofferenza. ♥

Sai cara che se per noi è pesante leggere non leggiamo, ma alle volte aiuta anche sentire che c'è chi sta come noi non è di certo una cosa che ci fa piacere, ma ci fa sentire "normali" e ci toglie inoltre da quella solitudine che ci isola da tutto e da tutti.

Poi su alcune persone il fatto di scrivere la propria sofferenza e poi leggendo i propri messaggi fa venire la necessità di vedere anche se c'è dell'altro da poter scrivere.

Forza cara, vedrai che nessuno di noi darà le capocciate per quello che scrivi. E ti saremo vicini sempre.

Un abbraccio.

**francesca63** Martedì, 16 Maggio 2017 10:59

Mi spiace però caricarvi. Ne avete a iosa anche voi.

Però condividere è fondamentale.

Un abbraccio forte.

**mamma\_lara** Martedì, 16 Maggio 2017 09:41

Feffe, da un po' di tempo ti sento dire che il trip ha fatto effetto.  
E' una bellissima cosa questa.

**mamma\_lara** Martedì, 16 Maggio 2017 09:38

Francesca, ci sono i periodi più complicati e difficili, per questo se ti riesce sfogati e lascia qui quello che ti pesa portare.

Piera dice sempre che quando lasciamo qui la nostra sofferenza ognuno di noi aiuta a portarne un pezzo.

**mamma\_lara** Martedì, 16 Maggio 2017 09:35

In ogni caso cara Nico, mi è venuto il pensiero che dobbiamo fare quello che ci aiuta a star bene se non danneggia nessuno.

Mi fa piacere che tu non ti sia fatta troppo male. Quando si cade è sempre un'incognita

**mamma\_lara** Martedì, 16 Maggio 2017 09:33

Nico, dopo le ultime mie due cadute senza conseguenze per fortuna, mi sono accorta che per me ci sono rischi quando sono in mezzo alla gente. In casa vado spedita come un missile, ma fuori c'è la variante che mi può far cadere, non sono tanto gli ostacoli e neppure la pavimentazione del terreno quanto le persone che mi urtano. Ieri per esempio un bimbo mi è corso incontro e mi ha abbracciato le gambe, pensava fossi la nonna. Ho avuto uno bello spavento, perchè io devo avere sempre l'appoggio sulle due gambe, altrimenti le ginocchia non reggono. Meno male che avevo il bastone che mi ha sorretto, altrimenti sarei caduta e forse sarei proprio caduta addosso al bimbo. Era piccolissimo, puoi immaginarti il male che gli facevo.

Questo lo dico per giustificarmi del fatto che uso il bastone ancora nonostante in casa cammini benissimo. Ecco che ho necessità di spiegare i perchè delle mie necessità.

Non mi sembra giusto, ma questo richiede chi mi vede. 😞

**mamma\_lara** Martedì, 16 Maggio 2017 09:27

Buongiorno a tutti.

Ieri sono andata in centro con Emma, era la prima volta che andavo dopo un bel po' di anni. Ci sono stata

per vari impegni ma ero andata in auto e parcheggiando a due passi dal posto dove mi dovevo recare. Ora invece ho parcheggiato l'auto al parcheggio e sono andata a piedi girando un bel po'.

Con il bastone però, perchè la pavimentazione non mi lasciava tranquilla. E ho fatto bene, perchè le ginocchia non reggono bene, così quando necessità ho un appoggio sempre con me. Poter camminare per più di 100 metri è stato proprio una bella soddisfazione.

E' stato bellissimo.

A Emma servivano dei palloncini, pensavo servissero per un lavoro a scuola, invece oggi andrà a portarli alla sua amica Anna, perchè oggi sarebbe stato il suo compleanno.

Le ha scritto dei bigliettini che metterà ai fiori che le porterà

**francesca63** Martedì, 16 Maggio 2017 08:02

Buondi a tutti.

Gran emicrania .....sentirò il sole adesso...mah!!!!!!

Periodo intenso....

Se potete Pensatemi.

Scusate e grazie mille.

Un abbraccio maxi.

**nico26** Martedì, 16 Maggio 2017 06:57

Buondi' a tutte/i dal lavoro con un meraviglioso cielo sereno.

La caduta fatta domenica ha portato pochi danni se non dolori sparsi dovuti alla caduta ma va bene, Grazie Lara x la ricetta provero sicuramente.

Io con la mia alimentazione quasi del tutto vegetariana ho migliorato molto la mia fibromialgia e come dice Lara il periodo piu' brutto x me va da novembre a fine febbraio /marzo e poi con il caldo molt molto meglio.

**mamma\_lara** Lunedì, 15 Maggio 2017 22:23

Buona notte e sogni bellissimi per tutti. State bene se potete

**mamma\_lara** Lunedì, 15 Maggio 2017 22:23

Cri, io oggi sono riuscita ad asciugare quasi tutto. Ho solo un paio di magliette stese che ora vado a ritirare perchè ormai sono quasi asciutte.

**mamma\_lara** Lunedì, 15 Maggio 2017 22:21

Grazie Piera, poi hanno pochissimi carboidrati.

Te li farò ancora la prossima volta e ne farò un po' di più. 😊

**cri69** Lunedì, 15 Maggio 2017 22:05

Purtroppo si è di nuovo annvolato tutto e la mia testa anche ...ufffffff

**Piera** Lunedì, 15 Maggio 2017 20:31

I baci di dama erano squisiti anche a giorgio sono piaciuti molto 😊 e anche al doc!!

**mamma\_lara** Lunedì, 15 Maggio 2017 16:28

Devo portare Emma in centro

**mamma\_lara** Lunedì, 15 Maggio 2017 16:27

Francesca, sai che non so se sono buoni i baci di dama salati.

Non li ho assaggiati. Però te lo potrà dire Piera, lei li ha mangiati.

Io avevo la salsiccia e non volevo esagerare visto che i kg messi su con i due interventi non se ne vogliono andare.

Per le cose dolci vi capisco, ma resisto perchè è troppo forte la paura della bestia. Già sono fortunata che è andata via dopo i due interventi, non voglio rovinare tutto il mio sacrificio per un biscotto o una fettina di torta.

Poi con questo modo di mangiare sono instancabile. 😊

**mamma\_lara** Lunedì, 15 Maggio 2017 16:23

Cri, speriamo si sistemi si la stagione, dentro e fuori.

passa un buon pomeriggio con la tua bimba 😊

**mamma\_lara** Lunedì, 15 Maggio 2017 16:19

Nico, mi spiace tantissimo per la caduta, meno male che non ti sei rotta niente.

**francesca63** Lunedì, 15 Maggio 2017 12:16

ROSSANA un abbraccio forte..

**francesca63** Lunedì, 15 Maggio 2017 12:15

Buondi a tutti.

NICO anche la caduta !!!!!

Spero non sia stata rovinosa...

Mi ricordo una volta in cui cad di inciampandosulio stesso mio piede....

LARA grazie per la specialissima ricetta. Devono essere squisiti.

PAULA1 Anch io lotto con i biscotti, torte, gelati ecc.

Quando vado al supermercato cerco di bendarmi e non li acquisto piu.

Altrimenti li divoro più per piacere che per fame...

Certo non mi è facile. Ad es venerdì sera sarei andata al bar alle 22.00 pur di sgranocchiare un gelato....Ho ritenuto fosse meglio andare a dormire!!!

Un abbraccio a tutti.

**cri69** Lunedì, 15 Maggio 2017 12:05

Buongiorno a tutti, io spero vivamente che questo tempo si sistemi, sento tutte le nuvole in

transito...un delirio ,provo a resistere ma poi quando vado a letto e penso ad una notte insonne ed alla prospettiva di due pargoli da tenere ...non ce la posso fare e vado di trip 😊. Che due..

ma nonostante questa giornata serena e tra un pò arriva la mia bimba quindi vè benissimo 😊

Besos

**Annuccia** Lunedì, 15 Maggio 2017 11:48  
Grazie LARA!

**mamma\_lara** Lunedì, 15 Maggio 2017 11:44  
[Baci di dama salati](#)

**mamma\_lara** Lunedì, 15 Maggio 2017 11:29  
dopo vi metto la foto

**mamma\_lara** Lunedì, 15 Maggio 2017 11:29  
Vi metto la ricetta che ho fatto sabato sera. Ricetta trovata bel web e modificata a mio piacimento e necessità

Ricetta trovata nel web e modificata a mio piacimento

### **Baci di dama al Parmigiano reggiano**

#### **INGREDIENTI**

Parmigiano reggiano grattugiato 100 gr  
granella di nocciole 65 gr  
vino bianco 25 gr  
cacao amaro in polvere 2 gr  
zucchine verdi 4 -  
battuto di cipolla 5 gr  
olio di arachidi o d'oliva -  
sale -  
pepe -

#### **PREPARAZIONE**

Amalgamate in una ciotola 90 g di Prmigiano grattugiato, la granella di nocciole e mescolate, aggiungere il cacao amaro e mescolate ancora.

Distribuite il composto in uno stampo in silicone con tante semisfere, io non avevo questo e ho usato i pirottini piccoli ma devono essere una carta abbastanza consistente e devono avere il diametro non superiore a cm. 3,5 altrimenti sarebbero troppo grandi.

Potrebbero andare bene anche gli stampini per i cubetti per il ghiaccio se ne avete di rotondi, ma andranno bene anche quelli con altre forme. Una volta messo l'impasto nella formina, cercate di creare un leggero abbassamento al centro, perchè una volta cotti proprio al centro andrà messa la "maionese" di zuccina.

Infornate a 200 gradi per circa 6 minuti, ma è sempre meglio controllare, perchè ci sono forni che cuociono in meno tempo o più tempo. Controllate bene perchè è sempre una questione di un minuto o due.

Estraete dal forno e lasciate raffreddare.

Prendete 2 zucchine e ricavate con l'aiuto di una mandolina o un attrezzo che avete per questo procedimento, degli spaghetti di zuccina spessi 4x4 mm, utilizzando solo la parte esterna della verdura e tenendo da parte il cuore.

Preparate una "maionese" di zuccina: tritate la cipolla e fatela rosolare con poco olio in una padella antiaderente per 3 minuti. Unite i cuori di zuccina tagliati a piccoli pezzi, salate e pepate, fate cuocere per altri 2-3 minuti. Sfumate con il vino bianco facendo evaporare il vino.

Fate raffreddare e poi aggiungete 20 g di olio, il parmigiano rimasto (10 gr.), sale e pepe. Frullate sino a ottenere una salsa omogenea.

prendete le altre due zucchine e formate con un attrezzino delle spirali che andrete a cuocere nel forno a microonde per circa 4,5 minuti a potenza 850. Ora prima di pensare che questa ricetta non è per voi perchè non avete l'attrezzino che fa le spirali, leggete tutta la ricetta perchè non vi lascerei mai in difficoltà per una spirale. Detto questo torniamo alla ricetta. Ho messo in un piattino le spirali di zuccina poi le ho chiuse in un sacchetto adatto alla cottura in forno a microonde, una volta chiuso il sacchetto ho fatto 3 taglietti sopra con la forbice per dare la possibilità al vapore di uscire. Meglio ricordarsi questo passaggio perchè il sacchetto potrebbe scoppiare. non succede nulla, ma la

cottura verrebbe un po' modificata perchè con i tagliettini sul sacchetto esce il vapore quanto basta a non far scoppiare il sacchetto, ma lascia comunque le zucchine più morbide.

Stessa cosa con gli spaghetti di zuccina in un piattino a parte sempre cotti nel forno a microonde chiuse nel sacchetto con la stessa procedura e cotti per gli stessi minuti.

Lasciate raffreddare poi condite in una ciotola con olio e sale quanto basta sia le spirali che gli spaghetti di zuccina.

Una volta che tutti gli ingredienti siano freddati, farcite i baci di dama con la "maionese" che avete fatto con i cuori di zuccina.

Con le spirali delle zucchine formate dei cerchi che possano contenere i baci poi attorno al piatto mettete gli spaghetti.

Nel caso non abbiate l'attrezzino che fa le spirali di zuccina, niente paura, tagliate la zuccina a rondelle e cuocetele con la stessa procedura scritta più su.

**mamma\_lara** Lunedì, 15 Maggio 2017 11:26

Annuccia, questa mi piace, non hai la crisi del lunedì perchè hai avuto un fine settimana non sereno. Immagino che il non sereno sia per poter mettere questa faccina 😊 alla fine della frase.

La cyclette non è che potrebbe essere un buon diversivo?

Un bacione ad Enrico.

**mamma\_lara** Lunedì, 15 Maggio 2017 11:23

Paula, il dottor Di Lorenzo sarà di nuovo a Ferrara, se potrà rimanere a Ferrara anche il sabato ci sarà la possibilità di fare delle domande

**mamma\_lara** Lunedì, 15 Maggio 2017 11:21

Paula, a me i dolori della fibromialgia vanno meglio con la dieta chetogenica, poi se può arrivare il caldo andranno ancora meglio.

Però non so cosa sia meglio, con i cambi repentini del tempo sento tutte le articolazioni in furore. Ma se dovessi scegliere quale sia stato il momento di più benessere della mia vita non avrei dubbi nel dire che sono stati gli ultimi due anni. 😊😊

Faccio fatica bestia anch'io a tenere sotto controllo il cibo, però non esagero, per esempio, sabato sera volevo mangiare una salsiccia, così a mezzogiorno ho mangiato solo lo yogurt greco magro. Al mattino invece avevo fatto colazione con il caffè e un misurino di proteine. Stessa cosa ieri, però alla sera solo broccoli per cena, perchè nei miei due ricoveri ho messo su 4 kg e mezzo e non riesco a buttarli giù. Ieri ho parlato a pranzo con il dottor Di Lorenzo e mi ha detto che ho molta ritenzione idrica, così mi ha aggiustato un paio di cosine che spero diano buoni frutti.

Mi spiace per il tuo fine settimana, certo che non è un bel lavorare messa nelle tue condizioni.

**nico26** Lunedì, 15 Maggio 2017 11:19

Buon lunedì a tutte/i un po' dolorante perchè ieri sera ho fatto un capitombolo sulla ghiaia ....e per fortuna tante escoriazioni ma nulla di grave.....!!!

Buon lunedì a tutte/i

**Annuccia** Lunedì, 15 Maggio 2017 11:10

Buongiorno a tutti! Anche per me fine settimana non proprio sereno ... tanto che oggi non ho avuto la crisi del lunedì 😊

PAULA, mi dispiace davvero tanto, io ho voluto mettermi in mano ad un nutrizionista per cercare di non ingrassare in questo momento critico di passaggio. Ho buttato giù due chili ed ora sono ferma... spero che prima o poi ricomincio a calare gli altri due chiletti che vorrei. I miei dolori ormai mi accompagnano e da questa settimana voglio provare a fare solo pilates e posturale eliminando la lezione di aerobica. Se avrò beneficio dovrò inventarmi qualche altra cosa per distrarmi un po'. Oggi arriva Enrico per la sua settimana lavorativa a Roma.

**Piera** Lunedì, 15 Maggio 2017 10:56

Paula potresti cominciare con qualche piccolo cambiamento: magari eliminare i biscotti nella colazione e farla con altri alimenti, per me è più facile eliminare completamente dalla mia vista un alimento che mangiarne meno!!!! 😊 poi vedi tu....

**paula1** Lunedì, 15 Maggio 2017 10:29

MAMMA LARA ricordavo che il dott. Di Lorenzo era a Ferrara...mi piacerebbe tanto scambiare qualche parola con lui...la dieta cheto mi ha sempre incuriosito e lo sapete perchè anche al convegno feci una domanda quel sabato...purtroppo la mia testa bacata non ne vuole sapere di mettersi a posto e parlo del disturbo alimentare...non appena cerco di variare qualcosa nell'assunzione dei cibi, scatta qualcosa che mi manda a monte tutto.....

ora ad esempio per colazione ho variato i biscotti ( dopo qualche anno di Pavesini) e per ingannare il cervello uso i.....biscotti per l'infanzia biologici Crescendo della Coop.. 🙄🙄🙄🙄🙄🙄

🙄🙄 non so se rendo, ma devo essere ben imbecille 🤔

anche per i dolori muscolari penso che qualche cibo aiuterebbe, ma come posso fare? mah...

**paula1** Lunedì, 15 Maggio 2017 10:20

Buon giorno a tutti...qui sole e riemerge da un fine settimana allucinante...

oggi lavoro pomeriggio e devo andare a fare già dei pagamenti...non finisce mai...

sabato ho fatto 13 ore di lavoro e la mia emicrania feroce nessuno me l'ha abbuonata....

e così con 2 buste di Nimesulide, 2 di Oki, 2 fiale di Toradol e non so quante gocce...ieri sera stavo

sulla luna... 🙄🙄🙄 poi ho lavorato anche ieri mattina...

oggi va leggermente meglio...il raffreddore è andato in secondo piano...

**mamma\_lara** Lunedì, 15 Maggio 2017 09:53

Buongiorno a tutti.

Inizia la settimana con tante cose da fare. Ma va bene così.

I pensieri per Franco non vanno mai via.

**cri69** Domenica, 14 Maggio 2017 22:32

Buonasera a tutti . Giornata un po ' strana , sempre di corsa , tante gioie e l ' attesa per quell ' augurio che non è arrivato . Pazienza sorvoliamo anche stavolta . Notte serena

**mamma\_lara** Domenica, 14 Maggio 2017 22:18

Buona notte e sogni bellissimi per tutti. State bene se potete.

