

mamma_lara Domenica, 30 Novembre 2014 21:27

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

mamma_lara Domenica, 30 Novembre 2014 21:26

Annuccia, ti starai godendo il tuo bimbo. 😊😊😊

mamma_lara Domenica, 30 Novembre 2014 21:25

Piera, io devo solo fare sparire di casa i corn flakes, sono una tentazione per me. 😊

mamma_lara Domenica, 30 Novembre 2014 21:24

Feffe, mi spiace tantissimo.

Ma proprio tanto

Gri Domenica, 30 Novembre 2014 21:19

FEFFE, mi spiace tanto...spero ora vada meglio!

Buona notte a tutti

paula1 Domenica, 30 Novembre 2014 21:10



Buona notte a tutti...

kikka Domenica, 30 Novembre 2014 18:01

FEFFE si la dott di base ha preferito sospendermelo per ora che sto prendendo due antibiotici, cortisone e paracodina. H adetto troppo cocktail soprattutto tra paracodina, cortisone e laroxyl. mercoledì mi dirà lei come ripredndere tutto.

feffe81 Domenica, 30 Novembre 2014 17:46

Non va 😞

Piera Domenica, 30 Novembre 2014 17:20

stasera ho una cena con ex-colleghi, ognuno porta qualcosa: io ho dovuto fare un "tiramisu" , deve essere una specie di supplizio di Tantalo, 😊 chi e' che vuole punirmi??? 😊

mamma_lara Domenica, 30 Novembre 2014 17:10

Feffe, già sarebbe un passo ottimo quello di smettere sempre di analizzare i nostri stati d'animo.

Poi ci beccassimo qualche volta. 😊

mamma_lara Domenica, 30 Novembre 2014 17:06

Mariagrazia, in bocca al lupo per lo spettacolo.

Aspettiamo la tua ricetta, sono certa che la torta sarà buona come tutte le altre cose che fai

mamma_lara Domenica, 30 Novembre 2014 16:58

Maria, non sono solita assaggiare le pietanze, poi ora se anche lo facessi non sentirei i sapori, quindi ho il mio assaggiatore ufficiale. Per i panettoni non ho necessità di assaggiare, ho le ricette giuste e mi attengo scrupolosamente alle dosi pesandole con cura. In pasticceria anche i grammi fanno la differenza. I fratelli di Rossana che sono pasticceri potranno dire a lei quanto sia importante rispettare le giuste quantità.

Mi fa piacere che tu vada ad un corso di pasticceria, vedrai che soddisfazioni ti darà.

Dai che è un bell'aiuto se ti decorano casa.

mamma_lara Domenica, 30 Novembre 2014 16:50

[Nico 2](#)

mamma_lara Domenica, 30 Novembre 2014 16:48

[nico1](#)

nico26 Domenica, 30 Novembre 2014 16:35

Lara metti pure qui!!!!

Arrivati a casa ora.....Nico ho preso a casa la sua amica del cuore che dice in segreto di amare.... 😊 !!8 anni!!!!

feffe81 Domenica, 30 Novembre 2014 15:49

buona domenica a tutti! Mi sono svegliata con un chiodo a sx, fino a poco fa leggero, poi è aumentato e ho preso un trip, spero faccia effetto, ho anche nausea. E un po' di pensieri...mi sono resa conto che ho la fissazione di dover sempre dare una definizione al mio stato d'animo, alle emozioni, analizzare tutto 😊 devo interrompere questo circolo

ANNUCCIA ti ho letta con grande emozione, e mi sono commossa: che bella sorpresa!! 😊😊 e auguroni alla tua mamma-nonna bis! quanto al toy boy... 😊

CRI leggere del rapporto ritrovato con la tua Giulia mi fa un piacere immenso, te lo meriti tutto, anzi ve lo meritate entrambe 😊

KIKKA mi spiace per la bronchite! con l'antibiotico spero ti passi presto...ma il laroxyl te l'ha sospeso il medico di base? grazie per gli auguri.

E grazie a tutte dei vostri pensieri.

ELISABETTA che bello leggerti... 😊 un abbraccio

PAULA anche io vi ci vedo a Londra!

mariagrazia Domenica, 30 Novembre 2014 15:46

Dopo metto la ricetta della bomba calorica che ho fatto x torta. Dal tel mi viene più complicato scrivere

mariagrazia Domenica, 30 Novembre 2014 15:45

Lara che meraviglia i tuoi panettoni! lo quest'anno rinuncio a farli, troppi impegni c on i cori. Ne facevo solo due però. .. mica come te!

mariagrazia Domenica, 30 Novembre 2014 15:42

Prova generale andata male... dicono sia un buon segno per la prima. Speriamo bene. Rossana la fortuna vuole che dal palco non si vede un kaiser con i fanali che sparano. Non siamo professionisti. Cioè uno dei cori in cui canto lo è. Mentre l'altro no. Ed è il secondo coro che da qualche problema. Per la prima volta non sono solo più coro accompagnatore, ma sono sul palco anche loro in costume. Invece di pensare a cantare bene si offendono se qualcuno sta davanti a loro. Spintonano. Cantano male. E noi dell'altro coro dobbiamo fare il triplo x migliorare la situazione.

Maria9195 Domenica, 30 Novembre 2014 15:39

quest'anno i miei figli hanno espresso il desiderio di addobbare la casa come di faceva quando erano piccoli... il prossimo week end porto dalla soffitta tutti gli scatoloni in salotto e loro con le rispettive ragazze di sono impegnati a decorare la casa mentre io e mio marito andiamo per le vie del centro città a fare shopping..... sono tre anni che faccio poco in casa per Natale ma quest'anno si respira un aria più spensierata e gioiosa nonostante i problemi di lavoro che assillano sia me che mio marito....

Maria9195 Domenica, 30 Novembre 2014 15:35

lo ho sempre il terrore di cadere in abuso da sintomatici...la mia soglia è di tre/quattro indoxen oppure oridus al mese....fino a novembre sono a quota 36 sintomatici in 10 mesi.... mi tengo tanto dolore e non so dove trovo la forza di resistere ma in qualche modo ci riesco sempre e quando arriva la giornata infernale ho imparato a staccare e dedicarmi al mio mal di testa annullando tutti i vari obblighi lavorativi e professionali...e di famiglia...non ci sono più per nessuno....

Maria9195 Domenica, 30 Novembre 2014 15:31

Quest'anno a dicembre , dopo ben tre anni di rinunce, mi sono iscritta al corso di pasticceria per preparare i dolci di natale....incrocio le dita delle mani e dei piedi per poter riuscire andare..è il mio regalo di natale 😊😊😊

Maria9195 Domenica, 30 Novembre 2014 15:29

ANNUCCIA mi sono emozionata tantissimo nel leggere il tuo resoconto sulla festa di tua mamma... che forte emozione che ti ha regalato tuo figlio.... UN MOMENTO MAGICO DA NON DIMENTICARE MAI....

Maria9195 Domenica, 30 Novembre 2014 15:28

LARA come fai a seguire rigorosamente la dieta e non assaggiare niente di tutto quello che cucini.. SEI TOSTA RAGAZZA MIA 😊😊😊😊

mamma_lara Domenica, 30 Novembre 2014 14:05

Mariparis, grazie 😊

mamma_lara Domenica, 30 Novembre 2014 14:05

Mariparis, più buoni di quelli che costano 4 euro di certo lo sono, almeno i miei non sanno di conservanti.

mariparis Domenica, 30 Novembre 2014 14:03

Lara i tuoi panettoni sono più belli (e sicuramente saranno anche più buoni) di quelli che si comprano. Brava!

mamma_lara Domenica, 30 Novembre 2014 14:03

[Gabriele si è sacrificato all'assaggio](#)

mamma_lara Domenica, 30 Novembre 2014 13:00

scusate gli errori ma ho molta fretta.

Oggi voglio andare a prendere un po' di farina adatta a fare il rinfresco della pasta madre

mamma_lara Domenica, 30 Novembre 2014 12:59

Dimenticavo, i panettoni cotti sono quelli di ieri sera, che sono stati a testa in giù fino a questa mattina

mamma_lara Domenica, 30 Novembre 2014 12:58

Scappo a fare la pappona

mamma_lara Domenica, 30 Novembre 2014 12:58

[e ora stanno lievitando nella loro camera lievitatrice](#)

mamma_lara Domenica, 30 Novembre 2014 12:56

[uvetta da aggiungere alla fine](#)

mamma_lara Domenica, 30 Novembre 2014 12:55

[L'impasto ha raggiunto la temperatura ideale](#)

mamma_lara Domenica, 30 Novembre 2014 12:54

26-28 gradi

mamma_lara Domenica, 30 Novembre 2014 12:54

[scaldo l'impasto a 28-28 gradi](#)

E come diceva Evelino, in mancanza dei cavalli si fanno trottare i somari.

Io non ho i mezzi di una pasticceria e un phon sotituisce abbastanza i loro potenti mezzi 😊

mamma_lara Domenica, 30 Novembre 2014 12:51

[aggiungo i tuorli all'ultimo impasto](#)

mamma_lara Domenica, 30 Novembre 2014 12:49

[primo impasto lasciato lievitare tutta la notte](#)

Mi manca la foto dell'ultimo impasto con gli ingredienti in bella vista

mamma_lara Domenica, 30 Novembre 2014 12:48

[Panettoni cotti](#)

mamma_lara Domenica, 30 Novembre 2014 12:43

Stanno levitando 😊

Almeno spero

mamma_lara Domenica, 30 Novembre 2014 12:22

vado a trasferire l'impasto negli stampi

mamma_lara Domenica, 30 Novembre 2014 12:22

Rossana, quanto mi è piaciuto il tuo raccontare Londra, fai venire la voglia di andarci a visitarla.

Sottoscrivo tutto quello che hai scritto a Gragra

mamma_lara Domenica, 30 Novembre 2014 12:20

Elisabetta, mi sa che non si correranno rischi di vedere chiuso il forum se questo dipendesse da noi, mica si guarisce dal nostro MDT, diete o profilassi che siano quelle che facciamo. Io faccio come te, non guardo i telegiornali e sui giornali leggo solo ciò che non peggiorano già l'angoscia di come è messo il nostro paese. Spero che i black out siano finiti. Ci manchi quando non scrivi.

mamma_lara Domenica, 30 Novembre 2014 12:16

Kikka, hai fatto bene a vuotare un po' il sacco con tua mamma, almeno non ti farà trovare quella persona davanti agli occhi quando vai a casa sua. Curati e non avere fretta di andare a lavorare

mamma_lara Domenica, 30 Novembre 2014 12:12

Graga, ho fatto delle foto ai panettoni che sto facendo, non appena ho un minuto le metto qui.

mamma_lara Domenica, 30 Novembre 2014 12:10

Paula, anch'io come te e Rossana avevo pensato ad una sorpresa, sono stata per scaramanzia, visto anche che ad Annuccia ultimamente si fanno sentire le sue origini campane. 😊
Napoli merita sempre tutti i viaggi. Ti basta sederti nella via Spaccanapoli e ti riempi gli occhi, le orecchie e l'anima.

mariparis Domenica, 30 Novembre 2014 12:10

Buongiorno a tutti e buona domenica!
oggi ci siamo alzati tardi, ed io sentivo pulsare la testa forte. Ho riscaldato il lato della testa dolorante col phon e poi ho preso una tachipirina...adesso sto molto meglio...non mi par vero 😊
sto preparando per il pranzo pollo e patate al forno.
Paula spero proprio che ti potrai fare il viaggio che tanto desideri.
io in passato ho viaggiato spesso, e compravo i pacchetti all inclusive su expedia. Mi sono trovata sempre bene e non spendevo molto.
è dal 2010 ormai che non faccio un viaggio serio. Da quando il mio mdt è peggiorato. Questa estate Alberto sarebbe voluto andare qualche giorno in Spagna...c'erano belle offerte...ma io non me la sono sentita per il terrore del mdt. Abbiamo optato poi per una settimana a santa Maria del focallo, un posto incantevole del ragusano.
chissà se l'anno prossimo sarà la volta buona anche per me di fare un bel viaggio...
auguri a tutti gli Andrea e buona domenica

mamma_lara Domenica, 30 Novembre 2014 12:06

Piera, ero sveglia anch'io solo un pochino dopo di te 😊

mamma_lara Domenica, 30 Novembre 2014 12:04

Mariagrazia, piacerebbe anche a me sentirvi cantare, peccato che siamo così distante.
Mamma mia, alzata dalle 4,30, ma se si deve cantare la mattina fa bene essere svegli abbastanza tempo prima. Però bisogna andare a letto presto 😊
Ecco, la tua torta sono certa che piacerebbe anche a me. 😊

mamma_lara Domenica, 30 Novembre 2014 12:01

Auguri a tutti gli Andrea che sono tantissimi qui nel forum.

mamma_lara Domenica, 30 Novembre 2014 12:00

Mariparis, io non ho fatto nulla, è il dottore che bisogna ringraziare. Lui è stato disponibile.

mamma_lara Domenica, 30 Novembre 2014 11:49

Willy, a mio parere ci sono evidenze cliniche che non sono pareri per l'uso eccessivo di certi farmaci e purtroppo su molti di noi si sono fatti sentire. Prendi me, e alle mie articolazioni, ad un convegno ho sentito che una certa combinazione di farmaci praticamente disintegra la cartilagine delle articolazioni, in quel momento ho segnato quali erano i tipi di farmaci che causano questo effetto, perchè io li ho usati per tanti anni. Poi purtroppo al ritorno sono stata male in treno e mi hanno messo giù di fretta furia a Bologna e ho lasciato quegli appunti in treno. Chissà che non sia stato quello a causare la distruzione delle mie articolazioni. Poi non parliamo del cuore, ho dato una bella botta anche a quello. Senza poi pensare che mi sono cronicizzata di tutto di più.

L'uso eccessivo fa male e fa male tanto per tutto e quando lo dicono i medici hanno ragione. Poi probabilmente ad ognuno di noi causa disturbi diversi e su alcuni forse non causano neppure nulla, ma si sa che ci sono sempre le persone che resistono a tutto, ogni tanto lo sentiamo dire che c'è chi mangia il veleno e non muore.

Poi per ultimo, senza nessun giudizio per nessuno mai perchè ognuno di noi fa sempre quello che può.

Mi fa piacer che tuo figlio stia meglio, vedrai che riprenderà anche l'attività sportiva

Forza sempre

P.S. io continuo con questa dieta-profilassi e staremo a vedere cosa porta ancora di positivo.

mamma_lara Domenica, 30 Novembre 2014 11:36

Buongiorno a tutti.

Ho una decina di minuti mentre i panettoni fanno la punta.

Non ho capito bene se le foto le posso mettere qui o se le devo spedire alle amiche.

Scusami, ma voglio essere sicura di non combinare guai

nico26 Domenica, 30 Novembre 2014 10:38

Ecco Paula...travelbird...-- 😊

nico26 Domenica, 30 Novembre 2014 10:34

Buona domenica a tutte/i

Dormire dalle 21.30 alle 07.

10...cotta come mummificata...vuol dire esser stanca???Forse solo un pochett 😊.Comunque oggi pranzo con amici ed io ho detto.....si va in agriturismo ragazzi.....20€ adulti 10bimbi...Ogni tanto ci sta e io non sto ai fornelli sempre!

Paula dopo guardo la mia posta e ti dico il sito dove guardare super offerte per Londra a prezzi low cost ma serissimo.

cri69 Domenica, 30 Novembre 2014 10:21

PAULA potrei sacrificarmi e venire con te 😊

rossana Domenica, 30 Novembre 2014 10:05

PAULA prima o poi riuscirai ad andarci. Sento i nipoti che vanno e vengono con dei low cost e sono studenti e si arrangiano molto in proprio con le finanze quindi credo che, evitando il periodo delle feste, si possa fare.

Io l'ho vista una volta, con un'amica siamo andate a fine anno ormai 25 anni fa.

Eravamo in un alberghetto modestissimo ma ben posizionato e da lì si accedeva a tutto perché Londra ha di bello che è piccola.

L'atmosfera che lì ho respirato non la dimenticherò mai, è bellissima ma come me lo pensano in tanti.

Questi pub veri perché usati e strausati smunte le sedie e non finti come qui da noi.

Poi pieni di gente di ogni età, famiglie con bambini, settantenni in coppia e non che si bevono la birra. E alle 11 puntuale suonava la campanella (almeno allora) e ci si apprestava ad uscire.

Anche questo mi era piaciuto.

Tieni d'occhio i voli e quando vedi una buona occasione vai. Se non viene Fausto cerca di andare con qualcun altro, chicchessia o da sola.

Ti bastano due o tre giorni per imprimertela e non dimenticarla più.

paula1 Domenica, 30 Novembre 2014 09:53

ROSSANA.. 😊 hai colto nel segno ! sarebbe il mio sogno andare a Londra...avevo pensato che se Fausto aveva un contratto buono me lo sarei regalato..., ma non è così quindi devo solo immaginarla...ne abbiamo parlato proprio ieri seraFausto c'è già andato in gioventù....

allora ho optato per andare qualche giorno via dopo Natale, per svagarci visto che a Genova ero anche stata male e me la sono goduta poco..., ma anche la meta alternativa è stata bocciata 😞 con

motivazioni un po' strane...gli avrei dato un calcio negli stinchi... 😞 😡

ora c'è da dire che a nessuno dei due hanno confermato le ferie invernali quindi era solo uan

congettura...

la meta era: Napoli 😊

Elisabetta Domenica, 30 Novembre 2014 09:41

Buona domenica, carissimi. Ho acceso dopo due giorni di black out e speravo tanto di leggere buone notizie. Tutti ne abbiamo un bisogno disperato perché i quotidiani sembrano fatti per distruggere il morale dei lettori. Sono stata accontentata. Ho visto un fuoco di artificio di stelline nella vita di ANNUCCIA, ho letto che da ISA va tutto abbastanza bene, che l'umore di FEFFE e di CRI sono ottimi, che GRI è felice, che LARA comincia a vedere risultati dalla sua dieta e che molte si apprestano ad iniziarla..... Non vorrei che fra un po' il forum dovesse chiudere perché siamo rimasti in pochi col mal di testa.

Del terremoto non parlo, ma tengo il fiato come voi

Certo che i problemi ci sono sempre, ma, ogni tanto un raggio di luce dà speranza.

WILLY, non voglio essere semplicistica, ma dato che ho vissuto tanto, vorrei ricordarti che la diagnosi fatta sulle conseguenze del tuo abuso di farmaci, può essere opinabile. Mai prendere come oro colato ciò che dicono i medici. Ascoltiamoli cum grano salis. Le diagnosi sono solo un'opinione. E se senti 10 medici, almeno 8 hanno pareri discordi. Per cui non farti prendere dal panico e stai sereno (frasi che non si può più dire senza far ridere ma in questo caso mi serviva!)

ROSSANA, ti ho risposto.

Non ho nominato tutti, ma tutti sono sempre nel mio cuore.

Un bacio. Elisabetta

rossana Domenica, 30 Novembre 2014 09:41

Auguri a tutti gli Andrea!

In casa di ANNUCCIA oggi festa delle feste, che bello 😊

rossana Domenica, 30 Novembre 2014 09:40

GRAGRA non temere di ammorbare, qui presto o tardi lo facciamo un pò tutti.

Pensa solo a cosa ti fa stare meglio: se scrivere ti solleva scrivi, se così non è vedi un pò tu ma non aver paura di intristire noi.

Questo posto è fatto per lasciare qui i nostri pesi dell'anima anche se io per prima quando sono un pò troppo negativa non mi sento di scrivere per timore di intristire tutti.

Ma non solo: credo sia anche una difesa per me. Non voglio vedere nero su bianco lo stato d'animo di quel momento, quindi meglio aspettare a scrivere quando la cosa si è alleggerita un pò.

Ho scritto in modo che meno chiaro non si può ma la sostanza è questa: fai come ti senti e non esitare ad "usare" il forum.

Sai che qui nessuno giudica e soprattutto nessuno si stupisce di stati d'animo confusi o simil depressi. Siamo tutti in quella barca, o meglio parli per me: io di sicuro sono su quella barca e sempre sempre faccio come posso anche coi miei cari.

E non sempre riesco a nascondere i dispiaceri che ho nel profondo ma tant'è.

Gri Domenica, 30 Novembre 2014 09:34

Buongiorno! Anche qua nuvole basse e tanta umidità!

ANNUCCIA, che bella sorpresa che ti hanno fatto Lupetto, Enrico e Alessandra!

CRI, sono felicissima che per tua figlia tu sia diventata "la migliore amica".

Buona domenica e auguri ai vostri Andrea!

rossana Domenica, 30 Novembre 2014 09:32

Buongiorno a tutti,

mo che bello trovare belle notizie.

CRI raccogli finalmente soddisfazioni, sono proprio contenta che meraviglia.

MARIAGRAZIA cavolo quanta gente, andrei in panico al pensiero.

Evidentemente siete dei professionisti, ma che bravi.

PAULA quando racconti di come passate le serate tu e Fausto mi piace un sacco.

Di solito alla tua età ci si prende già troppo "seriamente" e non so perché ma si abbandonano certe passioni diciamo così giovanili.

Voi invece le frequentate e le praticate abitualmente, gran bella cosa secondo me.

Vi vedrei bene a Londra, ma vi vedo bene anche lì sempre un pò dandyggianti 😊

cri69 Domenica, 30 Novembre 2014 09:25

Buongiorno e buona domenica bella gente. WILLY che piacere sentirti e sapere che hai passato del tempo con il tuo bimbo. Le tue paure, penso, siano normali ma passettino alla volta sono sicura che ce la farai. Abbracci.

MARIAGRAZIA anche per te enormi soddisfazioni a teatro, ci vogliono...

Ora vi ammorbo un pò. portate pazienza.

Ieri per me è stata una giornata. Ieri mattina è venuta Giulia, le è stato confermato anche l'altro lavoretto e poi mi ha parlato dei suoi amori... che meraviglia. Poi ieri sera 1 h al telefono e mi ha aggiornato sulla situazione. Una tenerezza infinita con le sue domande, cosa faccio? come mi

comporto... come se io fossi la persona più indicata per darle consiglio, visto i precedenti 😊.

Nel pomeriggio è venuta mia nipote, anche lei emicranica, cerco di seurla, nel mio piccolo, cercando che compili sempre il suo diario, seguire le indicazioni della Dott.ssa. Anche lei è tosta, un caratterino (tutta la zia, mia sorella mi ringrazia spesso 😊). Così mi è passato il pomeriggio. Mi manca solo il mio

ciccino, è fuori per lavoro da 3 gg, LARA stavolta sono stata brava 😊, tornerà...

LARA a proposito se sei riuscita ad avere il diario che ci hanno presentato al convegno me lo fai avere? Non ricordo di avertelo chiesto. Grassie

gragra Domenica, 30 Novembre 2014 09:23

Buongiorno.

Auguri gli Andrea 😊

Lara, manaci una foto dei panettoni.

Piera, mi dispiace per la brutta notte 😞

Io sono in pensieri esistenziali per cui non vi annoio.

Un bacio a tutti.

paula1 Domenica, 30 Novembre 2014 09:15

Buon giorno a tutti.. qui nebbione... auguri a tutti gli Andrea 😊

ANNUCCIA anche io avevo pensato ad una sorpresa...

WILLY ma tuo figlio si è operato più di sei mesi fa?

Ieri sera siamo rimasti qui in zona... c'è un chiosco di piadine e abbiamo passato un po' di tempo lì a parlare di monti e di lupi con l'amico chitarrista che abbiamo conosciuto quando Fausto ha cantato le canzoni con Iggy...

Stanotte alle 5 sono emigrata sul divano e ho sognato il terremoto... beh visto che ne avevamo parlato qui... 😊

Oggi non so ancora cosa faremo...

Piera Domenica, 30 Novembre 2014 08:41

Auguroni a tutti gli ANDREA!!!

Anch'io sono sveglia da un po', mi sono addormentata alla 2.30 e alle 5.30 ero già sveglissima, che nozzaccia!!! 😊

mariagrazia Domenica, 30 Novembre 2014 08:02

Buongiorno a tutti. Sono già operativa da un po'. Sveglia dalle 4.30. In cucina dalle sei. Ho già preparato per pranzo, perché fra poco saremo impegnati in teatro per tutta la mattina con la prova generale della Traviata. Martedì il teatro sarà stracolmo. Sono stati venduti tutti e 540 i biglietti e peccato non ci siano ancora posti perché tanta gente voleva venire ancora.

Oggi è sant'Andrea. Auguri ad Andrea di Annuccia e al nipotino di Giuseppina, nonché a mio figlio. Ho fatto una torta super calorica come piacciono a lui.

mariparis Sabato, 29 Novembre 2014 23:46

Annuccia tanti auguri alla tua mamma! E che bella sorpresa hanno fatto i tuoi figli!

Lara grazie di avermi mandato la mail del dottore. Sei sempre cara.

Willy spero che tu stia meglio dopo il ricovero e che riesca a prendere sempre meno sintomatici. Vi bacio forte e vi auguro buona notte

Willy Sabato, 29 Novembre 2014 22:44

Buona serata a tutte, ho ripreso il lavoro a pieno ritmo dopo il ritorno dal Mondino anche se sono seriamente preoccupato delle conseguenze di una vita da farmaco-dipendente che devo

obbligatoriamente interrompere. Ci sto provando. Oggi pomeriggio sono stato in casa a godermi mio figlio dopo due settimane che non lo vedevo, così questa sera, non è uscito ed è qui con me. Sta molto meglio dopo l'intervento subito al ginocchio, ha ripreso a fare attività anche se non è ancora pronto per tornare a giocare a calcio come prima, pazienza se penso a quello che ha passato. Lara, mamma mia quanti attacchi di emicrania e grappolo, non so come fai senza prendere niente, io non ci riuscirei. Continua con la dieta vedrai ti farà molto bene.
A presto.

nico26 Sabato, 29 Novembre 2014 20:02

Olla...la...la.... rientrati da Babbo Natale che affascina piu' gli adulti chei ibambini e abbiamo cenato e ora silenzio .Dio che meraviglia!!!

Lara ti invio una foto di Nico con Babbo così se alla nostra vuoi farla vedere per regalarvi un po di noi!!!

Un abbraccio

cri69 Sabato, 29 Novembre 2014 19:52

Oggi giornata straordinaria per tanti,che gioia...sprizza anche dal video,sono proprio contenta..

ROSSANA 😊😊

ANNUCCIA ribadisco,veramente fantastici i tuoi ragazzi

mariagrazia Sabato, 29 Novembre 2014 19:48

Annuccia auguri alla tua mamma! Che bella sorpresa che hanno fatto i ragazzi! Immagino l'emozione.

rossana Sabato, 29 Novembre 2014 19:22

Si LARA sei perdonata soprattutto sei fai dei panettoniadesso ci siamo 😊

mamma_lara Sabato, 29 Novembre 2014 19:14

Mi perdonerete, ma oggi sono indietro come la coda del somaro e devo ancora farne di cose prima di chiudere la giornata.

mamma_lara Sabato, 29 Novembre 2014 19:12

Annuccia, ma che gioia per tutti. Troppo bello. Che bella festa e a proposito, auguri alla tua mamma di buon compleanno.

Ma pensa te, sai che mi sono commossa nel leggerlo. Ma che gioia hai dato anche a noi.

Sono stati proprio bravi i nonni bis a non piangere, ma mi sono messa avanti io per loro. 😊

Bravo anche Andrea che non ha fiato 😊😊

rossana Sabato, 29 Novembre 2014 19:12

Ho appena ricevuto su Whatsapp (ce l'ho solo sul tablet) le foto della zia di Alberto che compie oggi 97 anni festeggiata come si conviene dalle due badanti che la gestiscono.

Mi ha fatto un effetto stranissimo aprire e trovare le sue foto con calice, fiori, cioccolatini, torta con numero 97 (Novantasette), e i palloncini colorati.....

E lei sorridente, troppo bello.

Dobbiamo molto anche a queste due signore ma credo che quando le si assume regolarmente e si valorizza e premia il loro lavoro - se sono persone per bene - si riceve.

Domani andiamo noi a fare gli auguri.

ANNUCCIA a proposito tanti auguri alla tua mamma che più bel regalo non poteva ricevere.

rossana Sabato, 29 Novembre 2014 18:57

ANNUCCIA che dire, troppo bello.

Sai che me lo immaginavo? Non so perché ma come dice Lottie nel romanzo "Un incantevole aprile" (datatissimo ma che a me piace tanto) quando prima di altri prevede delle cose:lo vedo già.

Ecco io lo avevo "visto" in quel senso qui 😊

Piera Sabato, 29 Novembre 2014 18:54

Annuccia sono proprio contenta, che cari che sono stati i ragazzi a fare una tale sorpesona a tutti, ma in particolare ai nonni bis. 😊 Auguri alla tua mamma di vero cuore

Annuccia Sabato, 29 Novembre 2014 18:49

Chiudo, non so quando potrò riscrivere. Tanti baci a tutti

Annuccia Sabato, 29 Novembre 2014 18:49

FEFFE, Andrea ha 27 anni, ma come ben sai usano i "toy boys"! saresti poi coetanea di Alessandra, anche lei si è presa Enrico che è più giovane..... 😊 .

Annuccia Sabato, 29 Novembre 2014 18:44

Non vedevo l'ora di tornare a casa per scrivere.

Oggi giornata emozionante, ed è dire poco.

Siamo stati a pranzo dai miei, come vi avevo scritto, per festeggiare mamma.

Abbiamo mangiato e mentre Simona faceva il caffè, è suonato il citofono, indovinate chi era arrivato????? Enrico , Alessandra e Lupetto. Noi esterrefatti, Andrea sapeva ma era stato zitto. Tutti in cucina abbiamo aspettato che salissero mentre papà e mamma erano rimasti in sala da pranzo. E' entrata Alessandra con in braccio il bambino non vi dico la reazione dei miei genitori, commossi fino alle lacrime, e noi con loro. Che bel momento e che regalo per la mia mamma.... ora ho un gran mal di testa, ma non importa, cercherò di non farmi rovinare tutto dal maledetto (la mia LARA docet). Sono arrivata ora, mi prendo un Imigran e attendo il piccoletto, loro passavano un attimo a salutare un amico, anche se prudenzialmente io lo avrei portato a casa, ha parecchio catarrino.

Non rileggo tutto ciò che vi ho "catapultato" qui.

Gri Sabato, 29 Novembre 2014 18:02

Sta sera usciamo a mangiarci una pizza con i trappolini. Di solito la prendiamo e la portiamo a casa.

Sta sera abbiamo voglia di uscire!

Buona serata a tutti.

Gri Sabato, 29 Novembre 2014 17:59

Buona sera, vi ringrazio per i messaggi, per fortuna qua non ha fatto nessun danno né a cose né a persone il terremoto. In tantissimi lo hanno sentito. La mia amica mi ha chiamata agitatissima....e io nemmeno l'ho sentito.... 😊

Sta mattina piscina con i bimbi come tutti i sabati. Xavier ha iniziato ad andar sott'acqua, è molto bravo! Eloïse ormai è un pesciolino....lei ci va da quando aveva 6 mesi!

rossana Sabato, 29 Novembre 2014 17:41

Finisco la mia "piega", vedo di assumere un aspetto decente per uscire con amici a mangiare una pizza.

rossana Sabato, 29 Novembre 2014 17:40

Ciao a tutti,

settimana un pò durezza questa per l'umore. Pazienza, sta per finire.

FEFFE congratulazioni, brava proprio. Ti auguro le migliori cose.

ISA bello leggeri e soprattutto mi sembra di sentirti un pò meno oppressa dai dolori il che è ancora più bello.

CRI sono contenta per tua figlia, qualcosa di buono per quanto breve ma ci fa bene.

GIUSEPPINA troppo tenero il tuo Andrea nell'armadietto.....che carino 😊

ANNUCCIA i tuoi figli non finiscono di stupire: i babysitter hanno fatto.

Evidentemente il lavoro dei genitori è stato un buon lavoro.

paula1 Sabato, 29 Novembre 2014 17:34

Salve...siamo ancora a casa...Fausto ha male a un dente e non ha voglia di andare in mezzo a centinaia di persone...sta guardando il rugby in tv...dopo vedremo cosa fare e intanto è sceso il solito nebbione...la mia testa è delicata e sospetto che la crisi non sia ancora passata...ho già avuto 3 crisi così e ancora del ciclo neanche l'ombra... 😊

lunedì mattina ho la visita oculistica al Policlinico S.Orsola..è due anni che sono in lista 😊 , inoltre è la settimana delle notti..dopo fino a gennaio non se ne parla più...

kikka Sabato, 29 Novembre 2014 16:35

Il terremoto io non l'ho sentito e dire che ieri sera in compagnia si parlava proprio di quel periodo....mah!

GRI tutto bene lì? un abbraccio

MAMMA LARA poi ci dirai come procede l'esperienza della chetogenica, spero proprio ti porti

giovamento.

FEFFE speriamo dai!!! Incrocio tutte le dita del corpo perte. Grazie per i saluti...sono arrivati... 😊

kikka Sabato, 29 Novembre 2014 16:17

Sono preoccupata che sia qualcosa che mi possa far star male, sento il rumore dietro ai bronchi e mi agita da morire sta cosa..... Svcusate lo sfogo... 😞

kikka Sabato, 29 Novembre 2014 16:15

ciao a tutti. Proprio poco fa è partita mia mamma per rientrare a Napoli, è stata qui da noi una decina di giorni. Mi ha fatto molto piacere stare con lei, ci siamo dette tante cose in bene e in mele, mi sento più leggera. 😊

Mercoledì sono andata dalla dott perchè da sabato avevo un pò di tosse che mi dava da tribolare. Beh non mi manda all'ospedale a fare raggi urgentissimi per sospetto focolaio!!!! Per fortuna l'esito è stato negativo, ma ho una brutta bronchite e la dott ha detto che mi ha presa per i capelli...sono sotto due antibiotici e cortisone per 10 giorni. Sono a pezzi, giù di corda e nervosa... 😞😞 Per la tosse mi ha dato la paracodina, conta ma ahimè leggere quei foglietti illustrativi...non devo farlo più... 😞😞 Mi ha fatto sospendere laroxyl per ora, ero a 4 gocce, quindi anche poche. Ieri al controllo ha detto meglio, ma ancora sentiva il rumore a destra dietro le spalle e mi ha aggiunto un antibiotico più potente per tre giorni oltre la cura per sei giorni di base.

gragra Sabato, 29 Novembre 2014 15:17

Salve,

al congresso sulla malattia di Parkinson i medici del Campus erano molto coinvolgenti ed organizzati in multidisciplinare: dal neurologo al fisioterapista, otorino, logopedista.... Financo allo spicologo per i parenti 😊

il MDT è scoppiato nel bel mezzo, ma l'ho messo a tacere con l'analgescico.

Ora sono a casa dei miei immobile, a letto con la testa premuta contro il cuscino. Che p@@@@!!!! Ho chiesto per la mia sindrome delle gambe senza riposo perchè vorrei essere valutata per questo problema e provare a togliere il farmaco che prendo il quale, al pari del topamax, crea svariati danni psichici.

al momento senza questo farmaco non posso stare: purtroppo è obbligo assumerlo tutti i giorni. ecco perchè punterei anche alla dieta chetogenica.

paula1 Sabato, 29 Novembre 2014 15:08

Buon pomeriggio a tutti...anche io non vado da NICO26 😊😊😊

alle 18 saremo a Casalecchio di Reno all'iniziativa con Don Luigi Ciotti che parla di tutela alle vittime di mafia in ricordo di Lea Garofalo...è l'ultima della varie iniziative curate da Lucarelli per Politicamente Scorretto giunta alla decima edizione...noi ci andiamo quasi tutti gli anni...

stamattina ho poi preso 50 gc di Toradol perchè picchiava forte e sono tornata un po' a letto...a pranzo siamo andati dai miei genitori e poi a fare la spesa...la testa va meglio anche se delicatissima e come solito col Toradol che dà come l'idea di avere un quarto di faccia mezza addormentata... 😞

Fausto ha male ai denti..gli era passato domenica dopo il pronto soccorso e così non è andato dal dentista...ben gli sta 😊 ora ha preso un Brufen 600 e dorme come un orso... 😊

mamma_lara Sabato, 29 Novembre 2014 15:03

I giornali dicono che la scossa dalle nostre parti è stata inferiore a quella riportata dalle prime notizie. Meno male va. Spero che Maya non l'abbia sentita

mamma_lara Sabato, 29 Novembre 2014 15:02

Nico, neppure io 😊😊😊

cri69 Sabato, 29 Novembre 2014 14:45

NICO tranquilla io non vengo 😊😊

nico26 Sabato, 29 Novembre 2014 14:40

Stasera non voglio nessunoooooooo!!!!

mamma_lara Sabato, 29 Novembre 2014 14:35

Gragra, spero tu sia riuscita a fare ogni cosa senza stare troppo male 😊

mamma_lara Sabato, 29 Novembre 2014 14:32

Nico, le mie analisi sono perfette, compreso il colesterolo. Le avevo sballate dopo un po' di mesi nel 2008 mentre facevo la dieta a zona che ho poi dovuto interrompere proprio per le analisi sballate. Dalle mie analisi si evince che mangiavo il modo perfetto ultimamente, mentre invece sul versante ciccia agli altri non andava bene 😞😞

mamma_lara Sabato, 29 Novembre 2014 13:00

Isa, grazie mille per l'iscrizione ad Al.Ce. Grazie Grazie e ancora Grazie.

Il B-bloccante bisogna prenderlo per un po' prima di vedere i risultati, ma tu saprai da quanto tempo lo assumi.

Grande la tua amica.

Poi ci saprai dire.

Ti voglio bene cara amica.

mamma_lara Sabato, 29 Novembre 2014 12:57

Dimenticavo di dirvi che Gabriele è talmente attento a questa nuova profilassi che mi procura tutto quello che mi serve e si informa in continuazione di come sto (anche Piera lo fa ogni giorno, alle volte anche due volte).

Poi mi prova la pressione tutti i giorni 😊😊

mamma_lara Sabato, 29 Novembre 2014 12:54

Annuccia, io ho conosciuto un po' più Enrico di Andrea, ma penso che siano buoni uguali.

Mai e poi mai dimenticherò la cura che ha avuto Enrico nei miei confronti quando siamo stati a cena insieme.

Pensa che la stessa impressione mi ha fatto Valerio di Monica, stesse attenzioni quando dovevo salire in auto e scendere. Io mi riempio l'anima di queste cose e non posso fare a meno di amarli da subito, e mica finisce poi. 😊

mamma_lara Sabato, 29 Novembre 2014 12:49

Cri, anche a me riempie il cuore sentire che il grande amore che hai nei confronti della tua bimba venga corrisposto.

Terremo tutto di incrociato anche per lei XXXXXXXXX

mamma_lara Sabato, 29 Novembre 2014 12:46

Le mie gambe fanno male come prima, la cosa però che è scomparso è il dolore che avevo ogni volta che mi alzavo in piedi e che piegavo la gamba sinistra. Non è un dolore facilmente spiegabile, so solo per che per raddrizzare la gamba mi si volevano un bel po' di manovre alle volte anche imbarazzanti, senza poi tener conto al dolore che sentivo.

Da tre giorni non lo sento più e mi sembra di sognare essere tornata a provare a fare i gradini anche con questa gamba, era da ancora prima del 2006 che non la usavo più.

Ecco, non pretendo di non avere più dolore alle gambe, ma anche solo non avere più questo problema mi solleva un pochino.

A letto però devo sempre fare attenzione, perchè non è che posso fare le capriole, se mi muovo sono guai

mamma_lara Sabato, 29 Novembre 2014 12:42

Maria, si è duro questo regime alimentare, ma ne varrà la pena se la mia testa ne trarrà beneficio.

Ora aspetto un po' prima di parlare, perchè è presto. Ma se funziona e le analisi continuano ad andare bene, contierò a farla fino a che non me lo potrò permettere.

mamma_lara Sabato, 29 Novembre 2014 12:39

Panettoni messi a lievitare, 😊 ora aspetto il momento di cuocerli. Ho recuperato degli stampi un po' più grandi e ho pensato di tagliarne un pezzetto. Verranno più bassini e più larghi. Ho chiesto a Gabriele se fa un sacrificio e me ne assaggia uno.

Mi ha detto che si sacrificherà 😊😊😊

mamma_lara Sabato, 29 Novembre 2014 12:36

Lo avevo detto a Gabriele, poi quando Gri ha parlato del terremoto dalle sue parti mi sono detta che era impossibile lo avessi sentito anche da qui.

mamma_lara Sabato, 29 Novembre 2014 12:00

Stanotte anche qui scossa di terremoto, proprio da Maya, spero dormisse. A me è sembrato di sentire qualcosa, ma avevo appena finito il grappolo ed ero rimbambita. Stesso Magnitudo della Valle d'Aosta.

mamma_lara Sabato, 29 Novembre 2014 11:00

Buongiorno a tutti.

Sto impastando panettoni 😊😊😊

Ma ci sono.

Gri, ho letto del terremoto. Immagino lo spavento.

Dopo telefono a Sara

Maria9195 Sabato, 29 Novembre 2014 10:48

Buon sabato a tutti.

LARA sono molto contenta che la dieta chetogenica abbia dato i primi frutti.... tienimi aggiornata perchè sai io sono sempre aperta alle novità 😊😊😊😊 questa dieta mi potrebbe interessare qualora peggiorassi il mio stato di salute...ora sto benino e mi godo il momento e non penso al futuro,ma sapere che una dieta, seguita da un ottimo neurologo, possa migliorare il mal di testa mi tranquillizza parecchio anche se da quello che scrivete te e Piera è dura e faticosa.... se potrebbe funzionare come profilassi perchè non tentare???? baci.

cri69 Sabato, 29 Novembre 2014 10:25

PAULA non ho trovato nulla

cri69 Sabato, 29 Novembre 2014 10:20

Buongiorno gente,nonostante la nebbia ed i dolori ,oggi sono felice.La mia bimba ha finito lo stage in azienda e le hanno proposto 3 mesi part time,stava facendo delle traduzioni ed in questo momento sta facendo il colloquio per continuare la collaborazione.Mi riempie il cuore sentirla felice...

PAULA può darsi ,dopo vedo di verificare ma mi sono trovata ,di ritorno,mail di un anno fa 😞 .

FEFFE in bocca al lupo,sono proprio contenta per te.

ANNUCCIA auguri alla tua mamma,fantastici i tuoi bimbi .

GRI capperi ,anche questa ? non si è sentito nulla al tg.Speriamo non ci siano stati danni.

feffe81 Sabato, 29 Novembre 2014 09:45

Buongiorno a tutti! Grazie a tutte per gli auguri per il mio nuovo lavoro 😊

ANNUCCIA colpisce molto anche me questo aspetto così paterno, mi piace... ma Andrea è troppo più giovane di me??? 😊 troppo forte l'episodio che hai raccontato 😊

Ieri sera sono venuti da me i miei amici del conservatorio 😊

Annuccia Sabato, 29 Novembre 2014 09:31

Certo, pagavo tutto il resto..... e ne combinavano di guai..... una volta Enrico prese in prestito da un amico una di quelle macchinette per ragazzini e gliela distrusse..... il suo amico era figlio di un

Giudice che conosceva mia sorella , risarcimmo il danno naturalmente. 🤔

Annuccia Sabato, 29 Novembre 2014 09:29

Buongiorno a tutti!

oggi pranzo dai miei, avevamo anticipato al sabato perché dovevano esserci tutti, quindi ormai il programma rimane invariato e festeggiamo oggi (era ieri) il compleanno di mamma, ben 84 anni!!!! PIERA, tutti e due i miei ragazzi hanno fatto i baby sitter, Andrea aveva due bambini maschi americani e Enrico tre italiani (una femmina e due maschi), li accompagnava persino dal dentista, era un vero papà ed ora si vede.... 😊 ancora lo chiamano al telefono comunque la voce si era sparsa tra le amiche di zona e venivano chiamati anche sporadicamente da altri; ricordo ancora che una mia ex (non ci vediamo più) amica chiamò per una sera Enrico (i suoi figli erano 3 maschi)

quando lo vide disse al marito: "mah.... quasi quasi io resto a casa!!!! 😊" il marito molto spiritoso racconta ancora questa cosa. Devo dire che dai 16 anni in poi sia Enrico che Andrea non mi hanno più chiesto soldi per i divertimenti e i vestiti.

paula1 Sabato, 29 Novembre 2014 09:17

CRI69 mi avevi mandato una mail?...ho visto nello spam una intestazione che sembrava il tuo nome...ma di solito butto tutto senza aprire visto che appunto è la cartella Spam...quella però non va nel cestino quindi non la riesco a recuperare....oppure sono le solite truffe che si avvalgono dei tuoi dati senza chiedere 😡😡😡😡

paula1 Sabato, 29 Novembre 2014 09:14

Buon giorno a tutti...qui solito tempo autunnale e mal di testa 😞😞 emicrania comunque...non volevo prendere niente, ma appena faccio un movimento mi batte tutto... 😞😞
ISA che bello leggerti....se abitavamo vicine il problema al lato B lo stavamo già risolvendo...uffffffff...

Isa Sabato, 29 Novembre 2014 08:22

Buongiorno a tutti. Mercoledì ho fatto il versamento per il rinnovo dell'iscrizione ad Alce e compilato modulo e questionario. Lara, ho appena letto che anche tu come Piera stai facendo la dieta chetogenica. Non ne so molto ma sicuramente se vi fa stare meglio non dovete mollare. Sono contenta quando si riesce a trovare una soluzione senza medicine e sono d'accordo che certi medici preferiscono fare una ricetta di antidolorifico piuttosto che cercare strade meno conosciute. Fateci sapere come prosegue. Per adesso sono molto contenta per i vostri risultati, siete proprio brave. Io invece ho mollato (di mia iniziativa) il betabloccante perchè ho fatto i calcoli dei triptani con e senza. La differenza è talmente ridicola che non ha senso secondo me continuare con ulteriori farmaci. Invece ho ripreso i trattamenti di cranio sacrale. La mia amica infermiera che frequentava la scuola, ha finito il triennio l'anno scorso, ha dato gli esami e adesso è abilitata. Prima le facevo da cavia, adesso mi tratta come una "vera" paziente ma siccome nonostante le mie insistenze non vuole essere pagata, mi dice che le servo per fare pratica.... Comunque era da un po' di mesi che non la facevo, la seduta è stata lunghissima e ho sentito veramente il liquor andare ovunque. Non immaginate che sensazioni! Le ho detto ridendo che grazie a me è diventata bravissima! Feffe, in bocca al lupo per il tuo nuovo lavoro! Giuseppina che bella immagine il tuo nipotino nell'armadietto! Gri, sono contenta che Xavier si sia già ambientato al nido e spero tutto bene per tuo marito. Avevo letto di Willy e dei problemi all'intestino. E 'da tempo che sono sicura ci sia un legame fra il nostro primo e secondo cervello. Forza Willi! Buon fine settimana a tutti con tanto affetto.

nico26 Sabato, 29 Novembre 2014 08:17

Buon sabato a tutte/i

Gri che paura speriamo nulla di grave. In Tv nulla... 😞

Lara sono contenta se riuscirai a fare questa dieta per riuscire a risolvere il problema circolatorio delle tue gambe.

L'alimentazione è basilare nella nostra vita e se riusciamo a star meglio fisicamente ben venga. io merc. prox ho tutti gli esami del sangue e anche il colesterolo.

Vediamosono 2 mesi esatti che faccio una cura con riso fermentato e depurativo fegato e mi hanno assicurato che almeno il 10/15 % deve scendere. (249), Non mi esprimo e vedremo !!!!
Oggi porto Nico e amici da Babbo NAtale....e finche' ci crede ancora ben venga!!!!

mariagrazia Sabato, 29 Novembre 2014 08:00

Buon giorno bella gente.

Gri x fortuna nessun danno e meno male che non l'hai avvertito.

gragra Sabato, 29 Novembre 2014 07:34

Buongiorno.

Sono stata svegliata dalla tosse e dallo stomaco a più riprese.

Stamani portiamo mamma e papà alla conferenza sulla Malattia di Parkinson: loro 80 anni stessa malattia 😊, poi anche altre ognuna per conto proprio 😊

Mauro però poi mi lascia perchè deve andare ad allenare...speriamo che me la cavo!

Il MDT lo sento... Sta lí, ma in genere tutto il dolore viene alla fine, quando si sono portati a termine i compiti. 😊

Piera Venerdì, 28 Novembre 2014 22:27

Giuseppina ho mangiato lasagne per cinquant'anni !!!!! credo che smettero' la mia dieta solo sotto feroci minacce.....mai stata meglio in vita mia 😊

Piera Venerdì, 28 Novembre 2014 22:24

Gri spero che non sia accaduto nulla di grave.....Annucchia , Andrea avra' fatto lo zio alla perfezione, mi ricordo ancora di quando faceva il baby sitter, mi ha sempre colpito 😊

Gri Venerdì, 28 Novembre 2014 21:53

Buona notte MAMMA LARA

Gri Venerdì, 28 Novembre 2014 21:52

Un'ora fa c'è stato terremoto qua in Valle d'Aosta, epicentro a circa una quarantina di km da casa mia. In zona lo hanno avvertito forte, io non me ne sono accorta... Era di magnitudo 3.5

mamma_lara Venerdì, 28 Novembre 2014 21:51

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

mamma_lara Venerdì, 28 Novembre 2014 21:50

Vado perchè sono in ritardo, ma ho appena finito di cuocere i panettoni.

mamma_lara Venerdì, 28 Novembre 2014 21:50

Piera, il mio batù è chetogenico, mi basta fare delle palline e non chiuderle nella pasta. 😊😊

mamma_lara Venerdì, 28 Novembre 2014 21:48

Giuseppina Gabriele se calo è contento 😊

Però non mi dice mai nulla, perchè sa che sto bene così. ma se la testa va bene supporterò 😊

giuseppina Venerdì, 28 Novembre 2014 21:48

ma PIERA devi andare avanti per tanto? Insomma un giorno potrai mangiarti una bella lasagna?

mamma_lara Venerdì, 28 Novembre 2014 21:47

Cris, speriamo non aumenti il MDT.

giuseppina Venerdì, 28 Novembre 2014 21:46

sono contenta LARA per la dieta, già questo piccolo risultato della gamba mi sembra incoraggiante, se poi la ciccia dovesse calare troppo, prima di scontentare Gabriele, puoi sempre interrompere 😊

Piera Venerdì, 28 Novembre 2014 20:55

lara ricordati che a Natale dobbiamo papparci i tortellini chetogenici!!! 😊

mariparis Venerdì, 28 Novembre 2014 20:42

Lara sono contenta che hai iniziato questa nuova avventura della dieta, mi auguro tu abbia gli stessi risultati di Piera. Sarebbe davvero una gran cosa...

Feffe in bocca al lupo per il tuo nuovo lavoro!

buona serata a tutte

Piera Venerdì, 28 Novembre 2014 20:36

Gri anch'io vivevo di pane e pasta ahime' 😊

mamma_lara Venerdì, 28 Novembre 2014 20:33

Mariagrazia, per fortuna ho un medico di medicina generale speciale e mi ascolta. Poi se ho bisogno di aiuto lui c'è

mamma_lara Venerdì, 28 Novembre 2014 20:30

Graga, questa non è una dieta che se sgarri non cali, questa è una profilassi e se sgarri ti ritrovi con il MDT.

Ma certo ognuno fa come può sempre.

paula1 Venerdì, 28 Novembre 2014 20:30

salve a tutti...invece ho preso due buste di Oki...non ha fatto molto effetto, ma non ho proprio voglia di prendere altro...ora vado a guardare la tv e se mi addormento meglio 😊



Buona notte a tutti



gragra Venerdì, 28 Novembre 2014 18:57

Piera grazie,

Lara grazie anche a te.

sono convinta che una dieta è importante: quando riesco a mangiare "bene" sto molto meglio.

Ma con il MDT, le medicine, l'ansia è difficile per me essere brava. Capisco che dovrei essere aiutata ma aiutata da qualcuno esperto, non "un dietologo" generico.

Feffe auguri per il lavoro.

Mariparis, ti scrivo.

un abbraccio a tutte.

oggi va meglio. Settimana da dimenticare.

Gri Venerdì, 28 Novembre 2014 18:34

Ragazze, è molto interessante leggervi e non vedo l'ora di sapere se in tante avrete benefici per la testa come la nostra bella PIERA, con la chetogenica. Io credo che non potrei mai farla...vivo di pane e pasta... Ma come dite voi per la testa questo e altro. Ma sarà che per ora, allattando ho pochi attacchi al mese.

Cris83 Venerdì, 28 Novembre 2014 18:29

scappo a casa perchè la testa sta aumentando discretamente.. 😞

buona serata e un abbraccio..

Piera Venerdì, 28 Novembre 2014 17:37

Maria grazia hai ragione, ci sono tanti medici che ti danno medicine per tutto o non battono ciglio, poi gli parli di una dieta e l'unica cosa in grado di dirti e' : ma guarda che ti fa male ehhhh!!! ma

nooooo, invece un antidolorifico al giorno ti fa bene un casino 😊, io il mio non l'ho nemmeno

interpellato, e se mi diceva qualcosa, gli avrei risposto controlli bene al computer le ricette dei miei

triptani 😊 ero già sul piede di guerrameno male che ha scritto tutti gli esami senza fiatare 😊

mariagrazia Venerdì, 28 Novembre 2014 17:32

Mio marito mi ha detto che gli spiace solo che io poi possa perdere peso con la chetogenica, perché secondo lui sono magra. gli ho detto che sono in sovrappeso di 6 o 7 kg, ma lui ha detto che sto bene così. ma che se riuscirò a stare meglio con la testa allora non gli importerà che io diventi 'troppo magra'!

mamma_lara Venerdì, 28 Novembre 2014 17:23

Annuccia, se avrò dei risultati con il MDT mi dovranno dare motivi validi per farmi smettere, poi ascolterò solo che mi sta seguendo.

Ecco, solo le analisi sballate potrebbe farmela interrompere

mamma_lara Venerdì, 28 Novembre 2014 17:13

Paula, per me il perdere peso è un effetto collaterale indesiderato, ma sopporterò, basta che quando mi vedete e sempre nel caso perda peso, non ditemi che sono dimagrita e quanto sto bene. Meglio

che mi dite che faccio schifo 😊

Il grasso mi protegge e sto bene con questo peso.

Però sono consapevole che con qualche kg. in meno le mie gambe staranno meglio.

Vediamo cosa ne pensa la mia psiche.

La mia testa non so come reagirà a questa profilassi, spero bene

mariagrazia Venerdì, 28 Novembre 2014 17:00

Feffe in bocca al lupo per il nuovo lavoro!

paula1 Venerdì, 28 Novembre 2014 16:43

FEFFE81 sono contenta per il tuo nuovo lavoro, mi piacerebbe sapere se è poi quello di Bologna.....
MAMMA LARA fai bene a provare questa profilassi...se poi fa bene anche al peso oltre che alla testa meglio....così poi magari mettiamo a posto anche le anche... 😊😊

CRIS83 io ho un disagio alimentare diagnosticato, ma penso che noi emicraniche qualche problema col cibo dobbiamo per forza averlo...io mi ricordo che anche in passato, dopo le crisi, avrei divorato anche i portoni dell'inferno...mentre altre persone che ho conosciuto erano magre come chiodi perchè la nausea e il vomito le devastavano...

MARIPARIS..col prestito interbibliotecario che ho consultato ieri, penso di riuscire ad avere il libro anche in tempi brevi...ma non ho poi così premura di leggerlo, perchè tra gruppi di aiuto, dispense e corsi al Policlinico ormai tutte le strategie le conosco...è il cervello che deve fare lo sforzo di metterle in atto....

mariagrazia Venerdì, 28 Novembre 2014 16:41

Il mio dottore di famiglia, che poi è mio cognato, quando gliene ho parlato era molto scettico e mi ha guardato come se fossi impazzita. Non so perché quando devono darti medicine sono sempre pronti e poi quando stai pensando di affrontare il male da un altro punto di vista invece non sono mai d'accordo

paula1 Venerdì, 28 Novembre 2014 16:36

Buon pomeriggio a tutti...qui nebbione..ho gli occhi da gufo ormai...ho portato a casa Sella perchè domani non lavoro 😊 evviva.....

stamattina le gemelline prima di ripartire per Roma mi hanno regalato un braccialettino fatto da loro, quelli intrecciati e siccome me l'ha allacciato la mamma ho espresso due desideri: uno per me e uno per loro... 😊

stamattina la giornata era iniziata con 2 Oki per via di questo mal di testa che mi prende di notte...stavo meglio, ma alle 14 mi è scoppiata una emicrania...adesso, forse perchè mi sto rilassando o provandoci almeno,...è solo delicata e non vorrei prendere nulla...ora accendo il camino così faccio una sorpresa a Fausto quando rientra 😊

mariagrazia Venerdì, 28 Novembre 2014 16:34

Lara sono contenta che anche tu abbia deciso di provare la chetogenica. Il dott è molto scrupoloso. Io vado lunedì a fare le analisi, non ne avevo di recenti. non sarà una passeggiata, ma cosa mai lo è?

Monica Venerdì, 28 Novembre 2014 16:05

Già che ti fa bene alla gamba è un grande risultato. Io sono convinta che ti farà bene anche per l'emicrania e spero tanto anche per la grappolo 😊

Monica Venerdì, 28 Novembre 2014 16:01

MAMMA LARA anche per me fai bene a provare. Vorrei provare anche io ma ho il problema che non mangio carne. Ho chiesto al dott. come poter conciliare la dieta vegetariana con la dieta chetogenica e mi ha detto che ci stanno lavorando. Spero trovino presto una soluzione

Monica Venerdì, 28 Novembre 2014 15:27

Buonasera a tutti. FEFFE mi hai incuriosita 😊
ANNUCCIA meno male che da voi non è successo nulla

Annuccia Venerdì, 28 Novembre 2014 15:25

Volevo scrivere "non ho scrupoli"! Abbiamo chiamato una persona che abita anche d'inverno nel nostro consorzio, per fortuna non è accaduto nulla

Annuccia Venerdì, 28 Novembre 2014 15:24

LARA, hai fatto bene a cominciare la chetogenica, certo per te che cucini tanto sarà ancora più faticosa, ma vale la pena provare. Io non posso farla, quindi non scrupoli.

feffe81 Venerdì, 28 Novembre 2014 15:09

CRIS grazie, ti scrivo in privato 😊

feffe81 Venerdì, 28 Novembre 2014 15:08

MAMMALARA non oso immaginare la fatica di tenere questo regime alimentare, ma sai che sono contenta di leggere che lo stai sperimentando pure tu? giusto per aumentare il campione statistico 😊 poi se porterà anche benefici sarò ancora più felice

Piera Venerdì, 28 Novembre 2014 14:57

Gragra non riesco a vedere la tua mail !!!! comunque il neurologo e' il dott. Di Lorenzo, visita all'ini di grottaferrata , dove mi sembra di ricordare tu sia già stata. a Roma solo privatamente. se sei su facebook, lo puoi contattare tranquillamente

mamma_lara Venerdì, 28 Novembre 2014 14:56

Ora parlo un po' di quella che voi, secondo me erroneamente, chiamate dieta.

Da giovedì scorso la faccio anch'io e se fosse stata una dieta non avrei neppure iniziato, n ho fatte tante nella mia vita ma anche se mi hanno fatta calare di peso, il MDT lo avevo sempre e alle volte aumentava pure.

Ora è difficile che aumenti visto che il settembre ho avuto 28 giorni di emicrania e 30 giorni di grappolo. Mentre in ottobre ho avuto 26 giorni di emicrania e 31 giorni di grappolo. Ma un po' di margine per un peggioramento c'è sempre visto che un po' di giorni senza emicrania li ho avuto. Ho avuto e fatto mille pensieri prima di iniziare e non sono stati poche le persone che me l'hanno sconsigliata, forse per scarsa informazione o forse solo per prevenzione mi dicevano che mi avrebbe fatto male.

E' stata una decisione abbastanza sofferta e come ho detto ho fatto mille pensieri.

Però non potevo perdere l'occasione del viaggio a Roma (ci sarei andata comunque in ogni caso) e ho spedito al medico tutte le mie analisi. Andavano bene e dopo una visita accurata mi ha detto che ero un soggetto idoneo.

Mi ha dato tutte le indicazioni che mi servono e che mi sono utili.

Ho iniziato questa profilassi mercoledì sera, ma per bene l'ho iniziata giovedì mattina della settimana scorsa.

In questa settimana non vi dico cosa ho fatto di pipì, non potevo neppure assentarmi da casa e se lo facevo dovevo avere un bagno vicino.

Sono 5 anni che ho la gamba sinistra che non mi regge quando mi alzo dalla sedia e gli ultimi due anni non mi alzo proprio se non dopo manovre alle volte anche abbastanza dolorose.

Mi hanno visitato in tanti e nessuno si è mai accorto che i miei piedi e le mie gambe erano piene di liquidi, mi sistemavano dicendomi che ero grassa.

Certo, avevano ragione e hanno ragione, io sono grassa, e lo sono ancora dopo aver perso 8 kg in 7 giorni. Certo che non ho perso 8 kg di grasso, forse ne ho perso 1 o al massimo 1,5, ma il resto del peso erano liquidi che stagnavano nelle mie gambe da un sacco di anni.

Sono due giorni che mi alzo in piedi, sempre con cautela perchè se la gamba cede cado, ma il male è limitato e non devo fare nessuna manovra dolorosa e non immaginate quanto.

Mi diranno, eh si, eri grassa. Ohhhh, avete capito che grassa lo sono ancora e sto meglio alla mia gamba sinistra. Chissà mai se questo riuscirò a dirlo a qualcuno.

E ora veniamo alla testa.

Cero, non mi aspetto miracoli dopo una settimana, ma intanto ho avuto come sempre un attacco di emicrania dietro l'altro, ma per due giorni il dolore è stato sopportabile. Lo so che lo sopporto anche quando è più forte visto che sopporto la grappolo, ma siccome ho fatto profilassi che mi toglievano tutte le capacità di ragionare, perchè non provare anche questa che in fin dei conti non mi rimbambisce.

Certo che è dura, non è meglio dire che è durissima, ma quante cose ho fatto anche peggiori per il mio MDT, questa sinceramente mi sembra una cantata di giovani.

Poi ognuno è sempre libero di fare come vuole e come riesce.

Non volevo parlarvi di questa cosa, perchè come non si danno informazioni dettagliate di tutte le altre profilassi, sarebbe opportuno non si parlasse neppure di questa. Magari ne parliamo in privato se una persona è interessata.

Questo per non mettere pressioni a chi non si sente di farla e chi la fa non si senta giudicato.

Poi certo che,io almeno, vi terrò informata sui miei attacchi, così saprete anche voi lo stato dell'arte.

Grazie per la comprensione.

Cris83 Venerdì, 28 Novembre 2014 14:46

Ciao,

ogni volta che sento in tv disagi per l'acqua vi penso sempre.. 😊

FEFFE in bocca al lupo per il nuovo lavoro! se posso chiedere.. di cosa si tratta?

mamma_lara Venerdì, 28 Novembre 2014 14:28

Annuccia, non guardo la tv e non leggo i giornali da quasi due giorni, quindi non sapevo nulla di S. Marinella. Incrocio le dita insieme a te.

Andrea avrà un po' sollevato i genitori alla notte con il suo aiuto.

mamma_lara Venerdì, 28 Novembre 2014 14:26

Paula, meno male che la giornata è andata meglio di come l'aspettavi. Aiuta ben avere un po' di pace anche sul lavoro

mamma_lara Venerdì, 28 Novembre 2014 14:24

Gri, troppo belli tutti nella vasca da bagno per il bagnetto. Ma sai la gioia di Davide nel vedervi così felici. Speriamo che trovino la cura per farlo stare meglio.

Che Xavier si trovi bene al nido è un bel sollievo, così sei più tranquilla quando sei al lavoro.

nico26 Venerdì, 28 Novembre 2014 14:20

Maya meritato riposo .Bravissima!

mamma_lara Venerdì, 28 Novembre 2014 14:20

Rieccomi, sono stata dal dentista poi ho finito il terzo impasto dei panettoni (ho iniziato ieri, ora stanno lievitando in attesa di andare il forno. Poi fra un po' inizio l'altro impasto per quelli che cuocerò domani. Vado avanti con una media di 4 al giorno.

Ne ho da fare abbastanza e ce ne sarà da cantare cara Rossana. 😊😊

cri69 Venerdì, 28 Novembre 2014 13:56

Ce l'ho fatta a scrivervi anche con il cell. Ma sarò impedita? 😞

Maya Venerdì, 28 Novembre 2014 13:12

Oggi riposo !!!! Giornata di rol.ora la testa non. Va tanto bene ...esco con Loredana .

giuseppina Venerdì, 28 Novembre 2014 13:09

ANNUCCIA ti ho pensato ieri sera quando ho sentito degli allagamenti 😞

Maya Venerdì, 28 Novembre 2014 13:09

Ciao...si ieri tre messaggi vuoti, 😡😡, ero così arrabbiata che non li ho trascritti....comunque tutto bene, al lavoro ho finito il turno col secondo gruppo ,non facendo la notte è solo 4ore ogni tre 2 settimane mi ritrovo con due ragazze nuove, quest' ultimo aveva una ragazza un po' sul tipo..."io sono il capo" 😊😊 e dopo un paio di risposti è poco etiche e professionali, giovedì mattina dopo il saluto sono partita con qualche domanda per chiarirmi alcune cose, c'era calma, così anche se cercava di essere evasiva, le ho fatto capire che può chiedermi quello che vuole, insegnarmi tutte le tante cose, ma se non le va' non ha pazienza potrebbe farlo l'altra ragazza, ...questo è' astato per renderla disponibile e professionale, non poteva certo farsi mancare l'occasione di insegnare e che la capo turno vedesse il suo impegno.

giuseppina Venerdì, 28 Novembre 2014 13:05

GRI bravissimo il tuo Xavier 😊 pensa che il mio Andrea al mattino facciamo ancora fatica a farlo uscire dall'armadietto dove si rintana con la scusa di mettere in ordine il suo giubbino 😊😊😊

Annuccia Venerdì, 28 Novembre 2014 12:53

GRI, che bello il tuo Xavier, ha socializzato in poco tempo! il merito è tutto tuo! speriamo che Davide con questa nuova cura abbia risultati.

Annuccia Venerdì, 28 Novembre 2014 12:49

ROSSANA, spero bene per Santa Marinella, non possiamo andare a controllare ed anzi, hanno consigliato di non mettersi su quella strada, hanno interrotto l'autostrada.

gragra Venerdì, 28 Novembre 2014 12:49

Feffe,

leggendo cosa fosse (non ne avevo mai sentito parlare) mi è parso pericoloso 😬
Su FB, quando ho chiesto, chi lo ha provato mi ha detto che dopo le prime volte non ha più avuto beneficio. 😞

Annuccia Venerdì, 28 Novembre 2014 12:49

Buongiorno a tutti!

sono di nuovo in compagnia, Andrea è tornato, e devo dire, molto tranquillo, per fortuna. Anche Roberto è a casa, quindi abbiamo ascoltato i racconti sul bambino..... Andrea se lo è goduto un bel po', ma non ha mai dormito 😊

FEFFE, che bello, un nuovo lavoro! speriamo che tutto cominci ad andare per il verso giusto. 😊

feffe81 Venerdì, 28 Novembre 2014 12:41

GIUSEPPINA crepi il lupo! naaa lui è proprio il tipo che si lamenta di continuo delle sue cose e delle mie dice che sono solo fortunata o altre amenità.

GRAGRA io personalmente non l'ho provato e non lo voglio nemmeno provare lo stimolatore vagale, non credo al suo funzionamento. Però è la mia opinione eh!

giuseppina Venerdì, 28 Novembre 2014 12:35

FEFFE in bocca al lupo per il nuovo lavoro 😊

Secondo me il tuo vicino cerca occasioni per attaccare bottone 😊

mariparis Venerdì, 28 Novembre 2014 11:52

Ciao gragra ti ho scritto una mail. Baci

gragra Venerdì, 28 Novembre 2014 10:36

Care amiche e acari mici del forum,
avete provato la stimolazione del nervo vagale per prevenire l'attacco di MDT?
ve ne hanno parlato?

[stimolazione nervo vago](#)

gragra Venerdì, 28 Novembre 2014 10:29



Piera,

puoi dare anche a me i riferimenti del neurologo per la dieta?
Sono di nuovo incappata nell'aumento orrifico 10-15 kg in 2 mesi...
Visto poi che il dottore visita a Roma..
ti ringrazio. Metto la mail a disposizione.

mamma_lara Venerdì, 28 Novembre 2014 10:27

Sono dal dentista

Buon giorno a tutti

nico26 Venerdì, 28 Novembre 2014 10:26

Buon venerdì a tutte/i

Qui a Modena piove piove piove ma sono nel bunker dell'ufficio con finestre opache per cui non so l'intensità.

Mi rendo conto Lara che a 48 anni il cammino e' ancora lungo per guararmi dentro e anche se talvolta mi fa paura voglio provarci!!!

feffe81 Venerdì, 28 Novembre 2014 10:03

beh ve lo dico, poi se qualcosa andrà storto ancora, rettificherò. Ho accettato una proposta per un nuovo lavoro, dovrei cominciare a gennaio ed è un contratto da 12 mesi.

feffe81 Venerdì, 28 Novembre 2014 10:01

Buongiorno a tutti. Ieri sera sono stata a cena dalla collega che è andata via, così l'ho rivista subito 😊

ANNUCCIA purtroppo noi siamo vere esperte di cambi di programma dell'ultimo minuto...però spero tu possa presto spupazzarti il tuo nipotino 😊 quanto ai tuoi messaggi io me li leggo tutti, cioè leggo sempre tutto di tutti, e mi sono davvero di insegnamento!

CRI mi spiace per i tuoi dolori vari e sparsi 😞 questo meteo infierisce

MAMMALARA...quando leggo della tua pelle...dico davvero che gran rottura di pelle!!!

Ciao ALEB mi mancano i tuoi messaggi, però se so che a stare meno al computer il mdt va meglio allora ne sono contenta

GIUSEPPINA hai ragione, la maggior parte delle persone non è interessata alle mie bellissime

tovaglette in plastica 😊 però il mio ex coinquilino, attuale dirimpettaio, continua a giudicare ogni cosa che faccio e mi trovo a parare i colpi

CRIS mi spiace per il tuo mdt accanito 😞 la barzelletta mi ha fatto 😊😊 un abbraccio!

Piera Venerdì, 28 Novembre 2014 09:53

Il neurologo visita a Roma, e bisogna andare da lui. Per la dieta non e' che si puo' ragionare come una normale dieta dimagrante e percio' non sono i poco o molto che fanno la differenza , gli alimenti che contengono carboidrati e zuccheri non si possono consumare perche ' il livello dei carboidrati non deve superare i 30 /50 gr al giorno che sono davvero pochi . quando vado a cena da qualcuno di solito mangio solo il secondo con le verdure

mariparis Venerdì, 28 Novembre 2014 09:39

Buongiorno a tutti!

Piera ma so che tu abiti a Bologna, Mariagrazia mi pare sia nella zona del napoletano, questo neurologo che ti ha dato la dieta,cura anche persone di diverse città? O bisogna recarsi da lui?poi ti volevo chiedere, come ti regoli durante le feste, o se vai a cena da amici? Per esempio una sottile fetta di panettone a natale la potrai mangiare?

mannaggia che non fb, sono molto incuriosita da questa dieta e dai risultati che hai raggiunto.

Paula se abitavamo vicino ti prestavo volentieri il libro!

questo libro insegna ad avere un buon rapporto con il cibo e ad ascoltare i segnali che manda il nostro fisico...io l'ho trovato interessante, e dice tutto sommato, cose ragionevoli.

un bacio a tutte

Piera Venerdì, 28 Novembre 2014 08:47

Bene mariagrazia, il neurologo e' veramente un medico molto scrupoloso e conosce benissimo la chetogenica applicata in neurologia e' dal 2001 che ci studia sopra e mi ha detto che passato ben 8 anni a provare che non funzionasse, si e' dovuto arrendere alle evidenze mediche!!!! Fai benissimo a cominciare dopo le feste , che poi altrimenti diventi nervosa come me, e non sopporti tutti i saccenti che ti dicono la loro senza conoscere minimamente la "materia"!!! 😊 comunque preparati che la comprensione quando si parla di CIBO diventa nulla!!!

cri69 Venerdì, 28 Novembre 2014 08:00

Buongiorno a tutti,qui continua snebbiare.

La mia situazione da ieri sera non è cambiata,mi attivo a velocità lumachina e vedo di combinare qualcosa.

mariagrazia Venerdì, 28 Novembre 2014 07:51

Buongiorno a tutti. Oggi qui è una bella giornata e anche la mia testa pare tacere al momento.

Ho contattato anche io lo stesso neurologo di Piera per la chetogenica e mi ha fatto mille domande per capire come sto e mi ha prescritto gli esami del sangue che andrò a fare lunedì mattina. Devo anche riprendere il diario del mdt. Con la chetogenica non ci si può affidare al fai da te. Il dott è stato gentilissimo e mi ha pure consigliato di iniziare subito dopo le feste.

mariagrazia Venerdì, 28 Novembre 2014 07:51

Buongiorno a tutti. Oggi qui è una bella giornata e anche la mia testa pare tacere al momento.

Ho contattato anche io lo stesso neurologo di Piera per la chetogenica e mi ha fatto mille domande per capire come sto e mi ha prescritto gli esami del sangue che andrò a fare lunedì mattina. Devo anche riprendere il diario del mdt. Con la chetogenica non ci si può affidare al fai da te. Il dott è stato gentilissimo e mi ha pure consigliato di iniziare subito dopo le feste.

Cris83 Venerdì, 28 Novembre 2014 02:07

stasera non c'è proprio verso di dormire.. uff..

PAULA intendo che quando ho mal di testa nella maggior parte dei casi ho la nausea e il vomito.. quando non ce l'ho è sempre un mal di testa normalissimo che riesco a sopportare abbastanza bene..

buonanotte e sogni d'oro.. riprovo a dormire..

rossana Giovedì, 27 Novembre 2014 23:32

Ancora maltempo.

Sento che anche Santa Marinella è stata colpita.

ANNUCCIA spero che non abbiate danni, lo spero proprio.

Buonanotte a tutti

Gri Giovedì, 27 Novembre 2014 22:35

Non so se il mio cellulare è impazzito o se c'è stato qualche problema nell'invio dei messaggi di MAYA.

Io vedo tre suoi messaggi vuoti.... 😞

Tutto bene cara MAYA?

PAULA, buon riposo.

Buona notte a tutti

paula1 Giovedì, 27 Novembre 2014 21:38

Sull'alimentazione ormai ne so come sull'emicrania...io non seguo diete e anzi era deleterio per me....

MARIPARIS il libro che hai citato ce l'ho nella mia lista di libri da leggere (lista dei desideri), ma il biblioteca è un po' difficile da reperire...non volevo comprarlo perchè spesso questi tipi di libri mi lasciano poco convinta...ho però quello del Melchionda "Le diete fanno ingrassare" e ci sono parecchie verità sulla Diet Industry...

CRIS83 cosa vuol dire quando scrivi che "mangi e non lo reggi" ?

Maya Giovedì, 27 Novembre 2014 21:37

Maya Giovedì, 27 Novembre 2014 21:37

Maya Giovedì, 27 Novembre 2014 21:37

paula1 Giovedì, 27 Novembre 2014 21:33

Buona sera a tutti...sono a casa...oggi è andata bene...sono rimasta al mio piano anche se c'erano solo 5 pazienti e due erano le bambine gemelle operate al femore e con i gessi in entrambe le gambe..sono fenomenali, bravissime...domani lavoro di mattina che entrano 4 "lato B" (eh pure loro ci stanno ! 😊)...e sabato mattina per mandarli via...

sono contenta perchè mi sono organizzata con Sella e Corriera Blu così posso dormire a casa anzichè in ospedale...sono solo uscita un'ora prima..ora vado a riposare che domattina arriva veloce...alla fine ero tanto in apprensione e invece la giornata è stata migliore del previsto... 😊 la testa è delicata, ma va bene...



Buona notte a tutti



Gri Giovedì, 27 Novembre 2014 21:12

Buona sera amiche e amici, ho appena finito di far il bagno con i bimbi! 😊 ci siamo fatti anche l'idromassaggio 😊 Xavier rideva come un matto! Ora ci siamo pigiamati e a letto! Al nido sta proseguendo bene, oggi è stato senza di me, io sono stata in un'altra stanza. Topolino, lui è proprio il più piccino.

leri ho accompagnato Davide dal cardiologo, le pastiglie che gli aveva dato sono state acqua fresca, così ora gli ha cambiato la cura e tra due settimane lo vuole rivedere. Ci piace tantissimo sto medico, è molto cortese. E pensate che gli ha fatto pagare la prima visita, poi siamo tornati altri due volte e non ha mai voluto soldi.

mamma_lara Giovedì, 27 Novembre 2014 20:58

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

mamma_lara Giovedì, 27 Novembre 2014 20:57

Piera, io ho fatto cose indicibili per vedere di dimuire i miei MDT e invece di dimuire aumentavano sempre. Sono ricorsa anche alle mammane.

Sarei disposta a mangiare anche i chiodi.

Di te mi fido e se hai dimuito gli attacchi in quella misura bisogna proprio dire che funzioni.

Grazie mille 😊

cri69 Giovedì, 27 Novembre 2014 20:54

Iscrizione fatta.

La mia schiena grida vendetta 🤬

Buona serata a tutti

mamma_lara Giovedì, 27 Novembre 2014 20:53

Mariparis, già essere interessati a qualcosa è un bene, spero tu riesca a fare ciò che desideri

Cris83 Giovedì, 27 Novembre 2014 20:41

di sicuro Piera.. sono d'accordo con te..

infatti ho cercato un po' di info in rete tanto x curiosità.. nn certo per prendere è farla così dal nulla..

non so se avete già mangiato comunque buon appetito!!

io sono sul divano con il ghiaccio sulla testa e Michele mangia da solo.. 😞

mamma_lara Giovedì, 27 Novembre 2014 20:33

Monica, non va bene per niente, hai ragione ad essere arrabbiata. Mi spiace tantissimo.

Piera Giovedì, 27 Novembre 2014 18:41

la dieta chetogenica in neurologia non ha nulla a che vedere con le varie diete iperproteiche che girano in rete e con i vari medici che sponsorizzano le loro.

Sono un po' stanca di difenderla come se fossimo noi a vendere "illusioni", ma per favore non fate paragoni con ciò che leggete e sentite.

Bisogna contattare un medico neurologo che sappia prescriverla e seguirvi a dovere, io sto meglio questo mese solo 3 attacchi prendevo 15 16 sintomatici al mese da molto tempo.....tutto qui. Non e' una passeggiata farla come si deve ma ci si riesce benissimo , per fortuna non si pesa quasi nulla e l'integratore proteico aiuta moltissimo.

nico26 Giovedì, 27 Novembre 2014 18:35

Lavorare sulle coccole che dovremmo farci ogni giorno come persone e sulle nostre meravigliose potenzialita' .Ecco vorrei provare a fare cio"!Mah....proviamo!

Vi mando un grosso abbraccio

Cris83 Giovedì, 27 Novembre 2014 17:54

ho letto una frase su facebook che mi ha fatto ridere:

"- E' che mi vedo brutta, grassa e con le rughe, dimmi qualcosa di positivo.

- con la vista nessun problema!"



mariparis Giovedì, 27 Novembre 2014 17:54

Cris anch'io ho letto su Internet qualcosa sulla dieta chetogenica...ma mi sono solo confusa le idee.

non mi fido molto dei menu' che ci sono in rete e come te penso che bisogna essere seguiti.

poi in questi menu' erano previste le proteine anche a colazione e a me non è che mi va molto a genio...

se vuoi perdere peso e non ti va di fare una dieta, dove ti dicono cosa mangiare e di pesare gli alimenti, ti consiglio di leggere il libro di Paul Mc Kenna- posso farti dimagrire. È illuminante. Lui afferma che sono proprio le diete a farci ingrassare (perché affamano il corpo e rallentano il metabolismo) e detta 4 principi molto semplici ma fondamentali per dimagrire.

un altro buon libro e' quello di Giorgio Nardone- la dieta paradossale. Anche questo non prevede diete ma ti insegna ad ascoltare il corpo e i segnali che manda.

un bacetto

Cris83 Giovedì, 27 Novembre 2014 17:33

ho letto l'articolo su tgcom.. se devono parlare così del mal di testa meglio non parlarne proprio! 😞

Cris83 Giovedì, 27 Novembre 2014 17:28

ROSSANA e GIUSEPPINA vi adoro!! L'anno prossimo vogliamo un duetto.. mi raccomando! 😊

Cris83 Giovedì, 27 Novembre 2014 17:26

SIMO come stai? spero che il viaggio intrapreso dia buoni risultati..

forza che sei forte!! 😊

Cris83 Giovedì, 27 Novembre 2014 17:24

Eccomi vi ho letto.. 😊

GRI anche se quasi con una settimana di ritardo AUGURI!!

PIERA riguardo alla dieta ho visto che bisogna essere seguiti da qualcuno.. vorrei almeno provare però per una paio di settimane e vedere più o meno se riesco a farla. Io onestamente ho provato a fare caso al fatto se sia correlato a quello che mangio ma non mi sembra.. ma dato comunque che devo assolutamente perdere peso. Mangio poco ma mangio male.. a volte sto due/tre giorni senza mangiare nulla, o meglio lo mangio ma non lo reggo.. poi magari mi butto su qualcosa che non fa bene.. devo cercare di trovare una certa regolarità. Ho provato a seguire una dieta tempo fa data a una nutrizionista ma non ce l'ho fatta, anche perché mi aveva dato tutta roba senza glutine, farina di kamut, roba pesata.. troppo minuziosa..

WILLY sono davvero contenta che al mondino tu sia stato bene.. mi raccomando cerca di prenderti cura di te stesso!!

Il divano noi lo abbiamo preso a poltronsofà.. non è divano letto ma è molto grande e comodo.. il mio posto e sempre sulla penisola.. guai a chi me lo ruba! 😊 😊

mariparis Giovedì, 27 Novembre 2014 16:12

Monica grazie dell'informazione, il sito dell'upter e' molto bello e ci sono tanti corsi. Sono interessata in special modo ad uno sulla storia dell'arte.

spero che il mdt ti sia passato e ti dico di non angustiarti per il lavoro...il periodo non è dei migliori per quasi tutti in Italia.

un bacetto e grazie

Monica Giovedì, 27 Novembre 2014 15:20

CRIS avanti tutta 😊

lo ho preso un altro trip, sono parecchio intontita. Sta anche piovendo tra poco più di un'ora io esco, spero smetta non ho voglia di prendere l'acqua 😞

Monica Giovedì, 27 Novembre 2014 15:17

MAMMA LARA scusa non avevo capito. Sicuramente quello che sto facendo adesso fa risparmiare ai miei datori di lavoro migliaia di euro al mese. Ma mi è stato dato questo ruolo solo come ripiego. E soprattutto non mi hanno ancora detto perchè mi hanno demansionata. E' per questo che qui non ci sto più bene e vorrei cambiare lavoro. Chi mi dice che una volta che ho fatto "crescere" questo ruolo portandolo a buoni livelli (come è stato per l'amministrazione) fra qualche tempo mi tolgono anche questo perchè io non ho più le competenze per continuare?

Come faccio ad impegnarmi, pensando che da un giorno all'altro magari assumono qualcun altro e mi rimettono da parte? Perchè devo impegnarmi?

Cris83 Giovedì, 27 Novembre 2014 14:47

ciao!!

3 giorni di oblio da battere la testa nel muro e sono ancora più distrutta perchè la settimana scorsa era andata meglio.. e quasi cominciavo a sperare di stare un pochino meglio..

vabbè.. stringiamo i denti e andiamo avanti..

vi mando un abbraccio e ora vi leggo.. 😊

nico26 Giovedì, 27 Novembre 2014 14:39

Ho freddo ma non ho mdt e mi sembra di sognare!!!

mamma_lara Giovedì, 27 Novembre 2014 14:28

Oggi c'è il Gruppo di Auto-Aiuto

mamma_lara Giovedì, 27 Novembre 2014 14:28

Dimenticavo, sbaglio anche le faccine 😊😊😊😊

Meno male che stavolta me ne sono accorta 😊😊

mamma_lara Giovedì, 27 Novembre 2014 14:27

Annuccia, io non ne salto mai uno dei messaggi e mai uno dei tuoi. Poi può succedere che capisco fischi per fiaschi, ma questo è un altro discorso 😊😊😊

mamma_lara Giovedì, 27 Novembre 2014 14:25

In confronto

Mancava questo nella mia frase

mamma_lara Giovedì, 27 Novembre 2014 14:24

Giuseppina, chissà se è vero che sto maturando e se così fosse lo faccio molto lentamente 😊😊

Per le chiacchiere non so che dire, conosco uomini di un pettegolo che le donne sono delle scioppine 😊😊

mamma_lara Giovedì, 27 Novembre 2014 14:22

Monica, io non intendevo dire che il tuo lavoro di prima fosse pagato troppo, intendevo dire che ora fai un lavoro che a te sembra sottovalutato mentre è utile per i tuoi datori di lavoro.

Alle volte cambiare punto di vista ci fa vedere cose diverse.

Scusami se mi sono spiegata male prima ed ora.

Annuccia Giovedì, 27 Novembre 2014 13:57

GIUSEPPINA, condivido in pieno ciò che scrivi.....

Roberto è arrivato a casa "balordo" come dice lui quando non si sente per nulla bene. Prima di uscire

gli ho fatto una minestrina e l'ho lasciato sul divano. Che pampine!!!! 🤢

per lui credo che lo stress influisca tanto, il lavoro che non va bene, Andrea con i suoi problemi, la cartella Equitalia dell'altro giorno che ci ha fatto inc.... non poco e la dieta povera di proteine (alla quale lui non è abituato) insomma, si salvi chi può.

FEFFE, mi hai fatto un complimento a scrivere che è un mio pregio scaricarmi sul Forum, vi rompo non poco, ma non posso farne a meno, poi, come dice Lara, si possono sempre saltare i messaggi di Annuccia..... 😊

Annuccia Giovedì, 27 Novembre 2014 13:51

MONICA, non parlo, il "nemico" mi ascolta (e in questo caso non è il MDT), vuoi vedere che alla mia veneranda età divento scaramantica???? in fondo nel mio DNA c'è una metà componente campana.....

giuseppina Giovedì, 27 Novembre 2014 12:54

non sono una demente arrogante ma in tanti anni che lavoro in un ambiente prettamente femminile, ho capito che noi donne abbiamo bisogno di mugugnare contro qualcuno, è una valvola di sfogo irrinunciabile 😊

giuseppina Giovedì, 27 Novembre 2014 12:51

qui al lavoro a volte ci sono critiche feroci al mio operato, il più delle volte sono frutto di roscamenti personali e spesso ingiustificate, a una collega che mi riferiva sempre, vantandosi di essere l'unica che ha il coraggio di dirmi le cose "in faccia" ho dovuto pregarla di continuare a parlarmi dietro le spalle perchè io preferisco così 😊 non ho nessuna voglia di farmi il sangue cattivo per gli altri

Monica Giovedì, 27 Novembre 2014 12:47

SIMONA anche secondo me lasciare il lavoro potrebbe non essere una buona idea. Ridurre l'orario sì, così manterresti la tua indipendenza economica e avresti però il tempo per dedicarti alla famiglia. lo

odio il pensiero di dover chiedere i soldi a Valerio anche per comprarmi una stupidaggine. lo voglio lavorare, anche se vorrei avere un part time di 4 ore

giuseppina Giovedì, 27 Novembre 2014 12:40

LARA questi condizionamenti hanno fatto molta presa perchè hai un carattere puntiglioso, meno male che stai maturando 😊

giuseppina Giovedì, 27 Novembre 2014 12:38

brava NICO finalmente un pò di serenità 😊

Monica Giovedì, 27 Novembre 2014 12:29

MAMMA LARA ho lavorato anni in nero e per otto ore di lavoro prendevo 500.000 lire. Il problema è che adesso è impossibile cambiare lavoro, e questo mi avvilisce.

Stanotte ho sognato che litigavo con due dei miei capi 😞

ANNUCCIA mi dispiace che non possono venire. Non possono rimandare all'8 dicembre che c'è anche il ponte lungo?

MARIPARIS sul sito dell'upter trovi tantissimi corsi, e ci sono sedi abbastanza vicine. Io se avessi tempo li farei tutti 😊

Monica Giovedì, 27 Novembre 2014 12:26

Buongiorno a tutti. Ieri sera altro trip. Non c'è niente da fare, per superare un attacco mi ci vogliono 2 o 3 trip 😞

mamma_lara Giovedì, 27 Novembre 2014 12:08

Isa, a proposito di quanto scritto sotto, spero che tu stia meglio.

Ti mando un abbraccio. 😊

mamma_lara Giovedì, 27 Novembre 2014 12:07

Graga, si mangiano eccome le mie torte e non vedo l'ora.

Il mio sito è povero, per prima cosa è gratis, poi l'ho fatto io e non ho mai tempo di lavorarci

mamma_lara Giovedì, 27 Novembre 2014 12:04

Aleb, e un po' MDC no a chi si ferma solo a dire che abbiamo bisogno di tutto quello che elencano per stare meglio.

Cero che se sono in ufficio e posso chiudere gli occhi, aprire le finestre o staccare l'aria condizionata posso stare un po' meglio. Ma certo il MDT non va via e non lo guarisce.

Poi glielo spieghi tu al datore di lavoro di una precaria che lavora in nero sottopagata che devi riposarti.

Ma quanta pazienza ci vuole. Vai mo a discutere in Senato che devono riconoscere la Cefalea Cronica

come Malattia Sociale 🙄🙄🙄

mamma_lara Giovedì, 27 Novembre 2014 11:57

Giuseppina, nel mio caso devi metterci anche il condizionamento che ho dovuto subire fin da piccola, per tanto facessi le mie sorelle più grandi (4) avevano sempre fatto i più. Anche mia sorella più piccola di me ha subito le stesse cose ed io ero l'unica che invece le dicevo esattamente il contrario. Fin da piccola sono sempre stata di un'altra razza, me lo dicevano sempre. Poi i miei fratelli maschi, dovevamo servirli in tutto e per tutto, fin l'acqua per il bagno dovevamo preparare loro.

Poi sposata a 17 anni e con una suocera che era ancora peggio, altro che buona a nulla li proprio non esisteva e neppure il mio lavoro. Mi spiace dire così, ora lei non c'è più e sicuramente lei ha subito altrettanto. Questo però mi è servito da insegnamento e a rompere questo atteggiamento, le mie nuore saranno sempre le migliori in ogni caso e dirò loro che sono bravissime e di stare serene. Ecco da dove viene il mio sentirmi sempre buona a nulla. Certo che ora me ne frego, ma dentro di me fa danni lo stesso.

Sono migliorata parecchio però e sono contenta di come sono diventata brava, però devo sempre fare attenzione, perchè nel mio istinto non c'è il riposare ma il lavorare e se voglio riposare devo impegnarmi.

nico26 Giovedì, 27 Novembre 2014 11:30

Alla faccia della pioggia ho fatto 10 km sotto l'acqua...e ...stavolta sto da Dio!!To mo!!!!Una buona giornata!!!!

paula1 Giovedì, 27 Novembre 2014 11:17

Alè, scendo in città...sembra che adesso non stia piovendo, ma c'è la nebbia...stasera non so se torno a casa se il tempo è così..visto che devo lavorare di mattina forse resto in ospedale..oggi in reparto restano 3 pazienti, i 3 bambini, secondo me mi sbattono in altro reparto... 😞 era poi questo un po' il mio rimuginare... 😞
Buona giornata a tutti..

giuseppina Giovedì, 27 Novembre 2014 10:58

LARA FEFFE è vero i giudici più severi siamo noi, quando si giudica il nostro operato. Non credo che ci siano buontemponi interessati alla tovaglia di FEFFE o alla biancheria di LARA 😊

paula1 Giovedì, 27 Novembre 2014 10:55

ALE97 ...vediamo da che pulpito viene la predica !!!...io tutto ciò che è mediaset o giù di lì non lo considero proprio... 😊😊 peccato solo che sia seguito da un gran numero di persone...
comunque a me la doccia non è mai bastata per eliminare lo stress.. 😞
per il magnesio supremo dirò che da quando ho ricominciato a prenderlo la sera ho meno dolori alle gambe, però sul fronte mal di testa e dolori al collo non fa niente...l'unica cosa che fa bene, ma molto bene...è far correre in bagno 😊😊😊😊

gragra Giovedì, 27 Novembre 2014 10:50

È tornato. Mi rintano. Ciao

gragra Giovedì, 27 Novembre 2014 10:43

Lara,
Wow: che torte! Bravissima!
E con che cuore si mangiano? 😊
E che bel sito... Complimenti...
Ma da dove viene quella faccenda della... Buona a nulla? 😊😊😊

cri69 Giovedì, 27 Novembre 2014 10:23

NO comment
ALEB ciao spero che tu stia meglio, soprattutto dopo aver areato la stanza e massaggiato le tempie 😞.
Spero anche che il tuo papà si sia ripreso. Abbracci

cri69 Giovedì, 27 Novembre 2014 10:18

Grazie Lara chissà perchè non lo trovo 😞

Aleb97 Giovedì, 27 Novembre 2014 10:09

Buongiorno a tutti cari amici forumini.

Mi è cascato l'occhio su questo articolo:
http://www.tgcom24.mediaset.it/donne/benessere/rimedi-naturali-contro-il-mal-di-testa_2078650201402a.shtml

...insomma: chi ha mdt non è malato è solo stressato, quindi poche storie. Beviamo, non fumiamo, facciamo una dieta sana e rilassiamoci!

....e noi che andiamo regolarmente dal neurologo e ci sorbiamo giorni e giorni di dolore.... che ignoranti siamo!! Basta così poco per stare bene!!!!!! 😞😞😞

mamma_lara Giovedì, 27 Novembre 2014 10:07

Vado a sistemare una maglia di viscosa, anche a lei tolgo le perline davanti, i fili che le tengono insieme mi rompono la pelle.

Prima però la devo trovare 😞😞
Chissà dove l'ho messa.

mamma_lara Giovedì, 27 Novembre 2014 10:05

Annuccia, mi spiace per il tuo bimbo e capisco benissimo. A me dico sempre sarà per la prossima volta, ma non serve a farmi stare meglio.

mamma_lara Giovedì, 27 Novembre 2014 10:03

Feffe, anch'io metto in atto da tempo le tue strategie 😊

Poi devo anche dire che ho Gabriele che mi aiuta e mi dice sempre: "siediti e riposa, lascia stare che va bene così".

Se fosse per lui starei a grattarmi tutto il giorno 😊

mamma_lara Giovedì, 27 Novembre 2014 10:00

[Le torte di mamma lara](#)

Eccolo Cri

mamma_lara Giovedì, 27 Novembre 2014 09:59

Giuseppina, in tanti mi hanno detto che sono grassa e nessuno mai che sono una buona da niente. Sono convinta che non sia ciò che pensano di me gli altri e questo lo capisco dal fatto che pur essendo vera che sono grassa, non mi passa neppure per l'anticamera del cervello di stare male per questo. Per la faccenda buona da nulla, è ciò che penso io che fa male e sono talmente preoccupata che penso abbiano tutti lo stesso pensiero. E' una mia paturnia che sto curando da tempo e un po' riesco a controllarla con terapie d'urto, come quella dello stendere i panni, ora non metto più i panni stesi come se fossero ad una mostra, li stendo di proposito alla carlona, nel senso che mischio i colori e anche le grandezze, prima guai che non fossero in ordine di colore dai più chiari ai più scuri e in ordine di dimensioni. Va la che hanno fatto un ottimo lavoro nell'educarmi. Penso a mia sorella Loredana che lavora dall'alba a notte fonda senza mai riposarsi, anche lei ha subito lo stesso trattamento mio.

Io però sto guarendo un po' alla volta 😊

cri69 Giovedì, 27 Novembre 2014 09:58

Buongiorno a tutti, oggi per fortuna un pò meglio, cavoli, ieri mi ero un pò avvilita 😞.

Stamattina, prelievo fatto, colazione con la mia bimba, fatta, steso i panni ed ora dovrò trovarmi qualcos'altro che non sia il solito pulire 😞.

LARA sono gg che voglio chiederti dove sei finita con il tuo sito di torte, non ti trovo più 😞.

mamma_lara Giovedì, 27 Novembre 2014 09:50

Buongiorno a tutti.

gragra Giovedì, 27 Novembre 2014 09:33

Mariparis,

nella mail c'è anche il cell. ma ora nn posso parlare perchè ancora la tosse parte immediatamente.

Poi magari ci sentiamo per telefono. Baci a te. 😊

mariparis Giovedì, 27 Novembre 2014 09:20

Grazie gragra, ti scriverò presto così mi racconti. Bacini

gragra Giovedì, 27 Novembre 2014 09:09



Mariparis,

Ti lascio la mail... Io sono un "indipendente" per natura... Ma in questo caso sono ingranaggio nella comunità di Sant'Egidio. Se vuoi saperne di più ci possiamo scrivere.

Sai a Roma ci sono tante cose da fare, molto belle. Cose di cui interessarsi, per stare insieme agli altri... e fare cose per gli altri e per se stessi.

Purtroppo per il lavoro non saprei...

Piera Giovedì, 27 Novembre 2014 08:58

Annuccia mi dispiace che non possano venire, il raffreddore non e' nulla di grave , ma quando succede per la prima volta in assoluto al tuo bimbo ai genitori pare una cosa "gravissima", verranno i tempi in cui penseranno meno male che e' solo un raffreddore, ma ci vuole l'esperienza 😊😊

mariparis Giovedì, 27 Novembre 2014 08:55

Gragra ma tu fai volontariato in una associazione? Mi piacerebbe saperne di più. Un bacio

mariparis Giovedì, 27 Novembre 2014 08:53

Buongiorno a tutti!

oggi mi sono svegliata presto ed ho già fatto tanti lavoretti. Tra un po' esco.

Lara grazie sempre per le tue parole. Mi sono di gran conforto.

Giuseppina il lavoro da 300€ al mese me l'hanno proposto mesi fa...avranno trovato qualcun'altra. E poi io non vivo al centro, tra biglietti per trenino e metro e qualcosa da mangiare nella pausa pranzo ogni giorno, praticamente lavorerei tutto il giorno gratis, e forse anche ci rimetterei.

per quello che dici a Lara, purtroppo non è sempre vero.

ci sono persone che amano giudicare gli altri e a volte nei loro giudizi sono impietosi.

e non è sempre facile fregarsene.

Feffe mi hai dato un buon consiglio, penso che farò un corso di cucina organizzato da Eataly.

Annuccia mi dispiace che Lupetto non stia bene, spero si rimetta presto. Un bacio a tutte.

paula1 Giovedì, 27 Novembre 2014 08:44

Buon giorno a tutti...qui piove forte e solita nebbia...stamattina ho già fatto colazione con 2 bustine di Oki... 😞 io devo essere fatta proprio male...ho una gran angoscia per il lavoro...e dire che dopo 9 anni sarei collaudata, ma in questi giorni mi sento proprio avvilita, forse è stanchezza perchè mi metto sempre un sacco di paturnie, inoltre tra poco inizia il periodo natalizio che anche io sopporto ben poco... 😞 vediamo come evolve la giornata...la testa sta un po' meglio..

rossana Giovedì, 27 Novembre 2014 08:43

Buongiorno a tutti,

ANNUCCIA mi dispiace capisco la tua delusione. Ma chissà...aspettiamo a parlare.

SIMONA io ho preso anche il Samyr nella mia storia farmacologica recente e di certo posso dire che non mi ha dato dipendenza. L'effetto su di me non è stato chiaro, direi che mi stanno aiutando di più le bustine di triptofano ecc. ecc. o almeno mi pare.

Però conosco amiche, cugine e mio papà stesso con un ciclo di questo farmaco due tre volte l'anno stanno meglio. Spero ti funzioni visto anche che tu sei "pulita" come dicono i dottori.

gragra Giovedì, 27 Novembre 2014 07:58

Buongiorno caro forum.

Oggi penso vada meglio, riesco anche ad aver voglia di scrivere.

Fra un po' esco per prendere il pane per preparare le cene per gli amici che vivono in strada.

Annuccia Giovedì, 27 Novembre 2014 07:28

Buongiorno a tutti!

stamani mi ha già chiamata Enrico, il bimbo ha il raffreddore, sono un po' di giorni che era agitato, quindi probabilmente non potranno venire 😞 ed ancora, pazienza!!!!!!!

feffe81 Giovedì, 27 Novembre 2014 07:13

Buongiorno a tutti!

feffe81 Mercoledì, 26 Novembre 2014 22:27

SIMONA il Samyr l'ho preso anche io, per un periodo breve di alcuni giorni, e mi aveva aiutata. Per il lavoro la penso un po' come PIERA, però perché mi baso su di me e so che se io stessi sempre a casa non starei bene.

MARIPARIS ecco scusa se mi sono permessa, forse ti potrebbe essere utile trovare un impegno fuori casa? senza che sia necessariamente un lavoro ma potrebbe anche essere un'attività che ti piace, come un corso ad esempio.

Evvai ROSSANA ti ho spronata a scrivere 😊 la tua ironia è sempre un toccasana

feffe81 Mercoledì, 26 Novembre 2014 22:18

GIUSEPPINA anche io come LARA ho sempre paura di essere considerata una buona a nulla, anche nelle cose del quotidiano e soprattutto ho paura di essere considerata sfaticata, per cui devo sempre fare e dimostrare che faccio 😞 in realtà sto migliorando e mi concedo anche la pigrizia, però la vocina nella testa mi continua a dire che sono sfaticata ché vado al lavoro in auto anziché in bici/piedi, ché non stiro la biancheria, ché non uso tovaglie di stoffa, e mille altre cose di importanza obiettivamente bassa

giuseppina Mercoledì, 26 Novembre 2014 21:58

LARA questa cosa della buona a nulla mi è di difficile comprensione, perchè uno dovrebbe pensare di un altro che è un buono a nulla? Forse avrebbe un senso in ambito lavorativo da parte del datore di lavoro, lui ti paga e ha il diritto di avere un lavoro ben fatto, ma nella vita di tutti i giorni, se tu fai le cose bene o male a chi mai potrebbe importare?

mamma_lara Mercoledì, 26 Novembre 2014 21:43

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

mamma_lara Mercoledì, 26 Novembre 2014 21:43

Ho acceso il computer, mica voglio sbagliare ancora faccine. 😊

mamma_lara Mercoledì, 26 Novembre 2014 21:41

Giuseppina, allora anche il prossimo anno ne avremo di cose belle da vedere 😊

rossana Mercoledì, 26 Novembre 2014 21:41

uauh GIUSEPPINA, evvai!

Ne sarei contentissima, io chissà cosa mi invento il prossimo anno.....anche perché io cambio sempre eh

mamma_lara Mercoledì, 26 Novembre 2014 21:40

Rossana, a Ferrara eri forte come sempre. 😊

mamma_lara Mercoledì, 26 Novembre 2014 21:38

Paula, viaggiare con lo scooter se piove è un bello stress. I dolori muscolari li ho sempre avuti anch'io e anni fa mi avevano fatto una diagnosi di fibromialgia da tenere sotto controllo con farmaci che io non volevo prendere. Poi verso i 30anni mi avevano trovato una infezione nel sangue, per semplificare l'avevano chiamata "reumatismi nel sangue". Mi provocavano anche la febbre, me l'hanno curata con la diaminocillina, una iniezione ogni settimana o ogni mese, non ricordo bene. So che andavo dal medico a farmela.

Mi spiace per il lavoro

giuseppina Mercoledì, 26 Novembre 2014 21:38

ROSSANA non sia mai, tu sei un mito, sappi che in gran segreto mi sto preparando una bella cantatina per la cena dell'anno prossimo 😊😊😊

giuseppina Mercoledì, 26 Novembre 2014 21:36

LARA mi sa che ci dobbiamo tenere il naso che gocciola, è una bella seccatura però è niente in confronto all'emicrania

rossana Mercoledì, 26 Novembre 2014 21:32

GIUSEPPINA povera, hai paura di fare la mia fine 😊

Ma chiedi pure alle altre fuori da qui: è la base di partenza che non va quindi non far caso a me.

rossana Mercoledì, 26 Novembre 2014 21:30

LARA col tablet si pasticcia.

La dettatura poi non ce la posso fare, niente maiuscole e tante inesattezze.

Niente punteggiatura, va bene tutto ma diventa incomprensibile.

Miglioreranno

rossana Mercoledì, 26 Novembre 2014 21:29

GIUSEPPINA andiamo bene allora. Vedendomi a Ferrara, cioè vedendo le condizioni psichiche in cui verso, devo esserti proprio di un bell'esempio.

Ma non guardare a me, sono sempre stata così adesso solo un pò peggio.
Tu invece sei una donna tutta d'un pezzo e qui davvero non scherzo.

mamma_lara Mercoledì, 26 Novembre 2014 21:27

Sbaglio quando scrivo con il tablet perchè le faccine sono troppo vicine 😊

mamma_lara Mercoledì, 26 Novembre 2014 21:27

Rossana, ne sono tanto convinta che ho detto che anche un odore fa 😊

rossana Mercoledì, 26 Novembre 2014 21:25

Cavolo PAULA che faticaccia i tuoi viaggi da e per il lavoro.
Con questa stagione e stando male non ci posso pensare.

mamma_lara Mercoledì, 26 Novembre 2014 21:23

Rossana, hai ragione, non mi ero accorta che avevo sbagliato faccina. Volevo mettere questa 😊
Certo che una goccia fa. Ne sono convintissima.
Grazie cara per avermelo fatto notare

giuseppina Mercoledì, 26 Novembre 2014 21:23

infatti ROSSANA mi sei venuta subito in mente 😊

paula1 Mercoledì, 26 Novembre 2014 21:22

Buona sera a tutti...oggi pioggia tutto il giorno 😞 e nebbia fitta...faccio una fatica enorme a viaggiare in scooter in queste condizioni anche perchè, da quando ho questi dolori muscolari, mi sembra di avere meno controllo sul mezzo 😞
al lavoro stamattina è stato un delirio...purtroppo avere sempre gli infermieri degli altri piani è deleterio e oggi ho dovuto fare anche una bella parte del loro lavoro...sempre nel lecito...più o meno 😞 però è devastante fisicamente e mentalmente.....dalla dottoressa continuo a capirci poco e niente...aspetto fino a all'anno nuovo poi vedrò se continuare o meno.....
la ciliegina sulla torta oggi me l'ha data la testa...è partita una specie di emicrania notturna ..non ho voluto prendere niente, ma a metà mattina sembrava peggiorare..ho preso un caffè amaro, ma ha fatto poco o niente...morale: dopo il lavoro, la dottoressa e un'ora di viaggio in pena piglia e nebbia...alle 18 ho preso 2 Oki...ora sto un po' meglio, ma è delicata come una porcellana di Limoges... 😊

mamma_lara Mercoledì, 26 Novembre 2014 21:21

Rossana, è sempre un piacere leggerti. Anche nei momenti 😊 riesci ad essere capace di ironia

rossana Mercoledì, 26 Novembre 2014 21:21

LARA non c'è niente da ridere, una goccia fa fa fa 😊

mamma_lara Mercoledì, 26 Novembre 2014 21:19

Mirella, se te lo puoi permettere un tempo parziale ancora per un po' potrebbe farti bene. Però devi decidere tu

giuseppina Mercoledì, 26 Novembre 2014 21:19

MARIPARIS io al tuo posto accetterei il posto a 300 euro al mese, è avvilente ma se rimani fuori dal circuito lavorativo sarà sempre più difficile trovare lavoro

mamma_lara Mercoledì, 26 Novembre 2014 21:17

Giuseppina, ho sempre avuto la rinite fin da piccola e prendo il betabloccante dal 1998 circa.

Sai che una goccia solo può fare. 😊

Pensa che alle volte fa un odore. 😊

rossana Mercoledì, 26 Novembre 2014 21:17

Anche per me lavorare aiuta....., mi perdoneranno le lavoratrici stanche dure ma tant'è, almeno per me. 😊
Forse però un periodo sabbatico è cosa diversa dall'infinito

rossana Mercoledì, 26 Novembre 2014 21:15

ciao a tutti,

ci sono eh ma sto un pò così 😞 e non mi viene molto da scrivere.

Ma tornerà.

E sai FEFFE che mi sono decisa a scrivere anche per quel che hai detto tu ad ANNUCCIA la quale è proprio brava a dire i suoi guai qui, ci vuole forza e non sempre c'è.

GIUSEPPINA che tenerezza il tuo neurologo.....una goccia di Laroxyl, quanta umanità in quell'uomo.

Ma lo scali adagio però, che è meglio come dicono i Puffi.....

Semprechè non ti abbia dato un surrogato. Ma ce la puoi fare, tranqui. Te lo dice una scoppiata che da un buon quantitativo è passata a zero in una settimana e da ormai sei mesi.

mamma_lara Mercoledì, 26 Novembre 2014 21:13

Simona, la malinconia ha molte facce, però tu ti conosci bene quindi, va bene così.

Vedi di fare ciò che ti fa stare bene.

Io ci sono sempre.

giuseppina Mercoledì, 26 Novembre 2014 21:12

gli ho chiesto se è possibile che il betabloccante mi provochi la rinite ma lui lo ha escluso o meglio non ha mai sentito di questo effetto collaterale, però potrei essere la paziente 0, no ?

Piera Mercoledì, 26 Novembre 2014 21:11

Simona non so se stare a casa dal lavoro completamente ti possa fare bene, a me non l'ha fatto per nulla, da quando lavoro anche il mio IO sta molto meglio, ma e' una cosa che puoi sapere solo tu.....non ho capito perche' la psicologa ti prescriva farmaci, ho sempre saputo che non lo possono fare.....

giuseppina Mercoledì, 26 Novembre 2014 21:09

sono stata dal neurologo per la visita, tutto bene ma mi ha tolto il laroxil 😞 dice che non ha più senso, deve aver capito che ci sono affezionata perchè me ne ha lasciato una goccia 😊 come coperta di linus

Mirella73 Mercoledì, 26 Novembre 2014 21:07

Buonasera a tutti vi leggo con piacere e mi aiutate moltissimo . Ieri mdt dopo un corso di aggiornamento dove eravamo 35 in 12 metri quadri . Poi casa bimbi etc etc. Oggi un po' meglio ma sono già ko e non vedo l'ora di dormire . Stiamo preparando l'albero di natale fatto con i pallett e mi sembra già di vederlo con le luci e le decorazioni fatte da me è dai miei cuccioli . Adoro riciclare e buttarmi ogni anno in qualcosa di nuovo .ho tanti pensieri in questi giorni per il mio lavoro . A gennaio mi scade part time e sono ancora indecisa su cosa farese chiederlo per un altro anno o se fare dei rientri ... Che problema !!

mamma_lara Mercoledì, 26 Novembre 2014 21:03

Mariparis, alle volte capita che ci faccia male il pensiero di quello che gli altri pensano di noi, perchè siamo noi che pensiamo di essere così.

Ti faccio un esempio, se mi dicono che sono grassa a me grattano un piede per tanto me ne frega e sono grassa veramente. Mentre invece non sopporto che di me pensino che sono una buona da nulla, mi distrugge sta cosa.

Sto cercando di lavorarci da sempre a questa cosa, ma i risultati fanno fatica ad arrivare. Però alle volte lascio le cose da fare proprio come terapia d'urto.

Poi ora cerca di approfittare del fatto che non lavori fuori casa,

Poi sai che conosco donne ma anche uomini che d'accordo con il loro compagno o compagna decidono che uno lavora e l'altro si occupa della casa.

stai tranquilla e cerca di stare più tranquilla che puoi.

Un abbraccio

Simona Mercoledì, 26 Novembre 2014 21:00

Buonasera a tutti,

Feffe la giornata di ieri è andata bene, faticosa ma portata a termine con successo.. grazie..

Lara a dire la verità a me la malinconia non piace per niente e non credo di esserlo dal momento che riesco a mascherare il mio malessere con tutti, Gabriele che vive con me ogni giorno e quasi tutto il

giorno non si era reso conto di quanto stessi male proprio perché nella quotidianità io sorrido, ma quello che ormai è insostenibile è la pesantezza che ho dentro, la fatica che faccio ad affrontare le giornate mi sta logorando e i pianti che mi faccio sono dovuti alla stanchezza che provo più che alla malinconia che non mi appartiene...

ieri la psicologa mi ha dato del Samyr da prendere.. è mi ha anche suggerito di accettare la proposta della riduzione di orario, dice che meglio ancora sarebbe prendersi proprio dell'aspettativa... vedremo....

buonanotte a tutti 😴 😊

mariparis Mercoledì, 26 Novembre 2014 19:03

Lara grazie per le tue parole, sono di insegnamento per me.

quando c'è Alberto a casa cerco di essere il più amabile e disponibile possibile (a meno che non abbia forte mdt, in quel caso sono un po' spenta e lamentosa).

il problema sorge quando sono sola a casa, mille pensieri mi riempiono la mente e non riesco a controllarli.

mi rende insicura il fatto di non lavorare in questo periodo, comincio a confrontarmi con gli altri e ne esco sempre perdente.

penso che gli altri mi possano per questo giudicare male e non apprezzarmi per ciò che sono veramente.

e poi l'ansia per il passato e per il futuro...vorrei tanto tenerla a bada ma non è sempre facile.

cerco però ogni giorno di darmi forza e coraggio, di ripetermi che tutto andrà bene, di vivere la vita con maggior leggerezza e di cogliere l'attimo.

e' un percorso che devo riuscire a fare se voglio stare bene.

un bacino e grazie

feffe81 Mercoledì, 26 Novembre 2014 18:59

ANNUCCIA per me sei davvero brava per come affronti tutto quello che ti si para davanti! in più ce lo racconti e così per me sei di esempio!

PIERA certo non fare nulla è una scelta

MONICA ti capisco, perché comunque è veramente frustrante 😞

Sono un po' triste, ho salutato la mia collega 😞 ci siamo concesse un piantino...MAMMALARA spero anche io tutto di buono per lei

mamma_lara Mercoledì, 26 Novembre 2014 18:03

Nico, non ci facciamo andare male nessun giorno della vita, non solo il Natale. 😊

mamma_lara Mercoledì, 26 Novembre 2014 18:02

Arima, che bello ci sia qualcuno che ci legge e quando una di noi ha bisogno di un consiglio sia disponibile a fornirlo.

Sei proprio cara e grazie.

Spero che la tua bambina abbia avuto un po' di sollievo.

Vi abbraccio

mamma_lara Mercoledì, 26 Novembre 2014 17:58

Monica, alle volte mi viene da pensare che chi fa il tuo lavoro ora, è pagato forse la metà di te e forse tu vai bene all'azienda per fare il lavoro che fai ora. Se non ti hanno ancora messa a casa, vuol dire che qualcuno ti vuole lì dove sei.

Scusami se mi sono permessa

Annuccia Mercoledì, 26 Novembre 2014 17:56

ARIMA, grazie , si, sto provvedendo in questo senso, ho preso appuntamento on line con l'agenzia delle entrate (me lo hanno dato il 18 dicembre) poi se mi rilasceranno lo sgravio dovrò andare ad Equitalia per bloccare la procedura. Certo vado in là con i giorni , i 30 giorni scadono il 24 dicembre , dopo di che dovrebbero bloccare la macchina.

nico26 Mercoledì, 26 Novembre 2014 17:09

anche per me Lara dopo tanti Natali di sofferenza il Natale per me e' una gioia da quando ho Paolo e Nico.vi voglio bene!

arima Mercoledì, 26 Novembre 2014 17:09

Anche se non ho scritto in questi giorni vi leggo sempre, mi fate compagnia e mi incoraggiate ad andare avanti.

ANNUCCIA non so se hai risolto con la tua cartella. Se sei sicura che tutti i documenti delle spese andavano bene potresti chiedere a Equitalia la sospensione della riscossione. Trovi tutte le informazioni sul sito di Equitalia in home page - sospendere la riscossione. Personalmente rinvierei inoltre la richiesta di sgravio con tutti i documenti all'agenzia delle entrate. Se hai bisogno di altro chiedi pure

Monica Mercoledì, 26 Novembre 2014 15:50

Io sono una che si è sempre lamentata, tanto che a volte mi dava fastidio da sola. Purtroppo non sempre si può decidere di cambiare e accettare il fatto non è semplice. Ad esempio vorrei tanto cambiare lavoro, ma nonostante sia un anno che mando curriculum nessuno mi ha contattata nemmeno per un colloquio 😞 Quindi devo continuare a stare qui, dove persone anche meno preparate di me, fanno il mio lavoro nella stessa maniera di come lo facevo io

Annuccia Mercoledì, 26 Novembre 2014 15:16

Cara LARA, anche io non mi pongo il problema tanto è inutile.

mamma_lara Mercoledì, 26 Novembre 2014 15:08

Oggi ho un po' di pensieri e siccome non riuscirei a fare grandi cose. Vado a mettere in ordine dei cassetti già in ordine, così posso smettere in qualsiasi momento senza lasciare il lavoro a metà. Intanto mi distraigo facendo qualcosa che mi piace.

mamma_lara Mercoledì, 26 Novembre 2014 15:06

Simona, ricordati bene quanto sia affascinante la malinconia. Lei ti prende e ti porta via.

mamma_lara Mercoledì, 26 Novembre 2014 15:03

Feffe, spero che la tua collega va a star bene nel posto nuovo. 😊

mamma_lara Mercoledì, 26 Novembre 2014 15:02

Monica, per me il Natale è un anniversario da festeggiare. Una rinascita. Per quello è così importante

mamma_lara Mercoledì, 26 Novembre 2014 15:00

Il mio albero sarà bellissimo, in casa ho trovato delle decorazioni bellissime, vedrai quando metterò la foto.