Rossana ♥ ♥ ♥

**rossana** Domenica, 14 Maggio 2017 20:34

Ciao a tutti,

e Auguri a tutte le mamme del forum!

E a chi, pur non essendo mamma, ne fa la parte.

Sono ancora un po in crisi coi postumi di un'influenza che abbiamo preso sia io che Alberto.

Che non ha mancato di procurarmi anche tutti i miei mali.

L'umore è un po sul grigio.....ma andiamo avanti.

Recupererò i vostri messaggi, per ora un abbraccio a tutte.

**mamma\_lara** Domenica, 14 Maggio 2017 20:30

Francesca, siamo tutte mamme quando amiamo.

Io ho iniziato ad essere mamma prestissimo, avrò avuto circa 8 anni quando ho iniziato a fare la

mamma ai gatti del mio paese, poi ho continuato a sentirmi mamma della mia sorellina e del mio

fratellino continuando a sentirmi mamma di tutte le mie amiche. Fino a quando sono arrivati i miei

figli, ma questo non ha fermato il mio essere mamma di tutti, perchè mi sentivo mamma anche degli

amici dei miei figli. Insomma, la vita mi ha regalato questa bellissima condanna.

Mamma è chi ama, sono arrivata a questa conclusione.

Sai che vedo anche tanti papà che sono delle bravissime mamme.

Non pensare che sia matta, è solo un mio modo per dire che è l'amore ad essere mamma.

Ok, ho fatto un sacco di confusione ma so che mi capirai.

**mamma\_lara** Domenica, 14 Maggio 2017 20:24

Ecco fatto. Buona serata a tutti.

Come ha detto Piera questo fine settimana ho avuto il Dottor Di Lorenzo che visitava a casa mia.

Due giorni bellissimi con tanto avanti e indietro.

mamma mia come mi spiace vedere che stanno così male. Spero per tutte loro uno star bene come il mio.

**Piera** Domenica, 14 Maggio 2017 19:25

ieri sono stata a Ferrara perché il dottor. Di Lorenzo visitava da Lara, mi ha trovato in forma per riprendere la cheto, speriamo che i vari mdt che mi affliggono se ne vadano al più presto !!! il dottore è un medico eccezionale mi ha fatto piacere passare un po' di tempo in sua compagnia!!! credo che al convegno di settembre la sua partecipazione sarà un successo!!!

**francesca63** Domenica, 14 Maggio 2017 14:23

FEFFE81 Sì talvolta sembra proprio che l'emicrania rubi la giornata.

Spero tu stia meglio....

Un abbraccio

**feffe81** Domenica, 14 Maggio 2017 13:56

FRANCESCA63...mi spiace che anche oggi il mdt sia con te 😞 spero che presto splenda un po' di sole...

Mi sembra di stare sprecando la giornata 😞

**francesca63** Domenica, 14 Maggio 2017 11:43

Buongiorno a tutti.

Anche stamane emicrania....

LARA grazie di aver esteso gli auguri anche a chi non è mamma...

Auguri a tutti!!!!!!

NICO il tuo gesto nei confronti di tuo nipote è stato un esempio Dopo tanta ruggine.

Un segno di riconciliazione.

Un abbraccio a tutti.

**feffe81** Domenica, 14 Maggio 2017 10:10

Anche stamattina sveglia con l'emicrania

**mamma\_lara** Domenica, 14 Maggio 2017 07:47

Auguri a tutte le mamme

Auguri anche a quelle che mamme non sono perché ci sono persone che sono mamme lo stesso.

Auguri anche ai tantissimi uomini che amano le mamme e le donne che mamme non sono.

Insomma, auguri a tutti. ♥ ♥ ♥

**nico26** Domenica, 14 Maggio 2017 07:33

Buona Domenica carissima famiglia! Grazie a tutti per le risposte che mi avete dato dal vostro cuore. Siamo andati alla cerimonia eravamo dietro dalla parte proprio dei parenti dello sposo. Io ero veramente molto serena e ho vissuto la cerimonia in pieno con la pace interiore. Quando alla fine della cerimonia mia sorella mi è venuta vicino mi ha preso la mano guardandomi negli occhi mi ha detto..... grazie grazie per essere venuta oggi e se l'hai fatto per Giampaolo l'hai fatto anche per me grazie. Dai voi direte che bello che bel momento. Io ho risposto grazie ma era come ti avessi di fronte a me non mia sorella ma una qualsiasi persona che mi ha stretto la mano. Anche quando guardavo mio cognato che mi ha fatto tanto tanto tanto male non sentivo odio lo sentivo rancore non sentivo nulla per me era importante essere lì per mio nipote e mio nipote che sono stata orgogliosa che Nicolò abbia conosciuto i suoi cugini che non li aveva mai visti in 10 anni e io per quasi 16 anni. La vita è veramente bislacca..... ma è veramente meravigliosa. Vi voglio bene bene belle Topoline/i

**mamma\_lara** Domenica, 14 Maggio 2017 07:30

Buongiorno a tutti.

Anche oggi sarò molto impegnata con le persone che verranno per la visita con Doc a casa mia.

Ma è bellissimo avere tante persone con il MDT con le quali scambiare anche solo poche parole.

Vi voglio bene e sappiate che domani torno. ♥

E' una minaccia 😊😊

**mamma\_lara** Sabato, 13 Maggio 2017 23:49

Buona notte e sogni bellissimi per tutti. State bene se potete

**feffe81** Sabato, 13 Maggio 2017 20:43

alla fine dopo pranzo ho preso il trip che ha fatto effetto. Mi sono comunque goduta la giornata, ho pulito un pochettino, sono andata a pranzo dai miei e poi ho passato il pomeriggio con la mia amica 😊😊 abbiamo fatto una bella passeggiata col sole, il cagnetto e tante belle chiacchiere 😎

**francesca63** Sabato, 13 Maggio 2017 19:06

Buonasera a tutti.

Stamane Anch io sveglia già con il MDT. ...

PIERA che bella la festa all ospedale.

E poi vero che abbiamo degli autentici capolavori che dovremmo apprezzare di più.

ANNUCCIA mi spiace. ..anche la bomba.....

LARA hai ragione:ogni piccolo passo deve essere considerato un grande passo avanti. ..sempre saggia!!!!

FEFFE81 le pulizie le potrai sempre fare.!!!Ogni lasciato e perso.....

Un abbraccio a tutti.

**Piera** Sabato, 13 Maggio 2017 14:42

La serata ieri sera e' stata molto piacevole, hanno fatto un spettacolo nella sala del Vasari del Rizzoli, da restare a bocca aperta davanti a tanta bellezza, in Italia abbiamo cosi' tante opere d'arte che anche un ospedale riserva sorprese immense!!!! chi ci allietato erano quasi tutti infermieri e che artisti!!!! Ho detto a Giorgio: memorizza le facce che ti potrebbero capitare in caso di un ricovero!!!



**Annuccia** Sabato, 13 Maggio 2017 13:34

Feffe, vai con la bella vita. La casa aspetta...

.

**Annuccia** Sabato, 13 Maggio 2017 13:31

Nico, avere chiarito con tuo nipote è stata una gran cosa, anche per tuo figlio che sicuramente si sentirebbe appoggiato da un cugino. La storia con tua sorella non sarà possibile dimenticarla.... 😞

**Annuccia** Sabato, 13 Maggio 2017 13:28

Buon sabato a tutti! Stamani alle 4 trip e tanto tanto dolore fino alle 9. Santa marinella è saltata, stavolta anche roberto non se la sentiva, raffreddore e tosse....

**cri69** Sabato, 13 Maggio 2017 11:47

Mi è stato chiesto se ho paura ad essere felice... non ho saputo rispondere 😞

**feffe81** Sabato, 13 Maggio 2017 09:17

LILE sono molto felice di leggere della tua tregua e che la profassi faccia un po' effetto! Anche io prendo il laroxyl, in realtà ne sono dipendente 😞 però...a me serve. Quando riesco a mantenere i miei orari lo prendo a inizio cena, così col cibo mi levo quel gustaccio e dopo un paio d'ore vado a nanna. Negli ultimi giorni però sono tutta scombinata con gli orari 😞

**feffe81** Sabato, 13 Maggio 2017 09:14

Buongiorno a tutti! Stamattina mdt, anche ieri mattina mdt che però ho arginato con triptano e alcune ore stesa in infermeria al lavoro. Adesso è tornato, aspetto di decidere se prendere il trip. È che ieri sera mi sono data alla bella vita 😊 e ho fatto tardi.

Settimana con alti e bassi. Non ho avuto un momento libero e ho lasciato indietro tutta la casa 😞 Servirebbe un'impresa di pulizie...PIERAAAAA

**cri69** Sabato, 13 Maggio 2017 08:55

Stavo riflettendo sull'accaduto di Nico e Giorgio e mi è venuto in mente che anche a mia madre è successa più o meno la stessa cosa dopo la morte dei nonni. Cavoli , sempre per questi maledettissimi soldi, a volte ringrazio di non averne anche se faccio fatica ad arrivare a fine mese 😞

**cri69** Sabato, 13 Maggio 2017 08:51

Buongiorno a tutti, splendido sole stamattina, io ho le gambe che mi fanno un male tremendo...avanti pure.

NICO mamma mia che storia 😞 , mi spiace , non si vorrebbe mai arrivare a certe decisioni, soprattutto con dei fratelli. Tuo nipote è stato carino nell'avvicinarti , anch'io non ho apprezzato il gesto di aver escluso tuo marito, avrei fatto la tua stessa scelta. Pensa che potrebbe essere un inizio ...

**mamma\_lara** Sabato, 13 Maggio 2017 08:49

Buon giorno a tutti.

Poche parole perché fra un po' inizierà ad arrivare gente.

Paula fai bene a fare dei corsi, non si sa mai che tu possa trovare un lavoro dove tu possa essere serena.

Francesca, forza cara e spero che il vento si plachi ♥

Annuccia, ho letto le notizie dei giornali e sono sconvolta, mamma mia, non si può stare mai tranquilli.

Piera poi ci racconterai della festa 😊

Lile, si fanno piccoli passi, io non li sottovaluto mai.

Nico, che bravo tuo nipote e fai bene ad andare alla cerimonia. Poi anch'io alla festa non sarei andata senza mio marito

Ora scappo

**Piera** Sabato, 13 Maggio 2017 08:42

Nico anche il mio Giorgio ha una storia simile alla tua, alla morte del padre i suoi fratelli tramite avvocato gli hanno chiesto pochi spiccioli che secondo loro il padre non aveva speso.....e anche Giorgio dice la tua stessa cosa,non sente di avere piu' dei fratelli e anche vedendoli non gli fanno nessun effetto.....certe cose feriscono e non poco!!! 😞 per quanto riguarda tua nipote credo che poteva fare "lo sforzo" di invitare tutta la tua famiglia!!!! 😞 avrebbe fatto una figura migliore, così si è dimostrato degno figlio di degna madre 😊

**nico26** Sabato, 13 Maggio 2017 08:05

E buon sabato a tutti sotto un bel cielo limpido è un sole meraviglioso. Stanotte è stata abbastanza dura con emicrania pulsante a sinistra che arrivava fino all'occhio sinistro dal occipite ed ogni volta che mi giravo nel letto pulsava. Ora sto un po' meglio quindi spero sia passato l'attacco. Ieri è successo una cosa meravigliosa che voglio condividere con voi: voi sapete che io non ho rapporti con mia sorella poiché purtroppo quando morirono i miei genitori nel 2001 lei mi fece due cause civili durata 8 anni pagate tantissimi soldi agli avvocati e alla fine ho vinto tutte le cause e io ho rispettato la volontà di mio padre. Con lei non ho più rapporti e non voglio più avere rapporti non fa parte più della mia vita e ci ho lavorato molto per capire ed elaborare la mia sofferenza. Quando la vedo per il paese non sento nulla. Beh ieri è venuto da me il figlio piccolo di 31 anni che si sposa oggi e che aveva mandato l'invito. L'invito però l'aveva mandato solo a me Nicolò e non a mio marito per cui capite che se devo essere coerente e non ipocrita non ho accettato per due motivi uno la mia famiglia e Paolo e Nicolò è la seconda non riesco a essere non coerente con me stessa con tutto quello che è successo. Ieri però mio nipote mi ha detto zia Dani io sono Giampaolo e ho voluto invitarvi io a me di quello che è successo non ne faccio parte e ho voluto la mia zia e mio cugino . Anche se

abbiamo un po' discusso in maniera pacifica su tutto è stato molto bello e Nicolo finalmente ha conosciuto un suo cugino.

Oggi gli ho promesso che lo andrò a vedere in chiesa con Nicolo ma poi tornerò a casa con la mia famiglia.

Ho scritto col telefono e forse non ho scritto bene ma forse il senso spero che l'abbiate capito di quello che sento dentro.

**paula1** Venerdì, 12 Maggio 2017 20:45

Buona sera...qui si è rannuvolato e tira vento...speriamo non piova domani mattina...mi hanno chiamato per fare la lunga al lavoro..ho accettato perchè devo fare delle ore per le ferie

estive...vogliono chiudere parecchio anche quest'anno... 😞

mi sono iscritta a un corso per alimentarista..dura poche ore e ti danno un attestato che però stanno chiedendo spesso nei concorsi...

purtroppo perdo un concorso da 13 posti di operatore nelle scuole dove veniva richiesto, ma scade il 19 maggio e il corso c'è il 26 giugno...peccato! comunque presumo che ci saranno migliaia di domande... 😞

ora vado a provare di rilassarmi...

Buona notte a tutti

**francesca63** Venerdì, 12 Maggio 2017 20:02

Buonasera a tutti.

Da ieri un MDT terribile. ..

Ma sento che tira questo aria ovunque.

Qui sta tuonando!!!!

Non mi resta che abbracciarti.

Buonanotte carissime.

Spero domani spiri un vento diverso.

In tutti i sensi.

**Piera** Venerdì, 12 Maggio 2017 18:52

Oggi e' la giornata internazionale dell'infermiere e stasera vado ad un'evento musicale alla sala Vasari del nostro ospedale ortopedico che ha anche un antico chiostro molto bello.....devo sforzarmi per uscire, ma non posso mancare, Irene ha organizzato parte dell'evento e ci tiene molto alla nostra partecipazione 😊

**Annuccia** Venerdì, 12 Maggio 2017 18:26

Ciao caro forum! Oggi giornataccia tra mal di testa e dolori. Ce un afa che si taglia a fette. E ciliegina sulla torta bomba alle poste sotto casa. Il delirio più completo

**Annuccia** Venerdì, 12 Maggio 2017 18:25

Ciao caro forum! Oggi giornataccia tra mal di testa e dolori. Ce un afa che si taglia a fette. E ciliegina sulla torta bomba alle poste sotto casa. Il delirio più completo

**mamma\_lara** Venerdì, 12 Maggio 2017 17:23

Se non vado a fare una doccia, lascio la scia. 😄😄😄

Da questa sera fino a domenica sera ne ho da fare un bel po' 😊

Spero di riuscire a salutarvi ogni tanto.

Mi sa che c'è gente che sta abbastanza male. Non vi leggo 😞😞😞

**nico26** Venerdì, 12 Maggio 2017 13:57

Buon venerdì a tutti/e dal lavoro .Mi ha risposto solo una persona alla mia mail....a cui ho riposto di nuov in maniera ferma e decisa.

la mia parte "bambina2 che aveva paura nel dire le cose per non sentirsi apprezzata e amata poi piano piano cerca di dar posta ad un adulta che con chiarezza e responsabilità afferma il proprio ruolo .

Poi oggi stacco e fino a lunedì' non voglio sentir parlare di lavor.... 😊  
Ieri è stata la prima volta che ho avuto mdT sopra la fronte e dentro gli occhi.  
non mi era mai successo e anche se non era devastante era pur sempre fastidioso e invalidante.  
questa luna piena ieri mi ha lasciato prima e dopo una stanchezza immensa ma cerco di non darci peso e lasciar scorrere.

**cri69** Venerdì, 12 Maggio 2017 13:21

Buon pomeriggio di corsa , poche parole altrimenti sarebbero troppe e confuse ...  
Besos

**mamma\_lara** Venerdì, 12 Maggio 2017 12:23

Sono dalla parrucchiera. È da stanotte alle tre che sono sveglia. Ad un certo punto mi sono stancata e ho iniziato a fare cibo chetogenico.

Domani e domenica ho qui un po' di persone che vengono a Ferrara per una visita, così ho qualcosina da offrire loro

Sto scrivendo senza occhiali quindi non vedo cosa scrivo e devo per forza fidarmi di quello che dice il telefono.

Ci sentiamo dopo

**lile** Venerdì, 12 Maggio 2017 10:58

Buongiorno a tutti... stamattina la testa non va... sto pensando se prendere qualcosa, ho ancora più di 3 ore in ufficio davanti al pc e la vedo dura... uff, volevo arrivare ad almeno un mese senza sintomatici 😞

Ieri la visita è andata bene, ho conquistato una riduzione del laroxyl e ho scoperto che posso prenderlo un po' prima in modo da evitare l'effetto sonnolenza al mattino... Però la cosa più bella è stata la descrizione sul foglio della neurologa, non più "emicrania ad elevata frequenza" ma "in compenso con profilassi"... 😊

Speriamo passi da solo anche stavolta... un abbraccio a tutte

**paula1** Venerdì, 12 Maggio 2017 09:57

Buon giorno a tutti...qui sole e tra poco salgo in paese perchè devo fare alcuni giretti tra i quali il medico con una lista tipo spesa 😊😊😊😊

Ieri ho avuto tantissimo male alle gambe, nel solito modo cioè come se bruciassero... 😞  
sto valutando se cambiare reparto al lavoro...un po' per lo stipendio davvero basso e un po' perchè dopo 12 anni pensavo di meritare un trattamento più rispettoso...invece mi sono accorta che è trattato meglio chi sembra vivere sulla Luna...mah... 😞 comunque l'ultima chance sarebbe appunto andare in Medicina che non mi piace, ma potrei rinfrescare la memoria per un eventuale concorso, inoltre il turno è meglio con qualche notte e più giorni di riposo, si lavora sempre in coppia e la maggior parte dei colleghi è disponibile se devi chiedere dei cambi...mi prendo alcuni giorni per pensare poi inizio a sondare il terreno... 😊

**mamma\_lara** Venerdì, 12 Maggio 2017 09:08

Buon giorno a tutti

**mamma\_lara** Giovedì, 11 Maggio 2017 20:42

Devo andare a fare un po' di cose in cucina.  
Purtroppo devo darvi la buona notte.