Le luci le metterei anche nella minestra per tanto mi piacciono, ma voglio togliere la possibilità che l'intermittenza mi crei problemi.

Poi per una come me che vive ogni giorno come se fosse Natale non può non festeggiarlo come meglio può.

Mi sono stati rubati troppi Natali nella mia vita e me ne hanno rovinati parecchi che guai a rovinarmene altri ora che sono libera più dell'aria.

mamma_lara Mercoledì, 26 Novembre 2014 14:55

Annuccia, io non sono mai stata senza MDT negli eventi importanti, poi come potrei imboccare la giornata senza MDT quando in un mese ho due giorni senza MDT.

Non ci penso neppure se a Natale avrò MDT o meno. Sono facilitata dal fatto che sono a casa e se arriva con virus Maya riesco a gestirlo lo stesso.

Poi per il resto farà quello che vuole, io ho altro da fare e da pensare.

Sarà un po' più complicata la notte, perchè avendo oltre a mio figlio che per me non sarebbe un problema, avrò anche il figlio di Gabriele che dormono qui, quindi mica posso girare mezza nuda per casa.

Ma ho risolto anche quello da un po' di tempo, ho trovato delle bermuda che sono tutto un programma 😊😊😊

mamma_lara Mercoledì, 26 Novembre 2014 14:48

Certo Feffe, anch'io intendo quel tipo di lamento. E' inutile mi lamenti per le scarpe strette per anni, meglio cambiare scarpe. 😊😊😊

mamma_lara Mercoledì, 26 Novembre 2014 14:46

Mariparis, la vita è sempre una questione di scelte, lo ho scelto di star bene nonostante tutto.

Ricordo un periodo che facevo persino fatica ad andare a pagare le bollette per l'ansia che avevo, andare al lavoro mi creava disagio perchè anche trovare il parcheggio mi dava ansia.

L'aiuto mi è venuto dal fatto che non volevo essere prigioniera di me stessa.

E' mio pensiero che nulla e nessuna prigione sia peggiore di quella che ci creiamo noi.

Sono partita un po' alla volta e anche ora che ne ho un bel po' di pensieri, mi dico che se c'è la salute poi il resto arriva. Sai che se do ascolto alle mie ansie e alle mie paure, do ascolto anche al respiro dei miei cari.

Mi scrollo spesso da addosso un sacco di pensieri

Sai cara, tante volte mi dico che Gabriele è bravo a stare con me e mi chiedo spesso se per caso arriverà un giorno che si stanca anche di una che rompe ogni giorno. Per questo cerco di essere meno rompi possibile perchè mi accorgo che spesso sono come dice Maya: "non mi sopporto da sola", quindi cerco di tenere per me la maggior parte delle mie paturnie e con lui sto in compagnia meglio che posso.

Ma ti immagini cosa vuol dire stare con una che si lamenta sempre..... Va la che fanno i miracoli i nostri uomini.

Scusa cara, ma parlo per me più che per gli altri.

mariagrazia Mercoledì, 26 Novembre 2014 14:45

buon pomeriggio. la testa continua ad andare male. il synflex di stamattina alle 6 ha fatto praticamente cilecca e di prendere un altro triptano non mi va. ieri l'ho preso e ha fatto poco.

Piera Mercoledì, 26 Novembre 2014 14:43

Feffe hai ragione, c'e' un mucchio di gente che si lamenta di una determinata situazione e poi non agisce mai.....ma credo che anche non agire sia una "scelta" 😊

Annuccia Mercoledì, 26 Novembre 2014 14:40

Cara FEFFE, per me il punto che mi si addice è "accettare completamente la situazione" se proprio non ho potere di cambiarla e soprattutto "affrontare la situazione al meglio"! ormai quando qualcuno mi die di essere positiva, io rispondo "non sono né positiva né negativa, prendo per forza di cose quello che mi arriva e affronto il da farsi".

feffe81 Mercoledì, 26 Novembre 2014 14:39

MAMMALARA che poi il lamento ci sta eh, lui allude a quando ci si lamenta solo e sempre delle stesse cose, ad esempio una relazione o un lavoro, per anni e si alimenta quel tipo di modo di stare e non si agisce mai...va beh confido nella vostra capacità di comprensione!

Per le orecchie, visto che da aprile ho rifatto la cura almeno 5 volte, ipotizza una micosi. CRI non mi ha messo l'urgenza, due settimane per me vanno bene, mi aspettavo mesi!

mamma_lara Mercoledì, 26 Novembre 2014 14:34

Feffe, mi piacciono troppo le parole del tuo maestro.

Mi sono sempre lamentata poco, la mia fortuna sono stati i miei figli, se mi lamentavo avevo finito di vivere, mi prendevano in giro a non finire.

Ora non mi lamento perchè lamentandomi peggiora tutto.

Sentiamo cosa dice l'otorino

mamma_lara Mercoledì, 26 Novembre 2014 14:28

Maya, quando incontro persone come la tua collega, penso che riescono a rovinarsi la vita per bene e se stanno bene così chi sono io per perdere il mio prezioso tempo a contrastarle.

Per esperienza personale, fregatene fin che sei in tempo, perchè se ti diventa un'ossessione poi fai fatica a star bene.

Sii cieca e se non puoi farlo ad alta voce, canta dentro di te. 😊😊

nico26 Mercoledì, 26 Novembre 2014 13:55

Buon pomeriggio a tutte/i

E' vero cara Feffe quello che ha scritto il tuo maestro.

io sto provando ad accettare che ogni giorno per me e' diverso avendo una piccata sensibilita' per cui facendo un esempio ieri tutto ok oggi sono leggerm ansiosa.Ma che faccio lotto??Ma va mi dico...passera' !

ci provo talvolta ci riesco talvolta mi prende male ma e' cosi'e cerco di non demoralizzarmi!!!!
Avanti pure!!!

Maya Mercoledì, 26 Novembre 2014 13:39

Ciao.. 😊 giornata discreta al lavoro,ho capito che una deve fare il capo 🤔🤔 mi fa un po bollire,ma va bene,almeno se si deve decidere qualcosa fatti tuoi.poi io sono l'ultima arrivata quindi per ora sto zitta e dedico le mie energie per imparare al meglio le varie cose... 😞😞 sono veramente tante,ma incomincio a ingranare.stamattina per due volte insomma i modi e le parole non erano proprio professionali,e di collaborazione,ma per me quel che importa è che la tensione lo contenuta,superata,e non ho mdt....quindi giornata buona per me,lei è uscita agitatissima ..fatti tuoi.

cri69 Mercoledì, 26 Novembre 2014 13:14

FEFFE intanto grazie,credo che la cosa più difficile sia comprendere ciò che ci fa male e non mentire a noi stessi,in certi casi siamo bravissime....

Mi spiace tanto per il tuo orecchio,il medico non poteva mettere l'urgenza ?dovrebbero visitarti ,se non sbaglio,entro una settimana.Continuo a non aver parole 😞

feffe81 Mercoledì, 26 Novembre 2014 13:04

Vorrei condividere con voi quanto ha detto lunedì il mio maestro di yoga.

Quando ci troviamo in una situazione di vita che non ci piace o ci fa soffrire o non ci fa essere felici, le alternative di cose che possiamo fare sono 4:

- 1) lamentarci
- 2) allontanarci dalla situazione
- 3) fare quello che è in nostro potere per cambiare la situazione
- 4) accettare totalmente la situazione

E ovviamente l'unica soluzione "sbagliata" perché non ci toglie la sofferenza, è la numero 1.

Poi ok, questa è la teoria...da lì a riuscire a farlo ce ne passa...

feffe81 Mercoledì, 26 Novembre 2014 13:00

sono riuscita ad andare dal medico per le orecchie, devo andare dall'otorino! sono stata fortunata, ho appuntamento tra due settimane 😊

MONICA 😊 per il Natale sono sulla tua linea!

mariparis Mercoledì, 26 Novembre 2014 12:29

Buongiorno a tutte! Oggi a Roma il cielo è nuvoloso e mi provoca una strana sonnolenza e la testa un po' pesante.

stamani giornata dedicata ai lavori in casa...ho stirato una montagna di camicie di Alberto, fatto 2 lavatrici, steso i panni, cucinato...

e mi sono resa conto che mentre facevo queste cose, i pensieri ed il cervello mi andavano a 1000...

ho capito che la mia autostima e' sotto i piedi, e forse hanno ragione i medici del Mondino che dicono che sono ansiosa...

anche l'avvicinarsi di queste feste non mi mette gioia, ma solo un po' d'ansia...

sono da ricovero, vero? 😊

forse ha ragione mia madre che dice che mi fa male stare da sola in casa...

oggi ho persino messo in dubbio l'amore che il mio compagno nutre per me, e per un attimo ho temuto di rivivere alcuni dispiaceri del passato...

cmq ora cerco di distrarmi un pochino...vi mando un bacio grosso grosso e scusatemi se sono una rompi p....

Annuccia Mercoledì, 26 Novembre 2014 11:37

PIERA 😊 .

MONICA, grazie.

La mia testa fa ancora schifo e sono venuta via prima dalla posturale. Altro Brufen, altra corsa.....

Ancora non voglio pensare a Natale..... anche se quest'anno sarà diverso dal solito. Penso alle parole di Lara con tutta la mia forza "non mi faccio rovinare la vita dal maledetto", devo riuscire anche io.

Piera Mercoledì, 26 Novembre 2014 10:40

Annuccia sono contenta per la sister!!! d'ora in poi controlli solo di sabato 😊

Monica Mercoledì, 26 Novembre 2014 10:37

Stanotte alle 4 mi ha svegliata il mdt. Ho preso il trip e mi sono rimessa a dormire. Stamattina però ho fatto una grande fatica ad alzarmi e sono rimasta a letto fino alle 8. Adesso sono in ufficio che sbadiglio continuamente.

ANNUCCIA sono contenta che tua sorella sta meglio 😊

Monica Mercoledì, 26 Novembre 2014 10:34

NICO hai ragione, siamo troppo sensibili 😞

Monica Mercoledì, 26 Novembre 2014 10:31

FEFFE ti mando le gocce che metto alla mia cagnolona, su di lei funzionano una meraviglia 😊😄
Scherzo, spero che il dolore ti passi presto

Monica Mercoledì, 26 Novembre 2014 10:30

Buongiorno a tutti. Oggi giornata uggiosa che lega perfettamente con il mio umore 😞 Comunque ciclo in arrivo e gli sbalzi ormonali mi fanno diventare malinconica. PAULA forse è così anche per te che invece non hai il ciclo 😞

MAMMA LARA io è qualche anno che non faccio più l'albero ne metto decorazioni per casa. Non sento più lo spirito natalizio 😞 L'unica cosa che mi piace del Natale è che posso mangiare tutto quello che voglio senza sentirmi in colpa 😊

mamma_lara Mercoledì, 26 Novembre 2014 09:57

Un attimo sono al telefono

feffe81 Mercoledì, 26 Novembre 2014 09:56

MAMMALARA hai fatto bene a decidere così per le luci. Ieri sera sono stata a cena fuori (addio alla mia collega che cambia lavoro 😞) e avevo una bella luce di fronte sul muro...l'ho spenta 😊

mamma_lara Mercoledì, 26 Novembre 2014 09:55

Feffe, il male alle orecchie si sopporta male, fai bene ad andare dal medico. Faresti bene a parlargli dei tuoi giramenti di testa.
Forza carissima.

feffe81 Mercoledì, 26 Novembre 2014 09:54

SIMONA come è andata la giornata impegnativa di ieri?ti mando un bacino

mamma_lara Mercoledì, 26 Novembre 2014 09:53

Graga, è da tempo che noi del forum siamo convinte/i che aiutiamo anche chi legge solamente.
Grazie mille cara. Un abbraccio

feffe81 Mercoledì, 26 Novembre 2014 09:52

buongiorno a tutti. Mi è aumentato il male alle orecchie, spero di riuscire a farmi vedere dal medico perché dopo una settimana di gocce che non hanno fatto passare il tutto forse ci vuole altro. Ho anche parecchia contrattura a spalle e collo e giramenti di testa. Ok ho finito

mamma_lara Mercoledì, 26 Novembre 2014 09:51

Lele3, Un abbraccio anche a te. Grazie.

mamma_lara Mercoledì, 26 Novembre 2014 09:50

Annuccia, mi spiace per la cartella da pagare, Brutta cosa quando si ha a che fare con i parenti per danaro, se fosse una estranea potresti far valere meglio il fatto che non abbia svolto il suo lavoro con dovizia

mamma_lara Mercoledì, 26 Novembre 2014 09:47

Annuccia, qui si va avanti ad oltranza e non si molla mai. Ho già capito che è così che devo fare. 😊

mamma_lara Mercoledì, 26 Novembre 2014 09:46

Buongiorno a tutti.

Ieri ho veramente capovolto un sacco di cose, oggi devo stare un po' più quieta, perché la testa non va.

Ma va bene così, andrà bene e va bene lo stesso.

Quest'anno ho chiesto a Gabriele di fare un albero decente senza luci da discoteca e ne abbiamo preso uno alla coop piccolo e senza pretese che decorerò con gli angioletti che mi ha fatto la mia amica Fiorella, così ci sarà anche lei nel mio Natale. Ci sarebbe comunque stata.

Poi sempre se riesco a convincere Gabriele, niente luci in giro per casa, non voglio luci che mi prendono alla traditora gli occhi mi risparmi un po' di MDT.

cri69 Mercoledì, 26 Novembre 2014 07:41

Buongiorno gente, è arrivata la pioggia ed io ho male ovunque 😞

Armiamoci di pazienza e avanti sempre.

Annuccia Mercoledì, 26 Novembre 2014 07:28

MONICA, coraggio..... sai che sono momenti... poi tutto passa, deve passare per forza perché la vita continua e in molti hanno bisogno di te.

PAULA, penso questo anche per te, ma si sa che all'anima non si comanda.

Annuccia Mercoledì, 26 Novembre 2014 07:27

Buongiorno a tutti!

io 🤔 su molti fronti, anche se mi sono molto alleggerita sul fronte "sister" e questa è la cosa più importante.

LARA 😊

Stiamo vedendo cosa fare per la cartella Equitalia, l'iter è molto complesso e i tempi molto ristretti. Vediamo di procedere e provare ad evitare di pagare ciò che proprio non è dovuto.

La mia testa fa davvero schifo e il resto pure.

Vado a farmi la "pompetta" per l'asma.

lele3 Mercoledì, 26 Novembre 2014 07:01

Buongiorno bella gente. Vi leggo sempre e con immenso piacere. Un abbraccio virtuale x voi e un saluto speciale per l'admin. Buona giornata e fate i bravi.

gragra Mercoledì, 26 Novembre 2014 06:28

Buondí caro forum!

Anche oggi vi leggeró con piacere, mi fate passare bene la giornata. Cari abbracci.

Maya Martedì, 25 Novembre 2014 23:13

Notte...

paula1 Martedì, 25 Novembre 2014 21:56

Buona sera a tutti..passo per un saluto e poi me ne vado a riposare...domani sarà una giornata campale...quando non c'è la caposala (ha la legge 104) la vice diventa una iena e si lavora malissimo... 😞

ho la testa pesante, però oggi lo stomaco è stato buonino...domani ho anche la dottoressa del DCA e anche io, come MONICA è alcuni giorni che mi sento triste, poi il fatto che non arrivi il ciclo è stressante 😞

vado a 🤤 sto per crollare dalla stanchezza...

Gri Martedì, 25 Novembre 2014 21:43

Buona sera, sta mattina è andata bene, Xavier era interessato al nuovo ambiente ed è stato sorridente sempre. Domani andiamo mezz'ora prima e mangiamo lì la frutta. Sempre con me però. Giovedì resto nel nido, ma mi allontanano dall'aula....vedremo!
Eloïse sta molto meglio con l'antibiotico. Xavier è tanto raffreddato, ma sta bene. Buona notte

mamma_lara Martedì, 25 Novembre 2014 21:21

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

mamma_lara Martedì, 25 Novembre 2014 21:21

Ora però sono un po' stanca e vado a letto.

mamma_lara Martedì, 25 Novembre 2014 21:19

Ho ribaltato casa e ho persino stirato. O arriva l'estate o faranno 3 metri di neve.

mariparis Martedì, 25 Novembre 2014 19:23

Buonasera a tutti! Sono rincasata ora, mi sono messa sul divano e vi ho lette.

Annuccia mi dispiace molto per questo brutto inconveniente, spero che si possa risolvere presto e nel migliore dei modi. Ti mando un bacio.

Simona spero che oggi ti senta un po' meglio...

Monica mi dispiace che ti senta un po' malinconica...spero che sia una cosa momentanea...anche a me a volte capita...

Gri un bacetto ai tuoi bimbi...

vi abbraccio forte, buona serata

mariagrazia Martedì, 25 Novembre 2014 18:57

buonasera a tutti. la testa oggi proprio non va e non escono manco le parole. solo un abbraccio a tutti

nico26 Martedì, 25 Novembre 2014 16:52

Monica le persone molto sensibili come noi molte volte hanno periodi di alti e bassiUsiamo tanto ma tanto il cuore!!!!!!

Monica Martedì, 25 Novembre 2014 14:38

Da qualche giorno mi sento un po' strana. Ho fame ma mangiare quello che mangio solitamente mi fa sentire male, sono molto malinconica (ieri un bel piantino pensando a mia nonna e al mio cagnone sognati la notte prima 😞).

PAULA il pensiero di Paddy ti accompagnerà sempre e a volte la sua mancanza si farà sentire tanto.

Per noi non sono solo "cani", sono parte della famiglia 😊

Stanotte mi sono svegliata perché sentivo la mia cagnolona che scuoteva la testa, le facevano male le orecchie. Questa infezione alle orecchie sempre la notte si fa sentire chissà perché 😞 Così mi sono alzata le ho messo le gocce, li ho fatti uscire e poi siamo tornati tutti a nanna..... loro io dopo due ore 😞

Monica Martedì, 25 Novembre 2014 14:32

ANNUCCIA ce n'è sempre una 😞

Monica Martedì, 25 Novembre 2014 14:31

WILLY non ti voglio allarmare, ma quando mio padre ebbe l'ictus, la colpa fu attribuita alla stenosi carotidea. Non ricordo in che percentuale fosse, ma da allora le tiene sempre sotto controllo e circa 4 anni fa fu operato alla carotide destra. E' un intervento davvero semplice e ad averlo saputo prima.....

nico26 Martedì, 25 Novembre 2014 13:39






Eccomi al lavoro fino a sera.Simo forza pure e sappi che qui potrai lasciare sempre i comunque quello che senti dentro e noi siamo pronti ad accoglierti.sono sicura che aver Gabri dalla tua parta e' un aiuto notevole!

Annuccia non mi esprimo perche' senno lara altro che cancellare.....


Willy cavolo mi raccomando ..stavolta e' obbligo metter in pratica cio' che ti hanno detto all'ospedale!

Vado a creare volantino di Natale!!!

cri69 Martedì, 25 Novembre 2014 13:25

ANNUCCIA se sei  hai tutte le ragioni...chi non lo sarebbe.
E arrivata la mia bimba    

feffe81 Martedì, 25 Novembre 2014 13:00

ANNUCCIA che brutta "rogna" questa 

mamma_lara Martedì, 25 Novembre 2014 12:28

Buongiorno a tutti. Torno ora dalla coop, avevo da prendere delle cosine che Gabriele non poteva comprare. Ora ho tutto fa fare.
Ci leggiamo nel pomeriggio

Annuccia Martedì, 25 Novembre 2014 12:22

Figurati, andremo a finire ai ferri corti. Non so se riesco a digerire il tutto , pagare questi soldi mi pesa non poco. Per ora non mi risponde al telefono.

Annuccia Martedì, 25 Novembre 2014 12:21

A noi è arrivato un avviso bonario nel 2011 dell'agenzia delle entrate con richiesta della documentnazione. Mia cognata non la trovava e rispose scrivendo che il CAF (cioè lei) aveva smarrito la documentnazione richiesta e aveva solo una parte di documenti (quelli che io avevo tenuto in copia). Loro non hanno risposto. Poi ad aprile è arrivata la cartella Equitalia , lei (che nel frattempo aveva ritrovato tutto) ha inviato tramite posta certificata la documentazione richiesta. La cartella è risultata in "lavorazione" fino ad oggi che è arrivato l'atto con l'avviso di fermo amministrativo dell'auto qualora non paghi entro trenta giorni dalla notifica.

Piera Martedì, 25 Novembre 2014 12:16

Annuccia comunque se e' sicura di aver fatto le cose perbene, paghera' lei 

Piera Martedì, 25 Novembre 2014 12:04

Prima arriva un avviso bonario con termine 30 giorni, in cui devi presentare eventualmente tutta la documentazione utile, trascorsi i 30 giorni se non si e' pagato o corretto l'errore, arriva poi la cartella di pagamento da Equitalia,

Annuccia Martedì, 25 Novembre 2014 12:01

Si Piera, appena ho ricevuto gli avvisi di pagamento ad aprile ha mandato i documenti e la mia cartella on line risultava "in lavorazione"! ora con il secondo avviso non so se si po' fare altro


Piera Martedì, 25 Novembre 2014 11:59

Comunque Annuccia, sai che ti dico, che non ci credo che abbia rispettato i termini, l'agenzia delle entrate e molta rigorosa in tal senso, dovrete guardare tu la posizione tramite pin per vedere se "andava" tutto bene....e poi magari c'e' anche il caso che nonostante i documenti presentati in tempo utile, la dichiarazione non sia corretta.


Annuccia Martedì, 25 Novembre 2014 11:45

CRI, grazie, ma come vedi non mi è possibile, per colpa mia o non mia..... in questo secondo caso mi inc..... troppo!!!

Annuccia Martedì, 25 Novembre 2014 11:44

Vi ricordate la verifica che mi avevano fatto sul 730 del 2008???? mia cognata si era persa i documenti attestanti le spese, poi le aveva ritrovate incolpando prima me della perdita. ora Equitalia mi chiede i soldi nonostante mia cognata li avesse prodotti al primo avviso della richiesta di pagamento. Se non pago entro 10 giorni mi pignorano la macchina  faccio fumi da tutti i buchi.....

Monica Martedì, 25 Novembre 2014 10:57

GRI bisogna sempre attaccare il carro dove vanno i buoi (si dice così?) perché le cose non vanno mai come vorremmo noi  Vedrai che si troverà bene

Monica Martedì, 25 Novembre 2014 10:44

Buongiorno a tutti. A Roma c'è il sole.

SIMONA che dirti, fortunatamente Gabriele ti capisce ed è anche disposto ad aiutarti. Spero che la cura che farai possa alleviare un po' il dolore della tua anima. Forza ragazza 😊

Gri Martedì, 25 Novembre 2014 09:08

Buongiorno, qua piuttosto sereno. Sono appena tornata a casa, ho portato Eloïse all'asilo, Xavier tornando a casa si è addormentato. Così ora lo lascio fare un pisolino e poi ci prepariamo per la nuova avventura. Inizia alle 10. Sono un po' preoccupata, è di nuovo tanto raffreddato e inizia il nido già non stando benissimo e si sa che verrà presto a contatto con tutti i germi possibili immaginabili del mondo. E va beh, è la normalità. Ma avrei preferito iniziasse in piena forma e magari in primavera. 😊

Io mi sono svegliata con mal di pancia e un po' di dissenteria, ma, per dirla alla NICO, "avanti tutta"! Buona giornata a tutti.

Un pensiero in particolare lo mando a SIMONA, mi spiace che oltre all'umore, ci si metta altra pioggia....

paula1 Martedì, 25 Novembre 2014 08:55

Buon giorno a tutti...qui un po' nuvoloso e a tratti esce il sole..non dovrebbe piovere...oggi lavoro pomeriggio con pochi pazienti e due colleghe odiose...me ne farò una ragione.. 😞

SIMONA non sai quanto mi dispiace sapere che non stai bene...spero che gli integratori ti diano un po' di sollievo...io sto prendendo il magnesio e sto meglio coi dolori articolari però ho bruciore di stomaco da alcuni giorni..devo riuscire a capire cosa è..ora sospendo il magnesio che tra l'altro dà anche un po' di diarrea e cerco di non mangiare il cibo della Camst dentro i contenitori di plastica, perlomeno quelli che si scaldano (diventano dei palloni) nello scaldavivande, sto prendendo anche il Bioscalin per i capelli..chissà se possono essere quelle pastiglie.....

SIMONA il partenio sarebbe ottimo come profilassi dell'emicrania, ma io ho dovuto sospenderlo proprio perché irrita lo stomaco e anche il prof. Pini di Modena mi disse che è un effetto collaterale...

il triptofano vorrei prenderlo anche io, ma la dottoressa dei DCA dice che è talmente blando che non servirebbe... 😞 uffi non si sa mai come fare... 😊

Simona Martedì, 25 Novembre 2014 08:09

Buongiorno....qui piove... e continuerà per giorni. .. abbiamo ancora tanto ma tanto fango.... io mi son svegliata alle 5.00 dopo vari risvegli... e sono già così... 😞 😞 oggi poi è una giornata carica di impegni..non sarò a casa prima delle 18.30... le strade piene di code..abbiamo ancora l'autostrada con l'uscita chiusa tranne che nelle poche ore di punta e questo causa parecchi disagi in tutta la città..... insomma... questa ennesima alluvione ci ha provocato tante difficoltà e ci vuole tanto tempo per rimettere tutto apposto.... e qui la protezione civile c'è rimasta 2 gg e ora siamo rimasti soli.....

buona giornata a tutti

cri69 Martedì, 25 Novembre 2014 08:08

Buongiorno a tutti.

SIMONA un abbraccio enorme e speriamo che la nuova strada intrapresa sia quella giusta per darti serenità.

GRI giornata oggi, mamma mia Xavier sembra nato ieri ed invece già al nido...abbracci.Elo spero stia meglio.

ANNUCCIA uff! vorrei tanto che trovassi un po' di tranquillità su tutti i fronti, forza ragazza.

WILLY anche per te inizia una nuova avventura, sono sicura che il tuo impegno verrà ricompensato. Abbracci.

feffe81 Martedì, 25 Novembre 2014 08:00


Buongiorno a tutti 😊

WILLY bentornato a casa e in bocca al lupo per la ripresa!

MARIAGRAZIA ho riletto anche io con piacere i tuoi racconti.


SIMONA forza, avere la comprensione di Gabriele è un'ottima cosa. Abbi fiducia che ne uscirai da questo momento buio, serve un po' di tempo ancora ma poi andrà meglio. Ricordati che io sono qui

Annuccia Martedì, 25 Novembre 2014 07:23

Buongiorno a tutti! io mi sono già impasticcata.....
spero di riuscire a fare quello che vorrei.
SIMONA, essere compresa fa bene e Gabriele ha capito. Già è un passo avanti.

gragra Martedì, 25 Novembre 2014 06:56


Buongiorno forum.

Sempre un piacere legggervi. Possiamo passare una bella giornata. 

Gri Lunedì, 24 Novembre 2014 21:28

SIMONA, ti auguro di risalire verso la luce e la felicità. Ti abbraccio e ti voglio bene

Gri Lunedì, 24 Novembre 2014 21:24

Buona sera carissimi e carissime! WILLY, bentornato a casa.
MARIAGRAZIA, grazie per averci di nuovo riportato i tuoi scritti, che ho riletto con tantissimo piacere. Scrivi magnificamente! Ma ci tornasti poi ogni tanto in America? Hai ancora parenti in là? Domani Xavier inizia la sua avventura all'asilo nido....iniziamo l'inserimento. Come vola il tempo... 

Simona Lunedì, 24 Novembre 2014 21:20








Buona sera forum,

oggi la giornata non è iniziata nel migliore dei modi, ero molto triste.. Gabriele però mi ha tranquillizzata, mi ha proposto di lavorare meno, andare solo per pranzo, 2 ore invece che 5... per il momento non ho accettato, da questa settimana infatti comincio un nuovo percorso non farmacologico per vedere se riesco a sollevarsi un po... melatonina, triptoFano , fiori di Bach e Partenio ... se nonostante questo non migliora neanche un po allora farò questa riduzione di orario.... insomma, in un modo o nell altro spero di alleggerirmi un po....

mariparis Lunedì, 24 Novembre 2014 20:49

Willy ben tornato a casa! Spero che tu da oggi possa intraprendere un nuovo percorso che ti porti a stare finalmente molto meglio. Un abbraccio forte e un in bocca al lupo per tutto

paula1 Lunedì, 24 Novembre 2014 20:22

Buona sera a tutti...ho fatto una scorpacciata di risotto ai porcini....forse ho esagerato...  
avevo dato il numero del Centro Cefalee al mio collega infermiere (preferito ) per suo fratello...adesso la Clinica Universitaria si è trasferita al Bellaria...
primo appuntamento: gennaio 2016     ora vede per andare a pagamento...non ci posso credere...

Piera Lunedì, 24 Novembre 2014 19:01

E' vero Elisabetta, il racconto di Maria Grazia ha punti in comune con la storia della mia Vittoria, anche lei vive grandi prove d'amore

Elisabetta Lunedì, 24 Novembre 2014 17:38

MARIAGRAZIA, all'epoca mi avevano commosso entrambi i tuoi racconti, ma alludevo a "Un'altra estate se ne va" dove dicevi che tuo padre, nel momento in cui ha sposato tua madre, ha dimenticato che non eravate figli suoi. Per me è stata una prova d'amore straordinaria. Grazie per averli rimessi. Li salverò per rileggerli ogni tanto.

WILLY, so qualcosa di carotidi perché mio cognato si è fatto operare ma ne aveva una occlusa al 70%. Il 20% non credo che sia molto. Ma ti daranno la cardioaspirina e dovrai stare controllato.

Willy Lunedì, 24 Novembre 2014 16:59

Buongiorno a tutte,

Mariparis sono appena rientrato a casa, continua da ieri un leggero mal di testa che sopporto bene senza pensare a medicine. Le prescrizioni della dott.ssa Sances questa volta sono state perentorie, basta sottovalutare il problema, dovrò mantenere fede alle promesse che le ho fatto. Tutto questo dopo le diffide ricevute dai medici della chirurgia dell'ospedale di Reggio che mi hanno detto come le due occlusioni intestinali che ho avuto negli ultimi dieci anni sono dovute esclusivamente ai farmaci e se continuo così mi dovranno asportare 50 cm di intestino, infiammato e in avanzata stenosi.

Non mi resta che farmi forza e coraggio, devo farcela, devo ridurre drasticamente i farmaci. Mi hanno anche trovato valori di creatinina fuori norma e con ecodoppler una stenosi del 20% delle carotidi. Andrò dal medico non so se devo preoccuparmi o no. Volevo dire a Paula che concordo con il pensiero di Lara, certe cose non si dicono neanche per scherzo. Un abbraccio.

paula1 Lunedì, 24 Novembre 2014 16:21

Buon pomeriggio a tutti...stamattina c'era un muro di nebbia a scendere in città...arrivi al lavoro già stanco 😊 mattinata piena ed eravamo solo io e la caposala, però è andato tutto bene...faccio fatica, ma preferisco lavorare da sola che con infermieri che lasciano il lavoro a metà ...

🤢 ne ho sempre una 🤢 oggi gran bruciori di stomaco...ho preso il Nexium e dopo mezzora mi passa...uffa...se il ciclo non arriva qui si mette male...stavo pensando che da settembre, che ho interrotto la pillola, ne ho sempre una....devo sempre fare quella famosa domanda alla dottoressa Nappi... 😞

mariagrazia Lunedì, 24 Novembre 2014 15:40

o magari era questo...

Un'altra estate se ne va

È finita un'altra estate. Triste estate questa.

Giro per le camere di questa casa una volta così piena di vita ed ora così silenziosa.

Rivado indietro negli anni e mi vedo bambina, rimasta orfana troppo presto, ricordo i pianti di mia madre incinta di sette mesi che piangeva sulla tomba di mio padre; piangeva per lui, per noi e per se stessa, vedova a 26 anni con due figli da crescere in una terra non sua.

Poi passano pochi anni e ritrova il sorriso accanto ad un uomo splendido. Nel momento in cui la sposa dimentica che mio fratello ed io non siamo suoi figli.

Eccomi a 10 anni su una grande nave in viaggio verso questa isola, questa casa. L'arrivo nel porto di Napoli e la famiglia che ci aspetta. C'è mio nonno materno, Ciccio, così burbero eppure così emozionato di rivedere la figlia dopo 13 anni. C'è zia Restituta, la sorella del mio nuovo papà, bellissima come una regina, con le sue trecce nere arrotolate in testa come una corona. Guardarla ed innamorarmene fu tutt'uno.

Ricordo il viaggio verso Ischia e la sensazione di paura a salire su un traghetto così piccolo rispetto alla Raffaello con cui avevamo attraversato l'Atlantico. Sono vestita di blu, un buffo cappellino bianco e le calze corte bianche nelle scarpette di vernice nera. Avevo 10 anni e la mia vita stava per cambiare e non ero sicura che mi sarebbe piaciuto. Avrei almeno voluto capire quello che gli altri dicevano intorno a me, parlavo solo americano, ma zia Restituta mi teneva la mano e ogni tanto la stringeva e senza parole mi dava forza.

Che bella Ischia dal traghetto! Sul porto c'era mio nonno paterno, Vitaliano, allegro, vivace, simpaticissimo, un occhio bendato per una spina di riccio di castagno e solo 3 denti in bocca, ma il sorriso più bello che avessi mai visto. Zia Restituta, sempre tenendo me e mio fratello Silvio per mano ci spinge verso di lui e lui ci accoglie fra le sue braccia con un abbraccio tenero e forte allo stesso tempo. Non dimenticherò mai che il suo primo abbraccio fu per noi che non eravamo realmente suoi nipoti e non per il mio fratellino più piccolo che lo era invece.

Il viaggio verso Fontana l'abbiamo fatto in una motoretta piccolina a tre ruote, io stretta stretta a zia. Le strade piccole e piene di curve fino ad arrivare al paese dove sul terrazzo ad aspettarci ancora altri parenti tutti festosi ad abbracciarci. La lunga tavolata, i piatti che uscivano dalla cucina e noi troppo stanchi e frastornati per mangiare. Sono uscita sul terrazzo ed ho visto Capri e più in là Sorrento e davanti alla maestosità di questo panorama ho pensato che ce l'avrei fatta. Questa era la mia nuova casa, la mia nuova famiglia e sarei stata bene. Nei giorni a seguire il paese tutto in processione verso casa con la scusa di darci il benvenuto, in realtà per vedere com'era la vedova che aveva sposato Flavio, il principe, come qui veniva chiamato. Le mille domande, se ci piaceva vivere qui o volevamo tornare in America, se eravamo davvero orfani e non illegittimi. Le bambine guardavano con invidia gli orribili cappellini che mia madre si ostinava a farmi portare ed io felice li regalavo tutti.

Quando nei giorni a seguire arriva il nostro televisore, uno dei primi in paese, la gente arrivava, non

invitata, si sedeva come se niente fosse sul divano per guardare i programmi serali e mio nonno che spintonava per stare in prima fila.

Rivedo la mia famiglia a tavola, eravamo in otto ed ogni giorno era una festa.

Poi le cose iniziano a cambiare. Prima se ne va nonno Vitaliano, l'anno dopo mi sposo io. Poi una sera di pochi anni dopo anche mia nonna Nannina. Dovevo arrivare a Ischia per l'ultimo dell'anno, i miei mi chiedono di anticipare perché nonna è grave. Partiamo sotto una pioggia torrenziale, una tempesta di acqua, grandine e vento, un mare agitatissimo. Per tutto il tempo mia nonna non ha fatto altro che chiedere di me e Andrea, il mio bambino. Quando arrivo a casa, vado accanto al suo letto, mi guarda, sorride, accarezza i capelli biondi di Andrea, chiude gli occhi e se ne va.

La casa, una volta quasi piccola per tutti noi inizia a diventare grande. I miei fratelli si sposano e vanno a vivere altrove. Poi se ne vanno mio padre e da pochissimo anche zia Restituta. Resta solo mia madre a fare da guardiana ai ricordi in questa casa diventata grande quanto un palazzo.

Domani devo partire.

Ripenso alle altri estati e a tutto ciò che sentivo mi sarebbe mancato di qui. Quest'anno vado via e l'unica cosa che mi mancherà sarà la mia famiglia così com'era. Una famiglia fuori dagli schemi, dove non era necessario il legame di sangue per amarsi.

Parto piangendo, lasciando mia madre da sola, non vuole venire via con me, non vuole chiudere la casa, dice che le sembrerebbe di chiudere le porte a chi l'ha abitata.

Sono sul terrazzo, guardo Capri e più in là Sorrento, una leggera foschia li nasconde un po'. Vedo il mare dei Maronti. Chiudo gli occhi e cerco di imprimere dentro di me ogni particolare per poi ritrovarli quando sarò via di qui, poi li riapro e c'è mia madre che mi sorride e dice: 'Resto qui anche per te, così sarai costretta a tornare più spesso.'

È passata un'altra estate, solo un'estate della mia vita incerta tra la vita e la morte.

mariagrazia Lunedì, 24 Novembre 2014 15:22

Natale del '67

Pagine di vita

Natale del '67

Natale del '67, primo Natale in Italia. Avevo 10 anni ed ero arrivata in Italia da 2 mesi e 4 giorni. Ero ancora in quella fase in cui contavo ogni giorno da quando eravamo partiti con la grande nave dagli States. Mia madre ancora si ostinava a farmi indossare buffi cappellini e le calzine bianche corte nelle scarpe di vernice nera. La lingua italiana mi era ancora del tutto sconosciuta, praticamente sapevo dire solo 'vaffanculo' e lo dicevo a chiunque mi capitasse a tiro, con grande imbarazzo dei miei.

Nei giorni precedenti il Natale mamma riesce a tirar fuori dai bauli, non ancora completamente aperti e svuotati, tutti i suoi addobbi natalizi americani. Sistema nel grande soggiorno l'enorme albero finto pieno di luci colorate, palline luccicanti e fili dorati. Rami di agrifoglio e pigne dorate ovunque. Un Babbo Natale in ogni angolo. Le luci sul terrazzo attiravano la gente del paese a casa nostra. L'albero di Natale non era conosciuto a Ischia nel '67 e così il paese, che già si riversava da noi a guardare la TV, ora aveva anche la curiosità per le americanate di mia madre ed ad ogni cambio di luci era tutto un coro di 'ohhhhhhhh!!!!'.

Sì, sarebbe stato un bel Natale.

Mamma e papà uscivano sempre da soli, a noi non era permesso seguirli e questo per mio fratello Silvio e me significava una enorme quantità di regali da trovare sotto l'albero la mattina del 25. Sapevamo che Babbo Natale erano loro, l'avevamo scoperto anni prima trovando i nostri regali nascosti in fondo ad una armadio a muro, ma non ne avevamo mai parlato, un po' per paura che non ce ne facessero più e anche per proteggere nostro fratello più piccolo che invece era ancora convinto che Babbo Natale sarebbe sceso dal camino col suo sacco colmo di regali. Silvio ed io iniziammo a setacciare casa, come in una caccia al tesoro cercando i nostri regali, rovistammo ovunque senza risultato. Erano stati bravi stavolta a nasconderli.

Mamma continuava a sfornare torte di ogni tipo ed a friggere quintali di struffoli. Era bello stare lì ad osservarla mentre li passava nel miele e poi li sistemava su piatti colorati con confettini multicolore, lamelle di noci e mandorle e pezzettini di arancia candita. Tutte le torte ed i piatti di struffoli poi venivano incartati ed infiocchettati per bene e regalati.

Sì, sarebbe stato proprio un bel Natale, anche se l'America era lontana e mi mancava così come mi mancavano gli amici ed i parenti rimasti lì.

La sera della vigilia dopo cena ci viene accordato da mamma per la prima volta di assistere alla Messa di mezzanotte, ci accompagnò zia Restituta tutta felice. Ci fece incappucciare per bene e tenendoci stretti per mano e ci portò in chiesa. Dopo la messa torniamo a casa, stretti stretti a zia, infreddoliti, ma eccitati pensando al mattino dopo.

Cercai di restare sveglia, volevo vedere mamma mettere i regali in silenzio sotto l'albero, invece nel caldo del mio letto mi addormentai in fretta.

Sognai di essere in America, sognai le luci, la musica, i cantori che girano per le case con la gioia dei loro canti. Sognai la neve bianca e soffice che copre ogni cosa. Sognai gli amici, i parenti.

Sognai il grande albero del nostro salotto illuminato. Sognai le luci che giocano con le carte lucide dei regali e disegnano figure astratte sui muri.

La mattina ci svegliamo con i profumi della cucina di mia madre, con i rumori delle stoviglie. Silvio ed io ci alziamo in contemporanea e corriamo nel soggiorno. L'albero era tutto illuminato... ma... neanche un regalo.

Scoppiamo in lacrime. Papà cercava di abbracciarci per farci calmare e ci spiegava che in Italia non esisteva Babbo Natale, ma la Befana e che i regali li avrebbe portati lei, ma eravamo inconsolabili. Mi divincolai dalle sue braccia e presi a gridare fra i singhiozzi, tirai fuori il dolore per quel trasferimento da un continente all'altro al quale ci avevano costretto, tirai fuori tutto il rancore accumulato ed anche il dolore per quel brutto Natale. Dissi che sapevo benissimo che erano loro a portare i regali e che lo sapevo da tempo e che di sicuro non esisteva manco la befana quindi avrebbero potuto fingere, almeno per quell'anno, che nulla fosse cambiato. Mi chiusi in camera mia sbattendo forte la porta ed alzando il volume del mangiadischi al massimo per non sentire mamma che cercava di parlarmi al di là della porta. All'ora di pranzo zia Restituta venne a bussare, non capivo nulla di quello che diceva, ma la sua dolcezza mi indusse ad uscire. Mi prese per mano e mi portò in sala da pranzo. Il tavolo era lunghissimo apparecchiato benissimo con una tovaglia bianca tutta ricamata, il bellissimo servizio di piatti di mamma e le posate d'argento, ma c'erano molti posti in più rispetto a quanti eravamo noi. Non capivo.

Pian piano arrivano gli ospiti, una decina di persone del paese, molto poveri e soprattutto senza famiglia che i miei avevano voluto a pranzo per non farli sentire troppo soli.

Mi vergognai molto dei miei capricci del mattino e quel giorno capii che Natale non era solo ricevere, ma era anche e soprattutto dare.

Trascorremmo una bellissima giornata tutti insieme.

La sera, quando ero già a letto i miei si vennero a sedere accanto a me e mi chiesero scusa per avermi costretto ad un cambio di vita così radicale, per gli amici persi, per la lingua che non capivo, per avermi tolto anche la gioia del Natale, ma questo l'avevano fatto in buona fede, accettando le tradizioni italiane e non pensando a quanto ne avremmo sofferto.

Papà disse che ci aveva portato in Italia sperando per noi una vita più serena e tranquilla, con minori pericoli.

Ci abbracciammo e mi addormentai.

Il 6 gennaio facemmo la conoscenza con la Befana, che fu estremamente generosa, regalandoci fra le altre cose le tanto agognate biciclette che papà in America non ci aveva mai voluto comprare per paura del traffico.

Gli anni successivi i miei decisero di dividere i regali fra le due festività ed abbiamo avuto sempre dei Natali molto belli e pieni d'amore, ma il ricordo del Natale del '67 resterà per sempre tatuato nel mio cuore.

Di tutti i natali che ho vissuto, vorrei poter rivivere proprio questo di cui ho raccontato.

Mio padre, i nonni e mia zia erano con me.

E, anche se sembrava un problema insormontabile non aver ricevuto regali, sempre meglio quel problema piuttosto dei dolori che la vita sempre ci riserva.

mariagrazia Lunedì, 24 Novembre 2014 15:19

Elisabetta parli del mio racconto : 'Natale del '68'?

mariagrazia Lunedì, 24 Novembre 2014 15:18

buongiorno a tutti.

noi sempre più presi con la Traviata. stasera prime prove in costume. sai che battaglie con le crinoline!

cri69 Lunedì, 24 Novembre 2014 15:05

ANNUCCIA lì purtroppo non c'è nulla di soft, quando c'è, c'è 😊 Mds ,schiena 😊

feffe81 Lunedì, 24 Novembre 2014 14:23

ANNUCCIA sì oramai è fatta e spero non abbiate problemi!

Ciao ISA, mi fa piacere leggerti, ma mi dispiace tanto per MDT e MDC 😞 un abbraccione!

Annuccia Lunedì, 24 Novembre 2014 14:17

CRI, mds???????? è la versione più soft di mdc????????????? 😊

Susy Lunedì, 24 Novembre 2014 14:15

E' molto dura cambiare vita. E' una sofferenza ma, non so se centra qualcosa il MDT va un pò meglio.....ma non lo dico a nessuno.

cri69 Lunedì, 24 Novembre 2014 14:11

Tra un pò dovremo fare un vocabolario dove andare a vedere tutte le sigle che stiamo coniano 😞
mdt, mdc, mds.....

ISA mi dispiace un sacco ,l'ultima volta che ci siamo sentite sembrava andasse un pò meglio
ufffffffffff 😞 .

mariparis Lunedì, 24 Novembre 2014 13:59

Grazie Annuccia,sei tanto cara...

Annuccia Lunedì, 24 Novembre 2014 13:51

Arrivata in studio.

ISA, ma che scherzi, scusarti..... ogni tanto mando perché mi piace rendervi partecipi, ma non pretendo mica una risposta..... mi dispiace per il tuo malessere MDC (mi fa ridere la sigla che in termini tecnici, come sai, vuole dire mezzo di contrasto, ma noi ci capiamo 😊)

Spero ci sia qualcosa da fare. A me sembra che qualsiasi cosa ci viene, sono ben poche le soluzioni e spesso dobbiamo imparare a conviverci.

Isa Lunedì, 24 Novembre 2014 13:46

Buongiorno a tutti. Scusate la mia latitanza. Qua non va per niente bene: MDT e MDC sempre (il secondo è veramente una maledizione!) mi sta veramente sfinendo questo dolore. La causa è una proctosigmoidite ulcerosa. Comincio a pensare che la causa di tutto sia l'infinito stress che sto subendo da parecchi mesi al lavoro. Devo chiedere scusa ad Annuccia perchè mi aveva mandato una bellissima foto del suo Lupetto un mese fa e l'ho vista solo oggi! Grazie, Annuccia. Il tuo nipotino è uno spettacolo. Gli mando un bacino. Lara grazie per l'avviso di iscrizione ad Alce, provvederò in settimana. Un abbraccio per tutti voi con tanto affetto.

mamma_lara Lunedì, 24 Novembre 2014 12:47

Oggi ho Gabriele che non sta bene e devo andare io a prendere Emma, poi la porto in palestra.

Annuccia Lunedì, 24 Novembre 2014 11:57

MARI, se hai bisogno basta un fischio!!!!!!!!!!

mariparis Lunedì, 24 Novembre 2014 11:50

Buongiorno a tutti!

ieri giornata piena e non ho potuto scrivere però vi ho lette con piacere.

stamattina Alberto e ' partito per Palermo e starà fuori 5 giorni. È andato per lavoro. Io mi sono svegliata con un gran mal di gola...speriamo non mi venga la febbre...sarebbe dura dato che sono sola a casa. Ho preso un oki...vediamo come va. Ieri siamo andati al centro commerciale per fare un po' di spesa...era tutto addobbato per il natale e c'erano già i cestini da regalare con varie cose da mangiare.

Willy immagino che oggi ti abbiano dimesso...spero tutto bene.

un bacino a tutte con grande affetto dalla solitudine della mia casetta 😊

Annuccia Lunedì, 24 Novembre 2014 11:25

LARA, spero di no, altrimenti devo pensare che rimane "nullafacente"! per carità..... 😊

Annuccia Lunedì, 24 Novembre 2014 11:24

Buongiorno a tutti!

sono stata a posturale visto che stavo un po' meglio con il dolore, vediamo come reagisco.

FEFFE, ormai è fatta, anche noi siamo sempre titubanti con le offerte che non hanno mai fine, ma questa volta proviamo..... artigiani ne sono rimasti pochi e quei pochi credo che siano inviciniabili come prezzo. Questi divani attuali li pagammo veramente tanto, infatti li abbiamo fatti sempre rifare dai tappezzeri, ma ormai non vale più la pena.

mamma_lara Lunedì, 24 Novembre 2014 11:10

lo ho steso i panni sotto la loggia 😞 😞

mamma_lara Lunedì, 24 Novembre 2014 11:09

Cri, ho scritto buncher invece di bunker 😄 😄 😄

Ma penso che avrete capoto lo stesso 😊

cri69 Lunedì, 24 Novembre 2014 10:39

LARA eh si, oggi è bella tosta

mamma_lara Lunedì, 24 Novembre 2014 10:15

Cri, vedo nebbia anche dal buncher

mamma_lara Lunedì, 24 Novembre 2014 10:14

Nico, se te la sei cavata il virus con una sola notte ti è andata bene. 😊 😊

mamma_lara Lunedì, 24 Novembre 2014 10:08

Rossana, Alberto è troppo tenero, hai ragione che ti fa le giornate belle, penso saranno anche luminose quando lui è a casa.

Quella del saldare la plastica mi mancava. Gabriele ha una piccola cosina che salda con la colla di plastica, glielo devo dire che c'è anche quella diavoleria li.

mamma_lara Lunedì, 24 Novembre 2014 10:04

Annuccia, Andrea sarà pazzo del suo Lupo, vedrai che andrà sempre più spesso a Parma. 😊

mamma_lara Lunedì, 24 Novembre 2014 10:02

Paula, forse sa di avere esagerato, ma sai cosa diceva mia mamma "non si può riattaccare la testa ad una persona dopo che gliel'hai tagliata. Io sono sempre per il perdono, ma mi viene in mente cosa mi dissero tempo fa: "se ti fanno male, la prima volta è colpa di chi te lo fa, la seconda volta è colpa tua". Sono convinta che ci si debba anche difendere, perchè le parole sono come pietre.

Almeno ungit bene, così quello che ti viene detto ti scivola via e non fa danni troppo evidenti. 😊

mamma_lara Lunedì, 24 Novembre 2014 09:56

Buongiorno a tutti.

Notte tribolata per me ma anche per Gabriele, ha male ad un dente, ha l'appuntamento dal dentista, poi sentiamo la sentenza.

feffe81 Lunedì, 24 Novembre 2014 08:32

ANNUCCIA che teneri! Non ti ho detto la mia sui divani, sono arrivata lunga! quando ho cercato per comprare il mio ero andata anche da poltroneesofa ma non mi ispiravano più di tanto e poi vedo che gridano sempre all'ultimo giorno di promozione invece dal giorno dopo ce n'è un'altra (il negozio è a pochi metri da casa mia) e allora ho optato per un divano fatto da una piccola azienda modenese, pagato abbastanza ma per me li vale. L'azienda ora purtroppo ha chiuso 😞 detto questo però spero che il vostro sia comodo e vi soddisfi!!

feffe81 Lunedì, 24 Novembre 2014 08:27

Buongiorno a tutti 😊

Per me domenica tranquilla, pranzo dai miei con amici, giretto al mercatino e lavoretti in casa 😊

ROSSANA davvero tanta premura quella con cui Alberto si occupa del suo fiore più bello e delicato 😍

Simona Lunedì, 24 Novembre 2014 07:55

Elisabetta ho ricevuto. ..quando ho un attimo ti rispondo.. x ora ti ringrazio tanto

Buon giorno e buon inizio settimana a tutti voi

cri69 Lunedì, 24 Novembre 2014 07:53

Buongiorno, buon inizio settimana, qui gran nebbione.

Piera Lunedì, 24 Novembre 2014 07:51

Elisabetta, allora devo dire a Maria Grazie che mi mandi la storia d'amore che aveva postato qui, non la ricordo bene.....Rossana una saldatrice da plastica??? non sapevo nemmeno che esistessero, si va di fino li' da te!!!! 😊

gragra Lunedì, 24 Novembre 2014 07:07

Buongiorno NICO26 e FORUM tutto.

Possiamo passare una bella giornata! 😊

nico26 Lunedì, 24 Novembre 2014 06:50

Buongiorno dal lavoro. Notte passata ma tribolata. Crampi alla pancia ecorsa in bagno veloce. !Per me ho passato il virus....!Pero' ora sto un po meglio! Quindi guardiamo avanti e devo dire che rispetto alla lavorata di ieri a casa tra dentro e fuori casa ora mi riposo 😊 Avanti e buona settimana

rossana Domenica, 23 Novembre 2014 23:36

Ciao a tutti,

un saluto tardo domenicale.

ANNUCCIA che teneri Lupetto e Andrea.....

Tra un pò lo seguirai con Skype, almeno ne segui espressioni e movenze.

La mia domenica è scivolata tranquilla un pò a riposo ma non me ne lamento.

Alberto ha trafficato tutto il giorno tra raccolta foglie e cose sue.

Questa settimana, in giro per lavoro, ha trovato andando a curiosare da un rivenditore dei vasetti piccoli di coccio che sono gli unici che riesco a mettere sulle finestre dato che ho le inferriate.

Come quelli non ne fanno più e io ne ho solo due che tengo in cucina anche adesso con le viole 😊

Me ne ha comprati quattro perché vuole che metta un fiorellino (ci sta poca terra) su ogni finestra e dato che i sottovasi non si trovano ne ha presi di più grandi in plastica e oggi li ha ridotti a misura utilizzando una saldatrice da plastica che manco lontanamente sapevo avesse.

Tanta premura mi ha reso bellissima questa giornata.

Buonanotte a tutti

Elisabetta Domenica, 23 Novembre 2014 22:41

Valeria di PIERA mi ricorda una bellissima storia d'amore che MARIAGRAZIA ha raccontato quando è entrata nel forum

Annuccia Domenica, 23 Novembre 2014 20:53

Su "whatsApp" di Roberto è arrivata una foto di Andrea che si sbaciucchia Lupetto.....grande tenerezza.....Lupetto ha la faccina molto soddisfatta!!!!!!!!!!!! 😊

Annuccia Domenica, 23 Novembre 2014 20:51

La faccina rossa e incaz..... è partita per sbaglio!

Annuccia Domenica, 23 Novembre 2014 20:50

GIUSEPPINA, mi sono dimenticata di scriverti "grazie" per il tifo romano, io non sono una patita di

calcio.... ma ho apprezzato il pensiero 🙄 😊

PIERA, la tua "spepa" non la metterai mai in difficoltà ha sempre la risposta pronta e giusta, in questo caso "quello che dai ricevi"! 😊 ha già capito tutto.

paula1 Domenica, 23 Novembre 2014 20:49

🙄 vado in stand-by... 🙄 Buona notte a tutti

paula1 Domenica, 23 Novembre 2014 20:44

Buona sera a tutti...grazie delle vostre parole...adesso fa tutto il gentilino... 😊 mi ha chiesto se domani dopo il lavoro torno a casa.. 🙄 e dove vuole che vada? 🙄 🙄 🙄 🙄 🙄 🙄 vabbè.. domani lavoro di mattina e sarà la settimana lunga sperando che non diventi lunghissima col

sabato.. 😞 mamma mia tra un mese è natale ed è già volato un altro anno...devo chiedere anche le ferie... 😞

ELISABETTA quella del lupo è una bella metafora, ma quanto è difficile trovare il cibo per il secondo... 😊

mamma_lara Domenica, 23 Novembre 2014 20:36

Piera, che grande amore ha Vittoria, è fortunato Francesco, nessuno lo amerà mai quanto lo ama lei. Lo dico per esperienza personale.

mamma_lara Domenica, 23 Novembre 2014 20:35

Giuseppina, tifare la stessa squadra è troppo bello, anche perchè sono tranne Alessandra nessuno delle nostre famiglie tifa Juve. Poi mai e poi mai ne abbiamo parlato. Poi pochi mesi fa salta fuori che Emma dice ai genitori che tifava Juve. Marco ha fatto di tutto per farle cambiare idea, ma si sa che lei è cocciuta, un po' come la nonna 😊 😊

mamma_lara Domenica, 23 Novembre 2014 20:31

Annuccia, che bello vedere tuo papà ancora così battagliero e capace di rimettersi a lavorare anche solo per una riparazione. Capisco che vi sarete divertiti. Per la ricetta aspettiamo, non preoccuparti

mamma_lara Domenica, 23 Novembre 2014 20:29

Elisabetta, sono stata io ad averla messa nel forum la storia indiana, mi piace perchè ognuno di noi può scegliere cosa essere.

Mi fa ricordare a quando piccolissima mi ribellavo e dicevo che io volevo essere diversa. Hanno provato in tutti i modi a cambiarmi, ma io ho sempre nutrito quella che sono ora.

Non immagini quante volte me lo ripeto.

Grazie per averla rimessa qui.

nico26 Domenica, 23 Novembre 2014 20:29

Paula mi spiace tanta tanto ...sentire brutte cose da chi ci sta accanto ti fa' provare un disagio immenso. Mi spiace tantissimo 😞 Un abbraccio

mamma_lara Domenica, 23 Novembre 2014 20:25

Maya, anche a me piace abbastanza la pasta al forno.

Che bella domenica hai passato. 😊

mamma_lara Domenica, 23 Novembre 2014 20:24

Cri, anch'io faccio fatica a non fare nulla. Oggi di stirare però voglia zero e mi sono messa a riordinare il mio materiale del cucito. 😊

mamma_lara Domenica, 23 Novembre 2014 20:22

Paula, mi spiace tantissimo che il tuo compagno ti dica cosacce perchè minano la tua autostima e questo è un delitto. Capisco che le discussioni in periodi difficili ci stanno, ma quando sono troppe sono troppe, se poi sei sempre tu a sopportare non va bene.

Mi spiace tantissimo.

Piera Domenica, 23 Novembre 2014 20:08

la mia Vittoria tifa Napoli, quando le ho detto che ognuno deve tifare la squadra della città in cui è nato, mi ha risposto: io tifo Napoli perchè Francesco tifa anche Bologna.....to mo' nonna taci e porta casa 😊 😊

giuseppina Domenica, 23 Novembre 2014 19:48

LARA la juve ha tanti tifosi anche fuori Torino, quindi ci stanno anche nonna e nipotina di Ferrara 😊 😊 certo che c'è un bel legame con Emma, puoi essere orgogliosa

giuseppina Domenica, 23 Novembre 2014 19:36

ecco ANNUCCIA volevo dirti che ho comprato due divani due anni fa da poltrone sofà e mi sono trovata bene, il rivestimento scelto, grigio perla, bellissimo, ha fatto i pallini neri nel punto dove ci sediamo più spesso, però me l'hanno sostituito senza tante storie 😊

Annuccia Domenica, 23 Novembre 2014 19:29

PAULA, un grande abbraccio. Stai certa che Fausto sa che ha accanto una grande donna, le "cosacce" a volte si dicono ma non si pensano.

Annuccia Domenica, 23 Novembre 2014 18:59

SIMONA, hai fatto benissimo a vuotare il sacco, anche se è difficile e doloroso farlo. Fai come puoi, io non dico nulla, il percorso psicoterapeutico non ha prodotto molti risultati e mi dispiace tanto. Troverai la forza di uscire da questo malessere, lo spero tanto.

Annuccia Domenica, 23 Novembre 2014 18:57

Buona domenica a tutti!

oggi domenica tranquilla. Pranzo a casa dai miei, mio padre ha pensato bene di tirare fuori e rimettere in funzione il nostro vecchio giradischi Pioneer , abbiamo ancora tutti i vecchi dischi in vinile (abbiamo dischi di ogni tipo in primis tutta la collection di Battisti) . Una cassa non funzionava bene e mio fratello ha aiutato papà a risolvere il problema (alla fine irrisolvibile, almeno per ora, figuriamoci se papà getta le armi) , due ingegneri al lavoro, naturalmente lavoro "di fino" ma a nulla è valso..... finito questo , mia mamma se ne è uscita con la porta del frigorifero che stava cedendo le armi..... di nuovo i due ingegneri si sono messi al lavoro..... e lì hanno risolto, certamente mettendo in mezzo tutti gli attrezzi possibili, cacciaviti di tutte le dimensioni , viti, e quant'altro..... Insomma domenica piacevole ma laboriosa. Per finire tornando a casa con Roberto siamo passati ad ordinare i divani da Poltrone e sofà, oggi finiva la promozione.

La torta era buonissima e appena ho tempo metto la ricetta. Questa volta tutta farina del mio sacco.

Elisabetta Domenica, 23 Novembre 2014 18:20

MAYA, grazie a te per l'ottimismo e la speranza che ci regali. Un bacio. Elisabetta

Elisabetta Domenica, 23 Novembre 2014 18:19

Per PAULA

Storiella Indiana (magari copiata dal forum. però, a volte, è utile riciclare)

Un padre ad un figlio:

"figlio mio, la battaglia è fra due lupi che vivono dentro di noi.

Uno è infelicità, paura, preoccupazione, gelosia, dispiacere, autocommiserazione, rancore, senso di inferiorità. L'altro è felicità, amore, speranza, compassione."

Il piccolo ci pensò su un minuto e poi chiese: "Quale lupo vince?"

L'anziano Cherokee rispose semplicemente: "Quello a cui dai da mangiare"

Maya Domenica, 23 Novembre 2014 17:54

Simona ciao,la penso come Elisabetta il viaggio ha lasciato un po' di peso dentro te,la sua dolcezza nei suoi scritti,ci lascia molte verità...e io Elisabetta quando li leggo ,ti rivedo seduta a quel convegno ,nella mattina dedicata a noi,grazie.

Maya Domenica, 23 Novembre 2014 17:46

Ciao 😊 e buona domenica,molta tranquilla ,pranzo dai genitori di Loredana,e oggi mi sono concessa un piatto esagerato di pasta al forno.... Ricetta napoletana...😋😋 poi non ci stava più nulla ,ma avevo gran voglia di pasta.poi mentre ci siamo fatte una passeggiata ,giusto per bruciare 20 grammi di pasta siamo andate a votare .

paula1 Domenica, 23 Novembre 2014 15:34

Buon pomeriggio a tutti...stamattina poi siamo andati al Pronto Soccorso odontoiatrico all'Ospedale Maggiore....non gli hanno fatto nulla perchè non si capiva cosa aveva e nona vevano l'apparecchio radiografico...così gli hanno dato 3 pastiglie di Brufen da prendere in attesa di andare dal dentista.....vabbè adesso gli è passato il dolore con la prima pastiglia.....siamo appena rientrati e siamo andati anche a votare...io ho la lacrima facile perchè mi dice sempre delle cosacce.....adesso me ne vado un po' sotto le coperte e lui si guarda il rugby in tv...

Elisabetta Domenica, 23 Novembre 2014 14:45

SIMONA, ti ho mandato una mail

nico26 Domenica, 23 Novembre 2014 14:30

Buona domenica pomeriggio a tutte/i

Fiori quasi tutti dentro tra casa e vecchia stalla .Ieri sera alle 21.15 ero a letto ed ho dormito anche

se con qualche risveglio dal mal la pancia fino alle 7.30!Ora una piccola aurea ma va mo la che siamo messe bene!!

Simona hai fatto bene a parlare con Gabri e trovare un aiuto in casa di una persona che ti capisce e' tantissimo.Quando ero sposata con il primo marito lui bravissimo uomo ,lavoratore ma quando avevo crisi di panico ansia ecc...lui diceva....ma dai guarda come sei in forma e non vedeva non per cattiveria il mio dolore interno,la mia depressione .Non mi vergogno ad ammettere che per un periodo ho preso un antidepressivo e mi ha aiutata a lavorare su di me.Nemmeno vi vergogno a dire che giro con un rilassante nella borsa e se ne ho bisogno lo prendo .Ho spostato la spada di damocle che diceva...se prendi questo ,se prendi quello diventi dipendente ...lo prendono i matti...ecc...ecc...!!La vita talvolta ci macina ed e' umano avere dei crolli.Sono felice per chi ci riesce da solo/a,io invece talvolta ho bisogno di un aiutino psicologico e facendo rima farmacologico !!!

Forza Simo!!!!

cri69 Domenica, 23 Novembre 2014 13:32

Buongiorno a tutti ,buona domenica.

Anche noi completo relax....ma che fatica 😊

mamma_lara Domenica, 23 Novembre 2014 12:56

Gri, oggi devo stirare.

Vado a farmi la pappona

mamma_lara Domenica, 23 Novembre 2014 12:55

Graga, goditi la tua giornata e spero tu sia un po' in pace. Anch'io lotto tutti gli anni con abbassamenti di voce, tosse e raffreddori. Questo dal primo di settembre al 15 di giugno. Sarà un'altra cosa che ci accomuna.

Gri Domenica, 23 Novembre 2014 11:29

Buona domenica! Oggi cielo grigio grigio, siamo in casa tutti e quattro in pieno relax!

Un bacio a tutti

mamma_lara Domenica, 23 Novembre 2014 11:18

Scappo a votare.

gragra Domenica, 23 Novembre 2014 10:41

Buongiorno forum!

Ciao a tutte e a Willy.

la zuppa di orzo da portare all'asta delle bici recuperate sta finendo di cuocere.

stamani tra tosse secca, voce assente e MDT ho detto: cavoli, possibile essere così inaffidabili? Ma fortunatamente erano le 6.00 e confidavo nell'analgesico. Così la zuppa è andata.

Ora bisogna portarla... In metropolitana.

viene anche la mia amica alla quale ho preparato un regalo, ieri, di bricolage.

Poi anche i nipoti che sperano aggiudicarsi una bici: ci sarà da ridere visto i giochi che organizza la ciclofficina del rione Monti.

ora vado a lavarmi.

baci a tutti.

Simona Domenica, 23 Novembre 2014 10:41

Elisabetta mi son dimenticata di scrivere .it dopo l indirizzo mail...scusa...

mamma_lara Domenica, 23 Novembre 2014 10:12

Paula, non so come sei messa sul versante anni, non mi ricordo quanti anni hai, ma se sei prossima ai 50 ci sta che arrivi la menopausa. Parlane con uno specialista.

Speriamo tu non abbia le vampate di calore, sono una bella seccatura.

mamma_lara Domenica, 23 Novembre 2014 10:09

Willy, spero proprio che il MDT se ne vada senza fare troppi danni. Già il fatto di dire "il MDT farà quello che vuole è un buon inizio".

Bravissimo.

Grazie per l'iscrizione ad Al.Ce.

Grazie grazie

mamma_lara Domenica, 23 Novembre 2014 10:07

Giuseppina, sei troppo forte, vorrà dire che quando giocherà la Lazio tiferai anche quella così sistemi tutti. 😊

Io tifo da sempre Juve fin da piccolina, non so perchè. Però simatizzo per il Napoli e quello so perchè. 😊

Pensa che non ho mai rivelato ad Emma che tifo Juve e lei un paio di anni fa salta fuori che tifa la stessa squadra. 😊😊

Mi vien da ridere, perchè il papà è interista e la mamma milanista. In casa poi nessuno nessuno è juventino, solo io.

mamma_lara Domenica, 23 Novembre 2014 10:02



Buongiorno a tutti.

Elisabetta, certo che è possibile cambiarlo. Mandami una tua e-mail cliccando sulla bustina e in un attimo cambio tutto.

Simona Domenica, 23 Novembre 2014 09:49

Hai ragione Elisabetta. .. mi sto trascinando dal viaggio in Colombia 😞😞 ...
il mio indirizzo mail è:

freetless2004@libero ...leggerò volentieri i tuoi suggerimenti... 😊

buona domenica a tutti. ..qui piove... 😞

Elisabetta Domenica, 23 Novembre 2014 09:30

SIMONA, tu ti trascini questo malessere da quando sei andata in Colombia. Aggiungi il lavoro stressante da conciliare con la famiglia ed è facilissimo immaginare come ti senti. Parlare col partner è già una medicina, ma, secondo me, sbagli ad escludere, a priori, un aiuto farmacologico. Esistono anche blande cure naturali. Ho passato tanti momenti di male oscuro e ne so qualcosa. Se avessi la tua mail te ne parlerei in privato. Non posso esporre la bustina perché l'indirizzo che ha il forum è disattivato. Così nell'occasione, chiedo anche a LARA se è possibile cambiarlo.

Buona domenica a tutti. Elisabetta

giuseppina Domenica, 23 Novembre 2014 09:04

mi sono arrivate tre ragazze in crisi respiratoria per i lacrimogeni tutte bardate con sciarpe e magliette di Totti però quando hanno aperto bocca ho sentito un curioso accento Trentino, erano di un club romanista di Trento 😊😊😊

giuseppina Domenica, 23 Novembre 2014 09:00

poi ho pensato o Dio magari loro sono laziali e faccio una gaffe, fa niente tanto la Roma avrebbe vinto lo stesso anche senza il mio tifo

paula1 Domenica, 23 Novembre 2014 08:57

Buon giorno a tutti..qui nebbione..Fuasto ha mal di denti ora vediamo che fare.....Buona giornata...e oggi si vota pure... 😞

giuseppina Domenica, 23 Novembre 2014 08:56

ieri sera alla partita Atalanta Roma ho tifato per la Roma, in onore delle nostre amiche romane annuccia gragra mariparis monica lidia

rossana Domenica, 23 Novembre 2014 00:31

SIMONA mamma mia quanta fatica anche tu.....

Non so consigliarti ma al tuo posto sceglirei l'aiutino per non andare troppo in basso.

Però l'esserti aperta con Gabriele ti aiuterà, sono sicura.

Fatico a scrivere, il dolore continua imperterrita cambiando - per fortuna - di intensità consentendomi anche spazi buonini.

Buonanotte a tutti e uno speciale a WILLY nel suo castello.

Willy Sabato, 22 Novembre 2014 22:22

Volevo dare la buonanotte a tutte voi.

Lara ho fatto l'iscrizione per il prossimo anno e compilato il questionario, per il versamento prossima settimana quando rientro a casa.

Simona sei brava, coraggio.

Mariparis per fare la doccia dovevi chiedere alle infermiere ed avere i teli da mettere per terra per raccogliere l'acqua. Peraltro tutte ragazze/i molto disponibili, ti aiutano in ogni cosa. Sarà per la prossima volta.

Mi accompagna un leggero mal di testa che spero non aumenti, comunque farà quel che vuole di medicine non ne prendo.

A domani.

paula1 Sabato, 22 Novembre 2014 21:29



Buona notte a tutti



paula1 Sabato, 22 Novembre 2014 21:22

MARIPARIS anche io sono appassionata di libri e il mio sogno (uno dei miei sogni) sarebbe stato lavorare in una libreria o in biblioteca...

avevo fatto anche qualche domanda qui a Bologna...ma è un mondo chiuso...per non parlarti della Feltrinelli dove un giorno che avevo bisogno non c'era un commesso preparato...bisogna mandare il curriculum a Milano e poi da lì chissà che criteri guardano...credo al primo posto l'età!

quindi ci ho rinunciato..ora coi libri faccio Bookcrossing anche per liberare ogni tanto la libreria, altrimenti tra poco sprofondo da quello del piano di sotto... 😊😊

paula1 Sabato, 22 Novembre 2014 21:17

MAMMA LARA hai ragione 😊 infatti avere la copertina di Paddy non mi sembra proprio un problema...lo dicevo anche con la dottoressa del DCA..i problemi o disagi sono altri.....

SIMONA sei stata brava a parlare con Gabriele...io non ci riesco ..ogni tanto dico qualcosa, ma prende tutto alla leggera.....anche stasera alla fine non si esce perchè ha mal di denti..mica perchè io sto così 😞

adesso sto un po' meglio..anche la nausea sta passando..ho mangiato dei crackers che asciugano l'acidità..

credo che non prenderò altri farmaci del genere..d'altra parte avevo fatto la "famosa scelta" nel 2010 e non volevo sgarrare...è stata una prova...continuo col magnesio..

CRIS83 non ti avevo risposto...io devo compiere 50 anni e a settembre ho sospeso la pillola per vedere come siamo messi su quel versante.... 😊 ho quasi 2 mesi di ritardo, però ormai aspetto anche dicembre poi ho già la richiesta per gli esami ormonali.....io non vorrei andare in menopausa...almeno finchè non risolvo il problema dei dolori articolari e il disturbo alimentare...

mamma_lara Sabato, 22 Novembre 2014 21:14

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

mamma_lara Sabato, 22 Novembre 2014 20:53

Mariparis, noi non scappiamo, quando c'è Alberto, goditi la sua presenza 😊😊

mamma_lara Sabato, 22 Novembre 2014 20:51

Simona, chissà che non ti aiuti l'averne parlato con Gabriele, lui è bravissimo e potrebbe mettere in atto strategie anche sul lavoro. Chissà. Intanto tu vedi se riesci a vedere una via d'uscita, poi fai come puoi e quando serve un aiuto si deve riuscire a chiederlo. Forza cara, Noi ci siamo sempre per quel poco che può servire.

mamma_lara Sabato, 22 Novembre 2014 20:48

Annuccia, tutte e due gli inguini mi fanno male, però nella gamba della mossa segreta mi fa male di più, mentre l'altra è tutta dolorante, compreso l'inguine. Magari parlane al medico, poi senti cosa ti dice.

mamma_lara Sabato, 22 Novembre 2014 20:45

Paula, quando è mancato Evelino, il medico mi aveva dato qualcosa perchè mi aiutasse a dormire. Niente da fare, non sono mai stata così sveglia in vita mia. Li ho dovuto prendere in mano di nuovo il training autogeno e iniziare tutto da capo. Mi si era sballato tutto e il mio corpo non ricordava più

come fare a rilassarsi.

Ovviamente non ho più preso nulla, anche perchè credo di essere una dormigliona, sempre se non avessi gli attacchi di grappolo che la notte mi tengono sveglia.

Quella copertina dalla quale non riesci a staccarti, poi mi chiedo perchè tu ti debba staccare.

Simona Sabato, 22 Novembre 2014 20:35

Buona sera forum, è stata una settimana difficile.. giovedì mi è pure venuto un mal di stomaco da non poter stare in piedi.. non vi dico come va la mia testa 🙄🙄🙄 Purtroppo il tutto è aggravato dalla mia anima che non va niente bene... rende tutto più pesante.. ho messo al corrente Gabriele di come sto realmente, lui è caduto dalle nuvole, non pensava fossi così giù. . Certo io cerco di mascherare sempre, per Mattia in primis, e anche per non aggravare di pesi Gabriele che già ne ha di suo, ma quando si tocca il fondo bisogna pur far qualcosa per risalire, quindi ora lui lo sa e pare sia volenteroso nel volermi aiutare.. ora vediamo come va nei prossimi giorni, non mi aspetto miracoli ma se riesco a risalire la china almeno un po' è bene, altrimenti devo passare ad un aiuto farmacologico... lo so, mi direte che non è poi così grave , ma sapete che io certi farmaci proprio non li vorrei prendere.... convinzioni...forse sbagliate.. ma sono radicate in me..

Lara oggi ho fatto bonifico all'alle, compilato modulo e fatto sondaggio.... di tutto e di più 😊😊

Gri augurissimi e scusa il ritardo...

Vi voglio bene...buonanotte a tutti

nico26 Sabato, 22 Novembre 2014 20:20

Un abbraccio con pancia dolorante ma ciclo arrivato!!!

mariparis Sabato, 22 Novembre 2014 20:19

Buonasera a tutte! Oggi mi siete mancate...non ho potuto leggervi e scrivervi fino ad ora e non vedevo l'ora di tornare a casa per rilassarmi sul divano e leggervi un po'.

Annuccia, se mi iscrivo a fb davvero Alberto mi strozza...già sto sempre col telefonino in mano a leggervi...ci manca solo fb 😊

Willy sono contenta di sapere che stai bene e sei di buon umore...ma come hai fatto a farti la doccia? 😊 Nel bagno del Mondino c'è una doccia che se la fai si allaga tutto il bagno...io mi lavavo "a sezioni".

Paula diversi anni fa ho passato un periodo un po' difficile e per dormire prendevo un sonnifero...la mattina non riuscivo a mettermi in piedi...barcollavo e mi stordiva tutto il giorno un bacino a tutte

p.s. Anch'io voglio la ricetta della torta di Annuccia 😊

Annuccia Sabato, 22 Novembre 2014 20:18

LARA, non sapevo che anche a te faceva male l'inguine e la gamba. Comunque io per ora me lo tengo e non vado da nessuno, entrerei in un circuito infinito e forse senza risoluzione come è accaduto a te.

PAULA, la ferita di Paddy è ancora lì con te, mi dispiace tanto e ti capisco.

paula1 Sabato, 22 Novembre 2014 18:49

Salve a tutti...continuo ad essere a pezzi...non mi sembra possibile che una sola pastiglietta mi abbia ridotto in queste condizioni 🙄🙄🙄 ho una nausea pazzesca...ho anche prese 2 domperidone, ma han fatto poco...ho dormito un latro po'....niente sono uno straccio....e Fausto parla di uscire

stasera..... 🤢 lo strozzo.. 😊 lui non sa che ho preso questo farmaco..pensa sia stanchezza o influenza... 😊

comunque se devo stare così per dormire 5 ore di seguito mi tengo i miei risvegli e le migrazioni sul divano... 😊

il mio divano è classico senza letto...e di pelle a 3 posti, ma è piccolo...lo tengo ancora tutto coperto come se ci fosse ancora Paddy 🙄 e quando sono lì non riesco a separarmi dalla trapuntina che usavamo insieme per guardare la tv...

mamma_lara Sabato, 22 Novembre 2014 18:41

Annuccia, poi mi manderai la ricettina della tua torta, così la metto nelle ricette delle amiche nel mio sito delle torte. 😊😊

mamma_lara Sabato, 22 Novembre 2014 18:39

Ho sbagliato faccine, volevo mettere queste 😊😊😊

mamma_lara Sabato, 22 Novembre 2014 18:38

Lenzuola finite, ho deciso di allungarne due. Mi piace tenere la coperta fin quasi tutta la lunghezza del letto e da lì faccio partire la piega, altrimenti in inverno mi copro solo fino al torace se voglio tenere un po' di piega, quindi ho aggiunto dai piedi e ho sistemato tutto.

Poi a me piacciono le pieghe ben visibili. 😊😊😊😊

mamma_lara Sabato, 22 Novembre 2014 18:36

Annuccia, sai la mia mossa segreta, la faccio perchè mi fa male l'inguine talmente tanto che la gamba non si raddrizza. Tutti pensano sia colpa del mio peso piuma, ma avevo male anche quando di peso ne ero la metà. Tu mi dai conferma che anche le magre soffrono del mio male. A letto è un bel po' difficile, non appena muovo la gamba vedo tutto il firmamento. Ahh, questa è la gamba sana, l'altra è messa molto peggio.

Mi spiace cara, spero che a te dicano come risolvere quel tipo di dolore. Io ai tempi ho fatto di tutto, poi ho deciso che me lo sarei tenuto

Annuccia Sabato, 22 Novembre 2014 17:22

LARA, della serie "arrabattiamoci"!!!! anche io ho molto ingegno.

Ho fatto la rivisitazione di una torta di mele, ho messo fettine di pere e cioccolato in gocce al posto delle fettine di mela. Vediamo cosa esce fuori.

Sono arrabbiata, ho dovuto prendere un antidolorifico per il dolore che mi accompagna da qualche giorno. Quando mi metto in posizione eretta mi fa male l'inguine e mi fa "cilecca" la gamba. Sempre

una..... 😡

mamma_lara Sabato, 22 Novembre 2014 15:30

Devo cucire un lenzuolo ricamato ma troppo corto per il letto, tanto corto che non ci salta fuori la piega, Così ne aggiungo un pezzo dai piedi fino alla lunghezza giusta. 😊

A dopo

mamma_lara Sabato, 22 Novembre 2014 15:28

Elisabetta, è verissimo, la bellezza sta proprio negli occhi di chi guarda. Hai ricordato bene.

mamma_lara Sabato, 22 Novembre 2014 15:27

Piera, io cedo per molto meno. 😊😊

mamma_lara Sabato, 22 Novembre 2014 15:27

Annuccia di divani letto non mi intendo, però ho due divani sui quali dormo meglio che a letto. Però sono comodi per le persone alte, io che sono bassa ho le gambe che fanno sempre salamino.

mamma_lara Sabato, 22 Novembre 2014 15:23

Maria, non sempre si riesce ad evitare ciò che ci fa male, specialmente se si tratta di lavoro, però è giusto mettere in atto strategie che ci possono salvare. Poi se arriva il MDT bisognerebbe imparare a convivere e a gestirlo e non viverlo come una condanna atroce che la vita ci fa riservato. Io ogni volta che lo combatto ne esco sconfitta.

Però tu hai fatto dei grandi passi. Bravissima.

Piera Sabato, 22 Novembre 2014 15:23

Annuccia ne riparliamo quando Tommaso ti dira' piagnucolante: ma io voglio restare da Nonna Anna e da nonno Roby.....cederai miseramente tutte le armi!!! 😊

Piera Sabato, 22 Novembre 2014 15:21

Ora i divani letto sono tutti molto comodi, la Giada ne ha uno nel suo monolocale che usa quotidianamente ed è davvero un bel divano, poi ne avevo regalato un'altro a Irene per la sua casina

rosso, sempre con il letto inserito, con una bella rete e il posto per riporre comodamente coperte e cuscini, che ho preso da Mondoconvenienza, e' un posto che ha la fama di avere "roba economica", invece ho visto che i divani letto sono ovunque uguali, per me li fa lo stesso produttore, per tutti!!!

Annuccia Sabato, 22 Novembre 2014 15:20

PIERA, vediamo al momento, non so fino a che punto mi serviranno almeno per ora.

Annuccia Sabato, 22 Novembre 2014 15:18

LARA, grazie.

Annuccia Sabato, 22 Novembre 2014 15:16

Mia cognata ha da darmi il lettino da campeggio , non lo ha mai usato per Alessia. Poi si vedrà, questa volta portano la culla , tanto è facile da trasportare.

Sapete darmi qualche opinione sui divani poltrone e sofà? stamani abbiamo guardato un po', ma ci sembrano belli, meglio di quelli Chateaux D'aux . Noi abbiamo ancora dei divani che comprammo quando abbiamo sposato, li abbiamo fatti rifare due volte dal tappezziere, ma non sono letto. Erano artigianali e molto belli, ma a dire il vero sono sempre stati scomodissimi

nico26 Sabato, 22 Novembre 2014 14:43

Ross un tronchetto del tuo matrimomio????Mitica!!!! 😊

Elisabetta Sabato, 22 Novembre 2014 14:37

PIERA.....grazie! A proposito di coperture, ho letto, non so dove e quando, che la bellezza delle persone sta negli opocchi di chi le guarda. Ma a me torna bene così. Un abbraccione, carissima.

mamma_lara Sabato, 22 Novembre 2014 14:24

Annuccia, devo vedere cosa è rimasto a me, non ricordo bene, devo andare a vedere in garage, avevo lettino e seggiolino, devo vedere di non averli dati via.

Piera Sabato, 22 Novembre 2014 13:32

Ehh Annuccia, poi dovrai comprare, un lettino, un seggiolone, un seggiolino auto set pappa ecc ecc.....sei solo all'inizio 😊

Annuccia Sabato, 22 Novembre 2014 13:15

Buongiorno a tutti!

mattina di commissioni, la salute lascia a desiderare, ma la testa è salva.

FEFFE, grazie anche a te.

Noi , per fortuna, fine settimana in tranquillità, siamo stati a vedere dei divani, a questo punto non posso più rimandare l'acquisto di un divano letto. La famiglia aumenta.

mamma_lara Sabato, 22 Novembre 2014 12:38

Vado a fare la pappona.

mamma_lara Sabato, 22 Novembre 2014 12:37

Cri, l'ansia è proprio inutile e non immagini quanti danni faccia. Fai bene a controllarla, io ho fatto così fino a che ora mi prende l'ansia rarissimamente

mamma_lara Sabato, 22 Novembre 2014 12:36

Nico, brava, chiudi tutto e stacca anche il telefono. 😊

mamma_lara Sabato, 22 Novembre 2014 12:34

Feffe, evvai, ogni tanto un momento buono ci vuole. Spero ti dia la carica per i momenti bui. Ma tu si proprio brava, riesci a capire sempre i messaggi che arrivano da te e dagli altri

mamma_lara Sabato, 22 Novembre 2014 12:33

Willy, non è come si scrive ciò che si vuole dire, anche se è sbagliato il come, stai pur certo che a noi fa un piacere immenso il significato. Quindi scrivi come viene che tanto qui si capisce tutto. Penso sia anche quella la nostra forza.

Mi fa tanto piacere che tu ti sia trovato bene al Mondino, ne ero certa.

Buona giornata anche a te caro e spero proprio che tu riesca a custodirti per bene anche a casa

mamma_lara Sabato, 22 Novembre 2014 12:27

Rossana, io ho messo al coperto solo Delicata e Svampita, George e Rosmy stanno sempre nel solito angolino dove non gli arriva neppure una bava di gelo. Se arriva 😊😊
Mi fa un piacere immenso che tu sia in forma, ogni tanto fa bene sentirsi così. E spero proprio duri un bel po' questo periodo 😊😊

Piera Sabato, 22 Novembre 2014 12:25

Elisabetta la sciarpa di cashemere e' bella come te!!! 😊 anzi tu sei piu' bella 😊

mamma_lara Sabato, 22 Novembre 2014 12:23

Piera, io copio da sempre e metto nel forum dagli albori, copio anche da voi, pensa mo. Però in confronto a te sono una dilettante 😊😊😊
Sappiamo ben tutti chi è la professionista. 😊😊😊

mamma_lara Sabato, 22 Novembre 2014 12:10

Finito, ora vi leggo

Maria9195 Sabato, 22 Novembre 2014 11:29

Il carattere non si cambia, però penso si possa prendere coscienza di ciò che ci fa star male e provare ad evitarlo....

Ho voluto riportare le parole di Lara perchè è verissimo....dopo 11 mesi di psicoterapia ho notato in me cambiamenti nel convivere con il mio mal di testa. Mentre prima anche con il dolore a soglia UNO mi paralizzavo e vivevo male ora non ho più paura e ho meno ansia e cerco di condurre la mia vita accanto al mio fedele mal di testa... dopo circa un anno ho fatto alcuni cambiamenti che mi hanno modificato in meglio e sorrido alla vita...buona giornata a tutti/e.

mamma_lara Sabato, 22 Novembre 2014 11:07

Buongiorno a tutti, Sto cercando di sistemare una maglia (rigorosamente di viscosa) per riuscire ad indossare qualcosa di pesantino. Ha delle perline che formano un ricamo sul davanti e il filo interno che le tengono attaccate alla maglia mi rompono la pelle. Ci vuole tempo e pazienza. A dopo.

paula1 Sabato, 22 Novembre 2014 10:07

Buon giorno a tutti...sono completamente rintronata...ho voluto prendere un'altra pastiglietta per dormire..in effetti ho dormito meglio e nel mio letto dalle 23.30 alle 7..un record, però ora mi trema tutto e ho male dappertutto...ufffffffffcredo che mi sdraierò nuovamente...

MAMMA LARA ho fatto il bonifico e l'iscrizione e pure il questionario...evvai...ci leggiamo dopo con più lucidita... 😊😊😊

Elisabetta Sabato, 22 Novembre 2014 09:38

WILLY, sai che l'idea della sciarpa di cashemere mi piace proprio tanto? E mi fa sentire confortante come uno di quegli orsacchiotti morbidi che abbracciavo da bambina e che mi consolavano nei momenti di solitudine. Grazie, caro. Spero che la tua giornata continui bene come è cominciata. Buona giornata a tutti. Elisabetta

rossana Sabato, 22 Novembre 2014 09:00

Buongiorno a tutti,

WILLY che bello sentirti così!

Azzeccata la metafora dei pensieri di ELISABETTA, proprio bella.

FEFFE sento in forma anche te e piena di energie. Bene bene, trovare questi messaggi la mattina è davvero di aiuto.

NICO anche qui le grandi manovre per mettere dentro le piante sono iniziate. I limoni sono dentro, le piante grasse - come pure il tronchetto del nostro matrimonio cui tengo così tanto - sono dentro e oggi metteranno dentro gli oleandri che sono ancora nei vasi.

Ma anche quest'anno l'inverno è previsto "per modo di dire".

Speriamo non vada così ma ho l'impressione che arriveremo a lasciare fuori tutto

Parafrasando un comico che tanto mi piace direi che ci ritroviamo "tropicalizzati"

cri69 Sabato, 22 Novembre 2014 08:57

Buongiorno a tutti qui nebbia.Ho un pò di cose da fare,in questi gg cerco di mettere da parte quell'ansia del faccio tutto o mentre faccio una cosa penso già alla successiva....calma.

nico26 Sabato, 22 Novembre 2014 08:30

Buongiorno a tutti ws w' vero la poesia di Coelho e veramente meravigliosa e riuscirci ogni giorno sarebbe fantastico .Ci proviamo pero'.Oggi giornata di messa a dimore di tutti i fiori e piante grasse 😊 per cui speriamo che la testa regga e che stasera il mio portone sia chiuso per ospiti .anzi lo chiudo sin d'ora!!!! 😊

feffe81 Sabato, 22 Novembre 2014 08:28

PIERA anche a me è piaciuta moltissimo quando me l'hai dedicata e devo dire che pure io la sto facendo mia 😊

Willy Sabato, 22 Novembre 2014 08:27

Buongiorno ragazze, anche questa notte e mattina niente mal di testa, non mi ricordo più i suoi effetti.....scherzo anche perché questa mattina mi sono alzato molto presto per i prelievi, l'umore é buono e così ho fatto una bella doccia ed ho messo in ordine la camera. Volevo sottolineare la massima disponibilità, cortesia e capacità di tutto il personale di questo reparto del Mondino. Kikka speriamo che oggi vada meglio, coraggio. Elisabetta leggere i tuoi pensieri é come avvolgersi in una bella sciarpa di cashmir (si scrive così?) in una giornata gelida d'inverno. Buona giornata.

Piera Sabato, 22 Novembre 2014 07:53

La poesia di Coelho , mi piace molto da quando l'ho letta , l'ho fatta mia e ogni giorno cerco di trasformarmi in chi sono!!!! 😊

feffe81 Sabato, 22 Novembre 2014 07:48

ANNUCCIA mi spiace sentirti in pena per Andrea, spero che sia solo un periodo e che faccia il suo corso e poi passi.

La testa mi sta dando tregua quindi sono quasi in delirio di onnipotenza 😊 ieri sera ho avuto a cena la mia amica con gemellini e marito, ho tutta la cucina da sistemare e piatti da lavare. Stamattina poi vado a trovare l'altra mia amica in montagna 😊

MAMMALARA fa bene rileggere Gibran 😊

Piera Sabato, 22 Novembre 2014 07:46

Buongiorno a tutti.

Che fai Lara ? copi dalla copiatrice 😊non e' da te 😊

feffe81 Sabato, 22 Novembre 2014 07:42

Buongiorno a tutti!
GRI auguri in ritardo!

rossana Venerdì, 21 Novembre 2014 23:37

Do anche la buonanotte a tutti con un pensiero particolare a SIMONA che, sono un pò suonata, ma mi sembra di non leggere da giorni.

Spero vada tutto bene ma sono, come sempre, ottimista.

rossana Venerdì, 21 Novembre 2014 23:36

GRI quasi fuori tempo massimo ti mando anche i miei auguri. Sono contenta per la bella sorpresa che hai ricevuto in questo compleanno, non lo dimenticherai.

Gri Venerdì, 21 Novembre 2014 23:15

Vi ringrazio tutti e tutte per gli auguri.
Un abbraccio e buona notte

mamma_lara Venerdì, 21 Novembre 2014 21:54

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

mamma_lara Venerdì, 21 Novembre 2014 21:53

"Bisogna chiudere i cicli. Non per orgoglio, per incapacità o per superbia: semplicemente perché quella cosa esula ormai dalla tua vita. Chiudi la porta, cambia musica, pulisci la casa, rimuovi la polvere.

Smetti di essere chi eri e trasformati in chi sei."

Coelho

mamma_lara Venerdì, 21 Novembre 2014 21:36

Gri, bellissimi regali che ti ha fatto tuo marito, il biglietto ancora meglio delle perle. Poi supera tutto tutto il disegno di Eloise

mamma_lara Venerdì, 21 Novembre 2014 21:32

Maria, grazie mille per tutto

mamma_lara Venerdì, 21 Novembre 2014 21:32

Willy, spero trovi il modo di occuparti della tua serenità anche quando torni a casa.

Il carattere non si cambia, però penso si possa prendere coscienza di ciò che ci fa star male e provare ad evitarlo. Ti auguro di riuscire a farlo.

mamma_lara Venerdì, 21 Novembre 2014 21:29

Kikka, spero che oggi vada meglio.

Certo che stare poi in classe con i bimbi non aiuta.

mamma_lara Venerdì, 21 Novembre 2014 21:21

Nico, grazie anche a te.

mamma_lara Venerdì, 21 Novembre 2014 21:21

Elisabetta, grazie per l'iscrizione.

mamma_lara Venerdì, 21 Novembre 2014 21:20

Elisabetta, sei sempre cara con me. Oggi proprio non sono riuscita a chiamarti. Ma mi riprometto di farlo prossimamente.

Sto arrivando anch'io a non essere più buona neppure per assaggiare gli yogurt, ma sarà meglio che ci ripensino le case produttrici. Dimmi la marca dello yogurt così ci sto lontana

mamma_lara Venerdì, 21 Novembre 2014 21:12

Eccomi, oggi ho avuto un po' da fare. Non immaginate la mia lentezza.

Elisabetta Venerdì, 21 Novembre 2014 20:36

LARA, tu non lasci mai solo nessuno. Stanne certa.

Poi chi mai, stando qui, si sente solo? Mi piace leggere quando CRI dice che grazie ad una di noi (ANNUCCIA) ha imparato a stare meglio con sua figlia. Ed è proprio questa solidarietà che rende questo luogo speciale. A volte non si ha il tempo per concentrarsi su una risposta, oppure qualcuno l'ha già fatto e bene, ma i problemi di ognuno sono i problemi di tutti. Io avrei mille cose da dire ad ANNUCCIA sul rapporto coi figli e a GRAGRA su quello col dolore. Cose che abbiamo probabilmente già raccontato per cui chi ne parla sa che oltre lo schermo c'è qualcuno che lo comprende.

GRAGRA quello che racconti dei tuoi Natali con gli ultimi, trascorsi con quell'umiltà che ha fatto sì che ti credessero una di loro, dice tanto di te. E se non riesci ad arrivare a tutto è perché anche tu seiumana. Ma con una marcia in più nonostante il mal di testa. E devi esserne consapevole. Non per superbia ma perché dobbiamo offrire comprensione anche a noi stessi.

Buon compleanno, GRI.

Bravissimo WILLY!

LARA, ho fatto'iscrizione e risposto al questionario. Visto che non hanno messo limiti di età come fanno, invece, quelli che fanno assaggiare gli yogurt al supermercato, ne ho approfittato per dire la mia.

E a proposito, ragazze, se la mia vecchietta produce qualche considerazione che vi può servire, ne sono felice

Ciao a tutti tutti. Elisabetta

nico26 Venerdì, 21 Novembre 2014 20:11

Ho ceduto all'antidolorifico e ora sto meglio anche se ho testa rintonata.

Fatto iscrizione Al.ce e sett. prox faccio bonifico .

Un abbraccio

kikka Venerdì, 21 Novembre 2014 19:05

Ciao a tutti. Ieri sono dovuta tornare a casa da lavoro, mi è partito un attacco di emi con i fiocchi... 😞 all'improvviso si è offuscato tutto un nanosecondo e poi nausea, capogiri e mdT atroce a destra, quello a destra per me è emi. già al mattino mi ero svegliata rincò, con dolore a sinistra, poi passato con tachipirina. alle 11 è ripartito a dx ed è stata la fine. Alle 12.30 mi hanno riportata a casa...ho preso un trip e ho riposato, per fortuna dopo due ore è passato il dolore, ma ero e sono con dolori dappertutto.

Annuccia Venerdì, 21 Novembre 2014 18:53

MARI, puoi sempre iscriverti eh..... così Alberto ci ammazza!!!! 😊

cri69 Venerdì, 21 Novembre 2014 18:48

MARIPARIS non sei l'unica 😊

Piera Venerdì, 21 Novembre 2014 18:31

mariparis, come tutte le cose feisbuk ha i suoi lati positivi e negativi, sul fronte informazioni e' "micidiale" una vera finestra sul mondo!!! 😊 La dieta chetogenica, non si presta assolutamente al "fai da te" bisogna per forza essere seguiti da medici esperti in questo campo : neurologi o nutrizionisti, anche perche' ho notato che chi non sa, tende a dire che non fa bene.

mariparis Venerdì, 21 Novembre 2014 18:24

Piera forse sono l'unica al mondo a non avere fb. Peccato...mi sarebbe piaciuto saperne di più su questa dieta

Annuccia Venerdì, 21 Novembre 2014 17:49

Caro WILLY, recuperare i propri spazi, i propri tempi, avere la consapevolezza di esistere anche per noi stessi e non solo per gli altri fa bene all'anima. Spero che tu riesca a mettere in pratica i tuoi propositi.

Per i nostri ragazzi è tanto difficile, ma anche per noi genitori mantenere sempre la calma ed essere loro psicologi non sempre è facile. L'amore infinito per loro non aiuta e farli aprire gli occhi, magari dicendo loro cose non troppo gradevoli fa male.

Willy Venerdì, 21 Novembre 2014 17:31

Buon compleanno Gri sei ancora una ragazzina....

Annuccia è vero anche nel precedente ricovero, ero stato bene e l'effetto positivo era durato un anno e mezzo circa, poi piano piano ho ceduto all'eccesso di medicine e sono tornato al punto di partenza. Ora sono più combattivo, cercherò di pensare più a me stesso anche se non sarà facile, il carattere non si cambia in così poco tempo. Ci provo, deciso.

Annuccia capisco lo stato d'animo di tuo figlio, vivo tutti i giorni le difficoltà dei giovani a trovare lavoro, è una grossa ingiustizia, il nostro "mondo" sta irrimediabilmente peggiorando.

Ora vado al bar a prendermi un caffè tutto solo. Questi giorni mi hanno permesso di riflettere tanto e recuperare il tempo che, per tre lunghi anni, non ho avuto. A presto.

Maria9195 Venerdì, 21 Novembre 2014 17:12

Ciao

Lara ho rinnovato l'iscrizione anno 2015 all'associazione. compilato il modulo di adesione e fatto il bonifico.

Piera Venerdì, 21 Novembre 2014 16:26

Gri che bei regali hai ricevuto, le perle piacciono tanto anche a me!!! non ho un anello però 😊
Mariparis, la dieta che faccio io abbassa i livelli del colesterolo, e' normoproteica ed essenzialmente aglucidica, non chiedermi i meccanismi di azione perche' sono molti complessi.....hai un profilo facebook? c'e' un'interessante pagina tenuta dal medico che mi segue sulla dieta chetogenica, se hai occasione guardala

Gri Venerdì, 21 Novembre 2014 16:03

E non per i meravigliosi regali (che fanno tanto piacere e che mi sono piaciuti da morire e non me li aspettavo proprio), ma per tutto l'amore che ricevo ogni istante della mia vita da Davide e dai cuccioli!

Gri Venerdì, 21 Novembre 2014 16:01

Mio marito prima è arrivato a casa con due regali e una lettera...un biglietto con bellissime parole, un anello d'oro bianco con due perle (rappresentanti i nostri bimbi) e un orologio! Mi ha commossa!



Poi i bimbi mi hanno dato il loro regalo, un paio di calde pantofole e un disegno di Eloise! Sono tanto fortunata, ho una splendida famiglia!

mariparis Venerdì, 21 Novembre 2014 15:57

Piera complimenti per i risultati della dieta!

io ho notato che spesso il mdt mi viene dopo che mangio molto, soprattutto pasta e pane. Quindi sto cercando di mangiarne molto meno, solo 30g di pane a pranzo e nulla a cena, e dare piu' spazio alle proteine e alle verdure.

devo dire che mi sento meglio...chissà che non farebbe bene anche a me la tua dieta.

l'unico problema é che ho il colesterolo un punto piu' alto del normale, e forse questo sarebbe un problema.

cmq sono impressionata positivamente dai risultati da te raggiunti. Baci

gragra Venerdì, 21 Novembre 2014 15:40

A proposito di MDT, sant'Egidio e Natale mi è venuto in mente l'anno scorso il 25 dicembre quando la comunità invita in tutto il mondo i poveri e i soli a pranzo, organizzando una bellissima festa che finisce con l'arrivo di babbo natale e canti e balli.

Beh, a me era venuto dal giorno prima un mega MDT e così ho declinato al ruolo di cameriera presentandomi al pranzo appena ho potuto (quasi al secondo) volendo assumere il ruolo di portiera. Mentre camminavo nella strada deserta del giorno di Natale, imbacuccata con il cappello e la sciarpa tirata sul volto, vengo intercettata da un gruppo di signori poveri, invitati al pranzo, anche loro in ritardo. In genere quel giorno siamo tutti ben vestiti: noi camerieri e gli invitati:. Ma io dovevo avere l'aria veramente dimessa... Così mi hanno abbracciato e chiesto se ero sola, cosa mi servisse, dove dormivo....

Tenero, vero? Bello, vero? 😊

gragra Venerdì, 21 Novembre 2014 15:26

Giovane GRI,
superauguri!

Lara e Piera, grazie per gli scritti, li devo leggere meglio.

Gli incoraggiamenti li predo tutti.

Certo che ci sono persone sole, molto sole e molto provate!

Non so chi lo ha scritto.

a Roma ne vediamo tante, molte.

la cosa triste, per noi che stiamo parlando di bimbi e figli un po' più grandi è incontrare i bambini che vivono per strada (ad esempio quando si distribuiscono le cene per strada con la comunità di sant'egidio) o parlare con o ragazzi africani anche di 15 anni (15!!!) che vendono calzini fuori il supermercato.

questi ultimi sono arrivati soli a Roma dopo mesidiviaggio, si nascondono per non farsi prendere perchè non vogliono stare in Italia ma vogliono andare dai parenti non so... in Francia, ad esempio.

Quanta fame! Se guardo cosa mangia mio figlio 😞😞😞

quanto freddo!!! Se penso a come mio fratello, che ora vive in Camerun, ha freddo anche lui ad agosto, quando viene a trovarci!

Maya Venerdì, 21 Novembre 2014 14:43

Ciao 😊 ultime 4ore in fabbrica oggi, stamattina 2 orette di lavoretti !!!! 😊 , posso dire che il pomeriggio e' andato meglio di quanto sperassi, col pensiero positivo sicuramente che dovevo fare solo 4 ore , il mdt non mi ha impedito di lavorare fino alle 21 di sera, cos'è per me molto complicata gli anni passati, divo anche dire che avendo , intorno personale che non crea problemi, ma dobbiamo lavorare bene tutte, collaborando il più possibile, e questo aiutata tantissimo, oltre al fatto le cose che muovo non sono pesanti , i cartoni nemmeno per i bancali si usa carrellino, e ambiente caldo in inverno e fresco d'estate.....ora mi impegno per terminare bene anche in questo reparto 19 dicembre si chiude. ritornero' in cassa.....

mariagrazia Venerdì, 21 Novembre 2014 14:33

Gri buon compleanno!!

Piera Venerdì, 21 Novembre 2014 14:26

Graga, credo che il cambiamento debba partire da noi stessi, a volte e' molto faticoso, perche' se nei pensieri siamo pronti a fare di tutto, poi nella pratica nulla va come vorremmo. Per me il forum e' stato di grande aiuto, dalle esperienze degli altri ho imparato moltissimo, e il dolore condiviso e' molto piu' leggero da sopportare. Ti scrivo, come mio solito, una frase di Jung che e' proprio quello che e' successo a me scrivendo qui : "Noi non siamo qui per guarire dalla nostra malattia, e' la malattia che e' qui per guarirci" .

Cris83, a proposito di cambiamenti e sacrifici, io sono in chetogenica dal 30 settembre: risultati davvero strabilianti, i sacrifici sono immensi per me non e' facile , ma la considero una vera e propria profilassi , in cui sgarrare equivale a stare male. I miei esami sono tutti perfetti, meglio di prima , ho perso sei kg di troppo e ora mi sento veramente bene, sto assumendo pochissimi antidolorifici, a oggi per il mese di novembre, solo 4, un record per me 😄

Piera Venerdì, 21 Novembre 2014 14:15

Gri tanti auguri di buon compleanno, sei proprio una ragazza 😊

cri69 Venerdì, 21 Novembre 2014 14:00

ANNUCCIA comprendo ,mi sento uguale e ne ho 45,porta pazienza 😞
GRI auguri di buon compleanno,abbracci ed un bacino ai tuoi bimbi.

Gri Venerdì, 21 Novembre 2014 13:57

Grazie carissime!

mamma_lara Venerdì, 21 Novembre 2014 13:46

Ho il tafferuglio che sembra un colabrodo, faccio due iniezioni al giorno da lunedì.

Gabriele è proprio bravo nel farle. E meno male che di spazio ne trova 😊😊😊😊

mamma_lara Venerdì, 21 Novembre 2014 13:43

Annuccia, ci vuole tanta pazienza e con i nostri ragazzi ce ne vuole ancora di più.

Mi dico spesso che sono fortunata a non essere un ragazzo oggi. Spero arrivi qualcosa di buono per tutti 😞

mamma_lara Venerdì, 21 Novembre 2014 13:42

Gri, Auguri di Buon Compleanno.

Va la, oggi non mi sono sbagliata e ho fatto gli auguri alla persona giusta

nico26 Venerdì, 21 Novembre 2014 13:28

rAGAZZINA SEI.....AUGURONI GRIIIIIIIIIIIIIIIIIIIIII

mariparis Venerdì, 21 Novembre 2014 13:25

Gri tanti auguri! Ti mando un bacio

nico26 Venerdì, 21 Novembre 2014 13:23

Annuccia pure io son qui in ufficio con insaltone ed i n vostra compagnia.Pero' dopo cedo all'oki poiche' e ' troppo pulsante .

Annuccia Venerdì, 21 Novembre 2014 13:22

Grazie a tutti per la comprensione, spero che abbiate ragione e che si risolverà tutto. Sò bene che il lavoro non è tutto, ma vedere un ragazzo di 27 anni che sta male e che comincia a non avere più stima di se stesso mi fa male. Ieri mi ha detto "mamma mi sento inadeguato"! poi si sa che a quell'età , magari dopo un'ora ride e scherza al telefono, per fortuna!

Annuccia Venerdì, 21 Novembre 2014 13:19

GRI, tantissimi auguroni! per Eloise, mi dispiace....

Annuccia Venerdì, 21 Novembre 2014 13:19

WILLY, sbaglio o anche durante l'altro ricovero la testa fu "brava"? potrei anche sbagliare.

Gri Venerdì, 21 Novembre 2014 13:19

Buongiorno a tutti, ho portato la bimba dalla pediatra e ha di nuovo lo streptococco, 10 giorni di antibiotico! Poi mi ha detto che l'anno prossimo valutiamo se toglierle le tonsille...vedremo cosa dirà

l'otorino.

...oggi io compio 34 anni! 😎

Annuccia Venerdì, 21 Novembre 2014 13:17

Mattinata abbastanza produttiva.... ora riposo, dopo aver mangiato con il vassoio in vostra compagnia (come sempre d'altra parte dal lunedì al venerdì che sono sola).

Mi sono scordata cosa doveva scrivere..... 😞

mamma_lara Venerdì, 21 Novembre 2014 13:04

Cris, la dieta chetogenica la sta facendo Piera, chiedi a lei che sta meglio da quando la fa

Cris83 Venerdì, 21 Novembre 2014 12:55

sto leggendo qualcosa in rete sulla dieta chetogenica.. sembra molto interessante. non l'avevo mai sentita prima!

Cris83 Venerdì, 21 Novembre 2014 12:45

Mi sta venendo un po' di mal di testa.. ma tra poco stacco e vado a casa.. se poi vedo che non è il caso non ritorno a lavoro..

buona giornata.. 😊

Cris83 Venerdì, 21 Novembre 2014 11:53

Fatto anche il questionario!! 😊😊

Susy Venerdì, 21 Novembre 2014 11:52

Grazie mammaLara. Un ulteriore proseguo dei cambiamenti piccoli o grandi della mia vita..... volersi bene ed iniziare a star bene e a vivere meglio. 😊 4

mamma_lara Venerdì, 21 Novembre 2014 11:47

Susy, bene, speriamo porti benessere e duri il più possibile.

mamma_lara Venerdì, 21 Novembre 2014 11:46

Willy, mi sa che presto torni a casa, cerca di ricordare bene le promesse.

Ti voglio bene.

Cris83 Venerdì, 21 Novembre 2014 11:45

ok.. perfetto.. anche perchè lo avevo già compilato..

e ora ho pagato!! 😊😊

Susy Venerdì, 21 Novembre 2014 11:44

Ciao a tutti/e. Ieri ho fatto la radiofrequenza. È andata bene. Ora speriamo faccia effetto il maggior tempo possibile. Il post x il momento bene. 😊

mamma_lara Venerdì, 21 Novembre 2014 11:44

Cris, il modulo va sempre compilato.

Grazie

Cris83 Venerdì, 21 Novembre 2014 11:43

io ho di nuovo compilato il modulo.. dovevo farlo o basta pagare?

mamma_lara Venerdì, 21 Novembre 2014 11:43

Aleb grazie mille anche a te per l'adesione ad Al.Ce.

Non ti preoccupare se non riesci a scrivere, noi ci siamo sempre e quando vuoi ci siamo 😊

mariparis Venerdì, 21 Novembre 2014 11:42

Buongiorno a tutti! Anche oggi a Roma bellissima giornata ed io, nonostante il ciclo, non ho mdt e ho potuto fare 2 passi nel parco sotto casa.

ora vado a preparare le lenticchie per stasera...

Lara il libro ancora non è arrivato, appena arriva ti avverto. Ma non preoccuparti, le poste sono lente...

Cris grazie del pensiero, sto un po' meglio con la testa, spero che stia bene anche tu. Ti mando un bacio.

Willy sono contenta che non hai mdt e ti stia rilassando, un abbraccio forte.
Annuccia spero che i pensieri di ieri ti siano passati e tu oggi sia più serena.
un bacio a tutte

mamma_lara Venerdì, 21 Novembre 2014 11:41

Cris, la paura fa più danni del dolore. Mamma mia quanto è vera questa cosa.

Cris83 Venerdì, 21 Novembre 2014 11:40

Questa settimana per me è andata piuttosto bene.. non vorrei urlarlo troppo forte ma mi è sembrato quasi di vivere una vita normale.. ho avuto qualche attacco ma niente di insopportabile tranne lunedì..

L'unica cosa che devo cercare di fare e di riuscire ad addormentarmi a un'ora decente.. mi invento mille cose da fare o leggo perchè non mi va di dormire.. e non ci riesco..
credo mi farò una bella scorta di camomilla o di tisana rilassante.. magari mi aiuta un po'!!

mamma_lara Venerdì, 21 Novembre 2014 11:40

Cris, alle volte mi viene da pensare alla frase "sono sola come un cane", però penso ci siano persone ancora più sole di un cane.

Ma bisogna reagire anche a quello, la solitudine si può spezzare.

Cris83 Venerdì, 21 Novembre 2014 11:38

GRAGRA mi spiace per come stai.. cerca di farti forza.. ti capisco in pieno, ci sono molti momenti in cui mi sento come te. Impotente davanti al dolore.. e come te più che deprimermi mi arrabbio ma mi sono resa conto che faccio peggio, cerco di stare il più tranquilla possibile a aspettare momenti migliori, e sottolineo CERCO.. perché spesso non ci riesco e mi tiro botte sulla testa o prendo a pugni il muro..

Comunque il fatto che tu quando stai bene non pensi al dolore è una gran cosa.. credimi.. io non ci riesco..quasi ogni sera mi addormento con la paura di stare male.. per questo molto spesso non riesco ad addormentarmi..

mamma_lara Venerdì, 21 Novembre 2014 11:36

Mirella, anche qui nebbione mi sa, io abito in centro e lo spicchio di cielo che vedo mi dice che fuori c'è nebbia. Ma è il periodo questo e la pianura padana di questi tempi ci offre sempre questi spettacoli.

Mi spiace per la tua testolina.

Cris83 Venerdì, 21 Novembre 2014 11:35

molto bello lo scritto di gibran.. 😊

Cris83 Venerdì, 21 Novembre 2014 11:34

Si si ci penso ANNUCCIA 😊😊 e "monello" è proprio la parola giusta per tango..ih ih..e capisco che sentire così tanto la mancanza di kimba può risultare un po' stupido e esagerato anche a me stessa perché mi viene da pensare "era solo un cane".. eppure mi addormento ogni sera con il suo collare in mano.. mi tranquillizza e mi fa sentire meglio..

Sono sicura come CRI che la tua situazione si risolverà al meglio.. 😊😊

WILLY quando torni a casa? Mi raccomando cerca di pensare a te e prenderti un po' di tempo anche quando torni a casa e ripartirai con la solita routine!

GIUSEPPINA il vecchio nokia è stato un gran cellulare.. mi è caduto non so quante volte, una volta riuscì anche a fare due rampe di scale facendo pure la curva.. neanche uno sgraffio..era indistruttibile!!! Sono d'accordo con Rossana.. secondo me qualcuno che sgomita per essere il tuo amante c'è.. magari te non lo sai ma il tuo cellulare si!ih ih..

MAMMA LARA ora compilo il modulo e pago..

ELISABETTA le tue parole sono sempre magnifiche!!

mamma_lara Venerdì, 21 Novembre 2014 11:33

Annuccia, pensa, è difficile per noi immagina come può essere difficile per i nostri ragazzi. Non oso neppure pensare a cosa passi per la testa di Zeno. Ancora niente lavoro ed è lontano da noi troppo, ma come fa, il suo bimbo e la con lui e non vuole lasciarlo.

mamma_lara Venerdì, 21 Novembre 2014 11:22

Mariparis, forse mi sarà sfuggito, ma ti è poi arrivato il nostro libro

mamma_lara Venerdì, 21 Novembre 2014 11:19

Graga, a me ha aiutato azzerare tutto e ripartire. Devo dire che ho passato dei momenti orribili, ho avuto convulsioni con tremori che mi duravano delle ore. Ma ho tenuto duro e ce l'ho fatta. Non potevo lasciarmi andare, mi sarei persa per sempre

cri69 Venerdì, 21 Novembre 2014 11:15

Siamo in due

mamma_lara Venerdì, 21 Novembre 2014 11:15

Ancora oggi ogni volta che leggo questo scritto, mi commuovo.

mamma_lara Venerdì, 21 Novembre 2014 11:13

Graga, mi spiace sentirti così sofferente. Penso ti sia utile lasciare qui i tuoi sfoghi. Ti lascio uno scritto del grande Gibrán, lo leggo spesso, perché tempo fa mi è stato di grande aiuto. Il dolore è lo spezzarsi del guscio che racchiude la vostra conoscenza.

Come il nocciolo del frutto deve spezzarsi affinché il suo cuore possa esporsi al sole, così voi dovete conoscere il dolore.

E se riusciste a custodire in cuore la meraviglia per i prodigi quotidiani della vita, il dolore non vi meraviglierebbe meno della gioia; accogliereste le stagioni del vostro cuore come avreste sempre accolto le stagioni che passano sui campi.

E vegliereste sereni durante gli inverni del vostro dolore, perché gran parte del vostro dolore è scelto da voi stessi, è la pozione amara con la quale il medico che è in voi guarisce il vostro male.


Quindi confidate in lui e bevete il suo rimedio in serenità e in silenzio.

Poiché la sua mano, benché pesante e rude, è retta dalla tenera mano dell'Invisibile, e la coppa che vi porge, nonostante bruci le vostre labbra, è stata fatta con la creta che il Vasaio ha bagnato di lacrime sacre.

Kahlil Gibran


mamma_lara Venerdì, 21 Novembre 2014 11:07

Rossana, a proposito di questionario, sai te quante spunte ad argomenti nuovi avremmo potuto mettere. Ma è importante si stia muovendo qualcosa. a livello europeo. Però ho saputo che nella commissione che si è occupata del progetto MDT al parlamento europeo, mancavano solo i parlamentari europei italiani.

Ecco, questo mi fa abbastanza arrabbiare. 

giuseppina Venerdì, 21 Novembre 2014 11:07

il nostro nuovo ospedale bellissimo e tecnologicamente all'avanguardia, appena aperto e con filtri nuovi ha provocato 3 casi di legionella fra gli infermieri, quello che conosco io e che vedo sempre allo stadio è stato a letto 3 mesi, è inc.....come una iena: un ospedale senza finestre tranne che

negli uffici della direzione, chissà come mai 

mamma_lara Venerdì, 21 Novembre 2014 11:03

Paula, mi spiace per il marito della tua collega, deve essere stato giovane. Che tristezza per lei, farà fatica a ripartire.