Buona notte e sogni bellissimi per tutti. State bene se potete

**mamma\_lara** Giovedì, 11 Maggio 2017 20:41

Sono una bella buona da niente. Ma oggi è stata una giornata piena di impegni 😊  
Tutti belli e che riempiono la vita 😊😊😊

**mamma\_lara** Giovedì, 11 Maggio 2017 13:00

Buon giorno a tutti. Sono ancora qui che giro, e oggi pomeriggio corso e gruppo di auto aiuto  
Questa sera invece ho la stanza da preparare per domani sera. Avrò un ospite e il fine settimana pieno di gente 😊

**lile** Giovedì, 11 Maggio 2017 09:31

Buondi... oggi leggero mdt, come dice CRI finchè il tempo non si decide la testa ne risente 😞  
Continuo a non prendere sintomatici nonostante qualche lieve attacco, finchè è roba sopportabile preferisco disintossicarmi...e così magari quando avrò qualche attacco più forte i farmaci avranno effetto più rapidamente...

Oggi ho la visita con la neurologa e cercherò di farmi togliere il laroxyll... non sarà facile perchè aveva già detto che prima dell'estate mi avrebbe tolto il betabloccante: se tolgo anche il laroxyll resterei solo col topamax che l'anno scorso mi aveva dato diversi effetti collaterali. Ma il laroxyll, scusate il termine, mi rince\*\*\*\*nisce! Non mi aiuta ad addormentarmi ma la mattina mi sveglio a fatica e terribilmente stanca, non riesco ad alzarmi...

Insomma, spero che avendo gli effetti positivi dell'agopuntura possa ridurre un po' tutta la batteria di farmaci di profilassi 😞

NICO mi dispiace per i problemi sul lavoro, ma hai fatto bene a farti valere, bravissima!

CRIS so quanto sia difficile non sentirsi deluse da se stesse quando vorremmo riuscire a fare tutto e non riusciamo. Non sono mamma quindi non so esattamente cosa provi ma so che le mamme cercano sempre di fare tutto al meglio delle loro possibilità e pure un pochino di più 😊, e sono certa che è quello che stai facendo tu tornando a casa ancora un po' per pensare alla tua Chiara... quindi non sentirti in colpa se puoi, e goditi questo periodo con la tua bimba, sperando che sia d'aiuto anche sul fronte mdt...

FRANCESCA spero il mdt vada un po' meglio... un abbraccio

**cri69** Giovedì, 11 Maggio 2017 07:16

ROSS un abbraccio

**cri69** Giovedì, 11 Maggio 2017 07:16

Buongiorno a tutti ,oggi non è splendido , la mia testa ne risente, speriamo che sta stagione decida cosa fare ..ufff

NICO sei proprio alla frutta... complimenti per le prese di posizione, ci vuole coraggio e tu ne hai da vendere . Sono sempre convinta che ora sei tu che gestisci il gioco e sicuramente otterrai le tue rivincite.Forza fanciulla e chi ti ferma più 😊 .

**nico26** Giovedì, 11 Maggio 2017 06:51

Buongiorno a tutti/e dal lavoro con un emi frontale che prende anche un po gli occhi!

E vai un nuovo tipo di mdt ! 😞

Cri come va?

Beh... ieri ho preso posizione sul mio lavoro ed ho mandatu una mail a tutti i Responsabili oltre che alla direttrice in cui ho ribadito una situazione insostenibile dei cassieri che non la scrivo perchè' senno altro che mdt vi rivoltate con il telefono.....

vi dico solo che in 48 ore ho sorpreso 19 persone che sono entrate con abbonamento scaduto o non attivo .....poiche' i cassieri x comodità e non curanza lasciavano il tornello aperto.

Ora basta pero' poiche dato che il ns. caro dirett..testa di min... chiede sempre i numeri ...bisognerebbe che facesse il suo lavoro ...e lasciasse a casa chi non vuole lavorare .....dato che di gente volenterosa se ne tova eccome!!!

Vi giuro quando ho spinto il testo di invio mail ho tremato ...poi....ho detto basta Daniela il tuo lavoro lo sai fare ...sono altri che non lo sanno fare.

Vedremo!!!

**francesca63** Mercoledì, 10 Maggio 2017 21:02

Buonasera a tutti.

Giornata nera .Gran MDT unito alla nausea.....

Domani è un altro giorno.

Scusate ma stasera sono svuotata.

Scusate perchè vi getto tutto sto dolore.....

Buonanotte.

**Cris83** Mercoledì, 10 Maggio 2017 18:41

volevo dirvi anche un'altra cosa ma mi è passata di mente.. sarà l'età 😊😊

**Cris83** Mercoledì, 10 Maggio 2017 18:34

MAMMA LARA Molto bello l'articolo.. hai fatto bene a metterlo perché non lo avevo letto.

Per le parole ci penso .. non so ancora dove andare a parare.

**Cris83** Mercoledì, 10 Maggio 2017 18:33

ecco vi ho letto..

MAMMA LARA mi raccomando non mollare.. Comunque non mi stupisce la non presenza dei politici ma è dei malati. Capisco l'ignoranza da parte di chi non sa di cosa parla, di quelli che credono che la cefalea sia quel mal di testa che passa con un oki in un minuto e che vuoi che sia. Ma ci sarà altre persone come noi, quelle che lottano ogni giorno con attacchi che perforano il cervello e conati di vomito continui. Ci saranno no? Forse è come dice PIERA, anch'io prima ne parlavo di meno e facevo finta di nulla. Quante volte ho detto "sto bene" e non era vero e altre volte mi sono inventata febbri e influenze che non erano vere. Soprattutto con le uscite con le amiche. Poi ho visto che non serviva, che fare finta di non averlo non lo faceva sparire. Ho trovato voi e mi sono sentita meno sola e meno inutile.

CRILLO mi dispiace tantissimo.. non ci sono parole. Ti capisco e ti abbraccio forte

Povera Emma, abbracciala forte da parte mia! Non ci voleva anche questa, io ricordo ancora ogni giorno la mia kimba e credevo di poterlo fare serenamente, invece lo faccio ancora con molto dolore e sensi di colpa.

NICO grazie per le belle parole! Non sapevo che la situazione a lavoro fosse così critica. Come va la situazione?

LILE 22 giorni!! Grande!! Sono contenta che stai meglio, ma non lo dico troppo forte.

**Cris83** Mercoledì, 10 Maggio 2017 15:51

Ciao a tutti!

giornatine pesante sul nostro fronte comune. e morale un po' a terra.

ora sono a lavoro per finire le ore che mi mancano poi finito .. ne riparlamo a settembre. da una parte sollevata da una parte un po' amareggiata e delusa, non so bene da cosa. forse da me stessa. mi dico che dovevo cercare di fare di più e restare a lavoro.. vabbè.. scusate la lagna..

vi leggo dopo.. intanto un abbraccio.

**Sissi** Mercoledì, 10 Maggio 2017 12:47

Ciao a tutti, ho letto i post e mi ritrovo con tutte le vostre esternazioni. Purtroppo il nostro male non è "visibile"... Paula, non ho parole! Un abbraccio a tutti e buona prosecuzione di giornata, teste permettendo.

**Annuccia** Mercoledì, 10 Maggio 2017 11:55

Poi so anche bene che in molti casi è meglio non rispondere altrimenti sono dolori. In questo momento storico si deve solo abbozzare se si vuole lavorare

**Annuccia** Mercoledì, 10 Maggio 2017 11:54

Buongiorno a tutti!

PAULA, mi dispiace tanto per la frase che hai dovuto subire..... conoscendoti e sapendo tante cose proprio doveva stare zitta.

**nico26** Mercoledì, 10 Maggio 2017 10:17

Buon mercoledì a tutti /e e benvenuto al nuovo iscritto ..

Provate a rileggere i post di questi giorni e sembriamo tutte delle fotocopie uguali .....Devo meditare e rileggere tutto ....

in primis pero' ....non molliamo mai!!!!

**mamma\_lara** Mercoledì, 10 Maggio 2017 09:56

Paula, al morale non ti sarà di aiuto neppure andare al lavoro stando così male ma come hai detto tu il nostro star male viene sempre dopo tutto.

E' inutile, nessuno mi potrà mai convincere che siamo noi le prime a non dare troppa importanza al fatto che abbiamo MDT quasi ogni giorno.

Però Piera ha sempre risposto alle quali io per esempio non penso mai, ma ha ragione da vendere quando dice che andando al lavoro messa in quelle condizioni non potrai essere di aiuto ai pazienti.

Mi viene in mente una OSS che ho conosciuto in ospedale ad Argenta, era venuta ad aiutarmi con la mascherina perchè aveva il raffreddore. Sapevo che era cefalalgica quindi sapendo lei che io mi occupo di persone con il MDT si è sentita libera di dirmi che avendo lei sempre tanto MDT preferisce stare a casa quando ci sono le giornate che ha talmente tanto MDT accompagnato da vomito e da tutti gli effetti collaterali che certi attacchi portano con se. Così va a lavorare anche con la febbre o altri malesseri meno invalidanti del MDT.

Ecco che abbiamo risposto anche al fatto del perchè si va al lavoro anche quando stiamo male. 😞  
Coraggio cara, pensa che è difficile per tutti lavorare in questo periodo e ognuno si sfoga con chi può farlo. Chi ti ha trattato così male, pensa che lei mica è immune da certi commenti, così da brava vigliacca se la prende con chi può farlo. 😞

**Piera** Mercoledì, 10 Maggio 2017 09:29

Paula, potevi stare a casa senza problemi!!! se ti avessero detto qualcosa , rispondevi che andare a lavorare malata e' poco professionale nei confronti dei poveri pazienti ricoverati!!! 😊

**paula1** Mercoledì, 10 Maggio 2017 09:22

Buon giorno a tutti...qui sole dopo il diluvio universale di ieri...ho dovuto usare i mezzi pubblici perchè era davvero impraticabile usare lo scooter...ho un raffreddore colossale...oggi ero tentata di stare a casa dal lavoro, ma come si diceva proprio in questi giorni...noi siamo troppo diligenti.. certo che da me si meritano ben poco...a parte lo stipendio da fame che ho preso questo mese (con ben 3 feste) ieri la caposala mi ha trattato malissimo dicendo addirittura che sono poco professionale 😞

davvero sono allo stremo..dopo che me ne metto per ogni cosa, che conosco il reparto come casa mia e cerco sempre di lasciare tutto il lavoro fatto per agevolare i colleghi...sentirmi anche dire certe cose mi mette davvero uno sconforto indicibile... 😞😞

**cri69** Mercoledì, 10 Maggio 2017 08:36

Buongiorno a tutti, anche qui bel sole, vediamo quanto dura ...io intanto ho la testa sempre pesante 😞 .

Per quanto riguarda le barzellette ,le fanno anche sui carabinieri e le suocere e non sono meno importanti 😊😊 .

Vi auguro una splendida giornata , possibilmente senza dolore .

Besos

**mamma\_lara** Mercoledì, 10 Maggio 2017 08:09

Buongiorno a tutti.

Oggi c'è un bel sole e sono già in funzione da un paio d'ore per lavare tutto.

Dopo dovrò stirare e piuttosto che stirare farei di nuovo 8 crostate come ho fatto lunedì. Ma dovrò stirare. 😞

Me ne farò una ragione. 😊

**mamma\_lara** Martedì, 09 Maggio 2017 21:26

La fame procura il mal di pancia; l'ignoranza, purtroppo, non dà il mal di testa.  
(Pino Caruso)

**mamma\_lara** Martedì, 09 Maggio 2017 21:22

Buona notte e sogni bellissimi per tutti. State bene se potete

**mamma\_lara** Martedì, 09 Maggio 2017 21:22

Ma guai a chi molla 😊😊😊😊😊

**mamma\_lara** Martedì, 09 Maggio 2017 21:21

Carissime e carissimi, ho pensato che sarà dura raggiungere per il nostro MDT il riconoscimento che merita.

Ma ci pensate che il MDT è presente e usato in molte barzellette a mo di presa in giro. E tutte tutte ste barzellette sbeffeggiano una malattia che rovina la vita alle persone.

**mamma\_lara** Martedì, 09 Maggio 2017 15:54

## Cefalee Today n. 49 aprile 2007

Questo è un articolo bellissimo della nostra rivista. Mi è sembrato bello metterlo anche qui.

Quando ho un po' di tempo passo sempre in rassegna la nostra rivista.

Mi è sempre molto utile

### I PAZIENTI RACCONTANO

Se l'occupazione richiede sforzo fisico è difficile dissimulare la condizione dolorosa e se la fatica è mentale può essere possibile, ma a costo di aggravare la cefalea. Ne conseguono maggiori assenze e minori efficienze, dapprima con danno alla carriera e correlato emolumento, successivamente rischiando la sicurezza dell'impiego nonostante le provvidenze sociali (e persino con certificato di parziale invalidità, remota esperienza personale).

Nel rifugio domiciliare tutto bene?

Meglio certamente, ma senza rilassarsi e lamentarsi troppo. Questo mal di testa è così subdolo da colpire "sine causa" e durante l'atteso fine settimana, coinvolgendo i familiari emotivamente e fisicamente. Vi è un limite all'empatia, ricordiamoci il titolo di una grande scrittrice "Approssimato per difetto". L'amore più grande non può essere pienamente partecipe di una sofferenza altrui e del tipo mai sofferto.

Cefalea e recitazione

Quando si soffre di quel mal di testa che perseguita molte persone per anni con attacchi sovente lancinanti, quale vita è consentita?

La risposta al peggio: la difesa, anzi la resa, con il tempo scandito da parziale immobilità casalinga, schermati da luce e rumore. La penombra può essere "gradita" mentre il silenzio è "pregiato" dipendendo dalla famiglia, dal vicinato, dal traffico: una sirena lacerante ci ricorda qualcuno più sfortunato, ma non riduce la nostra sofferenza emicranica, personalizzata e variabile nel tempo.

Nei periodi relativamente accettabili si può fare di necessità virtù?

Il proprio carattere influenza il contatto con i non cefalalgici, l'espressione può oscillare da un corrucciato riserbo ad uno sfogo problematico: entrambi i comportamenti, umanamente comprensibili, hanno pregi di verità e difetti di immagine. Infatti, occorre pur vivere - sebbene lo si desideri poco durante le crisi - prima nell'ambiente di lavoro e in quello circostante, poi nell'incedere dell'età con la delicatezza del suo logorio.

Questa patologia non è fortunatamente definitiva, anzi consente spazi reattivi di vitalità che potrebbero indurre gli altri a giudizi di sottovalutazione del problema: allora esiste un problema tra "piangere in privato e ridere in pubblico"? O meglio si può tentare un atteggiamento moderatamente socializzante?

"Recitazione" potrebbe essere la risposta: recitare non vuol dire falsare, semmai oggettivare pacatamente una complicata soluzione, sconosciuta ai più, spiegando le apparenti contrarietà di una cefalea essenziale e non organica; un'alternanza di momenti visibilmente dolorosi e sprazzi di quasi

normalità, talvolta di iperattività per riprendersi parte del tempo invalidato.

Discorsivamente evitiamo parole specialistiche (nocipatia, carenza endorfinica), parliamo di una ipersensibilità sensoriale, frequentemente di origine genetica, che spesso sconfinata in dolorifica accentrandosi nel capo ed acutizzando nel corpo altri sintomi più o meno preoccupanti. Ciò comunque non assolve il cefalalgico dai mancati impegni programmati, per lavoro od altro, vanificati da crisi coincidenti che lo configurano nel tempo "poco affidabile". Ma nelle fasi sopportabili della sofferenza conviene in società dissimularla, recitando una condizione di malessere comune e passeggero: perchè chi è esente da questa malattia "misteriosa" non comprende possa diventare cronica ed irrisolvibile.

Riuscire a razionalizzare psicologicamente questo squilibrio costante richiede un dosato stoicismo, ma riduce pericoli nell'ambito lavorativo in cui i decisori, solitamente non apprezzano un supposto stato ipocondriaco...

Infine una discreta "recitazione" migliora l'umore anche in famiglia, dato che "il dolore logora anche chi non l'ha" dimostrando così un costruttivo orgoglio esistenziale!

Emilio Giuliano Bacigalupo

**mamma\_lara** Martedì, 09 Maggio 2017 15:45

Gifire, mi sono ricordata che devo dirti una cosa.

Te la scrivo in privato

**Gifire** Martedì, 09 Maggio 2017 15:23

## **nervi a fior di oelle**

Ciao a tutti sono Giuseppe 47 anni , anch'io soffro di grappolo da circa 30 anni, per chi USA imigram fiale ci risulta questo periodo più che mai , che sia introvabile? Qualcuno di voi può darmi indicazioni a chi scrivere per ricordare al min... Della salute che ci siamo anche noi?