Per la sanità non ci sono parole, per una visita con la mutua bisogna aspettare anni oramai. Poi i medici hanno talmente poco tempo a disposizione per le visite in convenzione che hanno a malapena il tempo di annotare come ti chiami.

Spero che la nuova neurologa riesca a farti stare meglio.

Io ho deciso che mi tengo i miei dolori sparsi qua e là, mica voglio fare la fine che ho fatto con la testa, ho ingerito di tutto e alla fine il dolore è ancora qui. Penso che di farmaci ne ho presi abbastanza e alla fine per sconfiggere il dolore me ne sono addossata molto di più.

Spero regga la psiche. Questo per me è importantissimo, se regge quella regge tutto

giuseppina Venerdì, 21 Novembre 2014 11:03

ALEB anch'io ho passato un lungo periodo di tosse, ne sono venuta fuori solo con l'antibiotico. C'è da dire che si sente di tutto sulla legionella e la preoccupazione c'è sempre, questo è uno degli accidenti che ci propina il progresso, gli impianti di aria condizionata non sono mai sani come una bella finestra aperta

giuseppina Venerdì, 21 Novembre 2014 11:00

LARA 😊😊😊

mamma_lara Venerdì, 21 Novembre 2014 10:56

Grazie a tutte e tutti per l'adesione ad Al.Ce.

mamma_lara Venerdì, 21 Novembre 2014 10:49

Parlo per gli altri eh, perchè io sono fuori dal contendere 😊😊😊

mamma_lara Venerdì, 21 Novembre 2014 10:48

Male poi che c'è di male ad avere un amante due o tre. 😊😊😊

mamma_lara Venerdì, 21 Novembre 2014 10:47

Per questo io me ne frego dei vicini pettegoli di google e tutte le altre diavolerie di questo mondo.

Male non fare paura non avere 😊😊

mamma_lara Venerdì, 21 Novembre 2014 10:46

Piera, gli amanti non riuscirai mai a nasconderti, non hai messo in conto i vicini, quelli te ne

appioppiano in abbondanza anche quando non vedi un uomo da anni. 😊😊😊

Ai pettegolezzi di chi si fa sempre gli affari degli altri non si sfugge anche quando sei innocente come una bimba in fasce. 😊😊😊

mamma_lara Venerdì, 21 Novembre 2014 10:42

Giuseppina, ha ragione Elisabetta, sei sempre ironica e prendi sempre le cose per il verso giusto. 😊

😊

E' un pregio non da poco.

Tu sei capace di capire anche le cose scritte per traverso. 😊😊😊

Willy Venerdì, 21 Novembre 2014 10:37

Buongiorno a tutte dal Mondino, anche oggi niente MDT l'aria del castello porta bene, il brutto quando uscirò dalle mura.

Gra gra ascolta le sagge parole di Annuccia e Gri, forza, resisti.

Un caro saluto ad Aleb.

Paula, purtroppo ho una brutta sensazione che la sanità piano piano si stia spostando sullo stile americano, tutto o quasi a pagamento con obbligo di assicurazione per il rimborso. Speriamo veramente che questo non avvenga mai in Italia. Già è in arrivo nei prossimi anni un quasi dimezzamento dell'importo delle nuove pensioni, con la crisi che non accenna a fermarsi, ci mancherebbe solo quello. Buona giornata a tutte.

mamma_lara Venerdì, 21 Novembre 2014 10:36

Elisabetta, mi sento di averti trascurato e proprio nel periodo più difficile. Se ho un po' di tempo ti chiamo.

mamma_lara Venerdì, 21 Novembre 2014 10:27

Buongiorno a tutti. Eccomi qua.

La mattina abbiamo preso l'abitudine di rimanere a letto anche se siamo svegli, ci piace. Gabriele mi racconta i suoi sogni che sono sempre tantissimi e multicolor, poi parliamo della giornata e della notte trascorse.

Ecco perchè ritardo, diciamo che quato rito fa parte dell'occuparmi di me. Alle volte Gabriele rimane a letto perchè se si alza mi alzo anch'io e non recupero neppure un po' del sonno che perdo. Poi perdo un'oretta per farmi bella, devo anche mettere quella nel conto. 😊😊

nico26 Venerdì, 21 Novembre 2014 10:25

Buongiorno a tutti !silenzio un po passato ma ora sono sotto attacco emi pulasante sx!!! 😞

gragra Venerdì, 21 Novembre 2014 10:10

Che bello leggervi.
che forza date.
evviva il forum.
lara dov'è? Sta bene?

paula1 Venerdì, 21 Novembre 2014 10:08

Scendo in città...vado alla banca e al lavoro...la testa sta bene per ora...Buona giornata a tutti 😊

Aleb97 Venerdì, 21 Novembre 2014 10:06

MAMMALARA ho visto che si poteva pagare anche online con la carta di credito! Pagamento effettuato. 😊😊

Aleb97 Venerdì, 21 Novembre 2014 09:42

Mi mancate tantissimo.... vorrei potervi incontrare e chiacchierare un po'.... uffa questa testa. E' una grande rinuncia per me non poter usare il pc e non salutarvi e sapere come state. Ma visto che la situazione è ancora buona significa che devo continuare su questa strada.

Vi abbraccio tanto e sappiate che anche se non scrivo siete nei miei pensieri e nel mio cuore.

Aleb97 Venerdì, 21 Novembre 2014 09:40

Buongiorno a tutti. Come ve la passate? Io ho ancora tosse (ho preso un altro virus ed ora combatto con raffreddore tosse). Però la testa regge e questo è l'importante. 😊

MAMMALARA ho mandato via internet il modulo per l'iscrizione ALCE.

Ora devo fare il bonifico ma in questi giorni stanno sisemando il sito della banca. Appena riesco a collegarmi lo faccio.

paula1 Venerdì, 21 Novembre 2014 09:11

Oggi pomeriggio nell'ospedale dove lavoro c'è l'inaugurazione della Risonanza magnetica e di un nuovo ecografo...io spero solo che la facciano funzionare perchè ammortizzare un tale investimento sarà dura visto che sarà a pagamento e non tutti se lo possono permettere...è un macchinario valido, un po' sottovalutato se faranno solo arti...il flash è che ha fatto dipingere i muri del reparto di arancione... 😞

Mirella73 Venerdì, 21 Novembre 2014 09:08

Ciao a tutti. Vi leggo ma faccio fatica ad avere la linea internet. Settimana pesantina con un bell'attaccone . Mi sono dovuta coricare due ore con relpax . Oggi va così , con una partenza difficile per via del piccolino che ha dissenteria. Nebbione .gra gra forza che ce là facciamo . Poi passa

paula1 Venerdì, 21 Novembre 2014 08:57

Buon giorno a tutti ...qui sole...oggi dovevo essere a casa e invece lavoro pomeriggio perchè il reparto è aperto, chiudiamo domani ma ci v'è la collega...

ieri ho avuto dei momenti di tristezza e rabbia sul lavoro...davvero fai tanto e le soddisfazioni sono sempre meno...

al corso sul dolore cronico hanno detto delle cose super interessanti e stanno cercando di scalzare dei vecchi pregiudizi su certi farmaci...

mentre andavo via (purtroppo, vabbè) ho chiesto al volo una cosa sul dolore emicranico alla

dottorressa e mi ha dato una spiegazione esauriente, inoltre se voglio farmi seguire nuovamente al

centro cefalee, mi ha suggerito il nome di una dottoressa molto valida e ci sto pensando perchè anche ieri dalla dottoressa del DCA è saltato fuori che i miei dolori articolari forse sono da far seguire da un neurologo piuttosto che un reumatologo...ora ho una gran confusione in testa.. 😊😊

gragra Venerdì, 21 Novembre 2014 08:14

Test fatto.

Evviva i bimbi nuovi,

Da parte mia non mi deprimi, mi arrabbio, questo sí, guardo la realtà che vivo ed ho vissuto.

Ovvio del mio vissuto

Quando sto bene, mi è sempre successo e l'ho addebitato ad una sana conservazione, non ricordo nulla del dolore, non saprei descriverlo se non rileggendo le annotazioni dei sintomi ed interrogando chi mi stava vicino.

Se sto bene non penso mai che potrei star male...

Dico solo che il dolore non va bene. Il dolore fisico, ognuno il suo, è cosa ingiusta e dovrebbe essere debellato.

Con voi qui sul forum è una strada importante grazie a dio, una serenità forte. Il punto rimane.

'sto dolore ... @@@@

cri69 Venerdì, 21 Novembre 2014 08:07

ANNUCCIA sai quanto ti ho pensato in questi gg ?una cifra.

Sai che comprendo bene ,anzi benissimo,il tuo dolore.Non ho dritte da darti,volevo solo ringraziarti per averle date a me quando ne avevo tanto bisogno ,è un pò (tanto) grazie a te se ora ho di nuovo un legame con mia figlia.Questo per dirti che sicuramente troverai il modo per risolvere al meglio la cosa.Ti abbraccio

cri69 Venerdì, 21 Novembre 2014 08:02

Buongiorno a tutti,qui nebbia.

GRA capperi sotto sale ,quanto dolore.Ognuno di noi,almeno una volta, ha pensato come te,qua tutti ti capiamo mooolto bene.Come dice Lara spessissimo,noi,per primi,siamo molto duri con noi stessi.Forse devi partire da qua,datti una chance,dovresti pretenderla e sicuramente te la meriti.

Il ns mdt è parte di noi e dobbiamo imparare a convivere,nel miglior modo possibile,per te, in primis e, per chi ti sta accanto.E' dura e sarà dura ma passettino alla volta ce la puoi fare.Un passo l'hai già fatto,sei qui con noi,qui puoi buttare fuori tutto il tuo dolore e la tua rabbia e ,sicuramente ti sentirai più leggera.Stai imparando a condividere così, il tutto, sarà meno pesante.Quando sono approdata qui,quasi 4 anni fa,avevo 20/25 attacchi al mese ora, ho cambiato neurologa,seguo le sue direttive,sto cercando di cambiare io (è una gara dura) e sono arrivata a 6/8 attacchi mensili.Ho dolori ovunque,con ieri erano 3 gg di mdt.Ho resistito fino a sera ma poi ho preso un trip,per poter riposare.A tavola ieri non riuscivo a schiacciare una noce,mi sono venute le lacrime agli occhi...pazienza,anche se mi viene l'ansia devo fare ciò che riesco,non i miracoli.Datti tempo...noi ci siamo.

mariagrazia Venerdì, 21 Novembre 2014 07:59

Giuseppina, che bello l'arrivo di una bimba!

mariagrazia Venerdì, 21 Novembre 2014 07:58

Buongiorno.

Questionario compilato.

Gra mi spiace x il tuo stare male, che poi è il nostro.

Annuccia Venerdì, 21 Novembre 2014 07:49

ELISABETTA, non scrivo nulla sui tuoi scritti, sai quanto apprezzo le tue parole, sempre pronte per tutti. 😊

LARA, ho fatto tutto anche io (test, modulo e pagamento per il 2015 Alce)

Annuccia Venerdì, 21 Novembre 2014 07:46

GIUSEPPINA, che bello un'altra "piccolina"!

Stamani sono felicemente sola, avevo bisogno di qualche giorno di tranquillità.

Annuccia Venerdì, 21 Novembre 2014 07:31

Buongiorno a tutti! e a quanto leggo per GRA non lo è per niente.
Per te GRA: capisco il tuo messaggio, capisco il tuo momento, capisco la tua "depressione" per il tuo stare male e la consapevolezza di non poter gestire il tuo lavoro e i tuoi genitori, ma ti vorrei consigliare di razionalizzare, di capire come poter fare ad affrontare il prosieguo della tua esistenza. Vivi giorno per giorno, non pensare al futuro e cerca di "cogliere l'attimo".

gragra Venerdì, 21 Novembre 2014 04:44

Dolore

Rimango dell'avviso che il dolore è necessario eliminarlo.

Il dolore che non ti permette di fare nulla non deve poter vivere con noi, è umiliante, inutile.

Il dolore che obbliga all'immobilità, che dura più giorni, che è accompagnato da lamenti, conati, tremori, che impedisce la parola, il pensiero, che non sai quando ti lascerà, che impedisce di occuparti di te, dei tuoi progetti, è inaccettabile specie se ti accompagna mese per mese, anno per anno.

Allora vuoi farla finita.

Ma in realtà vuoi non avere dolore.

Io mi sono stufata di questo dolore: pazienza non ne ho più.

Su molti fronti lo devo gestire ed il primo a non saper come fare è per il lavoro: non si scherza più. Dico primo perchè è quello che mi dà da mangiare.

Se prima coordinavo me stessa e persone e situazioni ora non ritengo più informazioni, non domino la materia, sbaglio come una bambina delle elementari: inaffidabile.

I genitori malati: non riesco ad andare da loro. Non posso guidare anche se sto bene perchè sono pericolosa, ormai. In ogni caso se sto male non ci vado.

Non riesco ad ottemperare a progetti... .

E sí che di cose belle da fare ne avrei, ne ho messe in piedi, nel tempo ho creato gruppi ed interessi... .

Ora riesco a scrivere ma ho la testa, la nuca, schiacciata contro un cuscino per calmare il dolore in quel punto. Le dita riesco a muoverle, poca nausea, per il resto immobilità assoluta. Spero non mi scappi di andare al bagno.

Gri Giovedì, 20 Novembre 2014 23:07

Test fatto anch'io. Domani pago iscrizione Al.Ce. 2015!

Ora sto guardando X Factor con Xavier attaccato a far la sua ciuccia! 😊

Buona notte, vi voglio bene

rossana Giovedì, 20 Novembre 2014 21:03

Questionario fatto, mai giornata fu più propizia.

rossana Giovedì, 20 Novembre 2014 21:02

ELISABETTA i tuoi scritti arrivano dritti dove devono, mi hai fatto commuovere.

Grazie sempre

rossana Giovedì, 20 Novembre 2014 21:02

Oggi pomeriggio un pò meglio con dose alta di cortisone.

GIUSEPPINA non hai la fila o chi sgomita come hai scritto?

Non ci credo neanche un pò 😊

Posso credere che tu li ignori, questo sí.

Piera Giovedì, 20 Novembre 2014 20:39


Giuseppina che bello!!! Anita avra' una sorellina 😊


paula1 Giovedì, 20 Novembre 2014 20:35

Buona sera a tutti...finalmente a casa dalle 5.45 di stamattina....mattinata frenetica e purtroppo con la brutta notizia della morte del marito di una nostra collega...1 mese ci ha messo... 😞 malattia terribile e impietosa... 😞😞

oggi il corse sul dolore cronico era troppo interessante ma sono dovuta andare via mezzora prim perchè vevo l'appuntamento dalla dottoressa...qualch chiacchera niente di concludente..vabbè

1 ora tonda per rientrare a casa.... 😞 ora riposo...meno male che Fausto aveva cucinato...polpette in umido...

vi leggo domani Buona notte a tutti 

guardavo che questo mese l'emicrania ha colpito un po' di più... 
MAMMA LARA domani faccio il bonifico e poi guardo quel questionario...

mamma_lara Giovedì, 20 Novembre 2014 20:32


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

mamma_lara Giovedì, 20 Novembre 2014 20:31




Solo il tempo per un saluto, ho un bel po' da fare. Ho gente. Ma dovevo ringraziare chi si è iscritto ad Al.Ce.

Vado che ho gente

giuseppina Giovedì, 20 Novembre 2014 20:28

grazie ELISABETTA, proprio oggi abbiamo saputo che è un'altra bimba 




giuseppina Giovedì, 20 Novembre 2014 20:25

PIERA me ne farò una ragione, a dire il vero non è che ho la fila che sgomita   


Elisabetta Giovedì, 20 Novembre 2014 20:23

Grazie a te, Giuseppina. Per l'affetto che traspare dai tuoi scritti e per quel delizioso humour che ti rende "irresistibile". Un abbraccio anche a te e un'infinità di auguri per l'attesa di Cristina

Piera Giovedì, 20 Novembre 2014 20:00




Giuseppina mi dispiace , ma non hai scampo!!!  Se ci tieni tanto alla tua privacy cancellati da facebook, spacca il pc e getta lo smartphone nel cesso.  forse così riesci a nascondere l'amante....forse 

giuseppina Giovedì, 20 Novembre 2014 19:48

ELISABETTA grazie per i tuoi messaggi, sono sempre pieni di buon senso e ognuno ci ricava qualcosa per sè, grazie amica carissima 

giuseppina Giovedì, 20 Novembre 2014 19:45

E' vero CRIS ho google maps, un'app molto comoda in effetti, rimane il fatto che google sa sempre dove sono e ci fa anche dei ragionamenti.

Non so se mi farò l'amante a parte il rischio di finire come Emma Bovary o strangolata dentro un fosso, pensa te se oltre a preoccuparmi di non farlo sapere al marito mi devo preoccupare anche di google    no no vado a Cupertino e faccio un macello, oppure faccio come PAULA e ritiro fuori il mio vecchio nokia

mamma_lara Giovedì, 20 Novembre 2014 18:51

Annuccia, quando puoi cara

mamma_lara Giovedì, 20 Novembre 2014 18:51

Ho gente a cena

Vado

mamma_lara Giovedì, 20 Novembre 2014 18:50

Gri, anche tu hai un bel da fare.

mamma_lara Giovedì, 20 Novembre 2014 18:46


Willy, sicuramente ti farà bene questa settimana di riposo e spero che le promesse che ti sei fatto tu riesca a mantenerle.

Mi è venuto un pensiero che ti dico e spero che tu non ti offenda. Tu dovresti voler bene a te stesso almeno quanto ne vuoi agli altri, perchè è così, tu vuoi bene a tutti tutti

mamma_lara Giovedì, 20 Novembre 2014 18:41

Maria51. Grazie mille per la dritta, mi sa che ci farò un pensiero

Annuccia Giovedì, 20 Novembre 2014 18:37

CRIS, pensa al "monello" che hai ora!!!! 

Annuccia Giovedì, 20 Novembre 2014 18:36

a casa a Parma 😞

Annuccia Giovedì, 20 Novembre 2014 18:36

WILLY, quasi quasi ti invidio. 😊

LARA, domani che non lavoro faccio tutto quello che devo : iscrizione e test 😊
I miei ragazzi sono arrivati a casa, prima Enrico doveva lavorare in Toscana.

Cris83 Giovedì, 20 Novembre 2014 18:34

Vi saluto perchè stacco e vado a casa..

stasera vado a cena da una ragazza che ho conosciuto alla dynamo camp che abita vicino a me..

Anche se non ne ho molta voglia.. preferivo stare a casa stasera..

Oggi è un anno che è morta kimba e spesso mi assale un po' la tristezza.. oggi un po' più del solito..



un caro abbraccio a tutti.. 😊

Gri Giovedì, 20 Novembre 2014 18:28

Ciao a tutti, sono qua sul divano con i miei cuccioli, Eloise ha febbre, le ho controllato la gola e ha le tonsille gonfie e piene di placchette bianche, domani mattina chiamo la pediatra. Preferisco farla vedere prima del weekend. Xavier ha bucato i due dentini sopra.

Elo sto pomeriggio ha disegnato lei e il suo fratellino (così mi ha spiegato 😊). Che tenera

mamma_lara Giovedì, 20 Novembre 2014 18:23

Inizia oggi il sondaggio promosso dalla EFNA

Partecipate numerosi!

dott. Paolo Rossi

EHA Board Member

Invitiamo tutti gli utenti a partecipare a questo sondaggio promosso dalla EFNA (European Federation of Neurological Associations) in tutti i paesi europei per valutare l'impatto delle malattie neurologiche. L'obiettivo è quello di valutare come le malattie neurologiche condizionano la vita familiare, occupazionale e sociale di chi ne è affetto. Il sondaggio vuole inoltre studiare l'associazione con altre patologie e la soddisfazione con la terapia e la gestione medica.

E' importante che i pazienti affetti da mal di testa rispondano in massa perchè i dati forniti saranno utilizzati per scrivere un "libro delle evidenze" che sarà utilizzato dai politici, gruppi di interesse, amministratori e decision-maker, come punto di partenza per le attività di un gruppo del Parlamento Europeo dedicato a Mente, Cervello e Dolore la cui presentazione ed inizio attività sono fissate per il Febbraio 2015. E noi vogliamo che in questo libro le esperienze dei pazienti affetti da mal di testa siano adeguatamente rappresentate. Il sondaggio consente anche un confronto tra diversi paesi e diverse malattie neurologiche.

Compilarlo richiede pochi minuti.

Clicca qui per accedere al sondaggio

[Sondaggio](#)

Grazie a tutti

Willy Giovedì, 20 Novembre 2014 18:23

Un caro saluto a tutte le abitanti del forum, Paula nel "castello" tutto bene, niente mal di testa, Mariparis 300 euro al mese sono veramente "indecenti", i commercialisti, quelli veri, non sono però tutti così. Dalle mie parti la tua professionalità sarebbe di sicuro apprezzata in modo adeguato.

Mi sembra di vivere in un mondo surreale, tutto calmo, tranquillo, nessun rumore, niente stress, riposo assoluto, possibilità di guardare la televisione, di leggere i giornali, di pensare.....mah....non voglio pensare al ritorno alla realtà la prossima settimana. In gran segreto però mi sono fatto tante e robuste promesse, spero di resistere. Un abbraccio.

mamma_lara Giovedì, 20 Novembre 2014 18:20

Carissimi, vi comunico che chi avesse intenzione di aderire ad Al.Ce. e volesse rientrare nel primo invio dei calendari è invitato a farlo rapidamente, altrimenti dovrà attendere un po' di più.

Questo è il link
[modulo iscrizione](#)

Mi raccomando, compilate il modulo di adesione, da compilare sia per le nuove adesioni che per i rinnovi.

Piera Giovedì, 20 Novembre 2014 17:45

Comunque ora gli impianti non sono piu' quelli di qualche anno fa, che potevano dare qualche problemino, la tecnica si e' molto evoluta, certo bisogna essere sicuri che le persone che te lo fanno siano veri ed esperti professionisti nell'implatologia, il mio dentista e' un medico anche chirurgo molto serio e scrupoloso, pero' per questi lavori si appoggia ad un altro medico che fa solo impianti.....

MARIA51 Giovedì, 20 Novembre 2014 17:08

LARA, a proposito di denti. Anche se non hai l'ultimo su cui appoggiare, ti fanno lo stesso lo "scheletrato" e va molto bene lo stesso. (non è implantologia). Parlo per esperienza.

Cris83 Giovedì, 20 Novembre 2014 15:51

MAMMA LARA mi spiace per il dente.. 😞

Cris83 Giovedì, 20 Novembre 2014 15:51

GIUSEPPINA quello è semplice da spiegare.. è il gps.. magari hai attiva anche qualche app tipo google maps.. Quindi se ti fai l'amante disattiva il gps che stai sul sicuro! 😄😄

PAULA non sei un po' giovane per la menopausa!?

MONICA mi dispiace tanto.. e non mi vengono molte altre parole da dirti! Ti abbraccio forte.. 😊

MARISPARIS piacerebbe tanto anche a me lavorare in una libreria!! Capisco non sia facile soprattutto con tutto quello che hai studiato. Ma cerca di approfittare per pensare a te stessa.. e magari cerca di sviluppare qualche hobby..
Con il mal di testa come va?

Elisabetta Giovedì, 20 Novembre 2014 15:20

MONICA la vita spesso sceglie per noi . Ma dobbiamo essere saggi, seguire l'onda e colmare le mancanze rallegrandoci di ciò che abbiamo. Che, a volte è tanto e non ce ne accorgiamo. Le mie nipoti si sono sempre domandate perché tutte le loro amiche avevano una mamma e loro no. Il mio nipotino adottivo che pure non ha ancora sei anni, tormenta mia nuora chiedendole spesso perché sua madre non l'ha voluto. Sono casi limite, ma a quasi tutti manca qualcosa che la vita gli ha tolto e che avrebbero desiderato fortemente. Qualcosa che, magari, non è così appariscente come la mancanza di figli o di un genitore, ma causa comunque sofferenza. Io ho sempre ammirato tanto in te l'intelligenza di non accanirti per cambiare il corso della natura. Conosco qualcuno che l'ha fatto ma è saltato il suo equilibrio e ha rovinato per sempre la sua vita. Ti abbraccio forte. Elisabetta

Piera Giovedì, 20 Novembre 2014 15:01

Mariparis, personalmente l'oki non lo segnerei, perche' per il mdt non lo prendo non mi fa nulla!!!, lo prendo solo per il mal di gola, li' e' portentoso 😄 perció lui non entra nel mio diario del mdt 😄.....a parte gli scherzi penso che i farmaci presi per altri mali sporadici non continuo

Monica Giovedì, 20 Novembre 2014 14:58

MARIPARIS non credo. Io non prendo mai medicine che non siano trip, sono fortunata non mi ammalo quasi mai. Quindi questo problema non me lo sono mai posto. Anche se l'oki è un antiinfiammatorio e la testa potrebbe beneficiarne

Monica Giovedì, 20 Novembre 2014 14:54

Buon pomeriggio a tutti. Anche a Roma c'è il sole. Vi ringrazio per i vostri pensieri e le vostre parole che esprimono sempre solidarietà. Questo, come dice FEFFE, è un dolore che mi porterò per sempre. La maggior parte delle volte è sepolto in un angolo della mia anima, ma a volte (basta anche un

sogno di me incinta) torna a galla 😞 lo sono sempre molto contenta di sapere dell'arrivo di nuovi bimbi, vorrei che nessuna donna passasse tutto questo. Solo che ogni volta la stessa domanda torna a tormentarmi, perché proprio a me? Non c'è risposta e soprattutto non c'è soluzione per cui me la tengo e basta. Come mi tengo il mdt!!

mariparis Giovedì, 20 Novembre 2014 14:45

Scusate ragazze se la domanda può essere banale, ma nel diario della cefalea devo annotare anche i sintomatici che prendo per altri motivi, tipo dolori mestruali? oggi mi e' venuto il ciclo e ho preso un oki per il mal di pancia,devo scriverlo? grazie, baci

mariagrazia Giovedì, 20 Novembre 2014 14:29

buongiorno a tutti. mamma oggi leggermente meglio, spero continui così. il tempo oggi è meraviglioso, dopo il temporalone di ieri sembra quasi un miracolo

feffe81 Giovedì, 20 Novembre 2014 14:20

MAMMALARA mi dispiace per il dente! quanta pazienza, davvero tanta. Spero che la masticazione sbilanciata non ti dia troppo da fare. Vorrei tanto che ne avessi un po' di meno di cose da dover sopportare...

feffe81 Giovedì, 20 Novembre 2014 14:17

WILLY spero che "al castello" tutto proceda per il meglio, fai bene a dedicarti questo tempo. ANNUCCIA leggo di contrasti con i tuoi figli, mi spiace. Spero sempre che i tuoi pensieri non siano troppo pesanti...

feffe81 Giovedì, 20 Novembre 2014 14:15

buongiorno a tutti 😊

NICO tranquilla, noi siamo qua, spero che presto torni la serenità dentro di te e la voglia di scrivere 😊

MONICA...credo di capirti abbastanza...non penso sia una cosa che si possa superare, non per essere pessimista ma perché sento dentro di me che è così...e non ci sono parole per consolare questo dolore. Ti mando un abbraccio

nico26 Giovedì, 20 Novembre 2014 13:54

Buon pomeriggio a tutte/i ma anche oggi capitemi se non ho voglia di parlare.vi voglio bene.

mariparis Giovedì, 20 Novembre 2014 13:12

Annuccia ormai sono grande, ho 41 anni ed è difficile che mi chiamino. forse non avrei dovuto lasciare il mio lavoro, ma adesso non starei con il mio compagno. di lavorare come contabile negli studi commercialisti, non me la sento piu'...ci ho lavorato tanti anni e penso che la mia testa ora non me lo permetta piu'. il mio sogno nel cassetto sarebbe quello di cambiare completamente lavoro, e lavorare in una libreria, dato che adoro i libri e leggere. Ma é solo un sogno. potrei fare la segretaria amministrativa in un ufficio o studio, ma é difficile trovare pure questo...

Annuccia Giovedì, 20 Novembre 2014 12:16

MARI, se sento qualcuno che ha bisogno l'ottimale sarebbe un part time, così da poter gestire meglio il "tutto"! il lavoro specifico quale dovrebbe essere? guardandomi intorno per il mio Andrea ... hai visto mai che non esca fuori qualcosa per te.

Annuccia Giovedì, 20 Novembre 2014 12:13

MARI, quanti anni hai? lo avrai scritto ma non lo ricordo.

LARA, ne abbiamo di "rotture" a cui badare..... 🤔

mariparis Giovedì, 20 Novembre 2014 12:03

300 € al mese...non a settimana

mamma_lara Giovedì, 20 Novembre 2014 12:00

Mariparis, per ora mi sembra che il tuo compagno non senta come un peso il fatto che non lavori. Certo che per te sarebbe un bene lavorare. Ma pensaci più avanti, ora curati bene e cerca di approfittare del fatto che non lavori per custodire i tuoi attacchi quando arrivano

mamma_lara Giovedì, 20 Novembre 2014 11:58

Cri, sai che non mi fermo davanti a nulla quando si tratta del vostro bene 😄😄😄

mariparis Giovedì, 20 Novembre 2014 11:58

Buongiorno a tutti! Oggi qui a Roma bellissima giornata.

tuttavia mi sono svegliata con pensieri tristi...speriamo non mi facciano venire mdt.

da quando ho lasciato il mio lavoro in Sicilia per venire a Roma (per stare con il mio compagno), non ho più trovato un lavoro decente.

dopo che ho studiato una vita tra laurea e master, mi chiamano solo gli studi di commercialisti per propormi stipendi che, con tutto il rispetto, non prende neppure una donna delle pulizie. 300€ per lavorare da mattina a sera. Che sono neppure i soldi per i biglietti della metro e per mangiarmi un panino. Altri colloqui e' inutile farli, molto spesso sono truffe oppure cercano ragazzi che non abbiano superato i 29 anni...

a me sta bene stare a casa, ma delle volte, come oggi, soffro e penso chi me l'ha fatto fare a studiare tanto. Scusatemi...oggi sono un po' così... 😞

mamma_lara Giovedì, 20 Novembre 2014 11:58

Gri, che bello quando racconti dei tuoi bimbi. Dagli un bacino da parte mia

mamma_lara Giovedì, 20 Novembre 2014 11:55

Dovranno ben studiare anche questo aspetto della nostra cefalea.

mamma_lara Giovedì, 20 Novembre 2014 11:54

Poi non vi ho detto della pelle, sapete che mi metto le maglia e rovescio altrimenti le cuciture mi rompono il primo strato della pelle. Anche quella è una bella storia. 😞

mamma_lara Giovedì, 20 Novembre 2014 11:53

Annuccia, io ci sono nata con la rinite, fin da piccola mia mamma mi dice che avevo il raffreddore perenne. Poi diventata grandicella me lo ricordo io, non potevo mai fare a meno del fazzoletto. Poi non parliamo di allergie, anche su quel verso ho le mie

mamma_lara Giovedì, 20 Novembre 2014 11:51

Annuccia, non ho denti su cui appoggiare il ponte da quella parte era l'ultimo dente. Mi sa che sto così, tanto vuoi che non lo rigetto io con tutte le sfighe che mi ritrovo.

Per Andrea hai ragione, sono anch'io tanto in pensiero per Zeno.

Annuccia Giovedì, 20 Novembre 2014 11:50

ROSSANA, comincio a chiedermi come mai molte di noi hanno allergie..... (riniti, difficoltà a respirare - asma -)

cri69 Giovedì, 20 Novembre 2014 11:50

LARA si certo lo facevi per noi 😄😄

mamma_lara Giovedì, 20 Novembre 2014 11:49

Rossana faccio cortisone per il mio naso, ma il più delle volte conta una cippa lippa.

Annuccia Giovedì, 20 Novembre 2014 11:37

Scusate il doppio messaggio.

GRI, cominciamo con le influenze.... 😞

LARA, pensa che io feci un impianto (patendo abbastanza), ed ebbi il rigetto durante la prova definitiva della corona. Non ci ho più provato, ora, sempre che avrò il coraggio, propenderò per un ponte, metodica ormai superata, ma almeno sicura di riuscita.

MONICA, io non ti scrivo nulla, ma so che quella è la tua nota dolente, ti abbraccio e ti voglio bene.

mamma_lara Giovedì, 20 Novembre 2014 11:35

Ora che ci penso, tempo fa ho cercato con Google un oggetto che è meglio non dica qui altrimenti sai te che reputazione mi faccio. Però lo facevo a fin di bene e le ragazze del gruppo lo sanno. Però si vede che non hanno tenuto conto di questa mia ricerca, perchè non mi è mai arrivato nulla di questo argomento. Poi sta storia ve la racconterò, perchè ci faremo 4 risate.

Annuccia Giovedì, 20 Novembre 2014 11:34

Buongiorno a tutti! io sono sveglia dalle 3.

I miei ragazzi sono partiti insieme, stamani abbiamo parlato un po' , ma nulla di costruttivo e di consolante.

Dovrebbero tornare tutti quanti venerdì 28. Speriamo che ad Andrea possa far bene questa settimana con il suo nipotino.

mamma_lara Giovedì, 20 Novembre 2014 11:31

Per il fatto che tutti siamo spiati, sinceramente me ne frega niente di niente.

Ho visto anch'io che se cerco qualcosa poi mi compare quando vado a visitare altri siti, ma li lascio fare, tanto è tempo sprecato con me, perchè cerco sempre di comprare le cose meno pubblicizzate.

Poi se spiano dove vado anche li mi diverto, amanti non ne ho neppure se li volessi, sapete che sono fedele a Gabriele sempre per forza di cose, non ho richieste, quindi che mi seguano pure e mi dicano anche dove sono, così se mi perdo fanno presto a venirmi a trovare. 😊😊

mamma_lara Giovedì, 20 Novembre 2014 11:24

Monica, ma quanta ragione hai, non posso immaginarmi senza i miei figli. Ti capisco.

Ma come fare, questa vita non ti ha dato questa grande gioia, che strani disegni si immagina per noi. Da figli a chi non li vuole e non li da a chi li vuole.

Ti voglio bene cara

mamma_lara Giovedì, 20 Novembre 2014 10:57

Buongiorno a tutti.

Giuseppina, hai ragione, il dentista mi ha messo KO.

La capsula del dente è saltata via perchè si è rotto il moncone del dente che la teneva su, quindi mi ha tolto il dente. Ma ciò che mi ha steso non è stato tutta la lavorazione per togliere le radici del mio dente, ma il fatto che ora non ho più molari dalla parte destra, uno me lo hanno tolto sano tantissimi anni fa quando secontò ad una cima di specialista, mi ha detto che erano i denti a farmi venire MDT, ed ora mi ritrovo a non poter più mangiare col la parte senza denti.

Mi ha proposto un impianto, ma immagini bene quanto costi. Gabriele vuole che lo faccia, ma io che sono più sensata di lui penso che non lo farò.

La notte è andata, tra pensieri e fatica. Ma è passata va.

Intanto le mie gambe si rifiutano di camminare, ma se ne dovranno fare una ragione visto che ho solo loro due per farlo.

cri69 Giovedì, 20 Novembre 2014 07:38

Buongiorno,è arrivato l'inverno,fa proprio freddo.

Stanotte e stamane male ovunque...avanti sempre.

Gri Giovedì, 20 Novembre 2014 07:31

Buongiorno caro forum mio! Sono in piedi dalle 6...Xavier giocava, rideva e faceva pernacchie nel lettino.... 😊

Eloïse ha la febbre e mal di pancia, all'asilo c'è una strage di bimbi malati...

WILLY, sempre bellissimo leggerti, buon fine ricovero.

MONICA, cara, mi fai tanta tenerezza e mi spiace così tanto tu stia così male per il non aver avuto bimbi, è spesso così ingiusto, mi domando tante volte perché donne che non sarebbero in grado di allevare un criceto abbiano figli.... Ieri ho scoperto che una cugina di mio marito aspetta il quinto figlio...(da 3 uomini diversi i 5 figli), i primi due vivono dai nonni e non vedono la madre da anni, uno è in una casa famiglia, uno con il padre....ma perché mai ne fa ancora e perché qualcuno permette che sforni figli questa donna.

rossana Mercoledì, 19 Novembre 2014 22:49

Si GIUSEPPINA non c'è scampo.


Quando però il dolore alla schiena proprio non regredisce mantenendomi fisso il MDT e la rinite ecc.ecc. devo proprio ricorrervi al cortisone.

Che per le mie ossa è deleterio e funziona sempre meno per il dolore.
Ma vedremo domani, pensiamo a far passare la notte.

giuseppina Mercoledì, 19 Novembre 2014 22:33


LARA mi sa che il dentista ti ha messo ko, ti ci vorrebbe proprio una bella dormita stanotte 

paula1 Mercoledì, 19 Novembre 2014 22:16


 buona notte a tutti...sto crollando...

paula1 Mercoledì, 19 Novembre 2014 22:13

anche io mi sono accorta che sul pc appaiono spesso messaggi o pubblicità che alludo a ricerche fatte coi motori di ricerca e sanno bene anche l'età perchè mandano proprio cose mirate...anche nella posta elettronica spesso si trovano messaggi con nomi di "fantomatici" amici...io non apro niente tanto so benissimo chi mi scrive e chi no...per non parlare di quando arriva il messaggio di aprire un telegramma...vere e proprie truffe....

però quello che ha scritto GIUSEPPINA li batte tutti e mi inquieta molto...per fortuna io ancora non ho l'alta tecnologia e se mi dovessi perdere mi cercherebbero al museo preistorico visto i segnali che potrebbe mandare il mio telefonino 

giuseppina Mercoledì, 19 Novembre 2014 22:09

ROSSANA come ti capisco per la rinite, è proprio fastidiosa e se la blocchi col cortisone ti si seccano le mucose, insomma non c'è scampo 

paula1 Mercoledì, 19 Novembre 2014 22:08

Buona sera a tutti...pomeriggio bello tonico...non ci siamo fermati un attimo...sono stanca e domani come avevo scritto mi aspetta una giornata lunghissima...

oggi c'erano gli interventi del ginecologo così ne ho approfittato per chiedere alla dottoressa quando fare gli esami ormonali se il ciclo non arriva e mi ha detto di aspettare almeno 2 mesi e mezzo perchè interrompendo la pillola spesso il ciclo salta due mesi...mi diceva che potrei essere andata in menopausa anche prima perchè assumendo la pillola non ci si accorge di niente...ma questo già lo sapevo..

rossana Mercoledì, 19 Novembre 2014 21:09

ANNUCCIA spero tanto che il nodo si sia un pò sciolto e tu e Andrea vi sentiate un po' più leggeri

rossana Mercoledì, 19 Novembre 2014 21:08

la lei, mo mama come sono messa.....



rossana Mercoledì, 19 Novembre 2014 21:05

Ciao a tutti,
la schiena mi fa ancora molto male, la testa pure e la rinite va a nozze.....annzi mi fa male anche la lei!


giuseppina Mercoledì, 19 Novembre 2014 20:37

eh si PIERA, ma non è mica giusto, già un amante è una bella tribolazione, se poi bisogna inventarsi posti diversi per gli incontri stiamo fresche...


Piera Mercoledì, 19 Novembre 2014 20:22

Giuseppina scoprirà il tragitto, non l'amante!!!  perciò tutti i giovedì ti toccherà cambiare posto 

giuseppina Mercoledì, 19 Novembre 2014 20:21

MONICA cerca di superare questa cosa anche facendoti aiutare, non è giusto che stai così male, purtroppo i bimbi vengono distribuiti a caso e non per merito, ci sono donne mamme a cui non affiderei neanche un gatto 

giuseppina Mercoledì, 19 Novembre 2014 20:14

se un giorno mi farò l'amante da vedere tutti i giovedì pomeriggio dalle 14 alle 16, lo scoprirà di sicuro 

giuseppina Mercoledì, 19 Novembre 2014 20:10

CRIS MONICA io mi sono accorta che verso le 8.30, quando parto per andare al lavoro, sul cellulare mi appare una finestra che dice tragitto casa lavoro 13 minuti (o 15 o 20 dipende dal traffico) questo significa che google ha notato che tutte le mattine da lunedì a venerdì il mio cellulare si sposta a una certa ora, ne ha dedotto che vado al lavoro, conosce la strada che faccio e mi fa sapere se troverò traffico 😬

feffe81 Mercoledì, 19 Novembre 2014 19:53

Ciao a tutti 😊

CRIS infatti l'invito a pranzo l'ho fatto alle 11:30 quando ero sicura che nelle due ore successive non avrei avuto ndt 😊 e ho cucinato solo un primo, quindi una cosa mooolto easy

cri69 Mercoledì, 19 Novembre 2014 17:04

CRIS grazie, interessante, di dubbi ormai ce n'erano pochi 😞

Cris83 Mercoledì, 19 Novembre 2014 16:44

MONICA anch'io spesso compro su zooplus c'è un sacco di roba e ci sono molte offerte!! 😊😊

Cris83 Mercoledì, 19 Novembre 2014 16:43

Eh si appena si cerca qualcosa appare in altre videate per esempio facebook.. soprattutto google. se vi va leggete questo articolo è molto interessante:

[google ci spia](#)

C

cri69 Mercoledì, 19 Novembre 2014 16:35

MONICA si si ho notato anch'io, sono rimasta sbalordita, questo tidice tutto sulla mia ignoranza, quando vedevo sul cell le stesse cose viste sul pc di casa 😞 .

Vado a farmi un the, sono rientrata ed ho troppo freddo ed è anche h di riesumare il cappellino 🙄

nico26 Mercoledì, 19 Novembre 2014 16:15

Rimane la voglia di silenzio scusate 😞

Monica Mercoledì, 19 Novembre 2014 16:12

CRI pensa che mi vengono riproposti tutti gli articoli che ho visto 😬

Siamo super controllati 😬

cri69 Mercoledì, 19 Novembre 2014 15:28

MONICA alla faccia della privacy 😬

Monica Mercoledì, 19 Novembre 2014 15:27

WILLY ci vuole ogni tanto del tempo solo per se stessi e di stacco totale dalla solita vita. Penso che ricarichi tanto 😊

Monica Mercoledì, 19 Novembre 2014 15:25

Impressionanti i pc. Ho fatto prima una ricerca su Zooplus e adesso me lo ritrovo in ogni pagina internet che visito 😬 Ma quanto ci spiano????

Monica Mercoledì, 19 Novembre 2014 15:24

MAMMA LARA anche io ho problemi con mozilla, devo sempre aggiornare il plugin di flash player. Però solo con il pc dell'ufficio, con quello che ho a casa funziona bene

Monica Mercoledì, 19 Novembre 2014 15:22

Buon pomeriggio a tutti. C'è un po' di sole, dovrebbe durare fino a domenica. Spero perché ho una montagna di panni da lavare 😬

Anche nel mio ufficio c'è un altro bebè in arrivo.... E io non posso fare a meno di compiangermi E' una cosa che non passerà mai, io mi illudo di aver superato il tutto, ma è come la brace che arde sotto la cenere.....

Tornando al discorso della morte che avete fatto qualche giorno fa, io spero tanto che dopo la morte mi vengano spiegati (non lo so da chi) i fatti che mi sono accaduti nella vita. Tutti i "perché" che mi mancano, ecco vorrei che mi fossero svelati.....

Cris83 Mercoledì, 19 Novembre 2014 14:36

MAMMA LARA buon dentista!!

sono contenta che stai meglio! 😊

Cris83 Mercoledì, 19 Novembre 2014 14:35

KIKKA come va? qualche pensiero in particolare dovuto alla tua ansia o è una cosa in generale?

spero vada meglio.. ti abbraccio forte! 😊

Annuccia Mercoledì, 19 Novembre 2014 14:35

WILLY, grazie della tua "spalla"! sei sempre tanto caro.

Fai proprio bene a prendere questa settimana dedicandola completamente a te stesso.

Cris83 Mercoledì, 19 Novembre 2014 14:33

Ciao,

in questi giorni vi ho letto un po' ma avevo poca voglia di scrivere.. ho scritto questo messaggio ieri ma non me l'ha caricato.. me ne sono accorta solo ora.. ve lo metto fortunatamente lo avevo salvato su una pagina di word.

MAMMA LARA come stai? Ti abbraccio forte da lontano sperando di farti passare qualche malanno!

GRAGRA vedo anch'io più giusta la numerazione del dolore da 1 a 4 .. So che il diario è utile ma io odio compilarlo. Ultimamente segno solo quanti analgesici prendo..

Nemmeno io ho mai avuto allucinazioni o altre cose del genere, quando ho l'attacco mi brucia forte il viso ho spesso freddo e a volte mi lacrima un po' l'occhio dalla parte dell'attacco e un po' di naso colante..

Io ho preso il topamax e come effetti collaterali avevo un po' di formicolio agli arti e incespicavo un po' con le parole.. certi discorsi li avevo in testa ma non mi uscivano bene. La prima volta che lo usato sono stata un po' meglio.. la seconda dopo qualche anno non mi è stato utile per niente. Sono d'accordo anch'io con lara, dovresti andare dallo psichiatra.. poi se non ti convince puoi provare a cercare qualcuno con un po' più di esperienza..

Per i nomi non ti preoccupare.. io di solito mentre leggo il forum tengo un foglio di word aperto e scrivo quello che vi voglio dire, oppure un'altra pagina del forum..

FEFFE sono contenta per la tua bella giornata di domenica.. io non ho mai il coraggio di invitare qualcuno ho sempre il terrore di stare male. L'ho fatto solo l'anno scorso per l'ultimo dell'anno, avvantaggiandomi il giorno prima sono riuscita a fare tutto!

MARIAGRAZIA anche se in ritardo auguri alla tua mamma!!

GIUSEPPINA che bello i due nuovi bimbi in arrivo!!!

Riguardo la fame io dopo un attacco con la testa che scoppia più la nausea e il vomito, il nervosismo incombe e mi butto su qualcosa di poco sano, anche se in casa tengo poco riesco comunque a trovarlo.. ho pensato quasi quasi di mettere i lucchetti ai mobiletti e al frigo e dare la chiave a michele quando va via la mattina e lasciare fuori solo acqua e crackers.. 😊

Auguri anche a ELISABETTA per il suo onomastico.. Spero tu stia meglio.. tanti pensieri positivi per te!!!

Grande WILLY.. cerca di rilassarti e occuparti un po' di te stesso nel "castello"..

mariagrazia Mercoledì, 19 Novembre 2014 14:20

buon pomeriggio.

Annuccia anche a me capita di litigare con il mio Andrea e dopo esserci fatto un bel pianto entrambi

andiamo d'amore e d'accordo. Il mio ogni tanto ha bisogno di una bella scrollata, perché è un bel capoccione. per fortuna che poi passa tutto

mamma_lara Mercoledì, 19 Novembre 2014 13:23

Kikka, bisogna contrastare la parola rimuginare. Ma come fare se non ci si riesce?
Poi bisogna anche dire che se non ci si può sfogare è anche peggio.
Poi prova a vedere da dove viene la paura e l'ansia. Vedi se ci puoi lavorare su un pochino.

kikka Mercoledì, 19 Novembre 2014 12:55

ciao a tutti! Oggi sono rientrata da scuola, ero tranquilla, ma appena mi sono ritrovata con i miei pensieri mi è partito mdt e un'ansia pazzesca...Ho letto il foglio e la parola che dà fastidio è rimuginare...ho passato due ore bruttissime, alla paura del mdt si associava una tachicardia tremenda e non mi succedeva da un pò di tempo. Alle 14 ho il rientro e devo essere forte per due ore. Non so cosa dire.... 😞

mamma_lara Mercoledì, 19 Novembre 2014 12:38

Willy che caro sei, sì, oggi niente febbre e anche la testa va un po' meglio. Sono un po' addormentata perché stanotte ho dormito poco, ma conto di recuperare quando torno da dentista oggi pomeriggio. Non preoccuparti per me, sono un osso duro e cosa vuoi che m'ammazzi.
Fai bene a riposarti e ad usare questa settimana per dedicare tutte le tue forze a stare bene. Ti mando un abbraccio pieno di affetto.
Ne trovi poche di persone come te, anche se giri mezzo mondo

Willy Mercoledì, 19 Novembre 2014 12:29

Buongiorno a tutte, oggi per me bella giornata, la notte mi ha tolto anche quel poco di MDT che avevo ieri, se fossi stato a casa avrei preso di sicuro delle medicine, qui no e senza problemi. Sono molto rilassato, solo in camera e con pochissimo cellulare, ho pregato i miei di non venirmi a trovare, voglio una settimana di isolamento e riflessione, mi aiuterà. Ottima l'assistenza dei medici e del personale del mondino.
Lara sei guarita, la febbre? Speriamo bene.
Nico che tempesta ti ha colpito, mamma mia!
Annuccia, sei tanto dolce con i tuoi figli, sono molto fortunati, credimi.
Un abbraccio, a presto.

mamma_lara Mercoledì, 19 Novembre 2014 11:57

Mariparis, si hanno parlato del Botulino. Ci sono persone che traggono beneficio da questa terapia.

mariparis Mercoledì, 19 Novembre 2014 11:14

Ciao Lara, ti volevo chiedere se al convegno di Roma alla quale sei stata, hanno detto qualcosa sulla tossina botulinica per curare il mdt.
se puoi puoi scrivere qualcosa per farci sapere?
bacini

Annuccia Mercoledì, 19 Novembre 2014 11:09

MARI, grazie del pensiero. I figli sono così, i miei sono due bravi ragazzi, con sani principi, ma è dura vivere questo momento del nostro paese, bisognerebbe essere meno onesti e più "paraculi"! (scusate il termine)

mariparis Mercoledì, 19 Novembre 2014 11:01

Buongiorno a tutti! Oggi a Roma c'è una bella giornata e la mia testolina regge per fortuna. Così ne approfitto per uscire un po'.
Annuccia mi dispiace che tu abbia avuto oggi una discussione, ma sai ogni tanto anche tra chi si vuole bene, capita. L'importante è chiarirsi e poi fare pace. Ti mando un grosso abbraccio e stai tranquilla.
Willy stai bene oggi? Mi auguro di sì, vi abbraccio forte a tutti

Annuccia Mercoledì, 19 Novembre 2014 10:59

GIUSEPPINA, hai ragione, ma quando si ingoia sempre alla fine si scoppia.
LARA, ancora non ci siamo.

mamma_lara Mercoledì, 19 Novembre 2014 10:40

Nico, anch'io reduce da un attacco così, senza aura e anche senza paura ansia e panico. A me è andata meglio.

Fatti forza carissima

mamma_lara Mercoledì, 19 Novembre 2014 10:38

Ecco Giuseppina, proprio così.

Poi io dico sempre che ognuno di noi è in grado di sbagliare anche senza ascoltare i consigli degli altri.

Ma quando si tratta dei nostri figli si fa fatica a stare zitti

giuseppina Mercoledì, 19 Novembre 2014 10:33

che testa di capperò 😞 FEFTE meglio che non te lo faccio conoscere 😊😊😊

nico26 Mercoledì, 19 Novembre 2014 10:31

Buongiorno a tutti e riemerge orama che storia aurea,vomito,diarrea,ecc.... paura,ansia,panico ed ora che e' passato mi sento svuotata.....!

Dai pure....!!A dopo

giuseppina Mercoledì, 19 Novembre 2014 10:31

quando Gianluca era in difficoltà per il lavoro, io cercavo di farlo parlare e sostenerlo, raccontando esperienze e con qualche dritta che mi sembrava utile. Non molto tempo fa ricordando quel periodo mi ha detto che l'unica volta che mi ha dato retta ha sbagliato di grosso e che non ascolterà mai più i consigli degli ALTRI 😞😞😞

mamma_lara Mercoledì, 19 Novembre 2014 10:22

Giuseppina, hai ragione per l'analgescico, se lo prendi il MDT non va via e allunga la sua permanenza il maledetto.

Hai ragione anche per i figli, alle volte dicono cose che per loro sono normali mentre a noi provocano sofferenze indicibili.

mamma_lara Mercoledì, 19 Novembre 2014 10:17

Annuccia, oggi mi sa che per te è una giornata difficile anche su altri fronti.

Anche a me portano tanta sofferenza le discussioni con i miei figli. Per fortuna di discussioni grosse non ne ricordo, però è difficile. Troppo difficile.

giuseppina Mercoledì, 19 Novembre 2014 10:16

ANNUCCIA a volte i figli sono involontariamente crudeli, tocca a noi perdonarli e capire che non lo fanno apposta

giuseppina Mercoledì, 19 Novembre 2014 10:14

mattinata splendente, sole e testa pulita 😊 ma sarà una bastardona la mia emicrania.... se prendo il sintomatico mi si allunga di 12 ore l'attacco, come se ragionasse: ti toccano 72 ore se bari con 12 ore coperte dalla pastiglia te le recuperi dopo 😞

Annuccia Mercoledì, 19 Novembre 2014 10:13

Buongiorno a tutti!

oggi sono in crisi profonda per molti motivi mi sono fatta un bel pianto discutendo con Andrea e lui a ruota..... ora sono senza parole e con poca voglia di fare.

LARA, non ho capito nulla di cosa è successo, ma non è importante.

mamma_lara Mercoledì, 19 Novembre 2014 10:03

Cri, e chi riesce a salarvi sull'apecar 😊😊

Poi sai te, se ci salgo io l'apecar non riparte più.

Ormai ho un tafferuglio che fra un po' mi arriva la targa perchè fa provincia

cri69 Mercoledì, 19 Novembre 2014 09:59

LARA ma che dici ? ci sono le ape car che ti portano ovunque 😊

mamma_lara Mercoledì, 19 Novembre 2014 09:54

Cri, io andrei volentieri ad Ischia, ma penso sia troppo difficile per le mie gambe.

mamma_lara Mercoledì, 19 Novembre 2014 09:48

Ho una capsula di un dente che balla. Oggi dentista. 🤢 🤢

mamma_lara Mercoledì, 19 Novembre 2014 09:48

Gragra, non preoccuparti, va tutto bene

cri69 Mercoledì, 19 Novembre 2014 09:35

A proposito di feste mi sono arrivate via mail delle proposte per una settimana ad Ischia da paura, sarebbe da fare la valigia e partire subito 😞

gragra Mercoledì, 19 Novembre 2014 09:32

Buondi.

Lara scusa, scusate tutte.

mamma_lara Mercoledì, 19 Novembre 2014 09:27

Paula, devo stirare anch'io e sai bene quanto detesto farlo, ma oggi mi tocca proprio. Ho lavato tutto quello che ho usato per il viaggio e ha bisogno di una stirata.

Grazie per l'iscrizione.

Per le ferie non so che dire, andare in qualche posto per Natale costa parecchio, spero che tu riesca a trovare qualcosa senza spendere troppo. Poi siccome non mettiamo confini alla provvidenza, speriamo che la testa poggi faccia la brava

paula1 Mercoledì, 19 Novembre 2014 09:15

Buon giorno a tutti...finalmente c'è il sole...ieri sera diluviava 😞

sto stirando 😞 oggi pomeriggio spero che passi davvero in fretta...per fortuna siamo in due 😊

domani invece tra lavoro, corso e dottoressa DCA starò fuori di casa 14 ore 😞 spero vivamente di

rimanere a casa venerdì 😊 devo iniziare a pensare alle ferie invernali...non so che periodo

chiedere...a me piacerebbe stare a casa dopo Natale, ma Fausto dal 24 dicembre è già a casa...boh vedremo...la testa ogni tanto si fa sentire, ma se fa così va anche troppo bene...così non uso medicinali..

MAMMA LARA se venerdì mi lascia a casa vado in banca a faccio il bonifico per Cirna...

mamma_lara Mercoledì, 19 Novembre 2014 08:43

Mariagrazia, che belle iniziative fate. Anche da noi c'è una struttura di quel tipo e funziona benissimo. Fate proprio bene. Che bravi siete 😊

mariagrazia Mercoledì, 19 Novembre 2014 08:13

Buongiorno a tutti. Qui diluvia, ma all'orizzonte sembra aprirsi un po'.

Oggi abbiamo la prova costumi x la Traviata che terremo x beneficenza il 2 dicembre. Questa volta ci ha voluto l'Hospis della nostra ASL. È una bella struttura dove seguono ammalati terminali e dove possono stare anche i familiari, ma purtroppo non essendoci fondi pensano di chiuderla.

mamma_lara Mercoledì, 19 Novembre 2014 07:59

Buon giorno a tutti

CRI non c'è nulla da scusare cara

Dobbiamo solo ripartire anche in questo giorno con qualità

Proprio come ci hai detto tu tante volte

cri69 Mercoledì, 19 Novembre 2014 07:51

Buongiorno a tutti, stamattina freddino.

LARA, per quello che mi riguarda nessun problema. Fai quello che è giusto fare e scusami, anzi scusate, se ho esagerato.

mamma_lara Mercoledì, 19 Novembre 2014 00:06

Ho cancellato dei messaggi.

L'Ho fatto perchè la discussione aveva preso una piega difficile da controllare.

Mi raccomando di non tornare sull'argomento. A domani e spero di non dover prendere decisioni che poi mi fanno star male.

Scusate. ma questo è un forum dove dobbiamo stare tranquille.

Semplificare e non complicare

Cercando anche intenzionalità che non siano negative altrimenti la via d'uscita non la vedremo mai.

Buona notte

mamma_lara Martedì, 18 Novembre 2014 23:56

Il pericolo nascosto nei cibi (ma non solo): gli interferenti endocrini

Alcuni alimenti (e non solo) contengono sostanze chiamate interferenti o distruttori endocrini, che possono danneggiare il nostro equilibrio ormonale. Ne parliamo con la dottoressa Debora Rasio, dirigente medico presso l'Ospedale Sant'Andrea di Roma che cura per noi la rubrica dedicata all'alimentazione secondo natura.

Il caffè e il tè preso nei distributori automatici, il latte di soia, il cibo conservato in contenitori di plastica o in quelli di metallo, gli affumicati, le pellicole per alimenti nascondono un pericolo: contengono sostanze chiamate interferenti o distruttori endocrini, che possono danneggiare il nostro equilibrio ormonale.

Gli interferenti endocrini sono ubiquitari, li troviamo nei cibi, nei giocattoli per i bambini, nella carta termica degli scontrini fiscali, nelle tende della doccia, nei profumi, nelle creme che applichiamo sul corpo e in tanti, purtroppo troppi, altri prodotti.

Possiedono una struttura simile a quella degli ormoni e possono accendere, spegnere o modificare il normale segnale ormonale, con effetti insidiosi e subdoli, perché si manifestano a distanza di anni e non nell'immediato.

Gli interferenti endocrini alterano l'equilibrio delle nostre ghiandole, pertanto i danni si manifestano a livello di: cervello, tiroide, surrene, ovaio, testicoli, sistema immunitario e metabolismo.