**francesca63** Martedì, 09 Maggio 2017 14:04

Buondi a tutti.

La giornata è iniziata con MDT.

LARA un abbraccio forte ad Emma.

LILE stra felice che per alcuni giorni il MDT ti abbia lasciato in pace.....

A leggervi mi vien da pensare che saremmo anzi siamo delle attrici da Oscar. Chi a truccarsi per nascondere la sofferenza,chi non lo fa per il timore di non essere creduto.

Di vero c è che non recitiamo .Non abbiamo un copione sul MDT.

E questo è troppo.

Quindi si a convegni,seminari,conferenze.Per rispetto .A cominciare da noi stesse.

Un abbraccio a tutti.

**lile** Martedì, 09 Maggio 2017 12:39

Buongiorno a tutti!

Ho fatto un conto, e per una volta è un conto "buono"... sono 22 giorni che non prendo sintomatici!

Mia mamma continua a dirmi di non dire niente che poi mi porto sfiga da sola, ma sono così contenta che non posso non dire niente 😊

FRANCESCA purtroppo devo darti ragione, manca poco e ci convinciamo anche noi di non avere mdt. Invece ce l'abbiamo, ed è un male che non ci viene riconosciuto. Tanto è solo un po' di mal di testa, no? Cosa ne sanno di cosa significa dover rinunciare a impegni sociali e lavorativi, e di tutte le volte che non rinunciamo perchè ci diciamo da sole che "è solo mdt e ce la possiamo fare" e facciamo lo stesso tutto quello che dobbiamo fare, per poi pagarne le conseguenze, con tutti gli interessi...

NICO la tua descrizione del mdt è terribilmente accurata 😞

ANNUCCIA so bene di cosa parli... nell'ultimo anno mi sono trascurata molto e non mi sono più truccata tutti i giorni, l'ho fatto solo per uscire nel weekend. Da qualche mese mi sono imposta di farlo tutte le mattine come facevo una volta, innanzitutto perchè è una cosa che mi piace fare, e poi perchè ho bisogno di guardarmi allo specchio e non vedere (e non fare vedere) quando sto male. A marzo sono stata molto male e ho dovuto prendere il cortisone per fare passare un attacco che è

durato giorni e giorni, ho dovuto aggiungere il topamax alla mia profilassi che già comprendeva laroxyl e betabloccanti e un giorno sono dovuta stare a casa in malattia perchè avevo passato la notte in bianco per il dolore. Ecco, in quei giorni, che voi tutte sapete bene quanto possono essere stati difficili, mi sono sentita dire che non sembrava che stessi poi così male, solo perchè non ero struccata. Una coltellata m'avrebbe fatto meno male, lo dico sinceramente.

LARA, nel mio piccolo cercherò di portare al convegno anche persone che non soffrono di mdt, nella speranza che capiscano un pochino di più cosa significa convivere con questo male. Mando un abbraccio grande grande per Emma, mi dispiace che debba avere a che fare con tutto questo dolore così presto.

Buona giornata a tutte!

**mamma\_lara** Martedì, 09 Maggio 2017 12:03

State lasciando dei messaggi fantastici. GRAZIE ♥ ♥ ♥

**mamma\_lara** Martedì, 09 Maggio 2017 12:02

Annucchia, ma te lo immagini cosa siamo costretti a fare. Ma quanto ci devono per la vita che abbiamo fatto, da sempre praticamente.

Avessero gli altri la forza che abbiamo noi.

Grazie del tuo messaggio.

**mamma\_lara** Martedì, 09 Maggio 2017 11:59

E' arrivato un nuovo amico. Benvenuto Gifire

**Annucchia** Martedì, 09 Maggio 2017 11:48

Anche io vi confido una cosa che sicuramente sarà comune a tutti noi cefalalgici. Le volte che non sono andata a lavorare per il mal di testa, e chi mi conosce, sa bene, che in questi casi deve essere proprio forte, il giorno dopo di rientro al lavoro ho cercato di non truccarmi e di sembrare sciupata perché ho avuto paura che non mi credessero. Noi invece, sappiamo bene come quando finisce una crisi, in poco risorgiamo .

**Annucchia** Martedì, 09 Maggio 2017 11:46

Buongiorno a tutti!

LARA, mi dispiace tanto per Emma, la perdita del cane non ci voleva proprio ora. I primi dolori dei bambini che, con quanto amore, noi grandi vorremmo preservarli.

**mamma\_lara** Martedì, 09 Maggio 2017 11:33

Piera, Nico, avete ragione. Ieri sera Emma ha chiesto alla mamma di portarla a fare una medaglietta con i nomi di Anna e Oscar. Ha scritto: "tutto di me ama tutto di voi" In inglese.

Penso che ne dovrà passare di tempo.

Questa mattina Emma ed io abbiamo parlato di quando era piccola e quando la sua mamma si allontanava da lei mi chiedeva di sedermi vicino alla sua culla per vedere che non smettesse di respirare. Enza era terrorizzata da questa cosa. Così non la lasciava mai e io ubbidivo. Non so i giri che Enza faceva di notte per il primo anno della vita di Emma. Poi per fortuna le è passata questa paura e si è tranquillizzata un po'.

Ricordo la festa per la nascita che mi ha fatto sedere in fianco alla carrozzina e mi ha detto che non dovevo mai togliere gli occhi dalla bimba. Cosa che ho fatto. 😊

Speriamo che arrivi l'estate e possa stare un po' anche con altri amici che non abbiano in comune il dolore per la perdita di Anna, per Oscar sarà un problema, ce l'ha da quando è nata e ha giocato con lui da sempre.

**nico26** Martedì, 09 Maggio 2017 11:17

Buon martedì a tutte/i dal lavoro.

povera emma ,certo che e' un periodo che la mette alla prova ma la tenerezza è che è con la sua nonna che l'accoglie e la conforta 😊 e questo scusate è un ottima medicina dell'anima.

Il nostro mdt oltre ad essere sentito fisicamente ti penetra nell'anima e cerca di impossessarsi della tua vita ,di non farti andare avanti ,anzi di metterti fermo in stasi e di subire tutto e tutti e quindi di non reagire.

Cercherò con il vostro aiuto di lavorare ....su questa parola.....diversa prospettiva....e grazie a Voi sono sicura che passettini ne farò.

**Piera** Martedì, 09 Maggio 2017 09:57

Povera Emma e' un periodo un po' duro per lei 😞

**mamma\_lara** Martedì, 09 Maggio 2017 09:27

Buongiorno a tutti.

Ho Emma qui con me e non sta bene. E' anche molto triste. Ieri è morto il suo cane, Oscar. Le ho detto che dopo facciamo qualcosa insieme. Ora sta dormendo un po'.

**mamma\_lara** Lunedì, 08 Maggio 2017 22:35

Adesso devo proprio andare.  
Sono in ritardo con la meditazione.

**mamma\_lara** Lunedì, 08 Maggio 2017 22:31

Francesca, bello anche il tuo messaggio.  
Sai che anch'io sono andata a quel paese un sacco di volte in questi 14 anni e mezzo e sono sempre tornata indietro.  
Sai che mi trovo molto in quello che dici.  
Grazie anche a te.  
Mi accorgo che stanno saltando fuori ottimi messaggi per un ottimo lavoro.  
Grazie cara, ce la faremo vedrai e ce la faremo insieme.

Mia mamma mi ha sempre detto una frase per farmi capire quanto fosse importante non essere da soli: "se sei da solo non hai di utile neppure l'ombra, mentre se si è anche solo in due ci si può fare ombra a vicenda".

Ecco, noi ci sosteniamo a vicenda e di strada ne abbiamo fatta tanta e ne faremo ancora di più  
Grazie per il tuo messaggio

**francesca63** Lunedì, 08 Maggio 2017 21:53

Buonasera a tutti  
A volte ci inerpichiamo.scusate  
Vorrei però concludere il mio pensiero cominciato ieri.  
Primo:fra un po ci convinciamo che non soffriamo di MDT.  
Siamo le prime...  
Secondo:alcuni addetti ai lavori ci sottovalutano o comunque ci ascoltano poco e male.  
Di conseguenza,parlo per me,siamo demotivate.  
O meglio pensiamo che niente cambierà convegno o meno.  
A parte la nostra super LARA.  
Che si spende per il nostro bene.  
Però le cose non cambiamo da sole.  
Si deve provare non fosse altro per rispetto verso noistesse.  
Scusatemi. Mandatemi a quel paese...tanto torno indietro subito!!!!  
Qui dritta al forum..  
Un abbraccio e Buona notte.

**mamma\_lara** Lunedì, 08 Maggio 2017 21:35

Buona notte e sogni bellissimi per tutti. State bene se potete

**mamma\_lara** Lunedì, 08 Maggio 2017 21:26

Claudia, guarda che è una partita persa.  
Puoi fare un confronto con chi ha MDT un paio di volte all'anno con chi ha MDT 5 giorni su 6? Noi non lo facciamo, ma loro sì.  
E' inutile, neppure mi perdo a dire che ho MDT a questi qui.  
Però una bella badilina da borsetta per sbattere giù tutti i dentini a chi mi dice queste cose vorrei averla.  
Porta pazienza cara, almeno qui sei al sicuro.  
Però è facile che anche qui tu senta dire che hanno MDT anche loro, perchè questo posto è pieno di persone che hanno MDT spessissimo. Mi spiace cara ma non te ne va bene una 😄😄😄😄

**claudiadm** Lunedì, 08 Maggio 2017 21:13

Buonasera a tutte e tutti !

Io mi vergogno tantissimo perchè a volte vorrei avere una malattia più visibile, deformante così da non dovermi giustificare in continuo al lavoro, con le mamme o altre persone che continuamente mi consolano dicendo che anche loro hanno mal di testa ....non lo sopporto ! La nostra malattia è così incompresa .... Già stai male, cerchi di reagire e trovi queste persone che ti distruggono facendoti sentire così inadeguata

**mamma\_lara** Lunedì, 08 Maggio 2017 20:47

Ahh Piera, certo che ti voglio bene. Non dico lo stesso perchè trovo tu non abbia detto niente di così cattivo.

**mamma\_lara** Lunedì, 08 Maggio 2017 20:46

Ragazze, stanno uscendo pensieri che mi aiuteranno tantissimo.  
GRAZIE ♥ ♥

**mamma\_lara** Lunedì, 08 Maggio 2017 20:45

Chiedo scusa anch'io nel caso avessi offeso qualcuno

**mamma\_lara** Lunedì, 08 Maggio 2017 20:42

Piera, ma certo che ti vogliamo bene.

Ti do ragione sul fatto che quando un malato di qualsiasi altra malattia, racconta di quello che riesce a fare benché stia molto male, ecco tutti a dire ma che bravo, supera i limiti e reagisce, se lo fa un cefalalgico la prima cosa che si sente dire: si vede che non sta poi tanto male.

Penso che chiunque di noi se lo sia sentito dire.

Io non dico niente perchè sai bene che faccio il facilitatore e non posso pronunciarmi. E me la cavo dicendo che ognuno di noi fa come può e come riesce.

Non sei st@@@za cara se lo sei tu lo sono anch'io.

Però una cosina la voglio dire.

Graziella la ragazza che viene al gruppo, quando esce di casa anche solo per venire al gruppo è sempre tutta in ghingheri che sembra appena uscita da un salone di bellezza. Io che me ne intendo vedo che ci sono volte che sta malissimo, ma sono onesta con lei e con tutte le ragazze del gruppo, quindi il mio pensiero è questo: "guarda quanto è brava graziella, sta malissimo e riesce a non trascurare il suo aspetto"

Ecco Piera, per me Graziella è brava, ma sai perchè penso questo? Il primo motivo è perchè so la fatica che si fa per reagire quando l'unica cosa che vorresti fare è spaccare la faccia a tutti o chiuderti in una stanza al buio (la prima è la reazione di quando ho la cefalea a grappolo, l'altra è la reazione di quando ho l'emicrania). L'altro motivo invece è perchè sono onesta con me stessa e dando valore alla forza che hanno gli altri do valore anche alla mia.

**cri69** Lunedì, 08 Maggio 2017 20:31

PIERA io non ti considero una stronza , qui allora lo siamo tutti, perchè tutti almeno una volta abbiamo pensato quello che hai detto o abbiamo agito come tu hai descritto, che forse , è peggio.Ma già abbiamo fatto un passettino avanti nella consapevolezza ed uno nell'accettazione, non credo sia cosa da poco. Certo la strada è lunga ed impervia ma la condivisione ci sta aiutando e ....non poco.

Ovviamente non intendevo offendere nessuno.. 😊

**Piera** Lunedì, 08 Maggio 2017 18:58

Anch'io non mi sento in colpa, ma ho delle colpe, forse vi sembrerà' la stessa cosa....ma per me non lo e' anche se il confine e' sottile!!!! Non sono una brava paladina della nostra malattia, mi danno fastidio un sacco di cose di me stessa e quello che e' piu' grave anche degli altri.....non so se ci avete mai fatto caso, ma quando un malato di una qualsiasi altra malattia, racconta di quello che riesce a fare benché sofferente, ecco tutti a dire ma che bravo!!!, supera i limiti e reagisce!!!, se lo fa un cefalalgico la prima cosa che si sente dire: si vede che non sta poi tanto male!!!! siccome io ho sempre fatto tutto nonostante il mdm mi girano subito e tanto !!! 😊 e poi non sopporto tutte quelle lamentele sul chi sta peggio e chi si sente di essere il piu' malato di tutti!!!! e misura il suo dolore sul fatto che prende piu' farmaci di un altro....., vabbe' ora che mi sono confessata, spero mi perdonerete e che mi vogliate bene nonostante sia proprio una stronza!!! 😊 😊

**mamma\_lara** Lunedì, 08 Maggio 2017 17:25

Nico, ecco, anche tu ne hai detta una bella, siamo noi le prime a sottovalutare il nostro star male. Anche Piera dice che non ne parla mai.

Ma penso che dovremmo riuscire a trovare il giusto equilibrio. parola che mi ricorda Annuccia in un suo bellissimo commento.

Ecco, dovremmo riuscire a trovare il giusto equilibrio che sta nel non sottovalutare la nostra sofferenza, ma neppure dare a lei la possibilità di impossessarsi della nostra vita.

Ecco, questo è ben difficile però con quello che leggiamo in giro.

**mamma\_lara** Lunedì, 08 Maggio 2017 17:20

Sissi, mi spiace carissima che abbiano sottovalutato il tuo MDT, pensa che in ospedale per i miei due interventi di protesi erano attentissimi al mio MDT.

Già alla prima visita con l'ortopedico mi ha detto subito che avrebbero dovuto farmi l'anestesia totale proprio per il mio MDT. Poi la prima cosa che chiedevano dopo l'intervento era se avessi MDT.

Quando ho suonato per l'attacco di grappolo mi hanno portato il ghiaccio in un attimo.

Anche la ginecologa la prima volta che mi ha visitato mi ha detto che mi avrebbe fatto un piccola anestesia per l'isteroscopia operativa, poi va beh che io non ho voluto niente, ma lei è stata attentissima al fatto che avevo MDT.

Diciamo che negli ultimi anni ho trovato più comprensione che in quelli passati da un po', ma so che la strada è ancora lunga da fare.

Poi che la considerino importante hai ragione. Ma qui ci sarebbero interi trattati da scrivere.

Ma come ha detto Cri come si può pensare possa essere diverso, fino a che trovi qualcuno che ti

scrive che basta annusare una mela e ti passa l'emicrania. 🤢

**nico26** Lunedì, 08 Maggio 2017 13:40

Buon lunedì a tutte/i dal lavoro.

io come Annuccia non mi sento per nulla in colpa ma penso anche come dice qualcuna di voi che oltre a quello scritto ieri ci sia anche un sottovalutazione forse del nostro dolore partendo da noi .Mi rendo conto personalmente che talvolta non gli do il giusto peso ....mi autopunisco sul fatto di non farmi valere per il dolore che sopporto....di tenere dentro tutta la sofferenza. e la sottovaluto.

Il nostro forum per me personalmente è la mia ancora di rinascita interiore.

**Sissi** Lunedì, 08 Maggio 2017 13:13

Buon lunedì a tutti, con l'augurio di stare bene.

**Sissi** Lunedì, 08 Maggio 2017 13:13

Ciao a tutti. Credo che la scarsa partecipazione ai convegni sul mdt sia dovuta alla sottovalutazione generale della malattia, che anzi, tanti non considerano neanche tale. A me è capitato che persino durante visite da medici specialisti di altra patologia al mio dire: "soffro di emicrania" ciò sia stato ignorato o comunque non considerato importante. Ho avuto comprensione e non sottovalutazione dell'emicrania e della cefalea da medici che ne soffrono, da specialisti in neurologia e da alcuni medici molto preparati e non limitati alla loro specializzazione.

**mamma\_lara** Lunedì, 08 Maggio 2017 12:21

Scusate se sono spicciativa, ma ho Emma che son dovuta andare a prenderla a scuola perchè non sta bene

**mamma\_lara** Lunedì, 08 Maggio 2017 12:20

Poi raccolgo bene le idee, però devo pur dirlo che ad un convegno organizzato nonostante le poche risorse se non ci foste voi che attraversate anche tutta Italia pur di esserci, di Ferrara non avevo una sola presenza.

Questo cosa significa.

Poi siccome ne ho fatti abbastanza di Convegni in giro per l'Italia e più o meno mi sono trovata sempre con una decina o poco più di persone.

Per chi stiamo lavorando.

O stiamo tutti talmente male che non abbiamo neppure la forza di farci sentire o cosa.

Ma siccome non voglio fare polemica inutile vorrà dire che faccio e facciamo come abbiamo sempre fatto, quello che possiamo.

Però poi faremo bene a chiederci perchè nessuno ci da retta.

Scusatemi

Annuccia, mica ce l'avevo con te cara.

E neppure con tutte voi  
Vi voglio troppo bene. ♥

**mamma\_lara** Lunedì, 08 Maggio 2017 12:14

Annuccia, sono felice per la comunione di Alessia.

Mi spiace se nel mio messaggio ho dato anche solo l'idea che qualcuno si dovesse sentire in colpa, se così fosse chiedo scusa.

La mia era solo una domanda per sapere bene cosa dire quando sarò davanti a chi le cose bisogna

cantargliele tutte 🙄

**mamma\_lara** Lunedì, 08 Maggio 2017 12:12

E' arrivata una nuova amica.  
Benvenuta claudiadm

**Annuccia** Lunedì, 08 Maggio 2017 11:43

Il discorso Forum è un discorso a parte . Il bene che ci unisce ormai è solido e senza limiti.

**Annuccia** Lunedì, 08 Maggio 2017 11:43

Mi dispiace dirvelo .... ma io non mi sento proprio in colpa nei confronti di nessuno..... soffro da una vita di questo dolore e mi sembra già abbastanza .

**Annuccia** Lunedì, 08 Maggio 2017 11:40

Buongiorno a tutti!

cominciamo la settimana .... ieri la comunione di Alessia è andata bene, lei poverina con la febbre e tachipirine a go-go, ma ce l'ha fatta lo stesso a godersi i festeggiamenti religiosi e non .

La messa è stata una messa giovane con canti moderni e molta partecipazione da parte di tutti. Ho fatto anche i complimenti al parroco.... lui ha capito come far avvicinare i giovani alla chiesa.

**Piera** Lunedì, 08 Maggio 2017 10:42

scusatemi tanto va' !!!! Lara pero' ci sono !!! 😊

**Piera** Lunedì, 08 Maggio 2017 10:41

Personalmente ho delle grandi colpe!!! non mi piace esternare il mio stare male, parlare del mio dolore emicranico e specialmente sentirmi una persona malata, io mi dimentico di questa malattia e faccio uno sforzo mentale enorme per ricordarmi di dirlo anche in occasione di visite mediche.....rifiuto persino le cure di profilassi che mi rammenterebbero ogni giorno quel tipo di malattia!!!!

**Piera** Lunedì, 08 Maggio 2017 10:33

per quanto riguarda i convegni "poveri" di partecipazione, io penso che molto sia da imputare al fatto che il mdt E' ed e' stato per moltissimo tempo una scusa banale per moltissime persone.....mi ricordo che una ragazza del forum diceva che piuttosto di dire che non poteva uscire a causa del mdt, diceva che aveva da stirare 😊 , il fatto poi che colpisca prevalentemente delle donne gioca a sfavore: noi donne siamo abituate a soffrire quasi in silenzio, ricordo sempre mia nonna emicranica che passava i suoi attacchi con una fascia intorno alla testa chiusa in camera per non disturbare nessuno.....va la' che se a soffrire fossero in maggioranza uomini le cose sarebbero diverse!!!! poi ci sarebbero altre cose da dire.....ma meglio tacere 😞

**cri69** Lunedì, 08 Maggio 2017 10:11

Buongiorno a tutti, buon inizio settimana.

CRILLO non scusarti, anche loro fanno parte della ns vita ed anche per loro bisogna elaborare il lutto.

Anch'io ho tutti i miei cani sepolti dietro casa anche se non si potrebbe...

LARA mi piace un sacco il tema di quest'anno .

Per il quesito che ci hai posto mahhh che dire ???Secondo me il disinteresse che c'è è dovuto alla totale ignoranza che vige nella popolazione. Quando si tenta di parlare con qualcuno ,cercando di spiegare..sembrano tutti sapientini e non accettano un misero consiglio.Sottovalutano il problema.Sono d'accordo con chi ha detto che dietro ci sono interessi più grandi di noi.Di certo non aiuta nemmeno la pubblicità che mi fa raddrizzare i capelli ogni volta...ti passa il mdt in 5 minuti o annusa metà mela 😞 . Non so 😞

**paula1** Lunedì, 08 Maggio 2017 10:06

CRILLO hai fatto bene a scrivere...sai che qui hai tutta la nostra comprensione e affetto... noi abbiamo perso Paddy 3 anni e mezzo fa e io ci penso tutti i giorni e a volte mi manca il respiro che devo concentrarmi e pensare a cose belle se no sto proprio male....lo so che è retorica, ma gli animali sono davvero migliori degli uomini...

**paula1** Lunedì, 08 Maggio 2017 10:04

Buon giorno a tutti...qui sole e nuvole...spero di non prendere la pioggia anche se sta iniziando 😞  
...ieri abbiamo fatto poco perchè Fausto ha ancora la tosse e oggi voleva andare al lavoro...in paese oltre al mercato (poco perchè pioveva) c'era la mostra dei cani (pochi anche loro) e abbiamo assistito ad una ricerca di "persona sotto le macerie" con la Croce Rossa...poi tornando indietro c'era il banchetto di raccolta firme per far riconoscere la fibromialgia.....mi sono iscritta alla pagina facebook perchè il 12 maggio c'è un convegno nazionale per la giornata mondiale della fibromialgia....  
io sarò di riposo e ora vedo se andarci...alcuni interventi sembrano interessanti e magari mi chiarisco anche un po' le idee, perchè ho molti dubbi su queste diagnosi che mi sembrano così affrettate.... 😞

**mamma\_lara** Lunedì, 08 Maggio 2017 09:49

Buongiorno a tutti.

Crilo, come mi spiace carissima.

Immagino il tuo dolore e hai ragione, un animale che vive con noi da tanti anni ormai fa parte della famiglia.

Mi spiace cara. Ti voglio bene ♥

**crilo** Lunedì, 08 Maggio 2017 00:12

## Tristezza

Buonasera a tutti. È da tanto che non scrivo, ma non mi sono affatto scordata di voi, anzi..... è proprio nei momenti di sofferenza come questo che vi sento particolarmente vicini!

Stamattina, senza alcun preavviso ho trovato la mia cagnolina priva di vita. Stava con noi da quasi 11 anni ed era diventata una della famiglia. È stato davvero uno shock e tutta la fami9ha versato un fiume di lacrime. Le ragazze erano distrutte e ho faticato a tenere le redini della situazione.

Abbiamo deciso di seppellirà in giardino per pensare di poterla avere x sempre accanto.

Che cagnolina meravigliosa è stata la mia Milù: non ha mai disturbato da viva ed è stata discreta anche nel momento del trapasso.

Scusate se vi ho coinvolti in questa storia triste e molto personale, ma avevo bisogno di condividere il tutto con qualcuno.

Buonanotte. 😞

**mamma\_lara** Domenica, 07 Maggio 2017 21:33

Ho Emma e devo andare.

**mamma\_lara** Domenica, 07 Maggio 2017 21:31

E' arrivata una nuova amica. Benvenuta Mia.

**mamma\_lara** Domenica, 07 Maggio 2017 20:41

Buona notte e sogni bellissimi per tutti. State bene se potete

**mamma\_lara** Domenica, 07 Maggio 2017 20:11

Alle volte arrivano notizie che ti cambiano la giornata ♥ ♥ ♥ ♥ ♥

**mamma\_lara** Domenica, 07 Maggio 2017 18:54

Nel caso qualcuna di noi volesse scrivere qualcosa per il convegno ho messo sotto le parole che potete scegliere. E' ovvio che ne potete scegliere più di una, poi le pubblicheremo qui [Parole che aiutano](#)

**mamma\_lara** Domenica, 07 Maggio 2017 18:50

#### Parole 2014

- Equilibrio
- Limite
- Perfezione
- Precisione
- Cura
- Rimuginare
- Controllo
- Ansia
- Commiserazione
- Tristezza
- Malinconia
- Giudizio
- Permalosità
- Clemenza
- Risorse
- Amare
- Sorriso
- Ascolto
- Sconfiggere e non coltivare le “intenzionalità negative” cercando una via d'uscita
- Punto di vista
- Attaccamento
- Senso del dovere
- Comprendere

#### Parole 2015

- Affidarsi
- Trasformazione (Maya)
- Ira
- Adattamento
- Paura (Cris)
- Compassione (Feffe)
- Leggerezza (Rossana)
- Lasciar andare (Nico)
- Consapevolezza (Simona)
- Entusiasmo (lara)

#### Parole 2016

- Gratitudine

#### Parole 2017

- Responsabilità
- Capacitarsi, convincersi, rendersi conto, prendere atto.

**mamma\_lara** Domenica, 07 Maggio 2017 18:43

Francesca, ognuna di noi potrebbe scrivere un libro con le frasi che si è sentita dire sul MDT.

Quella della setta però è bellissima, non avrei mai creduto arrivassero a tanto. 😄😄😄😄

Pensa te, noi siamo in uno dei Siti online più seri del mondo e ci sentiamo dire questo.

Tu non lo puoi sapere, ma abbiamo introdotto la richiesta di attivazione costretti dal fatto che non potevamo lasciare scrivessero in questo spazio persone senza scrupoli. allora si che ne leggevi di cose orribili. ma da quel momento in poi non c'è più stato nessuno che abbia potuto scrivere cavolate. E

nel caso si scrivesse qualcuno per scrivere cavolate, passo io e faccio pulizia.  
Qui ognuno di noi può scrivere la propria sofferenza e nessuno da mai giudizi.  
Poi cara, se il Prof. Querzani ti ha indicato il forum sa bene di cosa si tratta.

Comunque grazie per aver detto questa cosa, mi hai messo di buon umore 😊😊

Poi è anche vero che ce ne siamo sentite dire di ogni e quando è un medico a dirti certe cose ci si rimane molto male, alle volte ci portiamo queste frasi nelle orecchie per una intera vita.  
Grazie anche a te cara, il forum sei anche tu.

**francesca63** Domenica, 07 Maggio 2017 14:19

Buongiorno e buona Domenica a tutti.  
Ennesima perturbazione e altro MDT.

LARA non meriti alcuna punizione. Anzi!!!! Ti esprimo la mia opinione che come tale è opinabile.

Comunque dobbiamo assumerci le nostre responsabilità di fronte alle sale vuote.

E pur vero che la colpa non vuole pigliarla nessuno ma dobbiamo essere seri. E sinceri.

C'è però anche molta ignoranza che serpeggia. Qualcuno ad esempio mi aveva messo sull'attenti di fronte alla adesione a questo forum. Nel senso che avrebbe potuto essere una sorta di setta ove la testa viene in dottrina ta! !!!

Pensate un po'.

Se poi uno ha mal di testa che vuoi che sia. Siamo donne e la colpa è degli ormoni. (Questo è quello che mi disse qualche professionista). E pur vero ma rimane una idiozia. Che poi il MDT cronicizzi ci credono in pochi.

I medici poi dell'Inps sono a se. Nel senso che qualcuno mi disse che il mio dolore mica si può misurare diversamente dalla glicemia o dalla pressione....e quindi me lo devo tenere.

L'educazione sanitaria dovrebbe essere non un'opzione ma un obbligo a scuola. Fin dalle primarie o come diavolo si chiamano.

Ognuno di noi .a cominciare da ME deve fare la sua parte. Senza mandare avanti gli altri.

Però bisogna sapere dove agire. E sapere è potere.

LARA grazie mille.....e di più.

Grazie a tutti voi.

**mamma\_lara** Domenica, 07 Maggio 2017 11:57

Francesca, non mollo cara, tranquilla.♥

**mamma\_lara** Domenica, 07 Maggio 2017 11:54

Isa, immaginati se non ci credo che vorresti farti in cento, penso che ognuna di noi lo farebbe.

Ma sono io che ringrazio te, tutte le ragazze con le loro famiglie che attraversano l'Italia per stare insieme.

Sappi che non sarò mai in grado di ringraziarvi tutti come si deve.

La mia grappolo penso si stia spegnendo ancora una volta, anche se stavolta è stato più difficile, il secondo intervento è ritornata e forse sarà stato il periodo ma ha fatto più fatica ad andarsene. Però ora sono rimaste solo le shadows e ora anche quelle sento che si stanno spegnendo.

Direi che potrei farci la firma da qui fino in Sicilia.

Io ho gli acufeni ma come dici tu non vanno via, li ho da un tempo memorabile ormai e non ricordo.

Ormai non ho più la documentazione perchè stava in una cartellina che mi hanno rubato quando ho fatto il trasloco. Questa cartellina che conteneva tutte le mie diagnosi era insieme al materiale che mi serviva per il computer. Un danno abbastanza importante perchè conteneva tutti i modem e anche altri cavi per tutti i collegamenti. Ma il danno più grave sono state le mie diagnosi, ne ho salvate alcune perchè lo specialista me l'aveva mandata per mail. Il resto tutto sparito.

Ho chiesto, ma in quei giorni avevo di tutto per casa e vai a capire chi mi ha fatto sparire lo scatolone

Leggo che sei sempre in lotta con il lato b, non sai quanto ringrazio per non avere problemi di quel tipo.

Non saprei cosa scegliere.  
La pizza con le colleghe è un bel momento

**mamma\_lara** Domenica, 07 Maggio 2017 11:39

Ma torniamo al sereno.

Titolo del Convegno

**MAL DI TESTA.**  
**La Vita Possibile**

**Ferrara 22 - 23 settembre**

**mamma\_lara** Domenica, 07 Maggio 2017 11:37

Poi mi lamento  
Qui mi sa che scatta la squalifica.

ma si sa che chi ci ha offerto tutto questo e che continua ad impegnare il proprio tempo e risorse di ogni tipo per noi 4 disperati di colpe non ne hanno. Anzi, si meriterebbero molto ma molto di più.♥

**mamma\_lara** Domenica, 07 Maggio 2017 11:35

Carissime e carissimi, anche alcuni medici non sono così innocenti.

**mamma\_lara** Domenica, 07 Maggio 2017 11:33

Però siate clementi 😊

**mamma\_lara** Domenica, 07 Maggio 2017 11:33

Dopo queste parole non so cosa dovrò fare per farmi perdonare.  
Facciamo che vedrò come fare. Si accettano idee 😊😊😊😊

**mamma\_lara** Domenica, 07 Maggio 2017 11:32

Ecco la predica della domenica, come il prete che se la prende con i presenti in chiesa io me la prendo con voi. 😊😊😊

Carissimi, e carissime dovete credermi che è solo un quesito che vi pongo e anche un modo per dare le "colpe" a chi le ha veramente.  
Stiamo poi sempre così male per fare le cose o siamo come quella signora che non è venuta al convegno a Ferrara perchè quel sabato doveva andare al mare.

(questo è un bel sassone eh, ma non è per voi ♥)

Ok che il politico ha le sue latitanze, ma "noi" mica siamo così innocenti.

**mamma\_lara** Domenica, 07 Maggio 2017 11:24

Ogni volta che un politico mi chiede: quante persone rappresenta, io rispondo 8 milioni di italiano.  
Ora mi chiedo, oltre a voi chi c'è  
A Ferrara ci sono Lile, Cri, Graziella, Idilia, Elisa e un altro paio di persone, e il resto dove è?

Vedete che se il politico vedesse migliaia di firme e sale straripanti sarebbe anche di altro avviso.

Mi spiace, ma questa mattina va così. 😊😊😊😊

**mamma\_lara** Domenica, 07 Maggio 2017 11:20

In fondo alla pagina sulla destra c'è il numero delle firme.

Ora non è che sto lamentandomi, mi chiedo e chiedo a voi cosa possiamo fare per far partecipare alle iniziative alle quali stiamo lavorando più persone possibili.  
E' un parere che vi chiedo, non è un giudizio.

**mamma\_lara** Domenica, 07 Maggio 2017 11:18

Mi sa anche che un politico di fronte al fatto che ai nostri convegni non c'è mai nessuno potrebbe essere un indicatore.

Avete presente alle petizioni in quanti firmano. Andate a vedere questa.

[Petizione](#)

Ed è stata pubblicata su tutti i nostri social sul sito e io l'ho mandata a 1600 persone.

**mamma\_lara** Domenica, 07 Maggio 2017 11:12

Buongiorno a tutti.

Ci sta che ci siano interessi politici che neppure mai scopriremo fino a che punto. Ma mi spiegate perchè ieri la sala era piena di persone che neppure ci stavano più e i nostri convegni se non ci foste voi non avremmo nessuno che vi partecipa?

Io sto preparando la mia risposta, a voi la parola.

#### Domanda

Come mai ieri la sala era piena di persone interessate che soffrivano di fibromialgia mentre ai convegni che parlano di MDT se non ci foste voi sarebbero con una o due persone?

Ho girato mezza Italia e so bene di cosa parlo.

E' questo il quesito.

Piccola rettifica:

Ad Acerra la sala era piena. Ma solo lì.

**nico26** Domenica, 07 Maggio 2017 08:42

Buona domenica dal lavoro a tutti/e

Lara quanto hai ragione e purtroppo sono convinta che dietro ci siano interessi politici, economici che fanno schifo ...e chi ci rimette siamo solo noi che soffriamo ogni giorno.

**cri69** Domenica, 07 Maggio 2017 06:48

Buongiorno , buona domenica.

Ne abbiamo davvero per tutti i gusti qui , vi auguro una giornata senza dolore.