Numerose ricerche hanno confermato che l'esposizione agli interferenti o distruttori endocrini può causare un anormale sviluppo del bambino, con anomalie a carico di reni, vie urinarie e apparato genitale, alterazioni dello sviluppo del cervello, malfunzionamento del sistema immunitario, infertilità, endometriosi, disfunzioni metaboliche, obesità, diabete, tumori al testicolo e al seno.

I bambini sono particolarmente sensibili al danno, in quanto le loro cellule in rapido accrescimento sono più vulnerabili; inoltre hanno minor capacità di detossificare, quindi di eliminarli. Nel cordone ombelicale dei neonati si trova una media di 200 sostanze chimiche in grado di causare tumori, danni al sistema nervoso e difetti di sviluppo fisico e mentale. Ciò è particolarmente preoccupante se consideriamo che nei 9 mesi che vanno dal concepimento alla nascita il cervello fetale si trasforma da una sorta di "banca dati" raccolta nei geni in una massa complessa ed altamente differenziata di cellule organizzate, capaci di interagire con il mondo esterno e pronte all'apprendimento. Quei primi 9 mesi sono le basi per tutto ciò che accadrà successivamente nella vita. La trasformazione è guidata da segnali chimici che istruiscono le cellule a differenziarsi, connettersi, morire, espandersi. Lo sviluppo normale del cervello è sotto il continuo controllo di ormoni (estrogeni, testosterone ed ormoni tiroidei), per questo è particolarmente sensibile all'azione degli interferenti endocrini. L'esposizione a queste sostanze si associa a ridotta capacità di apprendimento, disturbi del comportamento, deficit dell'attenzione, ridotto quoziente intellettivo.

Fra le fonti principali di esposizione vi sono: il latte di soia, i pesticidi, i contenitori in plastica, le pentole antiaderenti, i giocattoli in plastica per bambini, le tende per la doccia, le creme e i profumi per il corpo.

Come possiamo proteggerci

Cerchiamo di mangiare il più possibile prodotti freschi preparati in casa e non dall'industria, riduciamo al minimo gli inscatolati, gli affumicati, i cibi avvolti in pellicole di plastica

Evitiamo la cottura alla brace o arrosto e rimuoviamo tutte le parti carbonizzate dagli alimenti

Preferiamo ove possibile i cibi biologici (molti pesticidi sono interferenti endocrini), specialmente per i bambini

Conserviamo gli alimenti in vetro e non nella plastica

Evitiamo le pentole antiaderenti, specie se rovinate, sostituiamole con quelle in acciaio

Togliamo il più possibile la plastica dalle stanze dei bambini, gli interferenti endocrini sono volatili e si assorbono respirando

Apriamo le finestre per farli uscire dalle case, negli ambienti domestici l'inquinamento è 4 volte maggiore rispetto a quello di una grande strada trafficata

Attenzione ai cosmetici, profumi, creme per il corpo: basta 1 spruzzata di dopobarba per trovare interferenti endocrini nelle urine fino a 48 ore dopo l'applicazione

Dottoressa Debora Rasio

Nutrizionista presso l'ospedale Sant'Andrea

Università di Roma La Sapienza

Laureata in medicina e chirurgia e specialista in oncologia, Debora Rasio vanta una notevole attività di ricerca anche all'estero - fra le collaborazioni quella con il Kimmel Cancer Center della Thomas Jefferson University di Philadelphia. Proprio l'attività come oncologa e i suoi studi nel campo della biologia molecolare l'hanno portata a interessarsi di alimentazione come strumento per tutelare la salute. La Dott.ssa Rasio vanta inoltre collaborazioni con le trasmissioni televisive Uno mattina (RaiUno) e Cose dell'altro Geo (RaiTre).

<http://www.pleinair.it/mangiare-secondo-natura/il-pericolo-nascosto-nei-cibi-interferenti-endocrini/#tab1>

mamma_lara Martedì, 18 Novembre 2014 23:21

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

paula1 Martedì, 18 Novembre 2014 20:21

CRI69 meno male che sei riuscita ad anticipare la visita...io ieri chiamando il CUP l'avrei avuta per oggi, ma non riesco a chiedere il cambio turno quindi ho rinunciato, ma domattina ci riprovo...io qualche esame ce l'ho già speriamo che basti...non vorrei però sentirmi dire che è stress...credo che non lo affronterei....

e per tornare alla proposta fatta a MARIPARIS di fare una visita psichiatrica...io ne feci ben 2 per sentirmi dire che con l'emicrania proprio non c'entrava nulla la psiche e non avevo patologie di sorta.....

ora invece ci vado per il disturbo alimentare, ma non è saltato fuori che sia collegato alla mia emicrania....

mamma_lara Martedì, 18 Novembre 2014 19:25

Graga, la paura peggiora sempre il nostro star male. Spero che un po' quella ti passi.

mamma_lara Martedì, 18 Novembre 2014 19:22

aspetto i ragazzi a cena 😊

mamma_lara Martedì, 18 Novembre 2014 19:20

Rossana, vai a teatro, occuparci di queste cose non ci distrae dal male, ma lo stesso ci dà l'idea che siamo più forti noi di lui. Bravissima. 😊

gragra Martedì, 18 Novembre 2014 18:57

Nico,

Un abbraccio. Coraggio. Dai notizie di come stai. 😊

cri69 Martedì, 18 Novembre 2014 18:52

Fatta la visita dal reumatologo, mi sono sentita dire come mille altre volte...ma sei un pò strana eh? ma a parte la battuta la Dott.Rizzo mi è piaciuta tanto, scrupolosa preparata, chiara. Ora una serie di analisi e poi si vedrà.

GRAGRA mi riallaccio al mio o ns essere strani, io spesso levito e non faccio meditazione, non ti dico cosa è saltato fuori l'anno scorso al congresso con la psicoterapeuta a cui avevo chiesto cosa potesse essere...ancora mi prendono....in giro. Però parlane. 😊

gragra Martedì, 18 Novembre 2014 18:52

Ora io sono andata ko. Che dolore. E poi gola, gambe... Mica mister Mdt può star lì da solo, no?

Rossana,

Buon teatro.

Io muovo le dita ma la testa è bloccata, immobile. Per ora è così. È non sapere quando passa, se aumenta come si sposta, che mi fa paura... Questo attacco è brutto.

Baci 😊

nico26 Martedì, 18 Novembre 2014 18:49

Ragazzi aurea finita ma mdt per cui vi abbraccio 😞

rossana Martedì, 18 Novembre 2014 18:29

Provo a trascinarvi a teatro.

E' qui vicino, mi porto il male con me perché non vorrei mai che qualcuno durante la mia assenza me lo portasse via..... 😞 😊

"Almeno bisogna provare" diceva sempre mia mamma quindi non sia mai che non faccio come mi ha insegnato.

A dopo

mamma_lara Martedì, 18 Novembre 2014 18:05

Paula, io non ho preso nulla quando sono andata in menopausa e il motivo era la testa

mamma_lara Martedì, 18 Novembre 2014 18:04

Feffe, non ho mai avuto occasione di dirti quanto sia bello il messaggio sul dolore che hai messo nel forum la scorsa settimana, sembra abbia scritto miei pensieri.

Grazie mille, lo terrò carissimo.

mamma_lara Martedì, 18 Novembre 2014 18:02

Grazie carissima

mamma_lara Martedì, 18 Novembre 2014 18:02

Mariagrazia, anche tutte/i noi siamo importanti per il forum.

mariagrazia Martedì, 18 Novembre 2014 17:34

lara questo forum x me è importante, non immagini quanto

mamma_lara Martedì, 18 Novembre 2014 17:19

Mariagrazia, grazie per l'iscrizione, penso che mai come adesso sia necessario essere in tanti.

mariagrazia Martedì, 18 Novembre 2014 17:13

lara x l'iscrizione è tutto a posto. ho ricevuto la mail di conferma

paula1 Martedì, 18 Novembre 2014 17:04

😞 io invece in menopausa proprio non vorrei andarci....comunque la melatonina non credo ritardi niente..per me ancora niente ciclo...uffa...però mi sembra prematuro fare le analisi solo con 2 mesi di ritardo..non lo so nemmeno io che fare...alla fine la ginecologa che mi ha visto a settembre non è che mi sia piaciuta molto..vedrò a dicembre se salta ancora, ci penso...

😴😴😴😴 mi è arrivato tutto il sonno adesso 😊😊

mariagrazia Martedì, 18 Novembre 2014 16:54

lara grazie anche a te!

ho fatto il versamento tramite paypal x l'iscrizione ed ho rimandato il modulo. poi con calma mi fai sapere se è tutto a posto

mamma_lara Martedì, 18 Novembre 2014 16:53

Graga, nulla del genere neppure da me.

Forse è meglio che ne parli con il medico, perchè alle volte certi farmaci fanno vedere cose strane. A me per esempio il deserril mostrava case che si sporgevano quasi a farmi ingoiare dalle finestre.

Appena smesso il farmaco più nessuna di queste visioni e mai più successa.

paula1 Martedì, 18 Novembre 2014 16:53

Buon pomeriggio a tutti...qui si è rannuvolato..stamattina era bel tempo e sembrava primavera..anche a scendere si andava bene...l'unica pecca è che mi si appanna il parabrezza di Sella e ogni 10 minuti devo fermarmi a pulirlo... 😞

stanotte ovviamente alle 2 ero già in giro...l'orso era insopportabile...così divano e per riaddormentarmi ho guardato il programma sui disastri aerei...lo so sono un po' strana, ma mi piace

... 😞 😊, poi alle 4 nuovamente sveglia e alle 4.45 è suonata la sveglia.....meno male che la mattina è stata super tranquilla al lavoro.....

Annuccia Martedì, 18 Novembre 2014 16:49

Meglio scherzarci su.....

Annuccia Martedì, 18 Novembre 2014 16:48

GRA, nulla a che vedere con le mie di allucinazioni, tu hai molta più fantasia 😊

gragra Martedì, 18 Novembre 2014 16:34

Lara,

Quello che mi capitato, quando sono rilassata e sveglia è che prima percepisco come un cambio di frequenza dentro di me, sento come un toc, una piccola scossa e poi, ti faccio due esempi:

1) riesco a guardare dentro una stanza attraverso lo spazio lasciato dalle persiane accostate. Fai conto che la sensazione era come quando sei affacciata al balcone e guardi nella stanza di un palazzo di fronte che è molto vicino. Quello che vedevo era una bella scrivania, gli oggetti posati sopra e una mano di un uomo che con una penna scriveva con una bella grafia sul foglio. Un pezzetto di stanza quanto mi permettevano le persiane parzialmente chiuse.

2) ho visto e girovagato una vecchissima biblioteca, tutta di legno. Ogni gamba dei tavoli, delle sedie, ogni leggione era intarsiato. Le stanze erano proprio tante ed io riesco a vederle dall'alto e anche ad altezza normale. Ma dentro non ho incontrato nessuno.

Ecco vedo cose del genere.

camera di unvedere è come se stessi

gragra Martedì, 18 Novembre 2014 16:19

Elisabetta,

Nemmeno io ti ho fatto gli auguri, mi dispiace... Te ne mando tantissimi 😊

Oggi il mio calendario riporta S.Oddone... Mi sembra nessuno si chiami così 😊

Auguri in super ritardo anche alla mamma di Mariagrazia, mia omonima 😊

mamma_lara Martedì, 18 Novembre 2014 15:33

Nico, ma ne hai di incombenze 😊 😊

mamma_lara Martedì, 18 Novembre 2014 15:33

Elisabetta, invece sono certa che non ti ho fatto gli auguri di buon onomastico. Perdonami il ritardo

mamma_lara Martedì, 18 Novembre 2014 15:31

Gri, ti ho detto che sul dolore la penso come te. Anche perchè è molto giusto quello che dice il nostro punto 39 dei consigli dal forum

[Consigli dal Forum](#)

mamma_lara Martedì, 18 Novembre 2014 15:28

Mariagrazia, non ho guardato i messaggi precedenti, ma spero di essere riuscita in tutta la mia confusione che ho fatto nei messaggi di essere riuscita a fare gli auguri alla tua mamma

Nel caso rimedio. Auguri

Ora mi aspetto di aver fatto gli auguri a chissà chi. Però stavolta ho controllato e mi sembra vada bene. Nel caso dimmelo 😊 😊

mamma_lara Martedì, 18 Novembre 2014 15:26

Maya, solo tu potevi avere dei dubbi che le cose non sarebbero andate nel migliore dei modi. Noi sapevamo già che te la saresti cavata egregiamente.

mamma_lara Martedì, 18 Novembre 2014 15:24

Mariparis, se sto a riposo sto peggio, sai te che goduria mettermi davanti alla tv 😞

Va bene così, vedrai che domani salterò i fossi per la lunga

mamma_lara Martedì, 18 Novembre 2014 15:22

Feffe, vedrai che starò meglio in un battito di ciglia.

Anch'io come te sto soffrendo il freddo, ma arriverà l'inverno e quello deve essere freddo altrimenti

non va bene. Le stagioni non possono essere come le voglio io, loro devono fare il loro dovere. 😊
In bocca al lupo per il colloquio

mamma_lara Martedì, 18 Novembre 2014 15:18

Graga, per le voci che senti non so che dire, ma per i rumori o campanelli, a me succede che se ho l'acqua aperta mentre sono in bagno, alle volte fa un sibilo che mi sembra un tintinnio metallico. Scusami se ti faccio una domanda e rispondi se vuoi. Ma mi puoi spiegare meglio cosa vedi nelle tue visioni. A me viene l'aura alle volte mi scompare il centro di quello che vedo e mi sembra sia diviso in 4 il mio campo visivo, con al centro un vuoto. Altre volte invece ne scompare un pezzo a forma di goccia storta e se chiudo gli occhi vedo sta cosa lo stesso. Quindi per fare qualsiasi cosa devo aspettare che passi.

A differenza tua sto calma perchè ormai so che non mi fa nulla, però sento che dentro di me non sono tranquilla, perchè ho una forma di agitazione che sento anche con l'aumentare del battito. Poi parte sempre l'attacco, per fortuna più lieve e più breve di un attacco di emicrania senza aura

Annuccia Martedì, 18 Novembre 2014 15:12

WILLY, bravo! dedica questi giorni solo a te stesso, spero che tu non debba stare tanto male. Un bacio grande

mamma_lara Martedì, 18 Novembre 2014 15:09

Willy, che bello il tuo messaggio e penso ti faccia proprio bene considerare il Mondino come un castello che ti protegge.

Noi ci siamo, se hai bisogno di 4 chiacchiere, mandami un messagginio che io ci sono sempre.

feffe81 Martedì, 18 Novembre 2014 15:02

GRAGRA alcuni fenomeni visivi potrebbero essere anche aeree, ma credo che ci voglia uno specialista o un buon dizionario per definire con qualche parola quello che vedi. Per i farmaci...credo si debba trovare uno specialista in cui riporre la propria fiducia e poi seguirlo. Almeno io ho fatto così e mi trovo bene.

feffe81 Martedì, 18 Novembre 2014 14:59

Ciao a tutti, sto per prendere il treno per Bologna, vado a fare un colloquio.

MAMMALARA hai la febbre 😞 che col mdt si sposa bene 😞 spero tu guarisca presto da questo raffreddamento

Io sto bene, sto soffrendo un po' il freddo e mi è tornata l'otite, ma niente di che

Maya Martedì, 18 Novembre 2014 14:54

Nico69 buona giornata, grazie 😊.

Maya Martedì, 18 Novembre 2014 14:50

Annuncia grazie.... 😊

mariagrazia Martedì, 18 Novembre 2014 14:45

Buon pomeriggio. brutta notte anche qui stanotte. mi sono svegliata alle 4 con mdt forte e ho preso sia lo zomig che un antinfiammatorio...

Elisabetta grazie e auguri a te anche se in ritardo e spero tu possa stare bene presto.

lara mancava solo la febbre...

Maya Martedì, 18 Novembre 2014 14:44

Ciao ,Elisabetta e ' un grande piacere per me leggerti,e mi dispiace che la tua ripresa sei un po' lenta,ma spero che presto tu stia meglio,ieri ho fatto 4 ore pomeriggio ,alle 19.20 circa ,come al solito dolore a sx,dopo aver mangiato qualcosa andava meglio,è il nuovo gruppo mi sono trovata benissimo e anche le varie operazioni lo ho svolte più velocemente,sono tante ma vedo che comincio a memorizzare,e mi dà fiducia.stamattina però dolore e confusione ,sono rimasta in casa ho,fatto poco . 😊

mariparis Martedì, 18 Novembre 2014 14:28

Lara mi dispiace sentire che non stai bene, mettiti a riposo e riguardati. Ti bacio forte

Willy Martedì, 18 Novembre 2014 12:44

Un breve saluto a tutte dal Mondino, per ora tutto bene anche se il passaggio dalla mia vita super attiva e stressante al Mondino, tutta tranquillità e riflessione, in camera da solo, è notevole. Questa mattina è partito uno strisciante mal di testa, leggero però che tende al cattivo ma che non mi spaventa, qui ho il tempo e le armi per affrontarlo, sono nelle mura del castello, non devo uscire obbligatoriamente per andare a lavorare, niente paura. Un abbraccio a tutte.

gragra Martedì, 18 Novembre 2014 12:23

Lara riguardati,

a tutte voi che mi state supportando un grande bacio. Ho bisogno di aiuto, credo 😊
vi seguo e vi abbraccio.

a Roma pive a tratti, allora ho preso la bici per venire al lavoro e poi la navetta... dopo pranzo però vado a casa: oggi mi ritiro prima sperando di dedicarmi del tempo 😊

gragra Martedì, 18 Novembre 2014 12:18

Scusate se sono accentratrice. ma che differenza c'è tra allucinazioni visive e visioni?

quello che vedo, ad occhi aperti, a me piace pure, non fa paura, vorrei che lo potessero vedere tutti. ma è difficile da spiegare.

mi succede di notte, a letto, a riposo. So che sono sveglia perché apro e chiudo gli occhi, cambio posizione, mi pizzico, mi alzo, mi ricorico, ho la certezza di essere sveglia: però ma non vedo più quello che ho intorno a volte bensì altro; a volte invece la visione si concentra solo in un punto (una volta sulla schiema di mauro che dormiva) mentre il resto dell'ambiente era uguale a se stesso.

E poi vedo i colori, ma ad occhi chiusi, quello lo so che li vedono moltissime persone...

e sono sensazioni di pace infinita...

starei le ore a meditare così.

Le allucinazioni uditive, quelle sì che mi fanno paura: non so perché anch'esse sono innocue (suona il campanello, sento chiamarmi) è il fatto che nessuno dei vicini sente che mi provoca scariche di adrenalina che mi impauriscono.

Andrò dagli psichiatri ci sono già stata a giugno perché prendo lo zoloft (e ne sono contenta perché sento che mi serve) ma sono ragazzini e non mi sono piaciuti, non mi piacciono.... non mi sembra che si possa parlar loro con il cuore sincero.



mamma_lara Martedì, 18 Novembre 2014 12:06

[Benessere in menopausa](#)

mamma_lara Martedì, 18 Novembre 2014 12:01

La febbre si sta alzando di nuovo e la testa non va.

mamma_lara Martedì, 18 Novembre 2014 12:00

Elisabetta, faccio sempre tesoro delle esperienze altrui e la tua non immagini quanto mi sia di aiuto. Meno male che c'è Gabriele che è forte come un torrello e sa fare le cose come una brava signora di casa, così sono meno stressata. Poi avevo preparato un sacco di cose che ora vengono utili, questa sera ho già la cena pronta per i ragazzi, mi basta che Gabriele la metta in forno. Però sento che la gamba regge un po' di più e questo mi sembra un buon segnale.

Ma faccio attenzione, perché è vero che una frattura come la tua è difficile da guarire

mamma_lara Martedì, 18 Novembre 2014 11:55

Annuccia, non preoccuparti. 😊

mamma_lara Martedì, 18 Novembre 2014 11:54

Gragra, lo ho avuto le allucinazioni solo quando assumevo il desseril o deserril non ricordo bene il nome e le doppie, ma questo era. Ho interrotto subito l'assunzione.

Alcune profilassi mi hanno provocato effetti collaterali abbastanza importanti ma le ho sempre fatte tutte fino a che non mi veniva detto di interrompere.

Ho pensato anch'io un paio di cose di alcuni medici, non gliele ho mai dette, mi è mancato il coraggio. Ho pensato anche peggio del "matto" nei confronti del mio Prof. quando mi ha detto che non sarei mai stata meglio fino a che non avessi smesso tutti i sintomatici che prendevo. Poi ho scoperto che aveva ragione.

Però non lo pensavo di una specialista nel lontano 1991 quando mi ha prescritto 1 sumigrene al giorno. Il sumigrene era uno dei primi triptani che ho usato fino a che non lo hanno ritirato un po' di

anni dopo. Mi sembrava di essere rinata, però mi ha portato un abuso ancor peggio di quello in cui già ero. Pensa un po' che a lei non avevo detto che era una matta.

Io andrei dallo psichiatra e sentirei cosa ha da dire.

Ho preso farmaci pesantissimi senza che fosse lo psichiatra a prescrivermeli e hanno avuto effetti molto importanti su di me, tanto che mi avevano indotto la paura di fare qualsiasi cosa. Mi sentivo sempre in pericolo. Ora anche se ho MDT forti, mi sembra di non aver paura di nulla e andrei anche in capo al mondo.

Poi se hai le allucinazioni, qualcosina ci deve pur essere che non va.

Magari parlane con un altro specialista.

Dimenticavo di dire che prima di cambiare profilassi, anch'io stavo un po' senza nulla.

Elisabetta Martedì, 18 Novembre 2014 11:50

ROSSANA, come ti capisco. Io è tutta la vita che cerco di convertire il magone in autoironia, ma a volte è estenuante.

LARA, capisco anche te e non c'è bisogno di spiegare il perché. Sono esperta di problemi di deambulazione quasi come di mal di testa. Riguardati anche un po', carissima.

PIERA, grazie.

Un bacio a tutte

Piera Martedì, 18 Novembre 2014 11:36

Maria, anch'io ho preso per un po' la melatonina, ora da qualche giorno non prendo nulla e dormo meglio.....boh chi ci capisce qualcosa e' bravo 😊 io credo che la chetogenica, abbia rimesso a posto un po' le cose anche in tal senso, ma sono tutte considerazioni personali, io mi ascolto e mi studio molto, perciò sono convinta di ciò che dico 😊

Annuccia Martedì, 18 Novembre 2014 11:32

LARA, so che non dovevo, ma è stato più forte di me!

mamma_lara Martedì, 18 Novembre 2014 11:30

Rossana, quanto è vero, la parrucchiera fa miracoli anche su di me. 😊

mamma_lara Martedì, 18 Novembre 2014 11:28

Ho dovuto smettere di usare mozilla perchè non mi funziona più. Abbiamo provato con Zeno a sistemare le cose con il collegamento remoto ma non c'è stato nulla da fare. Sistemera' lui quando viene a Natale. Intanto devo sistemare tutta la barra dei preferiti ed è sempre qualcosa che si aggiunge. Un po' da fare in più visto che non ne avevo abbastanza.

mamma_lara Martedì, 18 Novembre 2014 11:25

Annuccia, ho dovuto cancellare. Mi spiace

Annuccia Martedì, 18 Novembre 2014 10:59

ieri è arrivato Enrico e starà tutta la settimana per lavoro . Stamani doveva uscire alle 4 e non si è certo fatto scrupoli di farsi anche il caffè, io con il mio sonno leggero sono sveglia da allora. 🤔

nico26 Martedì, 18 Novembre 2014 10:58

Un buongiorno a tutte /i in dalla ditta di mio marito mentre gli metto a posto un po la contabilita'.Che casino!!!!(e non mi piace neppure!).Auguri a chi ha compiuto glianni, agli onomastici presenti e furi,ed a tutti i piccoli nuovi cuccioli in arrivo 😊 .finalmente un po di sole ma non finalmente la mia testa che oggi batte dietro 🤔 .Maya grande donna!
A tutti buonagiornata

Annuccia Martedì, 18 Novembre 2014 10:57

GRA, le allucinazioni le ho ad occhi chiusi.

LARA, ti sarai troppo strapazzata ed ora anche la febbre....

Annuccia Martedì, 18 Novembre 2014 10:56

Buongiorno a tutti ! sono piena di dolori anche io ma andiamo avanti , come sempre.
GRA, leggo della tua visita, si rimane sempre un po' disarmati ... la visita psichiatrica? che dirti... io ci andrei , ma certo non prenderei i farmaci segnati sempre che li prescrivano. Non si scherza con

quei farmaci. Ho avuto una nonna rovinata dal famoso Prof..... (Lara se vuoi cancellarmi, ok)

mamma_lara Martedì, 18 Novembre 2014 10:50

Rossana, va tutto bene, ieri sera sbagliavo tutto e non avevo le allucinazioni, ero solamente tanto stanca e anche con un po' di febbre, non so perchè ma a me la febbre anche quando è solo a 38,5 mi fa stare malissimo. Poi la paura di camminare e farmi male mi dava un senso di paura che ho camminato con la seggiolina del computer tutto ieri. Alla fine della giornata ero sfinita. Ma non mi lamento, sicuramente i tuoi ossicini stanno peggio dei miei. La notte però è passata e oggi è un altro giorno

cri69 Martedì, 18 Novembre 2014 10:48

LARA vediamo...intanto è stata una bella botta di c....

mamma_lara Martedì, 18 Novembre 2014 10:45

Cri, bella notizia, sentiamo cosa dice la reumatologa di questo tuo male continuo alle gambe.

mamma_lara Martedì, 18 Novembre 2014 10:43

Maria, ma cosa vuoi che ritardi la melatonina, ritarderà la menopausa di un paio di mesi. Credo dicano notizie così per fare la notizia, ma pensa che fanno fatica anche altri farmaci a prolungare la menopausa di un po'. Prendi la tua melatonina tranquilla e quando leggi queste notizie dagli il peso che meritano. Poi noi donne siamo talmente complesse che alle volte è anche un tirare ad indovinare. Stai tranquilla cara 😊

mamma_lara Martedì, 18 Novembre 2014 10:38

Buongiorno a tutti. Notte abbastanza faticosa, con anche un po' di febbre per un mal di gola che mi sta riportando la tosse con anche un po' di raffreddore. La mia lentezza nel fare le cose si fa sentire e la notte sudo come se fossi sotto il sole poi siccome ho sempre freddo anche in estate non è che in stanza ho 30 gradi, quindi faccio anche presto ad ammalarmi. L'unica gamba che tiene non è affidabile perchè mi fa cadere, ma sembra che le iniziezioni che ho fatto ieri sera e questa mattina un po' servano. Ho ripreso il cortisone per il naso, perchè quando per sbaglio respiro con il naso, è come se mille spillini mi pungessero. Anche questa è una bella storia va. Meno male che stanotte l'ho passata sveglia anche quando ero a letto, Gabriele ha calciato tutta la notte perchè stava giocando a pallone e ogni tanto partiva con dei calci, meno male che non sogna di fare il pugile, altrimenti sarebbe un bel guaio. E non vi dico cosa fa quando sogna di lottare con i leoni. 😊😊😊

Ma mi piace questa cosa, lui ha la stoffa del lottatore e di notte salta fuori 😊😊😊😊😊

Maria9195 Martedì, 18 Novembre 2014 10:34

Ciao a tutti/e

PIERA per dormire prendi qualcosa????

io da un annetto assumo la melatonina che mi aiuta parecchio, dormo circa 6 ore svegliandomi solo una volta...ma ho scoperto che la melatonina ritarda la menopausa 😞😞😞 io che desidererei andare in menopausa al più presto possibile per sperare di ridurre gli attacchi di emicrania.... adesso questa notizia mi ha un po' scombussolato... qualcuno ne sa qualcosa???

Susy Martedì, 18 Novembre 2014 10:10

Finalmente il sole, almeno qui a Verona.....rende tutto positivo.....almeno all'apparenza. 😊😊

Buona giornata

cri69 Martedì, 18 Novembre 2014 09:56

ROSSANA si la parrucca ha migliorato un po' la situazione almeno mi vedo un po' più decente. Il massimo è arrivato andando in farmacia e scoprendo che oggi pomeriggio c'è un posto libero per andare dalla reumatologa e non devo aspettare il 29/09/2015. Ora vado a tirare fuori la valanga di carte...

rossana Martedì, 18 Novembre 2014 09:47

Temo che LARA non avrà passato una gran notte.

Ieri sera nel vedere il post dove scrive che non sta tanto bene o simil mi sono preoccupata perché

detto da lei.....

Aspettiamo notizie col massimo dell'ottimismo di cui siamo capaci.

rossana Martedì, 18 Novembre 2014 09:45

ELISABETTA non ho meriti, io per gli anniversari in generale sono negata.

Devo tutto a CRI che mi ha fatto fare un figurone 😊

Purtroppo la tua fisioterapista ha ragione perché una cosa è fare l'intervento di protesi all'anca per "usura", un'altra cosa sono le fratture.

Resisti anche se come dice PIERA ci vuole tanta di quella pazienza

rossana Martedì, 18 Novembre 2014 09:42

Buongiorno a tutti,

stamattina sono un bel pò rotta e per questo non avrei voluto uscire dal letto.

Poi piano piano sto cercando di far funzionare la macchina, anzi la macchinina.

CRI mi dispiace per il tuo morale, di sicuro non ti aiuta l'età e l'autunno diciamo neppure lui.

Io per me ho però concluso che, al di là della volontà, dell'entusiasmo e della forza che tiro fuori per reagire e che si manifesta con l'ironia o altre espressioni, ho una vena depressiva.

Forse tutti gli emicranici lo sono un pò, o forse tutti in generale ma io appartengo a quello standard qui, ho questa matrice quindi tanto vale che ci venga a patti e me la veda.

In questo periodo poi l'umore è per definizione "altalenante" quindi prendo i momenti su e quelli giù me li mastico un pò in solitudine ma cercando di non darvi troppa importanza. Non è facile ma ce la faremo e sono certa che dopo la parrucchiera starai già meglio.

mariparis Martedì, 18 Novembre 2014 09:06

Graga se tu hai emicrania giornaliera, forse il topamax non fa più effetto su di te, e forse per questo l'hanno tolto. Anche a me al Mondino hanno tolto il topamax quando ho detto che avevo mdt ogni giorno.

poi dopo una visita dallo psicologo, dove mi hanno trovata un po' ansiosa, mi hanno dato un nuovo farmaco di profilassi.

può darsi che lo stesso succederà anche con te, dopo la visita psichiatrica.

mariparis Martedì, 18 Novembre 2014 09:01

Buongiorno a tutti!

Willy spero che il ricovero vada bene e che tu stia un po' meglio. Un abbraccio

Piera Martedì, 18 Novembre 2014 08:18

il mio sonno notturno e' molto migliorato, ora dormo cinque ore filate, e non credo sia perche' sono calma e serena, anzi sono agitata come una molla, quindi ho gia' capito che il sonno fa famiglia a se'!!!! 😊

Piera Martedì, 18 Novembre 2014 08:15

Elisabetta , mi dispiace che la tua riabilitazione vada un po' a rilento, ma credo proprio che il fisioterapista abbia ragione dicendoti che ci vuole tanto tempo, e tanta pazienza aggiungo io 😊

Piera Martedì, 18 Novembre 2014 08:13

Graga, penso che per i farmaci di profilassi se vai da un medico, bisogna che tu lo segua.....a meno che non sia tu stessa un medico, non si puo' assolutamente fare automedicazione con certi tipi di farmaci, qui hai scritto " e' matto", e forse l'hanno capito anche loro quello che pensavi.....non sono matti , forse lo siamo piu' noi che siamo imbottite di tanta roba!!! 😊

cri69 Martedì, 18 Novembre 2014 07:51

Buongiorno a tutti,qui nuvoloso,per ora non piove,aspettiamo la piena del Po che speriamo non crei danni,direi che in giro ce ne sono già troppi.

Il mio umore è sotto i piedi,devo dargli una svolta,intanto tra un pò vado dalla parrucca a darmi un contegno ...poi vedremo.

GRAGRA anch'io ho preso il topamax ma ho voluto smettere,gradatamente,per gli effetti collaterali che mi dava,le allucinazioni però mi mancano

Ora prendo il laroxil,sto meglioma sono aumentata di peso e non butto giù un etto 🤔.

Per i nomi è il problema di tanti,mio sicuramente,se ti serve usa carta e penna,all'inizio ho fatto così

anch'io.

Poi se sbagli siamo sempre pronte a perdonarti 😊 .

ELISABETTA è lunga la storia 😞 ,
spero almeno che tu stia un pochino meglio. Abbracci

Elisabetta Martedì, 18 Novembre 2014 00:58

Oggi è stato un giorno di feste. Quella della mamma di MARIAGRAZIA è stata più importante della mia che è solo un onomastico. Le faccio ora tanti tanti auguri, anche per la sua salute. In ritardo ma non vanno mai perduti.

Poi si parla di nascite e di bambini e ora è il turno di GIUSEPPINA che diventerà una supernonna. Un'infinità di auguri anche per i tuoi ragazzi, cara.

Ringrazio davvero tanto CRI e ROSSANA per avermi ricordato che ho un onomastico che mai nessun dei miei mette in memoria . E dire che in questo periodo gli auguri mi fanno comodo. Il funzionamento dell'anca va a rilento, poiché continuo a zoppiare. Ma la fisioterapista dice che per fratture come la mia, per la ripresa occorrono anche sei mesi. Quindi cerco di pazientare. Per il ginocchio si vedrà. Una cosa alla volta.

GRAGRA, non preoccuparti se non ricordi i nostri nomi. E' normale conoscersi a poco a poco.

Quanto alla visita psichiatrica, non essere in pensiero. A suo tempo l'ho fatta anch'io. Al mal di testa si associano fenomeni ansiosi che a volte sono anche conseguenza delle profilassi. In proposito , io la penso come GRI. A me hanno dato sempre pesanti effetti collaterali.

MAYA, sono tanto contenta che il lavoro vada bene e che tu sia serena. Mi piace sempre tanto leggerti.

Io veglio per la solita insonnia, ma spero che voi stiate facendo sogni d'oro. Anche LARA, una volta tanto.

Baci. Elisabetta

mariagrazia Lunedì, 17 Novembre 2014 22:29

Ancora grazie a tutti x gli auguri alla mia mamma

Gri Lunedì, 17 Novembre 2014 22:12

GRAGRA, io no, non ho mai avuto allucinazioni. Per quel che riguarda i farmaci, sono farmaci che non ho mai preso, ma so che vanno scalati , mai smessi di botto... Mah... Io come profilassi ho usato la flunarizina (fluxarten), senza risultati...se non quasi 17 kg presi in 6 mesi...da 50 kg a 67 😞 E l'ho smessa taaaantoo volentieri e ho scelto di non prendere più medicinali di profilassi. Smesso il fluxarten, avuti due figli, tornata quasi del mio peso (beh dopo due figli in 2 anni e mezzo...non proprio 50 kg, ma 55 kg), nessuno più mi convincerà a far profilassi!

Comunque credo tu faccia bene a scarlo il topamax e non interromperlo.

Per quanto riguarda il consulto psichiatrico, non saprei proprio cosa dire, ma se te lo hanno consigliato, io ci andrei, poi al massimo valuti bene tu sul cosa ti dicono e specialmente se ti vogliono dar farmaci.

Buona notte

Gri Lunedì, 17 Novembre 2014 22:01

Ops...ecco...io ti correggo MAMY...ma tu hai già cancellato il tuo messaggio!

Gri Lunedì, 17 Novembre 2014 22:00

LARA, è il compleanno della mamma di MARIAGRAZIA 😊
Auguri alla tua mamma, Mariagrazia!

mamma_lara Lunedì, 17 Novembre 2014 21:58

Scrivo tutto a rovescio, vado. Sto un po' male

paula1 Lunedì, 17 Novembre 2014 21:47

GRAGRA in effetti da come racconti la tua visita lascia perplessi..., ma avranno parlato a ragion veduta almeno sul Topamax che mi vede d'accordo.....io l'ho usato 6 mesi poi lo abbiamo abolito.. 😊

per il consulto psichiatrico non scrivo il mio parere perchè sono da censura.....quindi evito 😊

paula1 Lunedì, 17 Novembre 2014 21:45

Buona sera a tutti...sono a casa anche se ho rischiato di rimanere a dormire in ospedale perchè ha piovuto talmente forte che Fausto ha fatto fatica a rientrare in macchina..invece aveva smesso per le 20 e mi sono azzardata.....un po' di nebbia e qualche goccia, ma almeno dormo nel mio letto....e divano 😊

giornata non troppo difficoltosa, ma non ci siamo mai fermati...oggi avevamo anche 5 bambini...li adoro sono i pazienti migliori... 😊

la testa va bene...ora vado a riposare... 😊

rossana Lunedì, 17 Novembre 2014 21:36

MARIAGRAZIA una forza tua mamma, almeno si è goduta un pezzo del suo compleanno e voi con lei. Tanti tanti auguri di buon compleanno

rossana Lunedì, 17 Novembre 2014 21:35

Cara ELISABETTA,

tanti auguri per questo tuo onomastico "tribolato".

Spero sempre che la tua situazione osteoarticolare possa nel frattempo essere migliorata. O che almeno ci siano prospettive in vista.

Le tue forze, per quanto messe a dura prova, ti sosterranno anche stavolta.

Cerca di stare bene

gragra Lunedì, 17 Novembre 2014 21:08

La mia visita... Devo pensarci ancora.

Per una serie di motivi non hanno portato in ambulatorio la cartella clinica degli ultimi 3 anni ed io non ero pronta a rispondere a domande del passato remoto.

Comunque ho fatto presente i problemi che volevo discutere con la mia dottoressa e il dott. New quando ho detto che ho allucinazioni uditive ha pensato di spedirmi dagli psichiatri perchè -dice- che anche se non sono frequenti devono essere valutate, insieme alle allucinazioni notturne ad occhi aperte che ho da sveglia.

(nessuna di voi le ha?)

Poi ha chiamato il Prof., ha constatato che ho emicrania giornaliera e, oltre ad approvare la visita psichiatrica, ha deciso di togliermi di colpo il topamax e il mirapexin (entrambi anti epilettici, ma il secondo mi serve a tener buone le gambe).

Per il mirapexin mi sono rifiutata sapendo che non posso farne a meno (ma è matto?) per il topamax ho ottenuto una dismissale a scalare.

Comunque penso che farò la visita dagli psichiatri, ma non prenderò nessun farmaco prima di confrontarmi con il dott. New.

Non so se scalare il topamax perchè la profilassi mi serve (ho già provato nel passato a farne a meno) e non mi hanno dato nessuna sostituzione.

Non so se mi sono spiegata.

Sono un po' perplessa....

Gri Lunedì, 17 Novembre 2014 20:13

E appena dopo di lui, un signore con un taglio su una gamba diede 9 come votazione al suo dolore....



Mio papà è star operato, rimasto in ospedale per 10 giorni e sulla sedia a rotelle per quasi un mese....

Gri Lunedì, 17 Novembre 2014 20:11

Nei miei diari del mdt il punteggio è da 1 a 3, ma il neurologo mi dice sempre che l'importante è annotare quanti attacchi si ha e cosa si è usato e se si è usato per contrastarlo. Il punteggio credo sia una gran "sciocchezza", l'intensità del dolore varia tantissimo da persona a persona. E' un po' come quando arrivi al pronto soccorso e ti chiedono di valutare da 1 a 10 il dolore provato....ma che sciocchezza è!?!?

Ricordo quando arrivata con mio papà che aveva avuto un grave incidente in montagna, precipitato per 150 metri. Con 8 costole rotte, braccio rotto, tendine d'Achille rotte, faccia distrutta e piena di sangue e lui disse "tra 7 e 8"....e appena dopoddi lui

Piera Lunedì, 17 Novembre 2014 20:10

Gragra, come e' andata la visita, ti sei trovata bene con il nuovo neurologo?

gragra Lunedì, 17 Novembre 2014 20:04

Sapete che mi succede? Leggo nel forum, vengo per scrivere e non ricordo i nomi di chi ha detto cosa 😞

Penso che dovrò prendere carta e penna e farmi un appunto prima di decidermi a scrivere... La memoria non ritiene i nomi... Mi viene da ridere da sola.

Già non riconosco i volti delle persone (brutto, ci si fa l'abitudine ma non è bello e peggiora 😞) ma dimenticare i nomi così in fretta... 😞

gragra Lunedì, 17 Novembre 2014 19:56

KIKKA,

Grazie dei consigli... 😊

Mi sono accorta solo ora, rileggendo con calma.

Il confronto mi è sempre molto utile, in qualche modo o conferma o fa riflettere o "ricentra" il problema in modo positivo. 😊

rossana Lunedì, 17 Novembre 2014 19:10

Per quanto riguarda il punteggio da dare al MDT mi viene mal di testa al solo pensiero di doverlo classificare.

Per la fame quella prende anche me, fa parte dei prodromi tant'è che ho appena sbranato una pagnottina con del buon parmigiano reggiano.

E altra cosa che mi succede dato che inizio a starnutire è il sapore di sangue in bocca 😞

Ma ugualmente spero ancora che non sia dei peggiori l'attacco perché non sempre va così e comunque continuo imperterrita a sperare, ogni volta. E questo secondo me aiuta, secondo me eh

rossana Lunedì, 17 Novembre 2014 19:07

Ma GIUSEPPINA sai meglio di me che adesso i bimbi si fanno "in là". Nel caso di Gianluca credo che dipenda da quanto lui la vuole una famiglia.

Poi anche questo incide fino a un certo punto, se trova la persona giusta.....

Piera Lunedì, 17 Novembre 2014 19:07

ma Giuseppina che bello!!! nella tua famiglia i bimbi nascono sempre in coppia: Andrea e Anita e ora ancora.....sono proprio belle notizie 😊

rossana Lunedì, 17 Novembre 2014 19:06

GIUSEPPINA congratulazioni!

Due alla volta, grande troppo bello.

Per il nervosismo di oggi se l'attacco te lo trascini da sabato come si fa a non capire.....

Spero vada meglio ora

giuseppina Lunedì, 17 Novembre 2014 18:50

veramente i bimbi in arrivo sarebbero due perchè anche la compagna di michele il primo figlio di mia sorella è incinta. Michele Ha l'età di Gianluca per ciò non perdo le speranze

Annuccia Lunedì, 17 Novembre 2014 17:36

MAYA, mi fa molto piacere sentire che il lavoro va bene, ma ne ero strasicura!!!!!!!!!!!!!! 😊

feffe81 Lunedì, 17 Novembre 2014 17:34

MARIAGRAZIA auguri anche da parte mia

GIUSEPPINA ho letto di un nuovo nipotino in arrivo 😊 che bello! spero che il tuo attaccone cattivo ti lasci presto...

mariagrazia Lunedì, 17 Novembre 2014 16:20

Grazie ragazze!

cri69 Lunedì, 17 Novembre 2014 16:10

MARIAGRAZIA auguroni alla tua mamma e tanti auguri di buon onomastico alla ns ELISABETTA.

Ritorno a fare i ravioli 😊

mamma_lara Lunedì, 17 Novembre 2014 16:09

Sto litigando con Telecom



Annuccia Lunedì, 17 Novembre 2014 15:47

MARIAGRAZIA, tanti auguri anche da parte mia per la tua mamma. 😊

Monica Lunedì, 17 Novembre 2014 14:59

MARIAGRAZIA tanti auguri di buon compleanno a tua mamma e soprattutto ti auguro che si rimetta presto 😊

mariagrazia Lunedì, 17 Novembre 2014 14:36

buongiorno a tutti.

lara non preoccuparti, anche a me capita di leggere male quando ho mal di testa.

oggi è il compleanno della mia mamma e lei ha trovato la forza di scendere a mangiare con noi in cucina. le ho preparato anche un dolce e lei ha soffiato su l'unica candelina che le ho messo. ha compiuto 81 anni

Maya Lunedì, 17 Novembre 2014 14:34

Mami grazie delle tue parole, ma è tutto frutto di un percorso che bene conosci, come alcune ragazze, e sono sempre in viaggio, perché ogni confronto ogni messaggio qui al forum, prima o poi arriva e mi aiuta, e supero una difficoltà, o godo di una gioia ma anche questa vissuta nella misura che non mi paralizza, e per le difficoltà degli ultimi 2 anni a causa del non lavorare, non è stato per nulla facile, ma. con gioia di scrivo, il forum mi era vicino e anche le indicazioni come muovermi, per fare lavoretti o fa conoscere il mio cv in rete sono state preziose. 😊😄 Grazie, e mi piace scriverlo spesso, che piano piano vado avanti, col lavoro nuovo, e credo vi faccia piacere sentirmelo dire.

giuseppina Lunedì, 17 Novembre 2014 14:20

oggi dovevo stare a casa, col mal di testa sono insopportabile, musi lunghi e parole cattive 😞

Piera Lunedì, 17 Novembre 2014 14:07

volevo mettere faccine tristi e invece sono ridanciane, abbiate pazienza 😊

Piera Lunedì, 17 Novembre 2014 14:06

Lara per me Gabriele ne sa piu' del medico sul mdt!!! 😊
sul disastro maltempo, penso che la colpa e' di tutti noi.....anche noi cittadini ci abbiamo messo del nostro per rovinare il territorio, ricordo il mio paesino sardo delle vacanze, una parte e' costruita sul letto di un fiume, e come si incavolavano tutti quando il comune negava i permessi a costruire!!!! la terra e' mia e faccio quello che mi pare, con queste mentalita' purtroppo succedono le disgraziepoi c'e' sicuramente dell'altro in cui non mi addentro. 😊

mamma_lara Lunedì, 17 Novembre 2014 13:25

Graga, fai bene a farti accompagnare da Mauro, anche a me piace ci sia Gabriele, così sa che cosa ho e se ha domande da fare le fa al medico

mamma_lara Lunedì, 17 Novembre 2014 13:18

Monica, si, è meglio ricompilare il modulo. Grazie mille per l'adesione.

mamma_lara Lunedì, 17 Novembre 2014 13:17

Vedo che anche i diari sono cambiati. Io faccio solo il diario degli attacchi e non segno mai l'intensità del dolore perchè non rispecchierebbe la realtà, perchè scriverei sempre che va tutto bene 😊😊
😊😊

gragra Lunedì, 17 Novembre 2014 13:10

Sono in metro: tra poco arrivo in ospedale. Spero in un buon approccio con il dott new. Verrà anche Mauro, per capire meglio.

gragra Lunedì, 17 Novembre 2014 13:07

Annuccia penso come te

Il diario riesco a tenerlo bene per gli altri ma per me stessa dovrebbe tenerlo quAlcun altro!!!

oggi il dolore si spostava così velocemente che mi veniva da ridere: un grafico a dispersione? E le allucinazioni, le voci, i "rutti", le cadute, le frasi sconnesse, tutto insieme o ogni 5 min. o ogni 30 dove lo metto 😊? Nelle note? 😊😊😊

Monica Lunedì, 17 Novembre 2014 13:06

MAMMA LARA dopo aver fatto il bonifico, devo sempre compilare il modulo di adesione?

mariparis Lunedì, 17 Novembre 2014 12:39

Feffe e' molto bello circondarsi di amici che ti vogliono bene, sono contenta per te, un bacino

mariparis Lunedì, 17 Novembre 2014 12:33

Lara, Gragra a me al Mondino mi hanno detto di numerare il dolore dell'emicrania, nel diario, da 1 a 10.

1-3 dolore lieve

4-6 dolore moderato

7-10 dolore forte

mamma_lara Lunedì, 17 Novembre 2014 12:30

Rossana, è sempre difficile vedere sulla carta le malattie nostre e dei nostri cari. Mi spiace carissima. Spero che i tuoi esercizi diano anche solo un po' di frutti.

mamma_lara Lunedì, 17 Novembre 2014 12:28

Oggi dovrei portare Emma a danza e voglio farlo anche se dovessi andarci a carponi 😊
Ci sarà da ridere

mamma_lara Lunedì, 17 Novembre 2014 12:26

Annuccia, anche a me dare un punteggio al mio MDT non mi aiuta, sono anni che dico che va tutto bene anche quando la testa mi scoppia.

Poi che dico al medico, lui sa bene come sto e se anche dico che sto malissimo penso che sia anche stanco di sentirsi sempre dire da tutti "sto malissimo". Insomma, ognuno di noi cerca di fare i propri pensieri e quelli non si posso uniformare.

mamma_lara Lunedì, 17 Novembre 2014 12:21

Monica, speriamo ben arrivi un po' di tregua. L'Italia è invasa dal fango. Ricordo quando ero piccola e abitavo a Sermide, quando mia sorella mi portava sulle rive del Po' lavoravano sempre agli argini. Ora non fanno più manutenzione e si vede. Poi cosa peggiore costruiscono sul letto dei fiumi e il fiume si riprende ciò che è suo. Da noi hanno evacuato le golene ma dentro di me ho pensato che se i treni passano sul ponte vuol dire che c'è ancora margine. Speriamo che passino le piene e che arrivi il freddo finalmente, così la natura fa il suo corso.

Annuccia Lunedì, 17 Novembre 2014 12:16

FEFFE, anche io sono molto contenta nel sentirti sempre più serena 😊

GIUSEPPINA, auguri alla tua Cristina, ogni tanto un bimbo nuovo ci vuole.... 😊

Il punteggio sull'emicrania per me è assurdo, non sono mai riuscita a quantificare in questi termini, forse il mio dolore è troppo altalenante ed è quindi difficile valutare. Poi alla fine della crisi è anche difficile ricordare le varie fasi. Ieri, ad esempio, nella mia crisi ho avuto le allucinazioni unitamente al dolore forte, ma non è detto che queste ci siano sempre. Insomma, le mie crisi sono difficili da descrivere e da "appuntare"! ci ho rinunciato da tempo.

mamma_lara Lunedì, 17 Novembre 2014 12:12

Feffe, ma che bella cosa, passare un fine settimana bello aiuta parecchio. Sono felicissima per te 😊
😊

mamma_lara Lunedì, 17 Novembre 2014 12:06

Gragra, scrivi pure in privato che non ho problemi e fallo quando ti servono informazioni.

La numerazione per l'emicrania mi viene dal vecchio mio diario della cefalea, che diceva di numerarla così. Ma va bene qualsiasi numerazione per me, perchè cerco sempre di stare più in basso del numero che mi danno per giudicare il mio dolore. Mi aiuta fare così, perchè mi fa essere ottimista nelle mie possibilità di sopportazione. Poi questo è solo un mio modo di fare che forse viene dal fatto

che da quasi 11 anni conto solo sulle mie forze per contrastare il dolore.
Poi si sa che ognuno di noi fa come può

mamma_lara Lunedì, 17 Novembre 2014 12:02

Buongiorno a tutti.

Avevo scritto un messaggio che non vedo, ma forse si è perso nel web mentre volevo registrarlo.
Che p....

Comunque ribuongiorno a tutti.

Monica Lunedì, 17 Novembre 2014 11:52

Buongiorno a tutti. Tempo brutto ma le previsioni dicono che da mercoledì ci sarà alta pressione fino a domenica 😊 SIMONA sono contenta che non avete avuto danni. Dopo tanti sacrifici vedere andare in frantumi la propria casa o la propria attività è veramente drammatico

gragra Lunedì, 17 Novembre 2014 11:50

Lara, scusami ancora...

ma chi (e dove)

usa il punteggio a 3? è una scala che ha un nome?

Te lo chiedo perchè così sono in grado di spiegarmi meglio con il dottore NEW. Grazie.

gragra Lunedì, 17 Novembre 2014 11:45

buondi.

anche io non ho mai detto a Simone che stavo male con il MDT, quando era piccolo. Non volevo che vivesse sapendo che a casa c'era una mamma così malandata. Con l'aiuto di Mauro ci siamo riusciti. Povero Simone... asmatico grave lui... quanto ha sofferto e quanta ansia noi che a Roma (abbiamo scoperto dopo) non sapevano curare... .

Lara: oggi ho visita con il neurologo NEW. il diario dell'ospedale dà il punteggio al dolore esattamente così:

1= lieve; 2=moderato; 3=forte; 4= insopportabile.

vorrei scriverti in privato sul numero 4.

Comunque oggi chiedo anche conto del perchè contiamo in maniera diversa questo dolore... 😞
baci a tutte.

Roma piove... ma vorrei regalarvi questa pioggerellina che al confronto è umile.

Teniamo conto che i disastri è l'uomo con le sue insensatezze e il mal governo che li ha creati e ora noi cittadini, in maniera atroce, ne stiamo pagando care le conseguenze.

Mai lasciare la cosa pubblica in mano ad altri e non vigilare... 😞😞😞😞😞

Annuccia Lunedì, 17 Novembre 2014 11:38

Buongiorno a tutti!

paula1 Lunedì, 17 Novembre 2014 11:26

Scendo in città...purtroppo piove...,Buona giornata a tutti..

nico26 Lunedì, 17 Novembre 2014 11:07

Feffe ottimo!!!!

modena inizia a piovere..... 😞

paula1 Lunedì, 17 Novembre 2014 09:24

Buon giorno a tutti...qui nuvoloso, ma almeno non c'è la nebbia...forse spiovigina un po'...oggi

lavoro pomeriggio e dopo 3 giorni a casa è durissima 😞😞 la testa è delicata, ma al momento non c'è dolore...però mi devo muovere piano...

FEFFE sono contenta che la tua giornata domenicale sia andata bene...

e oggi speriamo anche in una tregua del brutto tempo, ma ho dei dubbi...danno sempre l'allerta...e

non si capisce se è vero o per mettere le mani avanti ad eventuali richieste di risarcimenti... 😞

mariparis Lunedì, 17 Novembre 2014 09:24

Buongiorno a tutti! Qui tempo brutto...

Willy in bocca al lupo per il tuo ricovero,facci sapere ogni tanto come va. Baci

cri69 Lunedì, 17 Novembre 2014 08:30

FEFFE bravaaaaaaaaa.un abbraccio

feffe81 Lunedì, 17 Novembre 2014 08:12

Buongiorno a tutti!

Il mio weekend è stato bello 😊 ieri ho anche invitato a pranzo la coppia di miei "zii" amici cui sono affezionatissima, era da un po' che non venivano a casa mia e mi ha fatto proprio piacere. Inoltre sono contenta di aver ripreso a fare un invito a pranzo senza ansie, dopo mesi di impigritimento e evitamento ospiti.

cri69 Lunedì, 17 Novembre 2014 07:57

Buongiorno a tutti, buon inizio settimana.

Vado a decidere se stendere fuori o no.

nico26 Lunedì, 17 Novembre 2014 06:55

Buona settimana a tutti! Stamane non vado. Sono stanchissima e anche qui i bagnini non vanno ma

però loro hanno 20 anni e ci credo con le ore piccole che fanno 😞

Buona giornata e buona settimana a tutti/e

rossana Lunedì, 17 Novembre 2014 00:21

Ciao a tutti,

ho scartabellato per ore con documenti di mamma e papà.....

No comment

Mando un saluto a tutti e un abbraccio speciale a chi è o è stato nella paura sperando che il peggio sia passato.

Un sincero in bocca al lupo WILLY, forza pure e grazie del bel messaggio di oggi.

MARIAGRAZIA anche su questo fronte non so dirti altro che: teniamo botta.

Provo a predisporvi per il sonno.

Buonanotte

mamma_lara Domenica, 16 Novembre 2014 22:25

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

mamma_lara Domenica, 16 Novembre 2014 22:25

Devo proprio andare.

mamma_lara Domenica, 16 Novembre 2014 22:24

Mirella, io non ho mai detto ai miei bimbi quando erano piccoli che avevo MDT. Se stavo male dicevo che avevo male ad una gamba o a qualche altra cosa. Lo stesso faccio con Emma. Co Emma faccio più fatica a tener nascosto che ho MDT, perchè parliamo spesso in casa della mia attività. Però cerco sempre di dirle che non sto poi così male e che poi va via. Cerco sempre di sorridere. Quello aiuta sempre

mamma_lara Domenica, 16 Novembre 2014 22:16

Maya, sei troppo brava, tu sì che sai fare a coltivare le intenzionalità positive e a quelle negative trovi sempre una via d'uscita. Sei bravissima. E un esempio per me.

Gri Domenica, 16 Novembre 2014 22:16

GIUSEPPINA, auguri alla tua Cristina!

SIMONA, per fortuna state bene, ma sta sera guardando il tg, ho avuto una stretta al cuore, che disastro.

ELISABETTA, per fortuna la zona di Milano in cui vivi non è stata colpita così forte. Ormai l'Italia è in ginocchio... 😞😞😞😞😞

Buona notte a tutti/tutte

mamma_lara Domenica, 16 Novembre 2014 22:12

Graga, per tanto dolore abbia, mi serve sempre pensare con non è il massimo e che sarei capace di sopportarne ancora un pochettino. Come se lasciassi ancora un po' di spazio al dolore che può arrivare. Lo so che è difficile da spiegare e sempre allo stesso scopo, uso raramente parole come dolore atroce o tortura se parlo di MDT. Faccio così perchè il MDT è un dolore che è con me da troppo tempo e mi abbatte moralmente pensare di avere una cosa atroce che non mi abbandona mai.

Se poi definisco il mio MDT come una tortura mi sarebbe impossibile poi sopportarlo. Sono solita definire l'emicrania come un gatto rognoso che mi sta attaccato alle p.....
La grappolo non la definisco così non mi deprimò. 😊

mamma_lara Domenica, 16 Novembre 2014 21:56

Giuseppina, ecco, pensavo di averti scritto anche del nipotino in arrivo, invece macché mai. Sono proprio suonata per bene. 😊

mamma_lara Domenica, 16 Novembre 2014 21:55

Piera, lo so, non ho attenuanti, una moderatore non può sbagliare. ma lotterò anche con i denti per non vedermi soffiata la poltrona.

mamma_lara Domenica, 16 Novembre 2014 21:53

Mariagrazia, scusami tanto, avevo letto male. La testa oggi va abbastanza maluccio e vedo abbastanza male con gli occhi semiaperti. Scrivo e non rileggo mentre leggo sbagliato. Devo stare più attenta. Perdonami va. Speriamo però che la mamma stia un po' meglio.

Maya Domenica, 16 Novembre 2014 21:22

Ciao, giornata tranquilla ,e testa libera stasera 😊 ,questa settimana lavorerò dalle 17 alle 21 !!!!! non sono preoccupata ma 4 ore sono una prova non troppo lunga, vediamo come si comporta il mdt !!!!! Devo dire che il part-time mi da la possibilità di riprendere il ritmo lavorativo, senza essere troppo pesante 😊 ,e quindi mi sono resa disponibile su tutti i turni tranne la nottemercoledì scorso ho avuto una crisi ,troppe cose,tanti numeri e tanto materiale da imballare,niente mi sono ammutolita,e ho cercato di arrivare in fondo al turno,la tensione è arrivata il giorno dopo,mi sentivo veramente stanca e avvilita,in più avevo lavori che faccio da fare in mattinata ,ma giovedì mattina in fabbrica mi sono imposta di chiedere alle due compagne di lavoro di svolgere io quelle mansioni che ancora non ho memorizzato,e sono quelle dove la tecnologia ci accelera molto il lavoro di imballaggio,a matita non si scrive nulla .

mariparis Domenica, 16 Novembre 2014 20:52

Lara grazie delle belle parole che hai sempre per me e per tutti.
un bacio, ti auguro di passare una buona serata

mariparis Domenica, 16 Novembre 2014 20:49

Annuccia mi dispiace che sei stata male proprio di domenica, sono contenta che alla fine sei stata un po' meglio e sei potuta uscire.
un bacetto

Piera Domenica, 16 Novembre 2014 19:22

lara guarda che Mariagrazia ha detto che la sua mamma non sta tanto bene.....stai piu' attenta che si fa in un attimo a perdere le poltrone , cara la mia moderatore!!!! 😊

Piera Domenica, 16 Novembre 2014 19:19

Giuseppina, fai tante congratulazioni alla tua Cristina, sono contenta che arrivi un'altro nipotino, anch'io mi raccomando sempre con la mia Irene perche' non faccia cose "avventate" ma le cose avventate per me , non sono avventate per lei.....e allora e' meglio stare zitte 😊

Mirella73 Domenica, 16 Novembre 2014 19:18

E in più oggi mia suocera ha fatto una gran bella torta al cioccolato. Per me è veleno!!!! Uffa , tutte le cose buone fanno male ...

Mirella73 Domenica, 16 Novembre 2014 19:17

Ciao a tutti anche io oggi mdt che parte dal collo per salire su come una morsa alle tempie. Cerco di resistere . Ieri tachipirina per un gran mal di gola . Il piccolo si è riempito di bolle (varicella) e dice pure di avere mal di testa (a volte mi imita!!!) poi con una coccola passa subito. Ma perché il fine settimana sembra di dovere scalare l'everest??? A mn oggi non ha piovuto...

gragra Domenica, 16 Novembre 2014 18:55

Lara, farò come dici.

da me chiedono nel questionari da 1-10, invece nel diario ci siamo accordati 1-4 dove 4 è a letto urlante

1 è sento la testa mi impiccia ma riesco a fare le cose

2- comincio ad avere problemi a prendere decisioni

3_ sto a letto ma non urlo

Comei suggerisci, da 1-3 mi devo ritarare... Ci provo 😞

nico26 Domenica, 16 Novembre 2014 18:27

Un grosso abbraccio di buona salute per tutti!!!

Annuccia Domenica, 16 Novembre 2014 18:26

LARA, tranqui (come dice Rossana) non ci hai trascurate affatto. Meno male che non ti abito vicino altrimenti sai quante visite ti farei!!!!!!!!!!!!!!!

mamma_lara Domenica, 16 Novembre 2014 18:22

Dimenticavo di dire a Mariagrazia la gioia di aver sentito che la mamma sta meglio.

mamma_lara Domenica, 16 Novembre 2014 18:21

Vado a stendere i panni.

Dimenticavo di dirvi che ho una gamba bloccata. 😊

In pratica me la trascino. Sapete la bellezza che sono 😊

mamma_lara Domenica, 16 Novembre 2014 18:21

Giuseppina, i ragazzi vedono meno i pericoli di noi e poi penso siano anche meno ansiosi. Io sto quasi sempre zitta per non mettere addosso ai ragazzi le mie paure e le mie ansie. Poi le dico qui e mi sfogo 😊

mamma_lara Domenica, 16 Novembre 2014 18:19

Annuccia, hai ragione, ma questo qui si arrampica sui tetti 😊😊😊😊

Sapessi la mia gioia di vederti, poi ho parlato tutta la sera 😞 e mi sembra di averti trascurato, come mi sembra di aver trascurato Monica e Mariparis.

Vi chiedo perdono.

Però ero di una gioia che mi sentivo volare per tanto ero felice.

Mi avete fatto un regalo talmente grande che farò fatica a sdebitarmi. Proprio tanta fatica

Grazie mille

mamma_lara Domenica, 16 Novembre 2014 18:15

Grazie mille per il bentornata.

Avete riposato poco tempo.

Annuccia Domenica, 16 Novembre 2014 18:14

LARA, ma Gabriele è ancora un giovincello, papà se cade dalla scala ce lo giochiamo..... 😊

Annuccia Domenica, 16 Novembre 2014 18:13

LARA, sono felice che tutto sia andato bene, sei una donna forte e piena di risorse. Grazie per trasmettercele. Venerdì sono stata tanto contenta di vederti.

mamma_lara Domenica, 16 Novembre 2014 18:13

Elisabetta, che bello leggerti ogni tanto. Mi raccomando non lasciarci senza notizie per tanto tempo.

mamma_lara Domenica, 16 Novembre 2014 18:12

Annuccia, anch'io parto sempre con il pensiero che Gabriele si arrampichi da qualche parte.

Disattende tutte le promesse che mi fa il birichino.

Elisabetta Domenica, 16 Novembre 2014 18:12

SIMONA, per fortuna tutto, almeno per la tua famiglia, è finito bene. Speriamo sia finita, anche se, ancora una volta, l'alluvione ha colpito forte e ha lasciato tanti disastri dietro di sé.

Grazie del tuo pensiero per me, KIKKA. Anche a Milano ci sono stati problemi. Allagamenti e

sgomberi, ma, per questa volta, non nella mia zona.
Bentornata, LARA.

Annuccia Domenica, 16 Novembre 2014 18:11

MARIPARIS, spero che oggi tu abbia potuto passare una giornata piacevole. Coraggio!

mamma_lara Domenica, 16 Novembre 2014 18:08

Graga, per l'emicrania mi hanno detto di dare un punteggio di 1 - 2 - 3

Per la grappolo invece la scala di Kip va da 0 a 10

Lo stadio 3 nell'emicrania è il massimo e si sta parecchio male. Poi se si hanno anche gli orpelli si fa persino fatica a respirare.

Spero tu sia riuscita ad uscire.

Annuccia Domenica, 16 Novembre 2014 18:07

MARIPARIS, spero che oggi tu abbia potuto passare una giornata piacevole. Coraggio!

Annuccia Domenica, 16 Novembre 2014 18:05

Buona domenica a tutti, anche se quasi al termine.

Mi ero già affacciata al Forum per avere Notizie di SIMONA e del rientro di LARA, ma non avevo avuto il tempo di scrivere. Stamani risveglio con attaccone feroce, ho preso un Imigran , oggi volevo assolutamente andare dai miei, Roberto doveva fare una cosa che altrimenti avrebbe fatto mio padre da solo rischiando qualcosa di terribile, visto che avrebbe dovuto salire sulla scala.

Il trip ci ha messo parecchio a fare effetto, ma alla fine sono "resuscitata" e mi sono lavata e vestita. Ora abbastanza bene, anche se provata.

WILLY, ti penserò tanto, in bocca al lupo!

mamma_lara Domenica, 16 Novembre 2014 18:03

Mariparis, anch'io in passato ho faticato a capire come riuscire a convivere con la mia malattia.

Mi sono trovata parecchie volte a litigare con il mio MDT e non riesco a capire come fare per sopravvivere dignitosamente nonostante dovessi rinunciare a tantissime cose. Mi sono accorta che ho dovuto proprio cambiare moltissime cose e la principale modifica è stata che ho smesso di pensare che la mia vita fosse uno schifo e da lì ho iniziato a coltivare le intenzionalità positive, mentre prima ero sempre più proiettata a seguire non solo le intenzionalità negative. Magari il tuo compagno ha solo voglia di stare con te e non sempre si ha voglia di uscire. Io alle volte mi metto in testa dei pensieri che ho solo io.

Forza carissima.

mamma_lara Domenica, 16 Novembre 2014 17:48

[Da destra a sinistra. Dott. Rossi. Dott. Di Lorenzo. Lara](#)

paula1 Domenica, 16 Novembre 2014 16:55

WILLY il tuo scritto di oggi è meraviglioso.. 😊 in bocca al lupo per il ricovero e spero che il tuo cammino proceda nel migliore dei modi possibile.....

SIMONA sono contenta che vada bene per la tua famiglia...il resto piano piano tornerà a posto anche se le persone saranno sempre un po' spaventate dalla serie di disagi che sta creando l'abbandono del territorio e il cambiamento del clima..... 😞

KIKKA ieri sera ho conosciuto una amica di Iggy e oggi guardando sul suo proficlo FB ho visto che ha l'amicizia con te e MAYA...il mondo è piccolo..... 😊

paula1 Domenica, 16 Novembre 2014 16:50

Buon pomeriggio a tutti...la testa va molto meglio....anche Fausto ha dovuto prendere qualcosa stamattina, ma è sempre per lo stesso motivo...avevamo bevuto un po' di più ieri sera.....

MAMMA LARA sono contenta che ti sia piaciuto il video...

oggi siamo andati a fare un giro alla bassa...era caldo.. 😊 e ci siamo concessi anche un gelato....io che non ne mangio quasi mai... 😊

MAMMA LARA io credo che il calendario si possa spedire col piego di libri... 😊

ora mi riposo un po'... 😊

kikka Domenica, 16 Novembre 2014 16:40

GRAGRA sai è normale l'atteggiamento della "cattiva" quando si ha mdt così forte. Anch'io lo facevo e tanto, poi ho capito, anche qui nel forum, che è inutile, perché è un atteggiamento di "rimbalzo". Ti spiego: Mi arrabbio, poi sto male perché mi sono arrabbiata e mi sento in colpa perché il mio uomo è arrabbiato con me, lui vuole uscire e io non ce la faccio....praticamente si innescano dei meccanismi tipo cane che si morde la coda. Quando sto male, parlo chiaro con l'uomo, cerco di non arrabbiarmi lo spiego, ma con calma e funziona. E' chiaro che a volte non funziona sempre eh, ma se ti può aiutare prova. Spero di non averti offesa, mi sono permessa perché ti ho sentita appesantita. <3 (cuore)

kikka Domenica, 16 Novembre 2014 16:34

MARIPARIS bentornata a casa forza e coraggio

GRAGRA anche a me succede la botta di fame...poi mdt più forte dopo, quindi cerco di non mangiare molto e solo cose secche tipo creker o biscottini.

Io sono molto stanca per la casa nuova, tutte cose belle certo, ma quanta pazienza e quanti occhi bisogna avere!!!! Tutti pronti a farti le scarpe, costruttori in primis!!!! Per fortuna Michele è del mestiere e non ci casca minimamente. Ma ci vogliono le sbadilate sui denti, a raffica!!!! 😞 😞

kikka Domenica, 16 Novembre 2014 16:31

CIAO A TUTTI E BUONA DOMENICA. SIMONA spero stia rientrando la situazione, ma vedo in tv tanta devastazione....pensate a voi e al bimbo e basta, vi abbraccio forte.

ELISABETTA ho visto anche Milano è un fiume, anche a Napoli e tante altre città lo eri mdt da preciclo...a letto tutto il pomeriggio preso sintomatico e ha fatto effetto, AVEVAMO una cena rimandata già 3 volte e nn me la sentivo di rimandare ancora...oggi meglio ma il mdt da preciclo è proprio fastidioso! 😞

giuseppina Domenica, 16 Novembre 2014 16:24

scusate oggi sono in vena di brontolare 🤨

giuseppina Domenica, 16 Novembre 2014 16:21

CRISTINA incinta di due mesi, astutamente 😞 è andata con la bimba, nella casetta che hanno in montagna, niente di grave per carità ma con una strada sola basta una piccola frana ed è bloccata, che testa di capero!!!

giuseppina Domenica, 16 Novembre 2014 16:16

oggi giornata da divano e due coperte, la testa è partita alla grande, due giorni in casa 😞 per fortuna nessuna esondazione grave ma sconsigliano di muoversi, a ragione

mariparis Domenica, 16 Novembre 2014 16:13

Scusa gli errori di grammatica...il pc a volte va da solo...

giuseppina Domenica, 16 Novembre 2014 16:13

SIMONA CHE DIRE..... 😞 😞

mariparis Domenica, 16 Novembre 2014 16:05

Gragra come ti capisco. Ieri mi sono svegliata con il mdt e avevo deciso che non avrei preso nulla, avrei sopportato...tanto ero a casa. Ma sono stata tutto il giorno a letto e quando è arrivato il mio compagno dal lavoro, mi ha trovata in pigiama, immusonita, spenta e priva di entusiasmo. Nel pomeriggio, il dolore era arrivato a 6-7 ed ho deciso di prendere una tachipirina 1000, ma non ha fatto molto effetto. Morale della favola:dalla mattina alla sera a letto. Lui avrebbe voluto uscire, ma io non ne avevo la forza. Tutti mi hanno detto di non prendere sintomatici ai primi sintomi di mdt perché così facendo si può cadere in abuso. Per quanto riguarda la fame non so dirti, ma spesso il mdt mi viene dopo pranzo, se ho mangiato troppo.

mariparis Domenica, 16 Novembre 2014 16:01

Gragra come ti capisco. Ieri mi sono svegliata con il mdt e avevo deciso che non avrei preso nulla, avrei sopportato...tanto ero a casa. Ma sono stata tutto il giorno a letto e quando è arrivato il mio compagno dal lavoro, mi ha trovata in pigiama, immusonita, spenta e priva di entusiasmo. Nel pomeriggio, il dolore era arrivato a 6-7 ed ho deciso di prendere una tachipirina 1000, ma non ha fatto molto effetto. Morale della favola:dalla mattina alla sera a letto. Lui avrebbe voluto uscire, ma

io non ne avevo la forza. Tutti mi hanno detto di non prendere sintomatici ai primi sintomi di mdt perché così facendo si può cadere in abuso. Per quanto riguarda la fame non so dirti, ma spesso il mdt mi viene dopo pranzo, se ho mangiato troppo.

gragra Domenica, 16 Novembre 2014 14:41

Ma ad in certo punto, quando per un momento la morsa del MDT si allenta, vi viene un attacco di fame smodata che mangereste qualsiasi cosa ma sapete che, se lo fate, il dolore passa allo stadio 4?

nico26 Domenica, 16 Novembre 2014 14:13

Un buona domenica ed un pensiero a tutti gli alluvionati .Simo ero molto in pensiero .Spero che sia passato il peggio.

Willy dita incrociatissime

Margaret quando leggo il tuo nome il cuore si riempie di affetto.Tvb.

Ho la nonna e bisogna che vada....sto tirando le orecchie aiu cani pensando che sia

Nicolo'....Povera 😞

gragra Domenica, 16 Novembre 2014 14:12

Oggi devo essere di un'antipatia enorme. Mauro non mi sopporta e discutiamo.

Il mal di testa passa, in numeri, da 2 a 3 per tornare a 2 e poi a 3. Ora sto ddraiata, con la testa appiccicata al cuscino, ma ha senso non prendere il difmetrè?

Tanto se poi devo uscire lo prenderò per forza.... Certo, se rimango a casa posso nn lo prendo ma rimango a fare nulla e passare da euforia a cattiveria..

mamma_lara Domenica, 16 Novembre 2014 12:07

Dovete scusarmi, ma ho il computer talmente lento che per fare le cose impiego minuti. Anche solo per caricare un messaggio. Spero vengano martedì come mi hanno detto.

mamma_lara Domenica, 16 Novembre 2014 12:06

Mariparis, alle volte sembra una lotta impari, bisogna avere tanta forza e poi è fatica lo stesso. Fai tanta attenzione all'ansia e alla paura, quelle sono due bestie feroci non solo per la nostra testa.

mamma_lara Domenica, 16 Novembre 2014 12:03

Sono fuori come un balcone, Paula, ero andata a vedere il video nel profilo di Elisa la cantante 😊



Poi ho capito e sono andata nel tuo e l'ho trovato.

Bravissimo Fausto e anche il suo amico

mariparis Domenica, 16 Novembre 2014 12:03

Caro Willy grazie per le belle parole...ne farò tesoro.

Spero tanto che dopo il ricovero al Mondino,tu ti sentirai meglio.

noi cercheremo di starti vicino durante il ricovero.

io purtroppo, anche se la dr.ssa mi ha dato un nuovo farmaco di profilassi, ho sempre mdt, e la mia paura è quella di ricadere nell'abuso. Spero di farcela e terrò caro il tuo scritto quando sono sconsolata. Un bacio ed in bocca al lupo per tutto

mariparis Domenica, 16 Novembre 2014 11:57

Buona domenica a tutti!

Lara ben tornata 😊

mamma_lara Domenica, 16 Novembre 2014 11:34

Paula, vado subito a vedere la canzone.

mamma_lara Domenica, 16 Novembre 2014 11:33

Paula, scusami se approfitto della tua conoscenza in fatto di spedizioni con pieghi di libri, che tu sappia, si posso spedire anche i nostri calendari con questa forma?

mamma_lara Domenica, 16 Novembre 2014 11:30

Willy, Mi terrò caro il messaggio che hai scritto. Aiuterà anche altri leggerlo.

Dai che piano piano riuscirai ad abolire anche l'uso di buona parte degli analgesici che sei costretto a prendere per riuscire a lavorare.

Ci vuole tempo.

Ti manderò dei messaggini, così ti sentirai meno solo.
Se hai bisogno di fare 4 chiacchiere io ci sono sempre e non farti scrupoli. Sai che io ci sono sempre.
In bocca al lupo per tutto tutto tutto.
Ti voglio bene carissimo

mamma_lara Domenica, 16 Novembre 2014 11:20

Graga, ieri sera proprio non ce l'ho fatta, ero in ritardissimo con la meditazione che faccio 3 volte al giorno, venerdì non sono riuscita a fare quella della sera perchè non potevo tardare troppo il dormire, avrei rischiato di andare al Convegno ancora con attacchi. Quindi ieri sera ho fatto una bella meditazione e mi è servita come sempre. 😊
Poi mi sono messa a letto altrimenti avrei sballato l'orario

mamma_lara Domenica, 16 Novembre 2014 11:13

Simona, certo che non è un bel vivere stando sempre in apprensione per paura di venire sommersi dall'acqua.
Mi spiace carissima.

Gri Domenica, 16 Novembre 2014 11:12

SIMO, grazie al cielo stai bene. Un bacio

mamma_lara Domenica, 16 Novembre 2014 11:11

Susy, certo che quando si deve discutere non si sta bene, specialmente se è con una persona vicina. Però alle volte bisogna prendere in mano la propria vita e come ha detto un giorno la nostra Cri, "si deve ripartire con qualità".
Noi ci siamo sempre quando ti serve conforto.

mamma_lara Domenica, 16 Novembre 2014 11:09

Niente da fare, ho il computer piantato. Martedì mi sentono. 🤔 🤔 🤔

Susy Domenica, 16 Novembre 2014 10:54

Pomeriggio di discussione e di decisioni.....devo farlo x me e x migliorare il mdt e di conseguenza la mia vita. 😞

Susy Domenica, 16 Novembre 2014 10:52

Nonostante il bellissimo sole il mdt oggi mi accompagna. Occhio, tempia destra non è fortissimo ma molto fastidioso e ovviamente sono già in agitazione. X fortuna a pranzo vado a farmi coccolare da mamma....

Simona Domenica, 16 Novembre 2014 10:50

Buongiorno. .stiamo bene. .nessun danno grave.. siamo stati fortunati... intorno a noi c'è devastazione. ..
buona domenica

mamma_lara Domenica, 16 Novembre 2014 10:44

Buongiorno a tutti. Ci sono, ma sto facendo un nuovo collegamento per il computer. Martedì vengono i tecnici di Telecom e devo fare il collegamento come dicono loro altrimenti non fanno le prove che devono.

feffe81 Domenica, 16 Novembre 2014 10:33

Buongiorno a tutti 😊
WILLY in bocca al lupo per il ricovero 😊
Bentornata MAMMALARA!

Piera Domenica, 16 Novembre 2014 09:31

Willy in bocca al lupo per il tuo ricovero, spero che da questi giorni ti possa trarre forze nuove per affrontare la quotidianità' .

mariagrazia Domenica, 16 Novembre 2014 09:13

Buongiorno con il sole, un sorriso ed un abbraccio a tutti

cri69 Domenica, 16 Novembre 2014 09:06

WILLY sempre un piacere leggerti, un in bocca al lupo enorme per il tuo ricovero. Tienici aggiornati. Un abbraccio a te, Roberta e Filippo che spero stia meglio.

Willy Domenica, 16 Novembre 2014 08:57

Buongiorno a tutte, anche questa notte brutto tempo, pioggia e vento dalle mie parti e immancabile MDT anche se leggero e facilmente sconfitto. Domani mattina sono al Mondino per le cure dopo tre anni dal precedente ricovero. Mariparis ho letto solo ieri i commenti successivi al tuo ritorno dal ricovero per la disintossicazione ed alle cure a cui ti sei sottoposta. Personalmente ho avuto solo effetti positivi dalle cure dei medici del Mondino ma soprattutto se accompagnati dall'esperienza e dai consigli che sono arrivati dal forum ho resettato 30 anni di dolori e sofferenze, abbandonato antidepressivi e anti epilettici, abolito triptani. Per circa due anni sono stato bene, gli attacchi, per me solo notturni, sono passati da circa 25 a massimo 10 al mese e comunque non così forti e devastanti come lo sono stati nel passato. Io però sono cambiato, ho coscienza perfetta del MDT, non mi abbatto lo affronto con il sorriso e una forza che prima non avevo. Con l'ingresso nel forum ho iniziato un nuovo percorso, i suoi abitanti, Mamma Lara in testa, mi hanno dato amicizia, solidarietà e convinzione che con il MDT, anche se non si riuscirà mai a sconfiggere, si possa riuscire a convivere, migliorando la nostra vita ed il rapporto con le nostre famiglie e chi ci circonda. Purtroppo non sono ancora riuscito ad eliminare gli antidolorifici ma ci sto provando fa parte del mio percorso, sto però migliorando. Purtroppo, come tanti, devo lavorare e non ci riesco quando il MDT è forte e mi aumenta così velocemente. Vedrai che con il forum avrai aiuto e buoni consigli, resisti. A presto buona giornata a tutti.

paula1 Domenica, 16 Novembre 2014 08:46

Buon giorno a tutti...qui sole e qualche nuvola..., ma molto vento...ho recuperato al volo le lenzuola stese prima che si dipartissero 😊
ieri sera è stata una bella serata anche se non c'era molta gente..il nostro amico Iggy ha fatto cantare anche Fausto per due canzoni...ed Elisa l'ha messo su Facebook 😊😊 l'unica nota dolente è che ho bevuto un po' (neanche tanto, a dire il vero, rispetto ad altri periodi) e mi sta scoppiando la testa...ho già preso 2 Oki e il Toradol 😞
altra nota dolente è che non riesco a riposare e dormo poco...spero di trovare presto una soluzione perchè ho paura di peggiorare la mia salute....anche mentale 😊

cri69 Domenica, 16 Novembre 2014 08:15

Buongiorno ,oggi giornata decente su tutti i fronti. Ieri non ho fatto assolutamente nulla, ho solo dormito 😊 .Vediamo di recuperare oggi.
Ho appena visto il tg e mi mette un'ansia...capperi sotto sale. Spero che tutte le ns forumine siano al sicuro, non riesco nemmeno ad immaginare il loro stato d'animo 😞 .

gragra Domenica, 16 Novembre 2014 04:47

Visita al forum di primo mattino... Il gatto mi ha dato un morso sul braccio.
Dalla doccia di Lara nessuna novità, spero bene sul fronte acqua alta, pioggia.
Provo a riposare di nuovo: il MDT di sottofondo e la nausea non vanno via, il gatto sta tornando pure lui...

mamma_lara Sabato, 15 Novembre 2014 23:02

Vado a fare la doccia perchè ne ho tanto bisogno.
Poi devo fare la meditazione.
Prima però controllo la posta

mamma_lara Sabato, 15 Novembre 2014 23:00

Gragra, mi spiace tantissimo, ma non avendo accesso al telefono non sono riuscita a recuperare il tuo numero di telefono.

mamma_lara Sabato, 15 Novembre 2014 22:58

Paula, ho saputo in ritardo che il valontan vale il doppio della xamamina, però all'andata me ne sono servite due + due travelgum, le ragazze mi hanno detto se ero rinco..... . Sinceramente non lo ero più del solito.
Al ritorno me ne è bastata una e nessun travelgum. Probabilmente il modello del treno era diverso.

mamma_lara Sabato, 15 Novembre 2014 22:49

Rossana, stai tranquilla, cosa vuoi che mi succeda.

mamma_lara Sabato, 15 Novembre 2014 22:46

Il viaggio è andato bene. Era un po' in ritardo il treno ma va bene così. Ho aspettato un bel po' alla stazione termini perchè il Convegno è finito presto e alle 15 ero in stazione. Mi sono messa in modalità "spenta" e il tempo è passato in un attimo.

Cosa dire del Convegno, mamma mia, è stato bellissimo, ho preso una forza che spero di riuscire a trasmettervi

mamma_lara Sabato, 15 Novembre 2014 22:34

Simona, sono senza parole.

Mettevi al sicuro mi raccomando.

Sono in pensiero un po' anche per il Po, hanno evacuato le golene. Staremo a vedere. Enzo abita a 1 km da po', fa però la fortuna che abita al secondo piano.

Ma speriamo che tutto si sistemi senza ulteriori danni. Genova è distrutta dall'acqua

mamma_lara Sabato, 15 Novembre 2014 22:29

Buona sera a tutti. Eccomi arrivata a casa.

segue

gragra Sabato, 15 Novembre 2014 22:15

Vi leggo e vi abbraccio.

Lara appena puoi scrivi.

Simona, speriamo in una notte serena.. Se possiamo fare qualcosa...

Mariparis: il MDT sarà colpa anche del tempo?

Io sto compilando il diario e mi accorgo che sto prendendo difmetrè solo se devo affrontare impegni gravosi, se sono a casa lascio correre, a meno di non arrivare al livello 3. La tabella è comunque un pienone di 1,2,3 notte e giorno; pochi i quadratini bianchi 😊

mariagrazia Sabato, 15 Novembre 2014 21:41

Buonasera mie care. Sono entrata un attimo per avere notizie di Simona. Il telegiornale mi ha messo ansia. Per fortuna Simona state bene ed insieme. Spero che le condizioni meteorologiche migliorino presto.

scusate la poca presenza. Mamma non sta molto bene e mi impegna molto. La testa non fa la brava purtroppo. Ieri sera però sono riuscita a non prendere nulla. Il buio ed il silenzio sono serviti.

Lara spero che il viaggio verso casa sia andato bene

Margaret Sabato, 15 Novembre 2014 21:17

SIMONA un abbraccio e tanti pensieri, le immagini penso non possano raccontare quello che avete nel cuore..

Un caro saluto a tutto il forum sperando in un autunno più clemente. Buona notte

mariparis Sabato, 15 Novembre 2014 21:15

Paula grazie del pensiero...sono contenta che puoi uscire nonostante la pioggia e almeno nella zona di Bologna non c'è pericolo...passate una bella serata.

io ho mangiato un piatto di lenticchie 😞

ma Lara sarà tornata a casa? Avete notizie?

rossana Sabato, 15 Novembre 2014 20:28

Cavolo che tensione guardando i telegiornali.....

La nostra LARA sarà al sicuro?

Ovviamente si

Gri Sabato, 15 Novembre 2014 20:27

SIMONA, che tragedia 😞 Sono preoccupata.

Anche qua diluvia, ma per fortuna facendo freddo, in alto nevica e quindi non fa grossi danni

paula1 Sabato, 15 Novembre 2014 19:59

MARIPARIS mi dispiace..., però sono contenta che hai incontrato la nostra MAMMA LARA e le amiche di Roma...

io sto facendo una veloce pasta al tonno, detta anche "pasta dei cornuti" e dopo andiamo al chiosco di piadine qui a 2 km che vengono su degli amici di Bologna a suonare.....qui diluvia adesso.....

mariparis Sabato, 15 Novembre 2014 19:09

Dopo che sono stata una settimana in ospedale, questo weekend volevo darmi alla pazza gioia.... volevo fare una bella passeggiata romana e poi andare a mangiare qualcosa. invece sono buttata a letto come un sacco di patate da questo pomeriggio. mdt forte tutto il giorno...ho preso una tachipirina 1000 ma funziona come l'acqua fresca. che vita di...meglio che non aggiungo altro 😊

Annuccia Sabato, 15 Novembre 2014 19:07

SIMONA, finirà stanne certa, la pizza per stasera andrà bene, domani speriamo che potrai darci notizie rincuoranti. Ti abbraccio forte.

nico26 Sabato, 15 Novembre 2014 18:59

Dio santo Simona che tragedia.Non oso pensare i momenti che state passando.Vi sono vicina in ogni momento-Un abbraccio

Simona Sabato, 15 Novembre 2014 18:40

No niente gas....avevo capito male...non si può. .. sto scaldando un pezzo di pizza x mattia che x fortuna aveva avanzato ieri... almeno posso usare il tostapane....

Annuccia Sabato, 15 Novembre 2014 18:31

SIMONA, meno male per il gas, state attenti, mi raccomando.

Simona Sabato, 15 Novembre 2014 18:30

Annuccia se esiste qualcuno lassù mi sa che è bello incazzato.... gas aperto. .. almeno quello..

Annuccia Sabato, 15 Novembre 2014 18:22

Le notizie su Genova sono tragiche ed anche Milano..... esiste qualcuno lassù????????????????

Simona Sabato, 15 Novembre 2014 18:15

Siamo rientrati a casa..Gabriele è andato a vedere se possiamo aprire il gas x preparare cena...mattia ha fame .. Gabriele ha fatto la spesa stamane ma poi è arrivato il peggio e la macchina l ha lasciata in un paese piu in alto con la spesa dentro e lui è sceso a piedi .. servirebbe almeno poter accendere il fuoco x un piatto di pasta..

mariparis Sabato, 15 Novembre 2014 17:43

Simona siamo in apprensione per voi, tienici informate

Annuccia Sabato, 15 Novembre 2014 17:42

SIMONA, mamma mia che disastro!!!!

Annuccia Sabato, 15 Novembre 2014 17:42

SIMONA, mamma mia che disastro!!!!

Simona Sabato, 15 Novembre 2014 16:55

Sembra meglio ..piove ma piano.. ora qui hanno chiuso la strada x una fuga di gas. . Ci sono i sommozzatori che cercano un dispero.. frane ovunque..la pioggia ha creato delle voragini nelle strade inghiottendo le macchine... sembrano scene apocalittiche... non so che altro aggiungere. .domani dovrebbe esserci il sole...

Elisabetta Sabato, 15 Novembre 2014 16:49

Simona, ti penso anch'io con tanta apprensione. Chi ne ha il potere dovrà finalmente decidersi a fare qualcosa per risolvere questa guerra continua con la natura che risponde in modo così disastroso alle tante offese ricevute. Ormai quando piove con questa violenza ci assale l'angoscia pensando a chi toccherà.

Terrò acceso il computer sperando di rileggerci.

Un abbraccio forte forte. Elisabetta

rossana Sabato, 15 Novembre 2014 16:16

Non ci sono parole SIMONA, per fortuna siete insieme come dici tu.

cri69 Sabato, 15 Novembre 2014 15:53

SIMONA ti abbiamo nominato a pranzo ,spero vivamente passi tutto in fretta senza fare troppi danni.Un abbraccio

Annuccia Sabato, 15 Novembre 2014 15:27

SIMONA, che dire ogni volta che sento Genova il mio pensiero è per te, aspetto notizie

paula1 Sabato, 15 Novembre 2014 15:21

Buon pomeriggio a tutti...qui nuvoloso e gocce di pioggia...niente, assolutamente niente, in confronto alla Liguria.....stanno arrivando notizie sconfortanti e purtroppo un'altra vittima.. SIMONA pensa solo a te e ai tuoi cari...tutto il resto vale meno....

ANNUCCIA io non so se è la vecchiaia 😊 , ma noi oggi siamo stremati solo per essere andati mezzora alla Coop a fare la spesa... 😞😞 adesso vado a riposare...Fausto è già spalmato sul divano a guardare le americanate, ma credo stia già russando...

nico26 Sabato, 15 Novembre 2014 15:08

Simo dacci notizie e se hai bisogno per qualsiasi cosa dimmi pure .Cavoli povera Liguria !!Povera Italia in generale!! 😞

gragra Sabato, 15 Novembre 2014 15:05

Simona

Mi dispiace tanto.... Non pensate alle cose ma prendete le medicine con voi 😞 Coraggio. Fateci sapere.

Piera Sabato, 15 Novembre 2014 14:43

Simona mi dispiace tanto....non ci sono nemmeno parole, mi raccomando pensate solo a voi e non vi preoccupate delle cose 😞

Gri Sabato, 15 Novembre 2014 14:40

SIMONA, ti penso tanto. Dai notizie ogni tanto. Bacio

Simona Sabato, 15 Novembre 2014 14:31

Caro forum,qui siamo sotto alluvione da stamani... noi siamo saliti dai vicini al primo piano perché la strada è un fiume....questa volta ha picchiato dalle nostre parti. .. l'unica cosa positiva è che siamo tutti insieme ..

Simona Sabato, 15 Novembre 2014 14:26

Caro forum,qui siamo sotto alluvione da stamani... noi siamo saliti dai vicini al primo piano perché la strada è un fiume....questa volta ha picchiato dalle nostre parti. .. l'unica cosa positiva è che siamo tutti insieme ..

gragra Sabato, 15 Novembre 2014 13:38

Mariparis,

Nel pomeriggio... Volevo dire vederci anche non a cena, non oggi stesso 😊 Scusami ho scritto male. Un bacio a te

mariparis Sabato, 15 Novembre 2014 13:18

Gragra peccato che ieri non sei venuta...sarebbe stato bello conoscere anche te! cmq mi sono segnata la tua mail, non so se faremo in tempo oggi di organizzare un incontro, ma se c'è la buona volontà, di sicuro ci vedremo un giorno di questi. un bacetto

Annuccia Sabato, 15 Novembre 2014 13:16

Abbiamo comprato i ciclamini per i poggetti..... bella ammazzata fare le cassette, stiamo diventando vecchi..... ci fa fatica fare tutto.

Annuccia Sabato, 15 Novembre 2014 13:12

LARA, ma che dici ... nessuna figura di m..... sei unica! 😊
GRA, organizzeremo certamente.

cri69 Sabato, 15 Novembre 2014 11:10

Riemergo ma sono molto ma molto rinco 😞

gragra Sabato, 15 Novembre 2014 10:49

Susy,

non riesco nemmeno a pensare di fare 60 km...solo andata!. Sono fortunata per questo!

Mirella,

mi fai venire in mente che a me succede in maniera diversa: se sto bene non mi viene in mente che posso stare male o meglio è da un po' di tempo che devo pensare che devo mettermi in testa che non sono in grado di ottemperare a quanto mi piacerebbe fare e programmo nei periodi (anche minuti) in cui sto bene e mi parte l'euforia e il delirio di onnipotenza 😊

Mirella73 Sabato, 15 Novembre 2014 10:07

Ciao vi leggo con piacere . Oggi giornata impegnativa . Il vento mi mette agitazione . Il piccolino ha la varicella Buon week end Stamattina ho aperto gli occhi e come sempre, il mio primo pensiero e' stato: mi farà male oggi???? E ' incredibile !

Susy Sabato, 15 Novembre 2014 09:55

Come ti capisco gragra....anch'io in un'azienda informatica e le riunioni devastano quasi più dei clienti. Il mio ufficio è a 60 km da casa.....ora che ho chiesto il pt va un po meglio ma le ore di stress e fuori casa sono davvero tante...

gragra Sabato, 15 Novembre 2014 09:49



Allora Mariparis, Monica e Annucchia,

visto che siete così speciali 😊 vediamoci ancora una volta insieme a Roma, anche con me... Se riusciamo. Lascio la mail.

magari nel pomeriggio.... 😊

gragra Sabato, 15 Novembre 2014 09:46

Il problema del lavoro, più vado avanti con l'età più diventa complesso.

in realtà non è il lavoro in sé il problema e nemmeno se piace o meno.

ovviamente se il lavoro che si fa è anche quello che si sarebbe voluto fare sarebbe il massimo....

secondo la mia esperienza (lavoro in una grande azienda informatica)

Il problema è il lungo orario e il dover rispettare sempre ritmi e orari: non ne sono più capace. Ho notato che avendo la possibilità di seguire miei ritmi e assecondare il mio corpo, anche pochi minuti di relax in più o corsa in meno fanno la differenza tra lo scatenarsi o no del MDT.

Non saprei per ora come fare. Ieri in riunione stavo stramazzata, non osavo uscire dalla stanza erano 9 ore di presenza in uff. e 10 fuori casa e mi vergognavo... fino a stanotte poi sono stata a pagare

mariparis Sabato, 15 Novembre 2014 09:42

Buongiorno a tutte! Ieri sera ho finalmente visto i visi di Lara, Annucchia e Monica. Che persone meravigliose che sono, e' stata una vera gioia e mi sono sentita con loro bene e a mio agio. Come se le conoscessi da tempo...

mi sento molto fortunata ad essere entrata in questo forum e spero che ci sia l'occasione di incontrarci ancora.

purtroppo l'aver fatto un po' tardi ed essere stata fuori mi ha scatenato stamattina mdt...ma ne è valsa la pena 😊 un bacio

Susy Sabato, 15 Novembre 2014 09:25

Maiparis e Maria51.....grazie le vostre spiegazioni molto dettagliate. Forse anch'io avrei bisogno di una bella disintossicazione ma sinceramente solo il pensiero di avere mdt e di non prendere niente mi mette ansia. Il mio mdt è cambiato molto in questi ultimi anni. Ora è dovuto sicuramente dall'ansia e dallo stress.

Hoiniziato con il lavoro diminuendo l'orario xche non riuscivo ad affrontare la giornata intera.

Ovviamente ci ho rimesso un bel pò sia professionalmente che economicamente e questo è difficile visto che vivo da sola e il mutuo è da pagare. Ora mi devo decidere a sistemare la sfera

sentimentale....sarà molto difficile ma devo badare a me stessa.....chissà se riuscirò. 😞

mamma_lara Sabato, 15 Novembre 2014 09:07

Riprendo fa la funzione del telefono

Da ieri mattina prima per il treno e per mancanza di connessione poi non accedevo neppure ai dati Ne 3 ne Tim mi funzionavano.

Gragra mi spiace ma ho letto il messaggio questa mattina

Ora sono al convegno.

Ieri sera e' stato bellissimo

Ho fatto la mia soglia figura di m. Che mi sarei sprofondata

Ma quanta pazienza avete con me

Roberto, Alberto, Valerio un grazie più grande di me per avermi portato le mie ragazze. Vi voglio bene

Devo andare perché gli occhi e il cuore si emoziona di nuovo e devo essere forte

Vi voglio bene

nico26 Sabato, 15 Novembre 2014 08:37

Un buon sabato mattina sotto la nebbia .Stamane lieve mdt ma speriamo che rimanga tale. Ieri mattina ho avuto pure una piccola aurea ma poi non ha sfociato in mdt.

Vediamo la giornata 😊

Annuccia Sabato, 15 Novembre 2014 08:34

LARA, non ha modo di scrivere , non ha linea . Stamani era all'INI, poi prenderà il treno di ritorno nel pomeriggio. Speriamo che sia in forma per affrontare la giornata 😊

Annuccia Sabato, 15 Novembre 2014 08:31

Buongiorno a tutti!

Ieri sera siamo stati benissimo, la gioia di stare insieme è sempre tanta .

MARIPARIS è una ragazza aperta e solare e sono certa che trarrà beneficio dal Forum. So che non è facile rimanere con costanza in questo spazio e forse solo chi capisce che è un vero sostegno trova il tempo e riceve forza da questo contatto costante.

Stamani mi sono svegliata senza MDT e mi sembra un vero miracolo non pagare lo "scotto" di ieri sera.

paula1 Sabato, 15 Novembre 2014 08:26

Buon giorno a tutti...qui nuvole...meno male che sono a casa...3 giorni davvero una fortuna... 😊

vediamo se ho voglia di andare in paese con Fausto a cambiare le gomme... 😊

Buona giornata

cri69 Sabato, 15 Novembre 2014 04:32

Vedo che quelli della notte non mancano mai ,anch'io attaccone con tutti gli orpelli ed ho sonno.

Devo scappareeee.

notte

gragra Sabato, 15 Novembre 2014 01:05

In realtà avrei anche sonno...ora

gragra Sabato, 15 Novembre 2014 00:45

Rossana grazie,

mi ha svegliata un attacco combinato nausea/MDT/diarrea/sete.

Ufff 😞😞😞

rossana Sabato, 15 Novembre 2014 00:31

GRAGRA avanti pure.....

Anche io mi aggrappo al forum anche quando non scrivo, anche quando non leggo.

Ma so che c'è ed è questo che mi conforta.

rossana Sabato, 15 Novembre 2014 00:29

Ciao a tutti,

bello leggere che vi siete incontrate.

Immagino la vostra gioia.

Sono di poche parole anch'io, che dire mi sa che l'autunno non aiuti.

CRIS mi dispiace leggere della tua settimana no, ma che fatica.

PAULA con gli anni le cose cambiano, e noi con loro.

Ci sta anche che la distanza ti pesi di più, abbiamo meno energie e siamo più responsabili quindi le preoccupazioni aumentano un po'.

Per il ciclo e la sensazione di calore che ti prende sul lavoro penso di conoscere quelle sensazioni. Secondo me ti stai avviando alla trasformazione ormonale mettiamola così non volendo io nominare in tutto il suo splendore la parola menopausa.

Buonanotte a tutti e spero che LARA che deve affrontare un letto diverso non se la debba passare troppo male.

Chissà dove ci va a dormire stanotte 😊
buonanotte a tutti

Monica Sabato, 15 Novembre 2014 00:13

Buonasera a tutti. Sono appena tornata a casa. La cena è andata benissimo, è sempre bello e confortante incontrarsi. E soprattutto è stato bello conoscere di persona Mariparis 😊 ci vorrebbero più spesso questi incontri

gragra Venerdì, 14 Novembre 2014 22:44

Oggi giornata pesante... Spero riuscire a dormire. Le gambe fanno male: manna già alla sindrome delle gambe senza riposo, ne ho abbastanza. Mi sembra scoppiare il cuore. Difficile descrivere la sensazione.

Sono aFelice che esista il forum.

feffe81 Venerdì, 14 Novembre 2014 21:58

Auguro a MAMMALARA e alle amiche che si trovano a Roma una bella serata insieme! 😊

CRIS accidenti, mi spiace che abbia picchiato duro questa settimana 😞

Stasera sono stanca e frastornata, però ho passato una buona giornata: con i colleghi siamo andati a pranzo in montagna (oggi al lavoro eravamo senza la rete per lavori) a mangiare i funghi in un posto molto bello, era tutto veramente squisito e siamo stati bene in compagnia. Una collega nuova è laureata in chimica e le ho parlato degli alimenti che mi scatenano l'emicrania e mi ha fatto delle osservazioni scientifiche interessanti 😊

Gri Venerdì, 14 Novembre 2014 21:26

Buona sera carissime/i! Sono su in camera nel lettone con i pupi, Elo guarda i cartoni e Xavier sta ciucciando! E io sono stanca. Mando un bacio a tutte, buona notte

nico26 Venerdì, 14 Novembre 2014 21:13

Spero che le amiche con Lara passino una bella serata. Io astemia mi son fatta un bicchierino di lambrusco dolce!!!e ora ho la gamba che fa giacomo giacomo....e sono giocosa!! 😊
Un abbraccio a tutti

paula1 Venerdì, 14 Novembre 2014 20:20

Buona sera a tutti...oggi giornata un po' così...la testa è delicata e mi dà fastidio tutto...però non ho preso niente tanto sono a casa....stamattina ho fatto i giri dei pagamenti 😞 e domani c'è il gommista per le termiche nella macchina...è un po' esagerato montarle adesso e toglierle in aprile, ma, come si sa, in Italia bisogna far guadagnare tutti...

oggi ho saltato nuovamente l'incontro con la dottoressa del DCA, perchè tornare giù a Bologna significava fare 140 km oggi visto che ero già scesa per la banca...ma non riusciva ad anticipare l'appuntamento...ecco che in questi casi mi viene un gran nervoso sul fatto di abitare così

lontano...!!! 😞 una volta mi pesava molto meno o forse avevo meno esigenze...adesso sono sempre stanca e la strada mi fa un po' più paura di altre volte, perchè come dico spesso, bisogna avere 1000 occhi sugli altri...

il ciclo ancora non arriva e da alcuni giorni ho dei capogiri...la pressione va bene, ogni tanto ho tachicardia e ho delle scalmene leggere a mio avviso...più quando sono a lavorare che a casa.... 😞
purtoppo andare dal medico di base è diventata una avventura e quindi rimando sempre....

gragra Venerdì, 14 Novembre 2014 18:25

Grazie Annuccia. Ho inviato un sms a Lara.

gragra Venerdì, 14 Novembre 2014 18:11



Aspettavo le mail ma ci deve essere stato un disguido. Ora ho messo visibile la mia.
ma non guiderei fino a lì e non mi sono organizzata. 😊

Maya Venerdì, 14 Novembre 2014 17:44

Feffe ' bello lo scritto che hai lasciato ,sul dolore.....ciò che ci fa soffrire sono le nostre resistenze alla realtà'.ecco da alcuni anni dopo il messaggio di Mami mentre ero al lavoro, con forte mdt "le mi scrisse "lascia che il tempo passi" ,ci sono riuscita,poi a casa ho capito ,che dovevo decidere di iniziare a fare alcune cose anche col mdt,e piano piano ho capito ,quando potevo e cosa avrei potuto fare,quando ho capito che non ero più vittima del dolore,e del dover per forza fare tutto anche quando stavo male,era il dolore più forte ,la resistenza al dolore mi toglieva tutto e il mdt si portava via le mie giornate.

Maya Venerdì, 14 Novembre 2014 17:32

Stamattina lavoro,poi impegnata fino a mezzogiorno,pranzo,e con un po di sole,non potevo proprio non mettermi a fare un po' di pulizie in casa.... 😊 😊

Maya Venerdì, 14 Novembre 2014 17:15

Ciao.... 😊 stanca,settimana finita,abbastanza bene,lunedì turno dalle 17.00 alle21.00,sarà un'altra bella prova per me è per il mdt che tutte le sere e con me,quindi dovrò mettere in azione ,molti pensieri positivi 😊 ...

mariparis Venerdì, 14 Novembre 2014 17:04

Annuccia grazie, le tue parole mi confortano molto 😊
gragra ma tu stasera non vieni?

Annuccia Venerdì, 14 Novembre 2014 17:01

GRA, ancora non so se mio marito farà in tempo a tornare per potere andare a Grottaferrata , io partirei da zona San Saba e mi ci vuole un'oretta ad arrivare. Comunque se lui venisse ad un'ora decente penso di andare. Mi ha mandato un messaggio Lara e non ha il tuo numero, se vuoi posso fare da tramite.

Annuccia Venerdì, 14 Novembre 2014 16:59

Quando sono entrata nel Forum prendevo anche 18 -19 triptanti al mese con "contorno" considerevole di Aulin . Ora di media prendo dagli 8 ai 10 sintomatici al mese.

Annuccia Venerdì, 14 Novembre 2014 16:57

Cara MARIPARIS, non bisogna disperare, piano piano riuscirai a prendere meno sintomatici, imparare a conoscere il nostro male serve a capire quando si può aspettare a prendere sintomatici, o almeno provarci e caso mai prenderli quando si capisce che il dolore aumenta. L'abuso avviene quando al primo segnale di dolore si prende il sintomatico, anche io facevo in questo modo. E dai che ingurgitavo..... avevo anche i bambini da accudire, da accompagnare, da seguire e questo mi metteva l'ansia di stare bene a tutti i costi. Ora da qualche anno, devo dire esattamente da quando sono entrata nel Forum (quindi 2006), ho capito che aspettare prima di prendere "pillole" serve , perché a volte il dolore rimane blando, sopportabile, oppure regredisce (rare volte, ma può accadere). Quindi la conoscenza della nostra testa è in primis la cosa fondamentale.

gragra Venerdì, 14 Novembre 2014 16:57

stamani mal di testa dalle ore 5.00
nel diario ho scritto codice 2.
ora che sono le 18.00 sono a codice 3
il difmetrè preso alle ore 9.00.
l'attacco dura da tre giorni: 1 difmetrè al giorno.
uffa.
ma stasera vi vedete con Lara? non ho saputo più nulla.
divertitevi 😊
Messaggio sconclusionato come me 😊

fra poco esco dal lavoro... e sono in macchina 😞 questo mi perplime..
tornerò a 20 Km orari, forse più piano... 😞

MARIA51 Venerdì, 14 Novembre 2014 16:45

SUSY, si arriva a fare la disintossicazione quando, dopo anni e anni di assunzione di farmaci, si arriva ad avere, nel mio caso, MDT tutti i giorni e molte volte cominciava anche durante la notte. L'ultimo sintomatico che io assumevo era lo Zomig, ero arrivata anche a 3 al giorno. Precedemente assumevo molte altre cose, compreso il Virdex forte. Ero diventata uno zombie. Più farmaci assumevo più stavo male e il MDT aumentava Allora il medico decide di fare la disintossicazione tramite flebo. Però poi è facile cadere ancora nell'abuso, io l'ho fatto, perchè quando hai tanti impegni in qualche modo li devi affrontare. Se tornassi indietro probabilmente mi comporterei ancora così, perchè in quella fase della vita "si deve andare avanti". Dopo la terza disintossicazione, ero sfinita, ho deciso di cambiare rotta ed ho modificato un pò il mio stile di vita: l'ho adattato alla mia testa.

mariparis Venerdì, 14 Novembre 2014 16:38

Susy non so se quello che ho scritto e' chiaro, in sintesi la disintossicazione consiste in non prendere sintomatici per almeno una settimana ed in una sorta di "rinnovamento" del sangue con le flebo.

mariparis Venerdì, 14 Novembre 2014 15:48

Maria51 grazie per quello che hai scritto. Il fatto è che ho tanta paura di ricadere nell'abuso...io il dolore forte non riesco a sopportarlo. E poi mi dispiace anche per chi mi sta vicino, che mi vede sempre spenta, di cattivo umore, ammalata. Vorrei non tanto guarire, ma almeno che il mdt mi desse dei giorni di tregua, in modo da vivere dei giorni come qualsiasi persona normale. Ormai ho capito che nessuna profilassi mi farà guarire. Un bacio.

mariparis Venerdì, 14 Novembre 2014 15:31

Susy poi la dr.ssa mi ha detto che se ci torno tra 3 mesi, prova a farmi le infiltrazioni di botulino.

mariparis Venerdì, 14 Novembre 2014 15:26

Ciao Susy io sono uscita dall'ospedale lunedì ed ho fatto la disintossicazione. Prendevo quasi un difmetre' al giorno ed il medico mi ha detto che ero in abuso di farmaci. Questo abuso mi provocava mdt ogni giorno. All'ospedale i primi giorni sono stata malissimo, avevo mdt fortissimo, vomito e tremori. Mi facevano 2 volte al giorno delle flebo piccoline ma non mi davano farmaci per il dolore. Dopo 2 giorni sono stata meglio, avevo meno mdt, e contemporaneamente la dr.ssa mi ha dato un nuovo farmaco di profilassi. Mi ha detto che non devo superare i 6-7 sintomatici in un mese. Mi ha dato pure dei sintomatici nuovi da prendere. Ho dimenticato di dirti che mi hanno fatto pure la tac e le analisi. Mi hanno fatto parlare pure con la psicologa e mi hanno fatto una visita neurologica completa. Ma non è risultato nulla, solo il fatto che io sono un po' ansiosa, e questo probabilmente mi provoca mdt. Spero di esserti stata utile, un bacio

mamma_lara Venerdì, 14 Novembre 2014 15:15

buongiorno a tutti

non ho nessuna connessione. Sono in un angolino dove sembra prendere ma devo fare presto.

Il viaggio è andato bene

Ho solo il telefono di famiglia che funziona. Spedisco il numero alle ragazze che vedono venire questa sera così riuscite a contattarmi.

Cris83 Venerdì, 14 Novembre 2014 14:41

Ciao..

scusate l'assenza ma questa settimana è stata davvero terribile.. non ho avuto tregua ..

vi mando solo un saluto veloce perchè non riesco a stare al pc..

a presto e un abbraccio a tutti.. 😊

nico26 Venerdì, 14 Novembre 2014 14:16

Concordo con Feffe Ed elisab.

La nostra testa e' tremenda quando vuole e talvolta quando stiamo male, e parlo per me, non mi basta dirmi stai calma. Anzi forse mi agito di piu'.

Farsi aiutare quando non ci riusciamo e devo dire che io ho chiesto tantissime volte aiuto e contnuero' a farlo poiche' vorrei vivere come Lara fino a 100 anni!!!

Scherzo sull'ultima battuta ma l' aiuto in certi momenti e un nostro sacrosanto diritto per star un po meglio.

Vi voglio bene

Elisabetta Venerdì, 14 Novembre 2014 13:34

Simona, sono d'accordo con Feffe. Quando la mente non riesce più a tenere sotto controllo la nostra ansia, la volontà non basta. Perché lo sforzo e la fatica rischiani di peggiorare la situazione.

Annuccia Venerdì, 14 Novembre 2014 12:51

Buongiorno a tutti!

LARA, meno male che a Roma ti attende il sole e temperatura mite.

Susy Venerdì, 14 Novembre 2014 12:47

Ciao, leggo spesso che parlate di disintossicazione. Vorrei capire...ma quali e quanti medicinali prendevate per arrivare all'intossicazione? In che cosa consiste la disintossicazione? Il fatto di disintossicarsi significa che poi si deve accettare e tenersi il MDT senza prendere mai nulla? Scusate l'interrogatorio.....se avete voglia di rispondere per farmi capire.....

Grazieeeee 😊

feffe81 Venerdì, 14 Novembre 2014 11:41

MARIA51 grazie che ci racconti il tuo percorso, ti leggo sempre con grande ammirazione e per me sei di grande esempio

feffe81 Venerdì, 14 Novembre 2014 11:39

SIMONA ho letto il tuo sfogo...mi verrebbe da dirti che forse potresti provare a chiedere un consulto da un medico specialista, per capire se consiglierebbe farmaci anche lui. Lo so che tu non vuoi assumere farmaci di un certo tipo e rispetto la tua posizione. La mia esperienza con antidepressivi è stata tutto sommato positiva e, unita alla psicoterapia, mi ha tirata fuori da un bel tunnel in cui mi ero infilata. Il mio parere è che nel mio caso non sempre basta la VOLONTA', non mi basta volere stare tranquilla per non avere l'ansia, non mi basta volere non pensare a certi pensieri ossessivi per non averli, come non mi basta volere che il mdt vada via per farlo andare via!

cri69 Venerdì, 14 Novembre 2014 11:37

FEFFE grazie ,molto bello,dobbiamo provare a metterlo in pratica.Ammiro tanto tanto chi ci prova,MARIA ne ha appena dato testimonianza.

Io sono molto altalenante ma il Vs esempio aiuta tanto.GRAZIE

MARIA51 Venerdì, 14 Novembre 2014 11:33

Cara MARIPARIS, non è detto che quando fai un disintossicazione il MDT all'improvviso sparisce. Magari! Io ne ho fatte tre e nel mio caso ci sono voluti anni per vedere qualche risultato. Ma era l'unica strada da fare intossicata com'ero. E dopo l'ultima disintossicazione a Pavia, ho scelto di fare una cosa, dolorosa: eliminare gli antidolorifici e quando avevo MDT, pian piano passava da solo. E nel frattempo avevo una famiglia ed un lavoro impegnativo. Confesso che sono stati anni DURISSIMI, dove però ho anche cambiato modo di vivere il mio MDT cronico, ho capito che non potevo "guarire" quindi "dovevo" adattarmi a lui. Non è facile perchè la tua vita e chi ti vive accanto, ruota attorno alla tua "testa". Non si poteva e non si può programmare molto perchè non si sa mai come si sta. Devi avere pazienza. Io ormai ho una "certa età" e se mi chiedessero se potessi tornare indietro nel tempo risponderci: no grazie, ho sofferto troppo. E quindi capisco perfettamente tutte voi quando descrivete i vostri mali e penso che per ognuna di voi la vita è tutta una strada in salita. Per "fortuna" io ne ho già percorsa un tratto, perchè se guardo indietro, ho passato la maggior parte del tempo, a soffrire di MDT.

feffe81 Venerdì, 14 Novembre 2014 11:30

Mi hanno mandato questo scritto e volevo dividerlo con voi.

Reagire al dolore con ostilità lo converte in sofferenza. [...] Nessuno mette in dubbio che il dolore sia odioso, ma accettare il fastidio e abbandonarsi senza resistenza è il metodo giusto per renderlo meno sgradevole. Ciò che ci fa soffrire sono le nostre resistenze alla realtà. [...]

Per ottenere questa connessione con il dolore bisogna fare esattamente l'opposto di quel che ci hanno insegnato: non correre, ma fermarsi; non sforzarsi, ma abbandonarsi; non proporsi mete, ma stare semplicemente lì. [...]

Il dolore è il nostro principale maestro. La lezione della realtà - che è l'unica degna di venire ascoltata - non si impara senza dolore. La meditazione non ha per me niente a che vedere con un ipotetico stato di imperturbabilità, come molti la intendono. Si tratta piuttosto di un lasciarsi lavorare dal dolore [...]. La meditazione è quindi l'arte della resa. [...] Se nel mondo ci viene insegnato a chiuderci al dolore, nella meditazione ci si insegna ad aprirsi a lui. La meditazione è una scuola di apertura alla realtà.

Per quel che ho appena scritto, non sembrerà strano che la meditazione in silenzio e quiete sia stata accusata di sofisticato masochismo. In effetti, si arriva a un punto in cui si desidera sedersi tutti i giorni con la propria porzione di dolore: frequentarlo, conoscerlo, addomesticarlo" [tratto da Biografia del silenzio di Pablo d'Ors]

nico26 Venerdì, 14 Novembre 2014 10:25

Lara buon viaggio e buon venerdì a tutte/i. Avanti a testa alta per quel che riusciamo 😊

paula1 Venerdì, 14 Novembre 2014 08:07

Buon giorno a tutti...qui nuvoloso, ma non piove ...tra poco scendo in città per andare in banca...giro che proprio odio...

MAMMA LARA il bonifico per Cirna si fa dopo il 17 novembre per l'anno 2015...quindi lo farò la prossima volta che andrò in banca....