Besos

**Piera** Sabato, 06 Maggio 2017 22:40

Paula anch'io sapevo che il lyrica bisogna smetterla gradatamente.....certo che sei una vera specialista del fai da te 😄😄 :

**Piera** Sabato, 06 Maggio 2017 22:37

Annuccia mi dispiace tanto per alessia spero che ce la faccia domani.....intanto le mando i miei auguri

**francesca63** Sabato, 06 Maggio 2017 21:09

Buonasera a tutti.

LARA concordo in pieno !!!!!

Ho tanti pensieri che alla fine mi fan venire il MDT.

Ma perdonami se ti dico:Non mollare

Chissà sono troppo egoista.

Certo a volte l' amarezza prevale.

Un abbraccio maxi a tutte voi.

**paula1** Sabato, 06 Maggio 2017 20:55

Buona sera a tutti...qui diluvio universale...oggi ho fatto appena in tempo d arrivare a casa...per fortuna domani sono di riposo..., ma non faremo niente...Fausto è malatissimo 🙄😄😄😄😄 ha la tosse...mamma mia 'sti uomini...

sono stata un po' sul letto oggi pomeriggio e la testa fa i capricci... 🙄

FRANCESCA-ISA è vero certi tipi di farmaci bisognerebbe scolarli, ma io ero un po' arrabbiata dal fatto che non facesse l'effetto desiderato, inoltre ho preso del peso.....poi sto prendendo anche il Gladio e non volevo caricare troppo...ora vedo nei prossimi giorni come sto...

certo MAMMA LARA che un convegno sulla fibromialgia ha più partecipanti...ora appena i medici non

capiscono cosa ha il paziente e non vogliono mettersene troppo, visti anche i tempi e metodi delle visite, ti dicono che potresti avere la fibromialgia e quindi i malati stanno triplicando.....scusa la nota polemica, ma sono davvero avvilita e arrabbiata per questi "nuovi metodi" che mi sembrano anche a grande beneficio dell'industria farmaceutica e derivati vari..... 😞

**Isa** Sabato, 06 Maggio 2017 20:44

Annuccia un bacino anche a tua nipote. Speriamo stia bene domani!

**Isa** Sabato, 06 Maggio 2017 20:42

Paula concordo con quanto ti ha scritto Francesca: fai attenzione a sospendere il Lyrica. Io pensavo bastasse scarlo una settimana, me tapina!!! ho avuto grossi problemi per quell'errore. Ci vuole almeno un mese, anche più. Cris speriamo che il tuo attacco sia finito, un bacino a Chiara.

**Isa** Sabato, 06 Maggio 2017 20:39

Nico, forza tieni duro..... ha ragione Cri adesso sai che hanno bisogno di te!

**Isa** Sabato, 06 Maggio 2017 20:38

Cara Lara capisco il tuo sconforto per la partecipazione al convegno..... se fosse possibile io mi moltiplicherei per 100 perchè tu potessi vedere più gente al convegno del MDT!!! Sappi però che tutte noi ti sosteniamo, lo so che siamo poche, ma faremo il possibile.... ti vogliamo tanto bene perchè tu hai pochi momenti di delusione poi riprendi forza, per me tu sei un mito! spero tanto che i tuoi dolori alle gambe se ne vadano e tu possa sgambettare a pieno ritmo! scusa se te lo chiedo, forse lo hai scritto, la grappolo ti fa ancora visita la notte?

**Isa** Sabato, 06 Maggio 2017 20:31

Annuccia mi dispiace tanto per il furto della macchina!!!! ma porcaccia di una miseria è proprio un mondo di ladri!!!! spero tanto che risolvi presto.....

**Isa** Sabato, 06 Maggio 2017 20:29

buonasera. Sono stata senza internet per diversi giorni, devo ancora recuperare alcune pagine di messaggi. Feffe volevo risponderti: evidentemente quel disturbo all'orecchio non era acufene perchè quelli non vanno via con niente purtroppo. Mi è sembrato però tanto strano che se ne andasse con fitte di MDT! Ho l'impegnativa per visita dall'otorino ma a questo punto non so se andarci... dopo la crisi di MDT di una settimana tanto per cambiare 2 gg di MDC e da stamattina alle 6 di nuovo mdt!! unica mia colpa essere andata ieri sera a mangiare la pizza con le mie colleghe che mi mancano tanto..... ritirata alle 11.30!!!

**mamma\_lara** Sabato, 06 Maggio 2017 20:27

Buona notte e sogni bellissimi per tutti. State bene se potete

**mamma\_lara** Sabato, 06 Maggio 2017 19:22

Vado a fare la pappona 😊

**mamma\_lara** Sabato, 06 Maggio 2017 19:21

Annuccia, mi spiace tanti per Alessia.

Povera piccola, con la stagione che c'è per forza uno si ammala

**Annuccia** Sabato, 06 Maggio 2017 19:04

Lara, capisco la tua rabbia ....

**Annuccia** Sabato, 06 Maggio 2017 18:57

Ciao a tutti! Sono un po' fi corrsa dpmani comunione di alessia, mia nipote, ha la febbre e spero tanto che domani ce la faccia. Grazie delle parole rivoltemi.

**mamma\_lara** Sabato, 06 Maggio 2017 15:02

Perdonatemi va ♥

**mamma\_lara** Sabato, 06 Maggio 2017 15:01

Sono tornata, un successone, la gente in piedi per la ressa che c'era.

Bene, poi vi dirò come la penso io riguardo al fatto che non partecipiamo ai convegni.

Ovviamente mi sento come il prete che fa la predica lamentandosi con i presenti del fatto che nessuno va in chiesa, così sono sempre i presenti che ci prendono di mezzo. 😊😊😊😊

**mamma\_lara** Sabato, 06 Maggio 2017 10:05  
lo smetto di andare a votare

**mamma\_lara** Sabato, 06 Maggio 2017 10:04  
Non so se riuscirò a stare qui. Ma non so se è il caso che io continui a lottare.  
È una battaglia persa in partenza e forse hanno ragione loro.  
Noi non stiamo poi tanto male visto anche la partecipazione

**mamma\_lara** Sabato, 06 Maggio 2017 10:02  
Sto soffrendo, sento politici che fanno promesse che a noi non hanno mai fatto

**mamma\_lara** Sabato, 06 Maggio 2017 09:36  
Continuano ad arrivare persone, non ci stiamo più

**mamma\_lara** Sabato, 06 Maggio 2017 09:27  
Convegno per fibromialgia sala piena.  
Convegno per il MDT sala sempre vuota se non ci foste voi del forum o le ragazze del gruppo 😞  
Poi ci chiediamo perché non ci ascoltano.  
Abbiamo ben da urlare se siamo solo noi a farlo

**mamma\_lara** Sabato, 06 Maggio 2017 08:44  
Buongiorno a tutti  
Scappo ad un convegno sulla fibromialgia

**cri69** Sabato, 06 Maggio 2017 07:48  
NICO ho letto solo ora 😞. Certo è che se sei arrivata a questo punto sei davvero alla frutta. ..come ti capisco. Forse però ora hai tu il coltello dalla parte del manico , ti hanno fatto capire che x loro sei indispensabile ...bene metti altri paletti...Forza , Forza , forza

**cri69** Sabato, 06 Maggio 2017 07:43  
Buongiorno a tutti stamattina un gran sonno ed un gran male alle gambine. Avanti pure. ..

**nico26** Sabato, 06 Maggio 2017 07:34  
Buon sabato a tutti e tutte sotto un attacco non forte di mal di testa sinistra di quelli pulsanti che mi prendono pure l'occhio punto cerco di non dargli peso però sbuffo.... 😞 . Annuncia non ho parole in questo mondo veramente stiamo andando alla deriva..... CRI spero che a quest'ora ti sia passato l'attacco e ti possa riposare. Ieri per me è stata una giornata durissima avevo presentato le dimissioni perché andare avanti in una situazione di ipocrisia e falsità lo so che non sarebbe il momento nel mondo del lavoro ma io non ci riesco..... non riesco a essere falsa e doppia.....Mi hanno convocato è sempre in maniera falsa ipocrita girando intorno alle loro bugie mi hanno detto che non li accettano che io sono brava che sono qua che sono la..... e confrontandomi con mio marito mi ha detto di portare pazienza di fare il mio interesse è quel famoso detto buon viso ..... non so se ci riuscirò ma guardiamo giorno per giorno e poi vedremo.

**Cris83** Sabato, 06 Maggio 2017 01:14  
Ciao a tutti.  
Oggi attaccone di quelli pesi pesi. Menomale c'era mia mamma. Non ero proprio in grado di stare in piedi e di tenere gli occhi aperti. Ora va meglio.. dopo tachicaf.  
Sto aspettando di vedere se chiara dorme. Se mi butto giù e mi addormento poi mi fa più fatica se si sveglia. È un po' inquieta forse dentini.  
Se non dorme la infilo nel lettone e via.

ANNUCCIA non ho parole.. mi dispiace per la macchina 😞

notte e sogni d'oro

**mamma\_lara** Venerdì, 05 Maggio 2017 23:17  
Buona notte e sogni bellissimi per tutti. State bene se potete

**mamma\_lara** Venerdì, 05 Maggio 2017 23:15

Ho avuto a cena Enzo.

Mi ha sistemato il tablet così sono a posto e posso lavorare anche con quello.

**francesca63** Venerdì, 05 Maggio 2017 21:32

Buonasera a tutti.

ANNUCCIA non ho parole per l'accaduto.....

Mi spiace anche per la tua mialgia

Un abbraccio fortissimo.

PAULA1 di norma scusa ancora se mi impiccio il Lyrica dovrebbe essere sospeso gradualmente secondo alcuni specialisti. Di rimbalzo il dolore ritorna alla grande.

Però anche nel circuito medico mica la pensano tutti la pensano allo stesso modo!!!!!!

Spero che tutto si affievolisca. ..

E che il tuo lavoro ti dia un podi respiro. ..

Un abbraccio fortissimo.

E naturalmente l'abbraccio fortissimo lo estendo a tutte voi carissime .

Buonanotte!!!!

**mamma\_lara** Venerdì, 05 Maggio 2017 16:04

Ehh cara Cri, lo so bene. 😞😞😞😞

**cri69** Venerdì, 05 Maggio 2017 15:40

LARA non dirlo a Gabriele che hai un'età , lui non è d'accordo 😊

**mamma\_lara** Venerdì, 05 Maggio 2017 15:30

Volevo dire un'altra cosa ma ormai ho un'età 😄😄😄

**cri69** Venerdì, 05 Maggio 2017 15:28

LARA le tue non erano posizioni del kong fu 😄😄

**mamma\_lara** Venerdì, 05 Maggio 2017 15:24

Annuccia, i miei dolori ci sono da tanto e ormai ci convivo da tanti anni, spero sempre non se ne aggiungano. Però almeno adesso mi alzo in piedi senza dover fare tutte le posizioni del kung fu

**mamma\_lara** Venerdì, 05 Maggio 2017 15:21

Annuccia, ma non ci posso credere.

Però ne avete sempre una da risolvere.

Mi spiace carissima.

Spero la ritrovino senza troppi danni.

**cri69** Venerdì, 05 Maggio 2017 15:10

Buon pomeriggio, ho parlato con Cristian , il gestore delle Giostre , mi ha detto che la settimana del convegno non ha ancora prenotazioni, quindi se volete telefonare e sentire ....

**Annuccia** Venerdì, 05 Maggio 2017 13:15

LARA, mi dispiace per i tuoi dolori, e non puoi capire quanto ti capisca. Anche io, come Paula e Sissi, vi penso e cerco di andare avanti. Stamani mi sono presa un antinfiammatorio abbastanza forte per non sopportare un'altra giornata di dolore, non mi ha fatto neanche gran che....

**Annuccia** Venerdì, 05 Maggio 2017 13:14

Buongiorno a tutti!

Oggi altra disavventura. Roberto alle 6 è uscito per andare al lavoro ed è risalito a casa dicendo che gli avevano rubato la macchina. Credetemi non si vive proprio più.....

**mamma\_lara** Venerdì, 05 Maggio 2017 12:07

[Ecco perchè respirare bene aiuta a stare calmi e a sentire meno dolore](#)

**mamma\_lara** Venerdì, 05 Maggio 2017 10:19

Sissi, che bello il tuo messaggio. Grazie cara ♥

**mamma\_lara** Venerdì, 05 Maggio 2017 10:19

Nico, noi siamo qui e intanto oggi hai scritto qualcosa di più 😊

**mamma\_lara** Venerdì, 05 Maggio 2017 10:16

Paula, aspetta e vedi come vanno i prossimi giorni, poi magari parlane alla dottoressa e vedi se è il caso di ricominciare a prendere il liryca.

Io non so che tempo farà, ma devo lavare un bel po' di cose, però aspetto che si sistemi un po' la stagione.

**mamma\_lara** Venerdì, 05 Maggio 2017 10:13

Cris, io congelo il brodo anche se lo devo consumare il giorno dopo.

Non so ma non mi fido e sto sempre dalla parte della sicurezza. Alle volte sembra anche a me di essere esagerata, ma non riesco a fare diversamente.

Ma con il mangiare sono sempre stata così.

Poi ognuno fa come crede sia chiaro. Ma non conoscendo la reazione degli alimenti in alcune condizioni io non mi fido

**paula1** Venerdì, 05 Maggio 2017 10:06

Buon giorno a tutti...qui sole e nuvole, ma non dovrebbe piovere...oggi lavoro pomeriggio con la solita baraonda e siccome siamo appena tornati dalle ferie forzate sono già a chiederci se possiamo programmare quelle estive 😞😞😞😞

stanotte ho avuto parecchi dolori e non so se è una idea, ma non vorrei che alla fine le pastiglie di Lyrca facessero poi un po' bene... 😞

Fausto sta tornando a casa dal lavoro perchè ha tosse, raffreddore già da ieri, ma non riesce a lavorare...forse ha un po' di febbre...certo questo tempo non aiuta...noi la sera accendiamo ancora il riscaldamento...

in ospedale va ancora a pieno regime... 😞

stanotte pensavo alle parole di ANNUCCIA...io però preferisco i dolori muscolari all'emicrania... 😊 la testa sta benino per ora...

**mamma\_lara** Venerdì, 05 Maggio 2017 10:05

Francesca, se ci si rialza siamo proprio brave. E ogni volta dobbiamo pensare di essere state proprio bravissime.

**mamma\_lara** Venerdì, 05 Maggio 2017 10:03

Annuccia, come ti capisco con i dolori, pensa che quando dico che mi fanno male le gambe e anche tutto il resto ci sono persone che mi dicono che è impossibile visto che ora ho le protesi.

Non ti dico la rabbia.

I dolori sono rimasti e se ne sono aggiunti, perchè ora che cammino di più e lo devo fare per stare in salute mi fanno male le ginocchia e anche le caviglie che prima mi facevano meno male.

Per me però questi dolori sono iniziati prestissimo, ancora prima della menopausa, ma una volta arrivata in menopausa si sono accentuati e a quelli che avevo se ne sono aggiunti degli altri.

Ora poi ho la gamba destra, l'ultima fatta che fa fatica a reggermi se si trova a dovermi reggere da sola. circa 15 giorni fa sono caduta.

Ora se esco e devo camminare per un po' ho ripristinato il bastone. Il ginocchio di questa gamba non mi regge

**mamma\_lara** Venerdì, 05 Maggio 2017 09:46

Buongiorno a tutti.

Chissà cosa vorrà fare la giornata di oggi.

Staremo a vedere.

Intanto si lavora per il convegno e per il corso che ho fatto ieri. 😊

**nico26** Venerdì, 05 Maggio 2017 07:07

Buon venerdì a tutti/e dal lavoro e sono ancora un po nel limbo e come dite voi passerà lo so e non cerco di resistere.

Cri il velo di tristezza che traspare nello scritto ,mandiamolo via.Sei un ottima mamma che cerca di vivere il "mestiere" di mamma con amore e tanta pazienza.

Non si nasce imparati e si prova e si riprova ,con momenti di gioia alternati a paura, tristezza,timore. Forza bella donna che hai tutte le risorse dentro di te !

**Sissi** Giovedì, 04 Maggio 2017 17:47

Ciao a tutti e buon pomeriggio. Leggo di mal di testa e dolori, anche per me è lo stesso. La condivisione e l'empatia del forum però mi aiutano tanto. Buona serata.

**Cris83** Giovedì, 04 Maggio 2017 16:13

Ciao!!

vi ho letto e ho scritto la solita lungaggine su word che ora copio qui..

NICO spero i momenti di poche parole capitano.. un abbraccio. 😊😊

Chiara che dorme un po' così più che sconforto è solo fatica. Ma dalla prossima settimana che non lavoro me la prendo più con filosofia. Se ho sonno mi prendo il tempo per dormire quando dorme lei poi per stare con lei e fare alcune cosette che magari sono poco importanti e quindi rimando sempre, cose da sistemare in casa, sistemare le foto ecc... E sembra da stupidi lo so, ma ho deciso per questa maternità anche per tango, lo vedo un po' stressato e giù di tono e mi rendo conto che il tempo che credevo di trovare da dedicargli non l'ho trovato quindi così avrò modo di farlo. Tra l'altro ha un'inflammatione allo stomaco e anche un po' di gastrite.

E soprattutto dovrò dedicare tempo a delle passeggiate e un po' di attività fisica, fa bene a me a chiara e anche a tango. Anche perché devo vedere di buttare giù un po' di peso, so che ho altro a cui pensare ma questi kg di troppo proprio mi pesano tanto. Sabato forse la porto in piscina, devo sentire se c'è posto.

MAMMA LARA Mi dispiace per l'amico di Gabriele, abbraccialo da parte mia.

Wow congeli di tutto!!! Grazie per la lezione.. fa comodo a tutti credo! Davvero il brodo solo un giorno? Noi lo teniamo di più per noi, e poi lo rifacciamo bollire. Per chiara solo due giorni e lo faccio ribollire sempre.

Che bella la favola! Sicuramene Emma sarà felice di averla. anch'io ho tanti librini di quando erano piccole le mie sorelle e miei. spero di riuscire a trasmettere a chiara un po' di passione per la lettura. per adesso un po' mi ascolta quando guardiamo un librino ma dopo poco se lo vuole mangiare. 🍴

CRI non deve essere facile per niente fare questi orari.. brava davvero!! Continua così!!

Nonostante il sonno è bellissimo quando si fa tardi a finire di leggere un libro. Non vedi l'ora di finirlo e quando finisce ti senti un po' triste perché vorresti leggerlo ancora.

Annusare una mela? Questa baggianata come dice isa non l'avevo mai sentita!

Ma PAULA sembra strano pure a me di questa bimba, ma non voglio mettere troppo il naso. Lei è la sorella di un'amica di vecchia data ma con cui ora non ho un gran rapporto. Più che non ride ha detto che deve impegnarsi molto per farla ridere. Senti di dottori ne vede e ne rivede.. non perché abbia qualcosa ma perché ha mille dubbi e mille domande su tutto e su cose banali. Oltre a quello di base va da altri 3 privati. Tipo ogni 10 giorni. perché lei è fissata con malattie, la veste tipo dicembre e la tiene fissa in casa e non fa entrare nessuno. Conta che ha 15 giorni meno di chiara e sta in una casa vicina alla mia e l'ho vista solo due volte. E' proprio strana e non la vive bene secondo me la condizione di mamma, sua sorella mi ha detto che la prende in braccio poco anche lei, per non dire quasi mai. Non prende la superstrada perché ha paura e cose così.. Non mi intendo tanto di bambini ma secondo me è così perché è poco stimolata, anzi per nulla, vede le stesse quattro mura e le solite tre facce ogni giorno. Forse non ha molta voglia di ridere.

ANNUCCIA povero Lupetto! Abbraccialo forte da parte mia! Meglio così' se poi starà meglio e respirerà meglio di notte. Quando non respirano bene dormono sempre con fatica, anche per un semplice raffreddore. Che brava alle sette in palestra!! Brava che sei!

La testa va e non va come al solito, nei giorni scorsi poi è tornato pure il ciclo e mi ha scombuscolato parecchio, mi sono sentita molto più nervosa del normale. Chissà forse con l'arrivo del ciclo starò un po' meglio ma ne dubito. Vabbè si va avanti a testa alta e dolorante inciampando ogni tanto.

Che bello il convegno.. non vedo l'ora! Tra l'altro è anche vicino al compleanno di chiara, così festeggiamo!

Anch'io non ho ancora prenotato perché non so con chi vengo. Verrei anche da sola con chiara ma

non mi manderanno lo so..

vi abbraccio forte amiche!

**francesca63** Giovedì, 04 Maggio 2017 12:16

Buongiorno a tutti .  
Stamane la testa esplodeva.  
Ora meglio dopo i soliti analgesici.

NICO si passerà ...pensiamo positivo  
Coraggio. ....

Anch io sono caduta tante volte. Troppe. Ma l importante e rialzarsi. Se in fretta meglio.

Vi voglio bene.

**Annuccia** Giovedì, 04 Maggio 2017 12:00

Pensare che asoettavo in gloria la menopausa nella speranza di un miglioramento dela testa che forse ce pure stato, mai avrei pensato di sostituire quel piccolo miglioramento con tutti questi dolori.

**Annuccia** Giovedì, 04 Maggio 2017 11:56

Buongiorno a tutti! Dolori,dolori e poi dolori.... bah... finche riesco proseguo con il mio tran tran, poi sara quel che sara. Oggi ho finito gli antivirali. FEFFe, limportante è proseguire il viaggio nella speranza che la meta sia paradisiaca.

**mamma\_lara** Giovedì, 04 Maggio 2017 10:54

Cri, ce la faremo di certo.

A proposito di farcela. Dal prossimo incontro ci troveremo con il gruppo di Auto-Aiuto nello studio del Prof. Avato.

Non mi sembra vero di avere un posticino per noi.

**mamma\_lara** Giovedì, 04 Maggio 2017 10:52

Feffe, gli scivoloni penso succedano a tutti noi. Anch'io sai ogni tanto scivolo e mi faccio pure male, poi mi risollevo come hai fatto tu.

Sei stata brava

Spero cara tu possa mettere la firma su tanti futuri mesi

**mamma\_lara** Giovedì, 04 Maggio 2017 10:48

Francesca, sono come te, ripassare in rassegna quello che conservo aiuta anche me a compare i buchi.

Però sto migliorando, mi sono accorta che posso eliminare alcune cose senza soffrire.

Questo è un successo per me.

**mamma\_lara** Giovedì, 04 Maggio 2017 10:45

Buongiorno a tutti.

Oggi alle 14 ho un corso che sto facendo da un po' al CSV.

Mi è molto utile quindi mi da anche tanto piacere frequentarlo, anche se è abbastanza impegnativo perchè mi impegna in letture sugli argomenti trattati.

**nico26** Giovedì, 04 Maggio 2017 10:10

Buon giovedì' a tutte/i oggi non ho voglia di nulla e nemmeno di scrivere....scusate....ma pero' vi ho letto!passera'.....

**cri69** Giovedì, 04 Maggio 2017 08:56

Buongiorno gente oggi giornata tutta per me 😊😊 .

FEFFE che piacere leggerti ed un piacere sapere che hai avuto un po ' di tregua. Benvenuta nel club degli scivoloni ...andremo alle olimpiadi ...a me sembra di fare due passi in avanti e quattro indietro.È un continuo cercare la stabilità , s tudiarci e per quanto mi riguarda cercare di essere sincera con me stessa ...una faticaccia ma ce la faremo . Un abbraccione

**feffe81** Mercoledì, 03 Maggio 2017 22:05

ISA come procede con l'attaccone? Spero che si sia deciso a lasciarti...interessante la questione dell'acufene 😬 è migliorato dunque? Ti abbraccio!

**feffe81** Mercoledì, 03 Maggio 2017 22:03

ROSSANA mi spiace troppo per tutto il dolore che regolarmente ti arriva 😞 bella quella dell'arancia, io ho provato a lavarmi la faccia con indosso gli occhiali 😊

**feffe81** Mercoledì, 03 Maggio 2017 22:00

La nuova profilassi mi ha fatto godere di due mesi mooolto migliori dei precedenti della storia! Aprile da metterci la firma, ha contribuito sicuramente anche il fatto che tra Pasqua e ponti ho lavorato poco.

**feffe81** Mercoledì, 03 Maggio 2017 21:58

ANNUCCIA sei super, ti faccio quasi compagnia: alle 6:30 esco per la prima camminatina con Rolli 😊

**feffe81** Mercoledì, 03 Maggio 2017 21:57

Ciao a tutti!

Qui si va avanti, è di nuovo necessario fare una svolta per cui sto raccogliendo idee e forze. Nulla di grave, anzi, ho del movimento intorno e sto cercando di trarne insegnamento. Purtroppo però ho anche gli scivoloni e due giorni fa sono finita in crisi totale...ma mi pare di sapermi risollevar sempre piu in fretta...il viaggio dentro di me procede!

**francesca63** Mercoledì, 03 Maggio 2017 20:33

Buonasera a tutti.

LARA si bellissimo quel libro che lascerai ad Emma.

Buttare poi anche per me e assai difficile .In fin dei conti ciò che ci appartiene parla di noi.Nel bene e nel male.lo conservo tutto di mamma e papa perche mi sembra che quasi mi coccolino. Questo un po mi aiuta a colmare i buchi..

Vi auguro Buona Notte!!!!

**mamma\_lara** Mercoledì, 03 Maggio 2017 20:31

Buona notte e sogni bellissimi per tutti. State bene se potete ❤️❤️❤️❤️❤️

**mamma\_lara** Mercoledì, 03 Maggio 2017 19:06

Ecco fatto.

Sono a casa da un po' ma avevo delle incombenze da svolgere.

Come sempre sarà un convegno bellissimo con argomenti sempre interessanti.

**mamma\_lara** Mercoledì, 03 Maggio 2017 14:13

Vado a prepararmi.

A dopo

**mamma\_lara** Mercoledì, 03 Maggio 2017 14:12

Alice, anch'io congelo quasi tutto prima steso sui un vassoio poi lo metto nel contenitore. E' più sano fare così mi hanno detto. Da me vanno più in cappellacci e i cappelletti delle verdure, per questo il mio congelatore è pieno di cappelletti e cappellacci. Poi il minestrone lo faccio al momento con le verdure di stagione.

**mamma\_lara** Mercoledì, 03 Maggio 2017 14:10

Rossana, penso non sia niente di grave spremere l'arancia senza niente sotto, altrimenti sarei grave da tantissimi anni.

Poi spero anche non sia niente di grave fare un caffè senza la cialda dentro. Da quando ho la macchina del caffè mi va anche bene, quando lo facevo con la moka bruciavo la guarnizione ogni tre per due, dimenticavo sempre di mettere l'acqua.

**mamma\_lara** Mercoledì, 03 Maggio 2017 14:07

Rossana, ti ringrazio ♥

Quanta ragione hai, ci sono buchi che non si riempiono mai.

Io mi adopero da tanti anni ma ancora non riesco. Il tuo si deve mi fa riflettere.

**mamma\_lara** Mercoledì, 03 Maggio 2017 14:04

Francesca, sai che hai ragione, alle volte anch'io penso di avere una batteria che si auto-ricarica con le cose belle che faccio. Poi è anche vero che ho un fisico bestiale, me lo dice sempre la mia

amichetta Lella 😊

Ma a parte gli scherzi, penso che questa carica derivi dal fatto che faccio cose che mi piacciono, sta tutta lì la differenza.

Ora ho in mente di sistemare il garage, anche quella sarà una bellissima passeggiata nel tempo. Lì ho tantissimi ricordi messi da parte e sai la gioia di dividerli con Emma, Vedrà i quaderni degli zii e un mio libro di scuola che tengo carissimo. C'è una storia che mi ha fatto capire cosa mi avrebbe reso felice nella vita.

E' favola che racconta un fatto avvenuto in un paese dove viveva una famiglia felice formata da mamma papà con i loro figli. Un giorno si allaga tutto il paese per una inondazione, la famiglia si salva perchè ogni persona della famiglia pensava a salvare il più debole, così il papà prende sulle spalle la mamma, la mamma prende sulle spalle il figlio più grande fino ad arrivare al figlio più piccolo. L'acqua copri tutto tranne i capelli dell'ultimo bimbo. Un angelo che passava da lì ha visto i capelli del bimbo e ha pensato di salvarlo, con stupore si è accorto che era solo il primo di una famiglia intera a salvare. Ecco, vorrei proprio ritrovare questo libro e lasciarlo ad Emma.

Sono certa sia una eredità bellissima che le vado a lasciare.

Hai presente che forza mi verrà dallo sfogliare tante pagine della mia vita, perchè è questo che contiene il mio garage. Spero di trovare la forza di eliminare qualcosa, ma sarà molto difficile. 😞

**nico26** Mercoledì, 03 Maggio 2017 13:59

Buon pranzo a tutte/i dopo una riunione snervante in cui però non ho preso sotto io x stavolta x cui da da dio.

Stamane consulenza con mio marito dalla psico x nicolo che lo dico piano sta un o meglio. Tanto lavoro da fare da parte nostra ma avanti tutta!!!

Se 50 anni fa ci fossero stati gli strumenti di oggi che meraviglia x me ma...non ho smesso di crederci e pian piano sono risalita da dove ero e se mi guardo allo specchio un pochetto mi amo!!!! 😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 03 Maggio 2017 13:51

Paula, mi spiace per l'abbastanza, a me soddisfa quando si scrive che si è pienamente soddisfatti. Ma si sa che non sempre le cose vanno come vorremmo.

Speriamo almeno che il lavoro sia meno impegnativo delle previsioni.

Intanto va già bene che tu sospenda il Lyrica.

**mamma\_lara** Mercoledì, 03 Maggio 2017 13:47

Annuccia, io ero sveglia alle 4 poi sono rimasta a letto fino alle 7 ma lì mi sono addormentata e mi sono alzata alle 8:30 perchè ha suonato la sveglia di Gabriele, altrimenti dormivo ancora alla grande. Che brava iniziare subito la giornata così. Brava brava

**mamma\_lara** Mercoledì, 03 Maggio 2017 13:45

Lile che bel messaggio che hai lasciato. Me lo copio perchè hai detto cose che condivido pienamente.

Hai detto quello che non sono mai riuscita a spiegare bene come te: "avere dei figli porta forzatamente a guardare avanti". GRAZIE carissima

Speriamo che la testa stia un po' buona 😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 03 Maggio 2017 13:41

Oggi ho una riunione per l'organizzazione del prossimo convegno, quindi fra un po' dovrò andare.

**mamma\_lara** Mercoledì, 03 Maggio 2017 13:40

Buongiorno a tutti.

Anche l'ultimo saluto a Luigi è stato fatto. Però era una persona tanto buona che il suo ricordo non mi

abbandonerà mai. ♥ ♥ ♥

Quando veniva a cena da noi era sempre con il sorriso.

Ma devo prepararmi, perchè più il tempo passa fino a che non salutano me ne dovrò salutare delle persone.

Però non si vorrebbe mai.

Mi ha fatto tanta tenerezza sua moglie ♥ ♥ ♥

**lile** Mercoledì, 03 Maggio 2017 12:44

Buongiorno a tutti!

Oggi va meglio, grazie per i vostri pensieri... Ieri sera seduta di agopuntura particolarmente fastidiosa ma quando ho finito stavo meglio... sono giornate impegnative e faccio fatica a fare tutto, mi sembra di non arrivare mai alla fine di niente... oggi arriva Giovanni, almeno il cuore starà meglio



ANNUCCIA che brava che sei a iniziare così presto la giornata! Anche a me piacerebbe farlo, se solo non facessi così tanta fatica a svegliarmi 😞

LARA un abbraccio per questa mattina...

ROSSANA leggerti mi fa sempre stringere un po' il cuore... avere dei figli sicuramente porta "forzatamente" a guardare avanti... l'ho visto bene con una mia carissima amica che ha perso la mamma mentre era incinta della sua prima bimba, che è nata pochi giorni fa... però per quanto una nuova vita ti porti a guardare avanti, i genitori sono un pilastro importante, fondamentale... qualche tempo fa ho letto una frase che mi ha fatto pensare molto: "La mamma è quella persona che può sostituire tutti ma nessuno può sostituire lei". Secondo me vale per tutti i genitori... Purtroppo il tempo che ci è concesso è limitato e possiamo solo sfruttarlo al meglio, goderci tutto il tempo possibile con loro ed essere grati per quello che ci hanno insegnato... Non so se sono riuscita a spiegare il mio pensiero. Ti abbraccio forte

**Annuccia** Mercoledì, 03 Maggio 2017 10:22

Buongiorno a tutti!

Stamani sono andata a fare pilates alle 7 così da ottimizzare i tempi. Vediamo se mi fa più comodo questo orario. Tanto alle 6 sono in piedi.

**paula1** Mercoledì, 03 Maggio 2017 10:09

Buon giorno a tutti...qui sole e speriamo rimanga...tra poco esco per qualche giro e poi lavoro...oggi, dalle liste che avevo, sarà un pomeriggio molto intenso...

Ieri la reumatologa è stata abbastanza gentile...abbiamo deciso di sospendere il Lyrica e andare per gradi usando degli integratori...il mio valore di vitamina D è nella norma, ma scarso quindi mi ha dato da prenderla sottoforma di iniezioni intramuscolo una volta al mese.....poi dovrei fare attività fisica...ma questo è un'altra faccenda 😞😞

**cri69** Mercoledì, 03 Maggio 2017 07:51

Buongiorno gente, esce il sole dopo la pioggia. Stamattina screening per papilloma virus, per fortuna ogni tanto la sanità funziona...

A poi, besos

**francesca63** Martedì, 02 Maggio 2017 21:58

Buonasera a tutti.e...buonanotte.

Da stamane l'emicrania l'ha fatta da padrona. Anche la lombalgia si è risvegliata. Arriverà un'altra perturbazione!!!

Ogni anno allo spegnimento della centrale termica si registra un calo termico. E fate ragionare i condomini ....voi ....ormai ci ho rinunciato!!!

LARA sei instancabile. A volte mi chiedo dove tu vada a prendere l'energia. nonostante tutte le patologie che ti affliggono.

Credo che l'amore che provi e che metti in tutto ciò che fai sia la tua batteria. Che mai si scarica.

ROSSANA anche la tua colonna ti dà del filo da torcere. Non poco. Cui si somma tanto altro.

Ma anche in te soffia il vento del amore condito con l'ottimismo.....

LILE spero che il MDT se ne sia andato prima delle 18.per non aggiungere ulteriore fatica.

Accidenti.!!!!

Un abbraccio forte a tutti.

**mamma\_lara** Martedì, 02 Maggio 2017 21:30

Buona notte e sogni bellissimi per tutti, state bene se potete

**mamma\_lara** Martedì, 02 Maggio 2017 21:29

Finito.

Ho anche sistemato anche la confusione 🙄🙄🙄🙄

Le bimbe avevano trovato le ricette su Blog molto visitati e affidabili secondo loro. Bene, non vi dico la fatica, tutti gli ingredienti sfasati. Ditemi voi se si possono fare dei panini con un impasto fatto di 500 grammi di farina mezzo litro di latte e 250 grammi di burro.

Meno male che un po' me lo immaginavo che dovevo fare attenzione.

Ora sono un po' stanca.

Domani mattina ho un funerale 😞

**rossana** Martedì, 02 Maggio 2017 17:57

LARA immagino la tua cucina oggi ....

Che bella vitalità però, ce ne vorrebbe 😊

**rossana** Martedì, 02 Maggio 2017 17:53

LILE spero tu ce l'abbia fatta con la giusta dose di fatica 😞

**rossana** Martedì, 02 Maggio 2017 17:50

LARA figurati se posso prendermela per il tuo "eccesso" di sensibilità.

Penso che sia vero quel che dici, i figli costringono a guardare avanti e mia mamma lo diceva sempre. Da parte mia non voglio però sminuire a chi ha figli il dolore per la perdita di un genitore.

Io e Alberto per fortuna riusciamo a guardare avanti attraverso altri progetti, altre persone, i nostri nipoti e altro ancora.

Quel che sento io per mio papà è un sentimento di nostalgia, ma una bella nostalgia.

Mi fa sì commuovere ma abbiamo concluso così bene che...come dire, di più non si può chiedere.

Anche se bisogna poi adoperarsi per riempire questo buco e non è facile. Ma si deve

**rossana** Martedì, 02 Maggio 2017 17:44

Ciao a tutti,

il dolore è di nuovo qui.

La mia schiena sembra non sentire ragioni e due / tre giorni dopo sospensione cortisone riprende a crollare e far male.

Spero di poter ritrovare un equilibrio.

Stamattina ho spremuto una mezza arancia direttamente sul tavolo, ho dimenticato di mettere la tazza sotto.....aiuto, come son messa 😞

Però mi sono arresa ed ho riso.

**lile** Martedì, 02 Maggio 2017 12:25

Nei giorni scorsi non mi è pesato tanto il mdt, era leggero ed ero a casa... oggi è più forte e ho i conati di vomito... detesto farmi vedere così in ufficio

Devo fare cose che richiedono concentrazione e a parte il dolore mi sento la testa nel pallone e ho difficoltà ad articolare le parole... aspetto con ansia le 18...

**ALICE** Martedì, 02 Maggio 2017 11:43

Anche io sono una congelatrice seriale...oltre a tutto quello già scritto da Lara congelo anche cipolla-sedano-carota x far il soffritto, già tritati e con un goccio d'olio, li porziono a quadretti dentro a quello x fare i ghiacci, poi una volta congelati li conservo in un sacchetto di plastica, le torte nn ho mai provato, ma congelo la pizza (con solo il pomodoro)con la stessa tecnica che usa Lara x le crostate, e quando la metto in forno aggiungo la mozzarella.

Inoltre compro la verdura di stagione dai contadini in zona, la lavo asciugo e la taglio già a pezzetti x il minestrone..l'unico segreto è congelare le verdure stese su un vassoio, e solo una volta congelate

metterle nei sacchetti, poi verso la fine dell'estate mescolo tutte le verdure e le porziono e ho il minestrone x tutto l'inverno...  
Buona giornata a tutti!

**nico26** Martedì, 02 Maggio 2017 10:42

Buon martedì a tutte/i dal lavoro!!!Lara hai detto tutto tranne....che ogni tanto congelo anche il marito ....soprattutto nella lingua visto che talvolta parla senza senso 😊😊 ma sai è così e l'ho pure sposato 😊  
Anche io congelo praticamente tutto e a casa ho il frigo grande in casa+ 1 freezer alto 2 metri a cassette+ un altro modello 10 anni or sono con frigo +freezer e praticamente son tutti pieni 😊😊 .  
Sembra la dispensa di una famiglia di 10 persone!!!! 😊  
Eh...beh....ieri da 3 dopo 2 ore eravamo in 14.....per cui.....ci vuole anche se mi portano tanto anche gli amici.  
Per il resto avanti pure donne!!!!

**paula1** Martedì, 02 Maggio 2017 09:20

Buon giorno a tutti...qui sole...ieri pochissima pioggia... 😊 è passato anche il Primo Maggio...con un po' di dispiacere, perchè non sono andata in piazza, ma pazienza...quest'anno ho lavorato.....con molta calma perchè 8 pazienti sono davvero facili da gestire...oggi sono a casa e devo scendere in città perchè verso le 13 ho la visita alla reumatologia...non credo abbia grandi novità visto che i miei esami vanno bene....ho intenzione di abbandonare la cura col Lyrica anche perchè, in un mese, ho preso quasi 4 chili pur mangiando sempre uguale e questo non mi va bene per niente.....d'altra parte il dolore alle gambe potrebbe essere acuito anche dal sovrappeso... 😊

**mamma\_lara** Martedì, 02 Maggio 2017 08:26

Cri, io non mi lamento del freddo ma neppure del caldo. La cosa che spero sempre è che non arrivino disastri.  
Poi è vero che adoro il caldo

**mamma\_lara** Martedì, 02 Maggio 2017 08:24

Buongiorno a tutti.  
Fra un po' vado a fare la spesa,oggi ho qui Emma con una sua amica, devono fare una torta francese dal nome che neppure riesco a pronunciare e altri dolcetti che sembrano panini anche quelli che meglio li chiami panini perché non sarò mai capace di chiamarli per nome.  
Cose non semplici da fare, staremo a vedere cosa salta fuori. So già per certo che facile non sarà dare le direttive. Poi non voglio neppure pensare a come saranno ridotte cucina e sala alla fine della giornata.  
Così per prima cosa devo fare la spesa.  
Tutto questo per un bellissimo progetto della loro scuola, domani chi avesse deciso di mandare i loro figli a scuola li avranno modo di farvi visita e troveranno tante cose buone fatte dai ragazzi e dalle ragazze che frequentano la scuola.

**cri69** Martedì, 02 Maggio 2017 06:36

Buongiorno a tutti, un pò sonno, ma stavolta colpa mia 😊 ho voluto finire di leggere un libro , volevo scoprire la fine 😊 .  
Molto freschetto stamattina, arriverà l'estate prima o poi che tutto il resto del mondo si lamenterà del troppo caldo ...io no di certo 😊 .  
Vado a darmi un' identità.  
Besos

**Maria9195** Lunedì, 01 Maggio 2017 17:14

di solito i miei genitori si trasferiscono a metà giugno in cascina e scendono a metà settembre. fino a quando il papà se la sente di guidare il suo pandino e noi saliamo il fine settimana.

**Maria9195** Lunedì, 01 Maggio 2017 17:12

Grazie Lara per le dritte  
Sono scesa adesso dalla cascina.  
Abbiamo deciso le cucine.

Quella nuova in taverna con i lavelli davanti alla finestra che vede le montagne. Quella vecchia la recupero e la metto in lavanderia . Cambio il top e ci metto anche un frigo grande. così i miei genitori potranno cucinare in libertà tutte le verdure , i minestrone le salse per l'inverno senza avere l'angoscia di sporcare e rovinare la cucina grande e nuova. Poi porto in cascina anche il frigo a pozzo che ho cambiato a casa. Praticamente la cascina diventa la casa aperta a tutte le compagnie per fare le feste tutto l'anno. Ho messo il riscaldamento in tutte le camere 😊😊😊😊 Caldaia a pallet e legna.

**Annuccia** Lunedì, 01 Maggio 2017 15:45

Per il convegno gli organizzatori hanno fatto bene a spostare , sarebbe stato un problema per tutti trovare posto.

**Annuccia** Lunedì, 01 Maggio 2017 15:44

Buon primo maggio a tutti!  
noi con il concertone ci siamo permessi solo la palestra in mattinata, che per fortuna era aperta! un po' di pilates mi aiuta con i dolori.  
Care amiche, non credo che i dolori siano quelli dell'herpes, "loro" sono passati, almeno per ora e spero per sempre. In tutte le mie manifestazioni non ho mai la certezza di quello che è. Comunque continuo l'antivirale per una settimana come prescrittomi.  
I dolori me li tengo senza sapere cosa siano e soprattutto fino a che resisto.  
Lupetto deve operarsi per forza, respira troppo male e la notte , secondo me, è agitato per questo.

**mamma\_lara** Lunedì, 01 Maggio 2017 15:38

Isa, ringrazio insieme a te i nostri grandi Professori che dopo aver spiegato che la data era in corrispondenza di una grande evento hanno modificato la data.  
Convinci la tua vicina, perchè come sempre sarà bellissimo 😊

Grazie per i cuscini, piacciono anche a me, però quando avrò fatto un po' di lavate per rendere la stoffa più maneggevole li sistemerò all'interno. Così non mi piacciono

**mamma\_lara** Lunedì, 01 Maggio 2017 15:34

Cri, ok, facciamoci del male.

Ora ci diranno anche che dobbiamo annusare le mele. 🤢

**mamma\_lara** Lunedì, 01 Maggio 2017 15:33

Annuccia, ma povero Lupo, così piccolo già le adenoidi deve fare. 😞

Per i dolori non so che dire, ma se si tratta di herpes zoster ha bisogno del suo tempo.

Pensa che a me è già tornato più volte nel corso degli anni. Torna ogni volta che ho fortissimi stress

**mamma\_lara** Lunedì, 01 Maggio 2017 15:29

Francesca, anch'io di dico sempre che non cambierei la mia testa con quella di nessun altro e non cambierei mai neppure la mia vita con quella di qualcun altro. 😊

**mamma\_lara** Lunedì, 01 Maggio 2017 15:27

Rossana, certo che fai fatica vedere la tristezza di Alberto e capisco anche che tu faccia più fatica a "sopportare" la sua che la tua.  
E' mio pensiero che se non si hanno figli, sia ancora più faticoso da sopportare la perdita dei propri genitori.  
Per me per esempio mi viene in mente che sia normale per me aver visto i miei genitori andarsene prima di me, perchè niente è peggio per un genitore vedere i propri figli andarsene. So che è un discorso abbastanza complicato, ma non proseguo perchè la mia paura è di offendere qualcuno. Scusami se ho detto qualcosa che ti abbia ferito.

**mamma\_lara** Lunedì, 01 Maggio 2017 15:21

Paula, che brava l'infermiera che ha salvato quella persona. ♥

**mamma\_lara** Lunedì, 01 Maggio 2017 15:20

Maria, la tua cascina diventerà meravigliosa con i nuovi lavori e sono certa che se la godranno tutti. Per il mangiare va bene qualsiasi cosa, pensa che nel caso mi rimanesse un alimento lo congelo subito e quando devo usarlo sembra appena fatto.

Ho avuto modo di congelare purè e anche polenta, buonissimi tutti e due. Però l'accorgimento è che devi congelare piccole quantità, quindi il purè lo metto in contenitori piccoli e una volta che li devo consumare non li scaldo subito dopo che li ho tolti dal congelatore a bagno maria, poi subito nel tegame per portarlo a temperatura da servire.

Congelo tutto praticamente. Le polpette sono buonissime. Come pure gli arrostiti.

Congelo gli spezzatini e le verdure cotte in foglia pronte da consumare.

Congelo le crostate che lascio un po' indietro di cottura, una volta tolte dal congelatore le lascio scongelare poi le passo 5 minuti nel forno per farle colorare un po' di più.

Congelo il tirot e anche le torte salate. Congelo le tigelle, ragù in grosse quantità e bistecche pronte da fare in tegame o ai ferri. Congelo il brodo il quale raffreddo velocemente e metto subito in congelatore, per scongelarlo metto il recipiente in acqua calda per farlo staccare dai bordi e poi lo porto ad ebollizione per cuocere la pasta. Il brodo non va mai tenuto fuori dal frigo o anche in frigo anche per un solo giorno perchè ho letto da qualche parte che degenera in fretta, per questo io faccio in questo modo, così non ha tempo di formare nessun elemento che lo renda nocivo.

Il pane lo tengo ma non più di una settimana.

Poi puoi congelare tutte le lasagne che vuoi e non parliamo di cappelletti o cappellacci.

Fagioli pronti e anche piselli.

Poi armati di forno a microonde che con quello ci lessi carote patate, cavoli broccoli ecc. ecc. in un sacchetto per cuocere a microonde con l'aggiunta di un po' di acqua. Però anche queste verdure appena elencate le puoi congelare senza nessun problema.

Poi arriverà anche Nico che dirà le sue.

Puoi congelare anche la pasta già cotta se aggiunti un po' di olio prima di congelarla, però questa rimane buona per una decina di giorni, ma se la metti sottovuoto ho notato che dura di più. Poi ovviamente la condisci come ti pare. La scongeli mettendola in acqua bollente oppure in microonde. Ora non viene in mente altro, ma anche perchè non so cosa fa comodo a te

**mamma\_lara** Lunedì, 01 Maggio 2017 14:54

Rieccomi.

Alice, a me alle volte certe luci non mi fanno niente altre volte invece sono foriere di attacchi. Anche in questo caso ognuno di noi ha i suoi motivi di scatenamento. Però stai pur certa che per l'emicrania se ho una particolare agitazione come se il sangue scorresse velocemente nelle vene. stai pur certa che è in arrivo un attacco di emicrania.

Con l'aura invece per me va abbastanza bene, perchè l'attacco non si presenta mai forte e non dura tanto tempo.

Io ho imparato ad accettare non solo il MDT, ma anche tutti gli altri dolori sparsi qua e là in tutto il corpo.

Da sempre ho dolori ovunque che mi sono peggiorati tantissimo dopo la menopausa, arrivata troppo presto nel mio caso.

Però certo che se avessi bimbi piccoli o un lavoro che mi tenga impegnata buona parte della giornata avrei delle grosse difficoltà

**mamma\_lara** Lunedì, 01 Maggio 2017 10:03

Buongiorno a tutti. Ora devo scappare per una emergenza, ma quando torno vi leggo

**Isa** Lunedì, 01 Maggio 2017 08:53

Di nuovo buona giornata a tutte e un forte abbraccio. Vado a cucinare prima che la testa peggiori.....

**Isa** Lunedì, 01 Maggio 2017 08:51

Cri va bene la mela golden rosé..... in casa quella ho! Ma sentite che baggianate ci fanno sentire..... Cri fai finta che oggi sia una giornata feriale nel senso che non è festa ma sei in ferie. Ti mando un grande abbraccio.

**Isa** Lunedì, 01 Maggio 2017 08:48

Bellissimi i tuoi cuscini, Lara. Dire che sei brava è troppo poco! Piera spero che oggi sia finito l'attacco. Annuccia, povero Lupetto..... quando dovranno operararlo? Per quanto riguarda il tuo herpes

per la mia esperienza (2 nella schiena e uno in volto) si manifesta in vari modi, quello che so è che se l'antivirale non si prende entro i primi tre giorni non serve a nulla ed è così che a me è successo e ho dovuto sopportare i dolori per mesi. Spero che per te non sia così.

**Isa** Lunedì, 01 Maggio 2017 08:44

Lara grazie per aver spostato la data del convegno, tutto si semplifica sia per gli ospiti che per gli albergatori e i 2 convegni avranno per alcuni giorni la visibilità che meritano. Cara Rossana non voglio perdersi per niente al mondo la visione dei tuoi pigiamini (hihihi) ma soprattutto non voglio perdersi la tua compagnia e quella delle amiche che conosco già da tanti anni. Spero che ci siano anche le nuove arrivate perchè mi piacerebbe conoscerle. Non ho ancora richiamato le Giostre per prenotare perchè sto cercando di convincere un'amica/vicina di casa, emicranica, a venire con me quest'anno. Io comunque ci sarò e credo sarà bellissimo come sempre.

**Isa** Lunedì, 01 Maggio 2017 08:38

Buongiorno a tutti e buona festa del 1° maggio! La mia testa non vuole sentirsi dire che fa la brava perchè appena lo dico si scatena e così mi sta facendo dannare da giovedì. E proprio giovedì mi è successa una cosa stranissima: ho avuto delle fitte fortissime di breve durata durante il giorno e quando sono finite mi sono resa conto che non avevo più il rimbombo nell'orecchio!!!! e non è più tornato (finora). Avevo il terrore fosse un nuovo acufene ma così non era. Stanotte è stata tosta e adesso sono con il dolore compensato dal trip, spero di farcela oggi perchè ho a pranzo mia figlia con famiglia e mio figlio con morosa e volevo fare alcune specialità. Vorrei anche coccolare il mio Fabri che non vedo da alcuni giorni per colpa del mdt.

**nico26** Lunedì, 01 Maggio 2017 08:03

Buona festa dei lavoratori e delle lavoratrici del nostro forum. Per me è una giornata da ricordare è da celebrare per tutte le lotte e le sofferenze di tutti i lavoratori e lavoratrici. Voglio ricordare anche tutte noi che ogni giorno cerchiamo di accettare la nostra patologia di superare al lavoro momenti di crisi, di cercare sempre di dare il meglio di noi stesse ,... andando al lavoro sempre con il sorriso, anche se talvolta ci viene sbattuta la porta in faccia credendo che tutti i nostri lamenti sono tutte paranoie create da noi.

Oggi mi sembra di avere un casco in testa dal mal di testa ma come tutte noi provo a non preoccuparmi.....

**cri69** Lunedì, 01 Maggio 2017 07:52

Buongiorno a tutti, buon inizio settimana.

Le giornate di festa mi destabilizzano, devo trovare rimedio a questo malstare...