MAMMA LARA la Xamamina e il Valontan hanno lo stesso principio attivo quindi sono esattamente uguali

guarda però che mentre la Xamamina solitamente è da 50 mg..il Valontan è da 100 ...

cri69 Venerdì, 14 Novembre 2014 08:03

LARA buon viaggio

feffe81 Venerdì, 14 Novembre 2014 08:03

MAMMALARA fai buon viaggio!

cri69 Venerdì, 14 Novembre 2014 08:03

Buongiorno, qui nuvoloso.

stamattina cento cose da fare, sarei già contenta se ne facessi la metà 😊

gragra Giovedì, 13 Novembre 2014 22:34

Libro... 😊

gragra Giovedì, 13 Novembre 2014 22:34

Buon viaggio Lara. Ho ricevuto il libro Grazie!!!! 😊

Simona Giovedì, 13 Novembre 2014 21:50

Lara Buon viaggio. ..

mamma_lara Giovedì, 13 Novembre 2014 20:28

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

mamma_lara Giovedì, 13 Novembre 2014 20:27

Ho ancora tutto da preparare. Non ho trovato la xamamina in farmacia, mi hanno dato il valontan. Poi vi farò sapere quanti km faccio con un valontan.

Il viaggio di andata ho le mie tre xamamina, ma per il ritorno devo usare il valontan, chissà se me ne bastano 4. Prenderò su anche qualche travelgum.

Ora vado. Mi raccomando, fare i bravi, però domani pomeriggio mi collegio non appena arrivo in albergo.

Ho ancora la doccia da fare e anche la meditazione.

Vi voglio bene

mamma_lara Giovedì, 13 Novembre 2014 20:23

Rita51, la cefalea ha segnato anche tutta la mia vita. Benvenuta fra noi carissima.

mamma_lara Giovedì, 13 Novembre 2014 20:21

Mariparis, occorre tanta pazienza ed è troppo presto per stare un po' meglio. Tanti mesi di forti assunzioni non si cancellano in una settimana. La disintossicazione aiuta, ma ora devo fare un

pochino di strada anche tu. E' importante non lasciarsi abbattere dal dolore, molto importante cara. Spero di vederti domani sera, così parliamo un pochino.

mamma_lara Giovedì, 13 Novembre 2014 20:17

Paula, tu scrivi e chiedi se ti può rispondere lei. Poi magari dimmi quando lo fai che mando un messaggino e vedo se è possibile che ti risponda lei. Ma vedrai che se scrivi che vorresti una risposta dalla dott.ssa Nappi inoltreranno a lei la tua domanda

paula1 Giovedì, 13 Novembre 2014 20:04

Buona sera a tutti...adesso ho proprio la stanchezza pesante...il corso era interessante, ma molto specifico per l'ospedale soprattutto sul dolore post-operatorio...però è sempre positivo sapere delle cose...

MAMMA LARA la dottoressa Nappi ha scritto un articolo su una pubblicazione che danno in farmacia e mi ha colpito un suo passaggio che mi piacerebbe approfondire...sai come posso fare ? nel senso...è tra le dottoresse che rispondono qui sul forum ?


vado a riposare perchè sto crollando...  Buona notte a tutti

mariparis Giovedì, 13 Novembre 2014 19:55

Sono un po' sconsolata...anche oggi, verso le 18, mi e' arrivato il mdt. Non è forte, ma mi mette di cattivo umore e mi rende fiacca. E poi mi vergogno un po'....torna a casa il mio compagno dopo una giornata di lavoro e trova a casa sempre una ammalata cronica spenta e senza entusiasmo... ma sto limbitryl non fa effetto?

ero così entusiasta quando sono uscita dall'ospedale, ed invece mi rendo conto che sono sempre allo stesso punto. Dolore cronico. Mi sa che per me non c'è speranza...scusate lo sfogo

paula1 Giovedì, 13 Novembre 2014 18:58

Sono a casaaaaaaaaaaaa...è saltata la notte...se non crollo vi scrivo dopo..... 

Elisabetta Giovedì, 13 Novembre 2014 18:50

Vi ho lette e vi ho viste con grande gioia su Cefalea to day. Ora mi sarà piu facile immaginare Simona bionda. Grazie alle relatrici che hanno interpretato a meraviglia il pensiero di tutti. Ho sentito anche l'intervista radiofonica di Lara. Brava come sempre.

nico26 Giovedì, 13 Novembre 2014 18:43

Ma che giorni di corsa per tutti .

vi mando un mega abbraccio perche fra un po cedo il passo alla stanchezza.ps....benvenuti ai nuovi


feffe81 Giovedì, 13 Novembre 2014 18:21

sono di corsissima!

MAMMALARA  GIUSEPPINA grazie, a me il colore dei miei capelli piace tanto, sono fortunata! un po' di riflessi vengono da soli col sole.

lo sto bene, ho un po' di fermento, stamattina ho fatto un altro colloquio...ora vado in palestra a recuperare la lezione persa lunedì

rossana Giovedì, 13 Novembre 2014 17:55



Mi sono lavata i capelli, ora faccio una batteria di esercizi (una parte sola se no mi si cuoce proprio il cervello) poi stasera pizza coi fratelli. 

rita51 Giovedì, 13 Novembre 2014 17:47

emicrania e'vita!

ciao mamma Lara, convivo con l'emicrania praticamente.....dalla nascita sono nata di 8 mesi e l'emicrania ha accompagnato tutte le fasi della mia vita anche quelle felici matrimonio nascita di mio figlio e poi nel tempo...si e' cronicizzata!!!!

un abbraccio

nonna rita (2 nipotini)  

rossana Giovedì, 13 Novembre 2014 17:29

LARA sei incorreggibile, inguaribile.

Io una bella bionda questoNon Creto! 😊

rossana Giovedì, 13 Novembre 2014 17:25

Grande CRI, sei proprio tosta.

Ora spero tu possa goderti un pò di meritato riposo.

cri69 Giovedì, 13 Novembre 2014 15:35

FINITOOOOOOOOO 😊😊

rossana Giovedì, 13 Novembre 2014 15:32

GRI mi sento tanto suonata in questi giorni, ho proprio la testa in confusione.

Beh l'episodio della tua ostetrica, povera, ma un pò mi rinfranca.....come dire mal comune mezzo gaudio 😊

Gri Giovedì, 13 Novembre 2014 14:56

Oggi qua sole splendente! 😊

Stamattina avevo il pap test, ieri avevo chiamato l'ostetrica del consultorio e mi aveva fissato appuntamento per oggi alle 11. Arrivo e trovo la porta semi aperta, quindi busso e sento un debole siii... Cosi' entro e la saluto e lei mi guarda un po' stralunata e mi dice: "ma hai appuntamento da me?" E allora le ricordo che lei ieri per telefono mi ha dato appuntamento e le chiedo se sta bene. Cosi' mi dice subito scusandosi che si certamente mi ha dato appuntamento, ma ha un mal di testa feroce che è un po' stralunata.

Le ho detto di non preoccuparsi che la capivo molto bene, cosi' ha voluto sapere un po' del mio mdt e le ho raccontato anche del forum mentre mi faceva l'esame.

nico26 Giovedì, 13 Novembre 2014 13:35

Dal lavor kiss kiss

paula1 Giovedì, 13 Novembre 2014 13:03

Buon giorno a tutti...qui piove 😞 ho dormito quasi 3 ore e adesso devo tornare in ospedale che c'è il corso sul dolore fino alle 17...poi resto giù, tanto devo far notte.....

non vi ho letto sono di fretta mi rimetto in pari stanotte... 😊

Buona giornata a tutti

mariparis Giovedì, 13 Novembre 2014 12:52

Buongiorno a tutte! Ho letto l'articolo su cefalee today e ho visto la foto. Che belle che siete! ieri per la prima volta in 10-15 anni, non ho preso nulla quando mi si è scatenato il mdt. Mi sono messa a letto e ho dormito...e stamattina non c'era piu'.

stamattina l'ho dedicato ai lavori in casa ed ora mi rilasso un pochino.

vi mando un bacino e buon pranzo

mamma_lara Giovedì, 13 Novembre 2014 12:52

Annuccia, anch'io faccio spesso come te. Però si hanno tante cose da fare, per quello sai. Le "vecchie" portano pazienza, le nuove ormai fanno parte della famiglia e sanno ben come stiamo, loro sono nelle stesse condizioni.

Poi basta chiedere di nuovo e siamo a posto.

Annuccia Giovedì, 13 Novembre 2014 12:19

LARA, tu scherzi, ma io, già ora, perdo i colpi e a volte penso di aver scritto a qualcuno a cui vorrei rispondere invece l'ho solo pensato. 😊

Mi perdoneranno le new entry, i vecchi sanno quanto io sia affezionata a tutti

mamma_lara Giovedì, 13 Novembre 2014 12:14

E a seguire

"non ricordo chi sei, ma spero tu ti trovi bene qui con noi"

😊😊😊😊😊

mamma_lara Giovedì, 13 Novembre 2014 12:13

Annuccia, spero solo che il Sito resista, se resiste lui, il nostro Forum non ci mancherà mai. 😊😊
Poi continueremo a scrivere qui anche quando diremo: "lara chi?????"
"Annuccia chi?????"
"Piera chi?????"



mamma_lara Giovedì, 13 Novembre 2014 12:10

Io mi ero preparata bene per l'altra foto, ma è sfuocata. In questa che abbiamo messo sulla rivista era come se fossi lì per caso. Però siamo tutte bellissima in questa foto e quelle che mancano ancora di più 😊😊😊😊

Ecco fatto Giuseppina. 😊😊

mamma_lara Giovedì, 13 Novembre 2014 12:08

Ma quante cose ho da fare e sono lenta come l'anno della fame. 😊😊

Però un pensierino a Margaret che di cose da fare ne avrà mille più di me mi va spesso.

Ora devo proprio scappare.

Ho questo incontro con una Consigliera di Ferrara per spiegarle alcune cose. Dovrà fare il documento sul Riconoscimento della Cefalea Cronica come Malattia Sociale da presentare in Consiglio. Poi vado direttamente al Gruppo

Annuccia Giovedì, 13 Novembre 2014 11:51

SIMONA, mi auguro che tu stia meglio.

MARIA, sono contenta di leggerti ogni tanto.

Annuccia Giovedì, 13 Novembre 2014 11:50

LARA, quando Al.Ce. si stuferà di te, faremo un Forum tutto nostro, sempre che saremo ancora in grado di scrivere. 😊

Annuccia Giovedì, 13 Novembre 2014 11:33

GIUSEPPINA, è vero ci siamo chieste dove eri finita, ma poi ci siamo messe in posa..... 😊
gli uomini che dovevano immartolarci avevano fretta.

Annuccia Giovedì, 13 Novembre 2014 11:31

Grazie per i complimenti sul mio messaggio, ma non è proprio il caso.

Quando ci si può rendere utili è un grande piacere potere contribuire anche con poco.

Io faccio parte delle bionde, ora molto più bionda di quando ero giovane, chissà come mai!!!!!!

giuseppina Giovedì, 13 Novembre 2014 11:31

brava PIERA hai fatto bene, un pò di sano egoismo ci salva 😊

Annuccia Giovedì, 13 Novembre 2014 11:29

Buongiorno a tutti! mi sono rialzata sorda, stavo meglio, ma rieccomi qui con il problema. Dovrei fare l'aerosol, per ora la farmacista mi ha dato da provare lo spray nasale Fluimucil, secondo lei, sono le

trombe di Eustachio otturate dal catarro della mia allergia stagionale..... 🤧

Vediamo..... ma oggi il mio dottore era occupatissimo con le vaccinazioni e non avevo tempo di aspettare.

Piera Giovedì, 13 Novembre 2014 10:53

Giuseppina hai ragione!!! ma se perdevi tempo a cercarti, poi venivo tagliata anche quest'anno dalla foto di gruppo!! ho dovuto scegliere 😊

giuseppina Giovedì, 13 Novembre 2014 10:42

a ecco chi era la regista...PIERA non ti perdono, mi hai chiamato sul cellulare anche per molto meno 😊

Piera Giovedì, 13 Novembre 2014 10:38

Giuseppina giuro che ti ho cercata per la foto, chissà dov'eri???? 😊

giuseppina Giovedì, 13 Novembre 2014 10:37

ma io non ci sono in quella foto dov'ero??? 😞

mariagrazia Giovedì, 13 Novembre 2014 10:35

Lara l'ho letto e riletto. Gli scritti di Rossana e Annucchia arrivano dritti dove devono arrivare e anche la risposta del dott Di Lorenzo. E poi ci siete tutte voi a dare luce

giuseppina Giovedì, 13 Novembre 2014 10:29

io per esempio ho una base molto scura e i colpi di sole, che pure mi piacciono tanto, mi danno un effetto innaturale

giuseppina Giovedì, 13 Novembre 2014 10:27

FEFFE tu hai colore di base molto bello, ci sta qualsiasi modifica, secondo me qualche colpo di sole come SIMONA ti starebbe benissimo 😊

giuseppina Giovedì, 13 Novembre 2014 10:24

LARA gli ho scritto un' e mail per chiedergli del possibile legame fra rinite e betabloccante, non gli risultano collegamenti ma non lo esclude, comunque ne parleremo direttamente a Monza

giuseppina Giovedì, 13 Novembre 2014 10:22

il 26 vado anch'io dal neurologo, mi riceve a Monza, meglio, così non devo andare a Pavia

giuseppina Giovedì, 13 Novembre 2014 10:20

LARA in foto sei bella rosea 😊 una ragazzona che scoppia di salute 😊

mamma_lara Giovedì, 13 Novembre 2014 10:04

Mariagrazia, questo mese è da leggere tutto d'un fiato Cefalee Today. Bello da cima a fondo.

mamma_lara Giovedì, 13 Novembre 2014 10:02

Cri, spero proprio come te che oggi non piovga, per prima cosa per te che lavori e poi un pochino anche per me che devo andare ad una riunione alle 14 e se piove faccio fatica a camminare con l'ombrello.

Piera Giovedì, 13 Novembre 2014 10:02

Il dott. DiLorenzo e' veramente così: a me incoraggia sempre!!!

Mirella73 Giovedì, 13 Novembre 2014 09:48

Buongiorno

mamma_lara Giovedì, 13 Novembre 2014 09:47

Maria, ho pensato la stessa cosa tua dopo aver letto la risposta del Dr. Di Lorenzo. La comprensione è la prima cosa che deve darti un medico, quella è già metà della terapia. 😊

mamma_lara Giovedì, 13 Novembre 2014 09:45

Maria, anche per me Annucchia è stata proprio brava, è riuscita a dire il 100 parole esattamente come sia la nostra vita.

Maria9195 Giovedì, 13 Novembre 2014 09:45

Bella è anche la risposta del Dottore allo scritto di Annucchia..... è rassicurante incontrare quando vai in visita dottori così... non ti tolgono il dolore ma ti fanno sperare di vivere meglio solo con una chiacchierata

mamma_lara Giovedì, 13 Novembre 2014 09:42

Graga, quando lavoravo e dovevo prendere ferie, era sempre per lavoro, dovevo dipingere casa o sistemare qualcosa. Prendevo ferie per i colloqui dei ragazzi a scuola o perchè dovevo accompagnarli da qualche parte. Pensa che prendevo ferie anche per stirare. Poi per necessità ho sempre fatto due lavori, quindi prendevo ferie anche per quello. Quindi quando tornavo al lavoro mi riposavo. Però la stanchezza l'avevo sempre da fare fatica alle volte ad alzarmi in piedi.

A me è sempre piaciuto lavorare e se non avessi lavoro me lo inventerei pur di fare qualcosa. Anche adesso non sto mai ferma e faccio solo ciò che mi piace fare. Ecco, forse sta qui la differenza.

Lavorare e fare ciò che ci piace fare è il più bel lavoro del mondo.

Penso che quando Al.Ce. si stancherà di me, sentirò un vuoto incredibile, per questo ho già il lavoro

di riserva, farò corsi di torte decorate 😊😊😊😊 o di cucina veloce per le ragazze che non hanno neppure il tempo di sbadigliare 😊😊😊😊
Sempre mia sia rimasta la lucidità, perchè la forza la troviamo sempre

Maria9195 Giovedì, 13 Novembre 2014 09:42

Cara ANNUCCIA descrivere in 100 parole come ci sentiamo delle mattine non è da tutti.... in alcune mattine mi ci trovo dentro perfettamente ...e tu sei stata bravissima a descriverlo....complimenti..

Maria9195 Giovedì, 13 Novembre 2014 09:40

BRAVA ROSSANA ..interessante e bellissimo articolo sul Cefalee Today... complimenti.

Simona Giovedì, 13 Novembre 2014 09:36

Lara...stanotte mi è costato u triptano...ora son qui nel bagno del circolo che devo andare a lavorare e invece... 😞😞😞

ora vedo di cucirmi addosso il tuo consiglio. ..grazie..

mamma_lara Giovedì, 13 Novembre 2014 09:34

Feffe, se tu ti vedi bionda, io ti vedo bionda. Non sia mai che distruggo una convinzione simile 😊😊😊😊

mamma_lara Giovedì, 13 Novembre 2014 09:32

Gri, ti ha già detto Rossana chi siamo. Ma hai visto che belle siamo. Mi è piaciuta la tua frase dietro lara altissima., per un attimo mi sono sentita un gigante 😊😊😊😊
Lidia è arrivata la mattina del sabato e qui purtroppo non c'è.

mamma_lara Giovedì, 13 Novembre 2014 09:28

Kikka, certo che non ci dimentichiamo di te. Poi ci racconti della tua casina.

mamma_lara Giovedì, 13 Novembre 2014 09:25

Rossana, tu sei una bellissima bionda. Però sicuramente eri bella anche con i capelli rossi. Io ero talmente mora che avevo i riflessi blu sotto il sole. Per poco tempo però, perchè a 27 anni avevo tutti i capelli bianchi. Bianchi si fa per dire, erano di un colore grigio spento e ancora lo sono. Quando mi diventeranno tutte le ciglia e sopracciglia bianche, mi farò una tinta biondissima. Adoro avere i capelli biondi. Però dovrei anche cambiare il viso 😊😊😊😊

mamma_lara Giovedì, 13 Novembre 2014 09:20

Simona, spero che oggi tu vada un po' meglio e se posso darti un consiglio che puoi rimandare al mittente in qualsiasi momento, versati addosso una tanica di olio e sorridi a te stessa. Tu sei unica e irripetibile.

mamma_lara Giovedì, 13 Novembre 2014 09:15

Buongiorno a tutti.

Sono veramente indietro come la coda del somaro e devo anche fare in fretta, perchè il treno di domani mica mi aspetta. Poi c'è lo sciopero dei treni, ma ho letto che le frecce non avranno problemi.

Però penso ai poveri pendolari che hanno sempre problemi. Mio figlio parte da casa alle 6 per essere al lavoro alle 8 😞

mariagrazia Giovedì, 13 Novembre 2014 08:18

Buongiorno a tutti.

Ho letto finalmente il nostro bollettino e mi sono goduta la vostra foto. Siete tt bellissime e vi voglio bene!!

cri69 Giovedì, 13 Novembre 2014 08:06

Rettifico, piove 😞

cri69 Giovedì, 13 Novembre 2014 07:25

Buongiorno a tutti, anche stanotte è piovuto, spero che oggi il tempo sia clemente.

GRAGRA in tanti siamo così stanchi, io vedo ora che sto lavorando a tempo pieno, a casa sono uno

straccio,cerco di fare il minimo indispensabile,se poi mi dici di cucinare,mi metterei a piangere....ma lo faccio.
Per me la cosa migliore sarebbe un part time.
Baci a tutti

gragra Giovedì, 13 Novembre 2014 04:38

riflessione

Quello che più noto con sgomento nello stato mio attuale, a parte i momenti di dolore acuto, è lo stato di stanchezza generale, con il quale sto convivendo da circa 3/4 anni - in peggioramento. lavorando, le mie 8 ore al giorno, succede che spendo le energie in quella parte della giornata e tornata a casa, mi spengo.

spengo nel vero senso: altro che cucinare, uscire, faccende belle o brutte, amici.

Me ne rendo conto ancor più ora che sono spesso costretta in ferie obbligate e mi riapproprio del "mio" tempo: la gestione della mia vita è diversa e divertente, in qualche modo, con molto dolore in meno oltretutto

Gri Mercoledì, 12 Novembre 2014 23:15

ROSS grazie mille! Domani vado a vedermela meglio da un pc! 😊 Ma almeno ora ho presente anche le altre! Siete bellissime certo! Pensa te Piera che non avevo mica presente il tuo viso.

Si comunque le bionde sono poche 😊

Buona notte a tutte

rossana Mercoledì, 12 Novembre 2014 22:41

Ovviamente è la signora che si chiama Graziella, non il gruppo 😊

rossana Mercoledì, 12 Novembre 2014 22:40

Allora GRI visto che tutti dormono provo io: tra Feffe e Simo c'è MAYA.

Tra me e Lara c'è PIERA.

Dietro Lara altissima c'è CRIS.

E dopo CRI e KIKKA continuando nell'ordine ci sono MONICA, PAULA e l'altra signora fa parte del gruppo di Ferrara che si chiama GRAZIELLA ed ha scritto mi pare una o due volte qui.

Belle vero? 😊

Gri Mercoledì, 12 Novembre 2014 22:31

Feffe anch'io ti vedo mora! 😊

Gri Mercoledì, 12 Novembre 2014 22:24

Buona sera! Ho visto ora la foto, solo che l'ho vista solo sul cellulare...quindi anche la foto la vedo in piccolo... Ho riconosciuto alcune di voi, ma non vi ho presenti tutte... Ho presente: Lara, Simona, Feffe, Annuccia, Rossana, Cri, Kikka. Tra Feffe e Simo non so chi sia... Tra Lara e Ross nemmeno...

Dietro Lara altissima è Cris o Lidia?

E dopo Cri e Kikka ci sono tre alle quali non so dare un nome.... AIUTO

kikka Mercoledì, 12 Novembre 2014 22:13

ciao a tutti! Sono di passaggio, come le nuvole nell'aria....citava una canzone. Sempre di corsa per la casa e il lavoro...sembra che tra un mesetto si entri...speriamo!!!! Quindi preventivi di traslochi,negozi di mobili ecc.....Spero l'ultimo trasloco!!!! Non dimenticatevi di me anche se passo poco,ma cerco di leggervi. Vi penso sempre, siete la mia forza quotidiana....buonanotte. <3

rossana Mercoledì, 12 Novembre 2014 21:43

Ah dimenticavo, io di capelli ero rossa proprio tanti anni fa.

Ora ho una base ramata e faccio i riflessi biondi, ma mai tanto chiari.

Mio marito però ogni tanto mi chiama bionda quindi tale mi ritengo.

E come PIERA vedo decisamente più donne coi capelli scuri che coi capelli chiari.

FEFFE io direi che ti vedo mora 😊

rossana Mercoledì, 12 Novembre 2014 21:39

SIMONA per quanto riguarda i farmaci la penso come LARA. Ci sono momenti in cui forse non se ne può fare a meno e quando si sta troppo male dentro il rischio è quello di ritrovarsi talmente in fondo

al pozzo da non trovare poi le energie per risalire.
Non so nè tantomeno oso dare consigli su questo fronte.
Leggendo l'articolo del Prof. Costa sul numero di Cefalee Today di cui si parla oggi puoi trovare spunti utili e tranquillizzarti un pò vista la famosa relazione di cui parla e che conosciamo così bene.
Parlane con un neurologo di tua fiducia, potrebbe anche uscirne un buon compromesso .
Io ripeto che alcuni integratori che stanno al confine tra omeopatia e farmaci veri e propri mi stanno aiutando tanto su questo fronte e non credo possano fare grossi danni.
In ogni caso al tuo posto prenderei quel malessere che ti trascini e lo porterei dallo specialista per vedere e decidere insieme il da farsi.

Simona Mercoledì, 12 Novembre 2014 21:02

Arrivato mdt... 😞 Mi ritiro ..vado in branda... buonanotte a tutti. .e speriamo in un buon risveglio... 😊

mamma_lara Mercoledì, 12 Novembre 2014 20:56

Un attimo, sono al telefono

mamma_lara Mercoledì, 12 Novembre 2014 20:51

Poi non so se vedete la mia faccia, ma dovete credermi che sembravo un'avvinazzata dal tanto ero rossa

Susy Mercoledì, 12 Novembre 2014 20:51

Libera, testa libera da due giorni.

mamma_lara Mercoledì, 12 Novembre 2014 20:50

Io ho i capelli bianchi di un grigio che sembra fuliggine. le ciglia e sopracciglia nerissime. quindi me li tingo.

Dimenticavo, nella foto sono quella che ha il fisico da top 😄😄😄

gragra Mercoledì, 12 Novembre 2014 20:36

Benvenuta Rita51: mora o bionda?

Sto scherzando 😊

era per riprendere il discorso sul colore dei capelli.

E' che io sono (ero) nera nera per cui quelle men che mogano mi sembrano platino 😄😄😄

Piera Mercoledì, 12 Novembre 2014 20:30

non e' che io ti ho messo nelle scure : e' la foto!!!! comunque vuoi stare tra le bionde??? non c'e problema 😄😄 aggiungo una al gruppo delle bionde

feffe81 Mercoledì, 12 Novembre 2014 20:25

MAMMALARA cito una cosa detta dal mio maestro di yoga che ho provato sulla mia pelle: una cosa è il dolore e un'altra è la sofferenza. Ci può anche essere dolore senza sofferenza.

Detto questo però è difficilissimo eliminare la sofferenza...ma ci sto lavorando!!

PIERA mi hai messa tra le scure!!!aaahhh e io che credo sempre di essere bionda 😄

Piera Mercoledì, 12 Novembre 2014 20:08

pensa Lara che a me la camomilla e la valeriana , mi fanno venire il mdt

mamma_lara Mercoledì, 12 Novembre 2014 20:04

E' arrivata una nuova amica. Benvenuta rita51

Piera Mercoledì, 12 Novembre 2014 20:02

Ma Simona perche' ora ti vuoi togliere dalle bionde???? 😄 ti sei tinta??? ora sei bionda 😄 vera come le altre 😄

Simona Mercoledì, 12 Novembre 2014 19:40

Quindi rimangono solo 3 le bionde vere... 😄

Simona Mercoledì, 12 Novembre 2014 19:38

Graga..io son tinta più che bionda 😊 per mascherare i bianchi sembro bionda ma i realtà sarei... anzi...ero...castana.... 😊😊

Piera Mercoledì, 12 Novembre 2014 19:35

.....mora anche Cri

Piera Mercoledì, 12 Novembre 2014 19:35

Graga sono andata a rivedere la foto del convegno: se togli me che potrei stare con il mio castagnuccio mesciato sia tra le bionde che tra le castane ci sono 4 bionde(Annuccia Graziella , Rossana , Simona e 8 castane/more (Maya Feffe, Kikka, Monica, Lara , Cris83, Paula e Lara) ora o sono daltonica io o lo sei tu 😊😊

gragra Mercoledì, 12 Novembre 2014 19:08

Ho visto la foto del convegno di Ferrara: ma a parte LARA e un paio di altre...tutte bionde?

Siete bellissime!!!!!! 😊

mamma_lara Mercoledì, 12 Novembre 2014 18:51

Cris, ti mando un abbraccio lento lento 😊😊

mamma_lara Mercoledì, 12 Novembre 2014 18:51

Monica, a me la camomilla molto concentrata eccita 😊😊

Ti sembrerà strano ma è così 😊😊

mamma_lara Mercoledì, 12 Novembre 2014 18:50

Paula, si, la Dottoressa Nappi lavora a Pavia ma non al Mondino... credo 😊

Se hai bisogno chiedo oppure posso farmi dare la sua e-mail

mamma_lara Mercoledì, 12 Novembre 2014 18:47

Monica, conosco ragazze che lavorano nel pubblico e lavorano senza mai avere un minuto libero e stanno a casa solo quando toccano il pavimento con la lingua. Non sempre si può stare a casa senza mettere nelle pesti il proprio collega.

Ma anche li sta nella responsabilità che ognuno di noi sempre verso gli altri e al proprio lavoro.

Sarebbe bene che in tv facessero vedere anche quelli che sgobbano. 😊

mamma_lara Mercoledì, 12 Novembre 2014 18:43

Rossana, volevo dirti che fai bene ad andare a fare la tua esperienza con il teatro. Io farei lo stesso. Brava brava.

mamma_lara Mercoledì, 12 Novembre 2014 18:42

Simona, penso ci siano momenti che non bisogna andare troppo per il sottile e che se c'è necessità di un farmaco si deve prenderlo senza farsi troppe domande.

E' sempre mio pensiero siano utili quando i pensieri sono ossessivi, in quel caso c'è poco da fare. Ma questo è solo un mio pensiero.

Pi però sono anche convinta che se si riesce a controllare i pensieri cattivi non ci sia necessità di nulla.

Ma in questo caso la linea è molto sottile e bisogna essere onesti con se stessi, se i pensieri cattivi non si scacciano, bisogna fare qualcosa.

Non so perchè alle volte sono stata capace di trattenere il veleno e non mi accorgevo del bene.

Correvo dietro a cose negative e gettavo il positivo.

Non è facile, no proprio no cara.

rossana Mercoledì, 12 Novembre 2014 18:36

Ho impiegato un'ora a fare gli esercizi che dovrei fare in mezz'ora, che fatica 😊

Nel primo pomeriggio è venuta un'amica che ha un'aziendina insieme al marito e sta tentando in tutti i modi di tenerla in piedi.

Mi ha fatto telefonare a clienti qua e là nel mondo per vedere di svegliarli dal sonno. Ogni tanto viene e fare queste cose mi dà la vita, altrochè stare qui concentrata a cercare l'autocorrezione.....

Va beh vado avanti ne ho ancora per un pò, dopo vi leggo.

mamma_lara Mercoledì, 12 Novembre 2014 18:33

Piera, tu eri bella prima e anche adesso, poi la cellulite neppure con il binocolo si vedeva da te.

cri69 Mercoledì, 12 Novembre 2014 18:31

Buonasera che meraviglia...ROSS fenomenale, che bello il tuo scritto,complimenti.
ANNUCCIA anche tu mica scherzi eh ?

Qui tanta stanchezza ma domani si finisce...spero 😊

mamma_lara Mercoledì, 12 Novembre 2014 18:31



Mirella, brava brava, 10 giorni non sono pochi.

Se vuoi farci vedere la foto, mandamela pure, che poi la inserisco io. clicca sulla buustina, è la mia mail

mamma_lara Mercoledì, 12 Novembre 2014 18:26

Annuccia, non ne basterebbero mille di parole. Però sei stata brava. Molto brava. Grazie.

mamma_lara Mercoledì, 12 Novembre 2014 18:24

Nico, tienile ben sempre care le tue energie, perchè alle volte se ne spendono troppe per tanto tempo e svuotiamo il barile, l'uovo e anche la moglie ubriaca. 😊😊😊

Annuccia Mercoledì, 12 Novembre 2014 18:24

Non nego che mi ha fatto piacere anche se 100 parole sono molto poche per dire tutto ciò che vorremmo

mamma_lara Mercoledì, 12 Novembre 2014 18:21

Mariparis, non posso esserti di aiuto. Io non assumo triptani e neppure l'altro farmaco.

Annuccia Mercoledì, 12 Novembre 2014 18:20

Sono riuscita a "ritagliarmi" una pausa per leggere.

arima Mercoledì, 12 Novembre 2014 18:19

Anche qui pioggia a volontà il che certo non aiuta l'umore. Non molta voglia di parlare ma ho con piacere letto i vostri post della giornata visto che sono rientrata un po' prima dal lavoro.
Una buona serata a tutti.

mamma_lara Mercoledì, 12 Novembre 2014 18:18

Feffe, mi fai venire in mente un pezzo dello scritto che c'è nel nostro libro. Il brano è "relazioni terapeutiche" e un piccolo estratto ... "Piano piano la sofferenza dell'anima lasciava il posto alla sofferenza fisica che ora posso analizzare con più lucidità, constatando che il solo dolore fisico mi induce a dire che sto bene" ...

Nel mio caso posso dire che la sofferenza dell'anima è più difficile da sopportare che la sofferenza fisica. O forse è la combinazione delle due che è difficile da sopportare, perchè addossiamo tutta la colpa a quella fisica e continuiamo a non volerci occupare di quella dell'anima. Questo facevo io, poi forse per te gli altri è diverso.

mamma_lara Mercoledì, 12 Novembre 2014 18:10

Gragra, sai che ora spero anch'io che la tua dottoressa stia bene. Anch'io sarei disperata se mi mancassero i miei neurologi, sono una garanzia per me.

mamma_lara Mercoledì, 12 Novembre 2014 18:08

Paula, a dopo

mamma_lara Mercoledì, 12 Novembre 2014 18:07

Paula, ti credo che avrai paura di non sentire i campanelli. Io avevo lo stesso terrore quando facevo le notti. Avevamo dei giri e guai a saltarne uno o a farli fuori l'orario stabilito. Poi in privato ci dirai la figlia del famoso. Io muta sono

paula1 Mercoledì, 12 Novembre 2014 18:06

scendo in città...un po' rinco lo sono.. 😊 Buona serata a tutti

mamma_lara Mercoledì, 12 Novembre 2014 18:04

Piera vi ha già anticipato Cefalee Today, scaricatelo perchè c'è anche il resoconto del Convegno di Ferrara che ha fatto la nostra Rossana.

Poi c'è anche la nostra foto.

Poi il messaggio di Annuccia e la risposta che ha dato il Dr. Di Lorenzo, alla quale proprio non si può aggiungere nulla. Grazie mille carissimo.

Simona Mercoledì, 12 Novembre 2014 16:00

Piera grazie della segnalazione.. bellissima foto e molto interessante tutto tutto... 😊 brava Annuccia e brava Ross.... 😊

Simona Mercoledì, 12 Novembre 2014 15:49

Buon pomeriggio a tutti. ..

qui siamo sempre sotto la pioggia...oggi terzo giorno di allerta e scuole chiuse..domani e dopo dovrebbe esserci una tregua ma siamo già in allerta per il fine settimana...

ieri sono andata dalla psicologa e mi ha proposto nuovamente di farmi aiutare con un antidepressivo di ultima generazione, il ciprex o nome simile... io ho rifiutato, come al solito.. e devo dire che sta cosa mi fa un po' incazzare, scusate il termine.... lei dice che sto rischiando il fondo del barile, che vorrebbe potermi alleggerire un po'.. sono 3 venerdì che mi viene mdT forte e vomito, mentre a me sembra una cosa normale a lei invece pare di no... se dopo 1 anno e mezzo di psicoterapia siamo ancora al punto che devo prendere un antidepressivo per stare meglio allora che ci vado a fare da lei?? Mi viene voglia di smettere di buttare via soldi e continuare a far da sola come ho sempre fatto....

Piera Mercoledì, 12 Novembre 2014 15:27

avete visto che in cefalee today c'è la nostra foto?

e anche un bellissimo messaggio di Annuccia con la risposta del mitico dott. Dilorenzo 😊

Cris83 Mercoledì, 12 Novembre 2014 15:15

ciao a tutti! intanto un saluto veloce.. poi vi leggo!!

un abbraccio a tutti.. 😊 😊

paula1 Mercoledì, 12 Novembre 2014 14:32

MONICA le sere che faccio notte non posso prendere niente perchè devo lavorare ed essere lucida...poi siccome vado a letto intorno alle 9 di mattina ho pensato di aiutarmi con una pastiglia oggi...però non voglio abituarci, è stata solo una prova..mi hanno consigliato una tisana alla valeriana ...appena riesco ad andar in un negozio provo a prenderla....

la cosa bella è che non ho fame... 😊 magari durasse qualche secolo... 😊

ora mi stendo nuovamente... 😊

Monica Mercoledì, 12 Novembre 2014 14:31

Mi ricordo nel 1998 ero con Valerio a festeggiare il capodanno a casa di un amico e avevo con me il mio primo cane. Per non farlo spaventare con i botti di fine anno, nel pomeriggio ho iniziato a dargli delle gocce di Valeriana. Ogni tanto gli aprivo la bocca e gli spruzzavo le gocce che non riuscivo mai a contare. Ha dormito tre giorni di seguito 😊 Lui che era sempre stato un cane iperattivo e all'epoca aveva solo un anno, la mattina non voleva saperne di uscire per la pipì. Povero l'avevo drogato con la Valeriana 😊

Monica Mercoledì, 12 Novembre 2014 14:26

PAULA ma sono stati dimessi alle 5 di mattina 😊 Hai provato a prendere qualcosa di naturale la sera per dormire un po' meglio? Ad esempio una camomilla molto concentrata?

paula1 Mercoledì, 12 Novembre 2014 14:22

MAMMA LARA lo dottoressa Rossella Nappi e quella che segue le pazienti con cefalee a Pavia ? è una ginecologa, ma mi sembrava che al convegno fosse stata nominata....grazie

Piera Mercoledì, 12 Novembre 2014 14:09

Paula anche a me se non arriva il ciclo, mi vengono le "scalmene" e non sono ancora in menopausa, la ginecologa quando gliel'ho raccontato mi ha detto che è normale.

paula1 Mercoledì, 12 Novembre 2014 14:01

Buon giorno a tutti...qui nuvolo ma non piove.....la notte è andata bene..per fortuna due pazienti se ne sono andati alle 5 perchè ci serviva al volo una camera e siamo strapieni.....
devo fare una confessione...siccome ero molto stanca e addolorata coi muscoli, mi sono portata a casa una pastiglia per dormire e in effetti ho dormito dalle 9 alle 13.....ora sono un po' rinco e ancora non capico se ho riposato bene...però dovevo cercare di aiutare il sonno perchè altrimenti è sempre meno...mi sento fiacca, ma i muscoli sembrano più rilassati...
anche stanotte mi sono capitate alcune scalmene.., ma mentre facevo colazione ho letto un articolo su una pubblicazione che danno nelle farmacie...di una dottoressa...che ora chiedo a LARA perchè ho un dubbio....

mamma_lara Mercoledì, 12 Novembre 2014 13:44

Eccomi, oggi è una giornata piena di impegni. Ho una riunione oggi pomeriggio e domani ne ho un'altra alle 14, poi il gruppo c'è lo stesso, arrivo direttamente dalla riunione.
Questa mattina ho fatto una visita. Sembra si sia concentrato tutto questa settimana.

mamma_lara Mercoledì, 12 Novembre 2014 13:04

Sbagliato, navigo a 0.30 MB

mamma_lara Mercoledì, 12 Novembre 2014 12:57

Buongiorno a tutti. Non navigo.
Ho telefonato a Telecom e spero risolva il problema. Sono appena rientrata e ho minacciato di disdire l'ADSL, mi stanno perdendo per sfinito.
Ora faccio la pappona poi vi scrivo con il tablet o con il telefono, almeno quello va veloce.
A dopo.
Ho un diavolo per capello. Sono 5 anni che pago 7 MB e ora arrivo a 1.38.
ogni volta che chiamo mi dicono che c'è un guasto sulla linea esterna e nessuno ancora la ripara.

mariparis Mercoledì, 12 Novembre 2014 12:46

Buon pranzo a tutte! Annuccia, Feffe, grazie per le informazioni sui farmaci.
un bacino a tutte

Piera Mercoledì, 12 Novembre 2014 12:41

Mi dispiace per le vostre testoline, Monica e Annuccia, anch'io in questi giorni ho l'ho avuto molto forte, da oggi va meglio. Annuccia Giorgio e' davvero molto contento 😊

Annuccia Mercoledì, 12 Novembre 2014 12:37

MONICA, hai proprio ragione...

PIERA, sarà contento Giorgio 😊

Monica Mercoledì, 12 Novembre 2014 12:33

ANNUCCIA come ti capisco 😞 Dopo essere stata assente la scorsa settimana, non posso mettermi di nuovo in malattia. In questi frangenti che darei per lavorare in un posto pubblico, come quelli che fanno vedere in tv.....

Monica Mercoledì, 12 Novembre 2014 12:31

Buongiorno. L'attacco ancora non finisce 😞, ho preso un trip ieri e uno oggi 😞 Stamattina sono anche arrivata un'ora e mezza dopo in ufficio, non riesco ad alzarmi dal letto

Annuccia Mercoledì, 12 Novembre 2014 12:30

Preso Brufen, per ora, senza nessun beneficio..... cosa darei per stare a casa!!!

Piera Mercoledì, 12 Novembre 2014 11:54

per il visoo hai ragione!!! comunque io ero una florida "pandorona" 😊, questa dieta che mi piace poco, un merito ce l'ha, sparita la cellulite e carni flaccide addio, sono soda come un uovo 😊

Annuccia Mercoledì, 12 Novembre 2014 11:37

L'effetto "prugna secca" è la cosa peggiore

Annuccia Mercoledì, 12 Novembre 2014 11:36

PIERA, attenzione al troppo dimagrimento, alla nostra età il viso si va a far benedire.....

Piera Mercoledì, 12 Novembre 2014 11:24

oggi ho letto una frase che mi calza come un vestito nuovo (di cui avrei anche bisogno a causa del mio dimagrimento 😊) .

"l'apertura mentale non è una frattura del cranio" 😊

Mirella73 Mercoledì, 12 Novembre 2014 11:20

Anche a mn relpax lo passa ssn e menomale !!! Ieri ko. Preso sinflex però sono contenta perché erano 10 gg di stop! Sto pensando alle decorazioni natalizie . Con i bimbi ho realizzato un alberello con della stoffa avanzata . Che bello!! Mi piacerebbe farvelo vedere

Piera Mercoledì, 12 Novembre 2014 11:19

hai ragione Annuccia 😊 sono piena di pregiudizi nei confronti dei medici maschi 😊 e invece??? però sono sempre aperta a cambiare opinione

Annuccia Mercoledì, 12 Novembre 2014 11:13

ROSSANA, conosco gli esercizi di cui parli, sono molto impegnativi sia in termini fisici che di concentrazione. Forza e coraggio!

PIERA, è la prima volta che ti sento parlare bene di un uomo (in questo caso il dottore di facebook, che stimo molto anche io) 😊

Annuccia Mercoledì, 12 Novembre 2014 11:11

Buongiorno a tutti! notte piena di dolori ed ora pure. Mi sembra che cominci anche la testa..... insomma un "catorcio". Stamani sono potuta solo andare in banca .

MARIPARIS, ti hanno già risposto le amiche, ma a Roma i triptani (quindi il Relpax) li passa il servizio sanitario, almeno per ora , mi sembra anche l'Inderal. Comunque "ammazza" la farmacia dove siete andati, che disonesta.

Gri Mercoledì, 12 Novembre 2014 10:43

Buongiorno, qua siamo ancora sotto la pioggia, ma domani dovrebbe migliorare. Oggi ho la visita dermatologica per controllare i nei e domani pap test.

Ieri sera sono andata a letto con un po' di mdT, ma nella notte se ne è andato assieme ai sogni.... 😊

nico26 Mercoledì, 12 Novembre 2014 10:26

Buongiorno a tutti .Lara prendersi cure di noi mi piacerebbe fare questo lavoro e tenere le mie energie che mi rendo conto sono tante per la mia età per ciò che ne vale la pena.

To mo!!!!

Oggi vado avanti così!!!!

feffe81 Mercoledì, 12 Novembre 2014 07:47

MARIPARIS io a Modena con la ricetta non pago i triptani e nemmeno il laroxyl.

feffe81 Mercoledì, 12 Novembre 2014 07:44

Buongiorno a tutti! Sembra che il mio attacco sia finito! È durato due giorni invece che tre e non ho vomitato 😊😊😊 a parte ieri pomeriggio che era forte del resto si sopportava. Sono contenta che per questa volta avevo "solo" il dolore, non la sofferenza quella dentro 😊

gragra Mercoledì, 12 Novembre 2014 04:32

Primo risveglio mattutino: mi è andata bene sono le 4.29 😊
un'occhiata al forum...

Paula tutto bene? notte facile?

Ora provo a riaddormentarmi 😊
Zz

Saluti

rossana Mercoledì, 12 Novembre 2014 00:18

PAULA spero tu possa riposare almeno un po'.

Buonanotte e buon lavoro a te

paula1 Mercoledì, 12 Novembre 2014 00:07

Buona sera a tutti...abbiamo già spento le luci...finiti i lavori notturni...oggi poche cose...adesso mi riposo anche se sulle sedie si sta davvero scomodi....io non mi stendo perché ho paura di non sentire i campanelli...l'età media dei pazienti stasera è bassa e domani ancora di più che avremo nuovamente i bambini e anche la figlia di un personaggio famosissimo...(non posso scrivere chi è perché qui ci leggono davvero in troppi... 😊)..vado a fare un saluto ai colleghi della Medicina... Buona notte a tutti

mariparis Martedì, 11 Novembre 2014 19:12

Lara grazie per la spedizione del libro. E un grazie speciale per essermi stata vicina durante il ricovero. Ti mando un bacetto

mamma_lara Martedì, 11 Novembre 2014 19:10

Scusate ma ho i ragazzi a cena e ho da fare.

mariparis Martedì, 11 Novembre 2014 19:07

Ok Piera, grazie mille 😊

Piera Martedì, 11 Novembre 2014 18:53

mariparis già' che ci sei chiedi anche per l'inderal

cri69 Martedì, 11 Novembre 2014 18:47

Buonasera a tutti, argomenti tosti oggi, non ci provo nemmeno ad impegnarmi...scusatemi ,ma sono a pezzi, non ne posso più di tutte ste mele 😡 e fango mi dico di continuo che sono fortunata ,tutti i gg sono a malta 😊 ma ho un male alle gambe 😡 .

Maya Martedì, 11 Novembre 2014 18:44



mariparis Martedì, 11 Novembre 2014 18:40

Grazie Piera, domani vado dalla dottoressa di famiglia e chiedo se mi fa la ricetta per il relpax.

Maya Martedì, 11 Novembre 2014 18:38

Oggi tante piccole cose che ho fatto ,ma hanno fatto stare bene, testa libera che quasi mi da noia.....no battuta a parte, mi sento bene oggi.

Maya Martedì, 11 Novembre 2014 18:34

Ciao?.e martedì è ormai terminato,Mami si si recupero dopo,il lavoro,dopo le 9 perché faccio solo 4 ore per ora,mi sono fermata per piccola spesa,poi dal macellaio di fiducia per farmi preparare i varie agli di carne per fare il ripieno per tortellini,prima di pranzo... 😊 e quindi fatto,poi riposino di mezz'ora sul divano,senza dormire....o sono guai.ma la lavoro mi sono veramente piaciuta tanto,due macchine su quattro si sono bloccate,guindl io e la collega avevamo due articoli da mettere in scatola,con parecchia confusione in torno,io svelta con le mani,ma senza imprecare contro nulla o nessuno,e calma senza minimamente innervosirmi,la collega una parodia in dialetto è molto colorite le espressioni,ma tanto si muoveva e tanto andava a sbattere.....Mami il biofadbaak.....

Piera Martedì, 11 Novembre 2014 18:26

Graga , io sono seguita da un medico che ho conosciuto solo su facebook, e sono stracontenta , se potessi gli farei un monumento 😊 , non ti immagini le delusioni che ho patito conoscendo alcuni medici di persona!!!! quindi non c'e' una regola che tenga, professionalita' capacita e disponibilita' , sono qualita' che ci sono o non ci sono, qualunque sia la modalita' di conoscenza del medico, abbi fede 😊

oggi sono stata all'ipercoop a fare la spesa ho subito una vera stretta al cuore, un attacco di tristezza infinita!!! tutto addobbato per il Natale, oh no , me ne ero quasi dimenticata 😊

mariparis Martedì, 11 Novembre 2014 18:24

Grazie a tutte per il ben tornato. Siete tutte molto care....

Piera Martedì, 11 Novembre 2014 18:21

Mariparis, non so nulla degli altri farmaci, ma sono quasi sicura che il Relpax e' a carico del SSN, forse dovevi prima andare dal tuo medico per la trascrizione, qui a Bologna funziona che i medicinali prescritti dentro all'ospedale prima delle dimissioni, li devi ritirare alla farmacia interna dell'ospedale stesso, altrimenti devi passare dal medico di famiglia per la trascrizione nelle ricette rosse.

mariparis Martedì, 11 Novembre 2014 18:16

Ragazze in effetti ieri non ci ho capito molto. La dr.ssa parlava in modo ultra veloce perche' in ospedale di mattina presto c'era un gran confusione, tra pazienti da visitare e pazienti che dovevano ricoverarsi. Ed io ero nel pallone, tra la flebo appena fatta che un po' mi intontiva e l'entusiasmo di uscire. Ho capito solo che dalla tac non risulta nulla, e che secondo loro io soffro di un pochino di disturbo d'ansia, che mi provoca mdt. Mi ha detto pure che se ci ritorno tra 3 mesi, possiamo provare a fare le infiltrazioni di botulino.

non mi pare mi abbia detto altre cose, almeno io non ricordo.

oggi il mio compagno e' stato in farmacia, e gli hanno detto che tutti i farmaci prescritti-limbitrym, inderal, relpax e l'altro antidolorifico, sono a carico mio, non c'è la ricetta rossa.

pazienza....

Gri Martedì, 11 Novembre 2014 17:51

Buona sera a tutte/i, non sono riuscita a scrivervi né ieri né oggi tutto il giorno, ma ora sono riuscita a leggervi.

Bentornata a casa MARIPARIS.

ROSS, sei una roccia, ma quanto dolore che devi sempre avere....uff, ti abbraccio

NICO, sono felice che il tuo amico cardiologo ti abbia assicurata!

La morte?!? 😞 che argomento....euhm, io devo essere sincera, mi fa paura se mi ci metto a pensare, ma non ci penso mai e tanto meno ho mai fatto pensieri sul meglio morire che soffrire.

giuseppina Martedì, 11 Novembre 2014 17:44

GRAGRA non credo che sia l'età, molte persone fanno fatica a capire i medici anche quando sono molto chiari, mia cognata è così, andava sempre con mio fratello e poi si faceva dire cosa aveva detto il medico 😊

nico26 Martedì, 11 Novembre 2014 17:15

Ross ti capisco ma sei talmente tosta che sono sicura che piano piano ci riuscirai.

Come me che in questo period mi assale dei momenti di ansia assurda,pero' rispetto a prima la controllo la guardo ,talvolta mi fa paura ma non mi paralizza come faceva anni fa.'

Devo imparare a gestirla e spero piano piano di riuscirci !

Donne avanti pure!!!

Un abbraccio

rossana Martedì, 11 Novembre 2014 15:59

Adesso provo a riposare un pò. Mi hanno assegnato degli esercizi difficili proprio difficili per migliorare i riflessi e il sistema diciamo neuro-motorio.

Praticamente devo compensare un sacco di gap (asimmetrie varie tipo anche altezza diversa tra parte sx e dx) facendo lavorare prima di tutto il cervello di modo da indirizzare con autotrazioni e altri movimenti il corpo in una data direzione.

Non so neanche spiegarveli, figuriamoci farli.

In ogni caso mi sono fermata in pasti ed ho preso un pò di salatini e una bottigliotta di bianco per il corso di teatro al quale non ho intenzione di mancare.

E alle 7 abbiamo tutti fame quindi iniziamo sempre mangiando e bevendo 😊

rossana Martedì, 11 Novembre 2014 15:54

Torno ora 😊

Va beh, avanti tutta.

Ringrazio tutte voi che da donne mature quali siete non avete lasciato cadere neanche il più difficile degli argomenti.

Che spessore, che levatura, che saggezza.....poi come dice ANNUCCIA va come va quindi adesso stop.

Il ragazzo è il fisioterapista che è sì o no trentenne. Grazie in ogni caso per aver pensato ad Alberto che ovviamente è bello ma proprio un ragazzoquesto non credo.

Suo papà che povero anche lui ha una lucidità ben appannata per usare un eufemismo la settimana scorsa mi ha detto:

"Stamattina è passato di qua Alberto, ben vestito e rasato di fresco (cosa un pò insolita evidentemente) e ho pensato che è ancora tanto giovane.

Mi piacerebbe che aveste due bambini qui nel cortile a giocare ma.....quanto costa comprare due bambini?"

Non vi dico la tenerezza che mi ha fatto.....

gragra Martedì, 11 Novembre 2014 15:39

Io quando vado dalla dottoressa porto sempre un "testimone" perchè non solo non ricordo nulla, dopo, ma a volte non capisco cosa mi sta dicendo ...

ora questo, purtroppo, mi capita anche quando vado a portare mamma o papà dai medici: credo che tra poco non potrò più accompagnarli io 😞 .

E inoltre mi vergogno a dire che non capisco...

A volte per elaborare la frase che mi viene detta ho bisogno di molto tempo, anche se sto bene - senza mister MDT, ho come un ritardo nell'afferrare situazioni e questo deficit prima non lo avevo e mi rendo conto che non è solo l'età 😊

Il 17 quando dovrò affrontare il nuovo neurologo... sarà difficile:

se guardo il suo profilo FB mi faccio condizionare in male..... 😊😊

Forza dottoressa mia #DajeMarta!!!

Forum del mio cuore mandate energie positive per la dottoressa più speciale del mondo 😊 affinché si rimetta bene e presto, ovviamente per lei prima di tutto!!!!

mariagrazia Martedì, 11 Novembre 2014 15:30

buon pomeriggio a tutti. stanotte di nuovo svegliata dal mdt forte e mi sono impasticcata. ora mi sento uno zombie ed ho un sonno che dormirei x delle ore

mamma_lara Martedì, 11 Novembre 2014 14:43

Rossana, ora avrai finito dal fisioterapista.

Chi ti vede e sta in tua compagnia, non direbbe mai che devi sopportare tutta quella grande mole di dolore.

Anch'io come Feffe ho pensato ad Alberto, che bel ragazzo è e anche di più.

Per la foto della tua mamma non immagini quanto ti capisco.

Annuccia Martedì, 11 Novembre 2014 14:40

MARIPARIS, bentornata a casa anche da parte mia. Non preoccuparti piano piano riuscirai a gestire il tutto. Manda una mail di richiesta di chiarimento se non ti orienti.

mamma_lara Martedì, 11 Novembre 2014 14:40

Mariparis, io trovo sia utile scrivermi tutto, perchè ti sembrerà incredibile, ma vado in confusione con l'assunzione dei farmaci e mi dimentico sistematicamente tutto tutto.

Non sentirti l'unica a non ricordare cosa ti ha detto la dottoressa, io non ricordo mai una parola quando esco dagli ambulatori, nella testa mi rimane una confusione tale che ricordo solo in generale un più o meno.

mamma_lara Martedì, 11 Novembre 2014 14:36

Mariparis, succede anche a me di sentirmi disorientata dopo una visita. Questo succedeva sempre e ancora succede con la prescrizione dei farmaci. Credo che il dubbio della ricetta rossa te lo possa dissipare il medico di medicina generale, mentre quale farmaco prendere prova a pensare se per caso la dottoressa abbia dato la priorità ad uno dei due che ti ha prescritto. Al limite mandagli una e-mail così ti togli ogni dubbio.

Purtroppo tutti i farmaci hanno effetti collaterali, alle volte ci si abitua con il tempo, altre volte un po' meno.

feffe81 Martedì, 11 Novembre 2014 14:18

MARIPARIS bentornata a casa 😊 l'amitriptilina a me dà tanta stitichezza. Per la scelta del sintomatico non saprei se non dirti che da quel che so il relpax è un triptano e quindi un antiemicranico specifico, mentre l'artrosilene è ketoprofene che è un antidolorifico

paula1 Martedì, 11 Novembre 2014 14:15

Bentornata a casa MARIPARIS...

ma non ti sei fatta spiegare dalla dottoressa come assumere i farmaci ? perchè Relpax e Artrosilene sono due principi attivi completamente diversi... 😞 noi non sappiamo la tua diagnosi e non possiamo darti consigli su cosa assumere...però io farei una telefonata alla dottoressa che ti ha seguito....

feffe81 Martedì, 11 Novembre 2014 14:15

Grazie del link MAMMALARA, ho ascoltato la registrazione 😊

ROSSANA il tuo sfogo ci sta tutto. E non ho parole per consolarti 😞 sappi però che le tue parole mi insegnano tanto sulla vita. Però quando hai detto che aspettavi un bel ragazzo pensavo fosse Alberto 😊

MONICA è vero, noi facciamo fatica ad adattarci ai cambiamenti. Spero che per il tuo lavoro possa cambiare qualcosina in meglio...

Anche io ho iniziato a pensare alla morte e come dice PIERA e anche i Maestri, imparare a morire vuol dire imparare anche a vivere. Non sono arrivata molto avanti ancora, ma già il fare la meditazione quotidiana per me è fare qualcosina in questo senso.

mariparis Martedì, 11 Novembre 2014 14:05

Ciao a tutte ragazze, oggi scrivo da casa 😊

ho cominciato a prendere il limbityl e non ho mdt, ma ho sempre la bocca secca e amara, una fortissima stitichezza, e la notte non dormo...e' come se prendessi caffè.

qualcuna di voi riscontra gli stessi effetti?

al bisogno mi ha prescritto la d.ssa relpax oppure artosilene...come devo scegliere?

ci vuole la ricetta rossa?

scusatemi per le mille domande, ma per me è tutto nuovo ed è come se ricominciassi da capo. vi bacio forte

mamma_lara Martedì, 11 Novembre 2014 13:03

[31 ottobre 2014 in onda nel programma "Piazza inBlu" del network radiofonico inBlu](#)

paula1 Martedì, 11 Novembre 2014 12:37

leri pomeriggio dopo essermi alzata dal riposo pomeridiano avevo dei capogiri...in serata al lavoro li avevo un po' meno, ma sono arrivate delle vampate di calore...non credo siano scalmene perchè durano pochissimo, anche se sono fastidiose...ho lavorato sempre con la finestra aperta stanotte e Gianluca mi diceva che non era affatto caldo...io ho pensato che forse si sta muovendo il ciclo, ma ancora qui tutto tace..verso mattina, dopo le 4.30 sono stata meglio...chissà..... 😞

vado a farmi un po' di pappona 😊

rossana Martedì, 11 Novembre 2014 12:15

E qui si aspetta, questo bel ragazzo e pure bravo ma sempre in ritardo. Adesso dovrei capire se mi conviene sgranocchiare qualcosa prima di entrare ma se poi mi chiama? D'altra parte dopo sto dentro quasi due ore.

mamma_lara Martedì, 11 Novembre 2014 12:15

Gragra, anch'io dico sempre che sono stata una cattiva mamma, lo dico perchè mi sembra di avere sbagliato tanto. Poi però cerco di farmene una ragione, perchè questo pensiero mi porta a sbagliare ancora di più. Poi se si analizzano bene gli errori e magari si parla di questo con un'amica che vuole bene a te e alla tua famiglia, trova sempre il modo di vedere la cosa sotto un altro punto di vista meno cattivo di come l'abbiamo vista noi.

mamma_lara Martedì, 11 Novembre 2014 12:11

Mi sono piaciuti tantissimo i vostri messaggi, me li metto da parte perchè mi aiuteranno. So per certo che mi aiuteranno.

Grazie mille a tutti voi.

gragra Martedì, 11 Novembre 2014 12:09

Grazie MAMMA LARA 😊

Arima,

coraggio: da genitore è terribile, lo so. Mia mamma con me è stata brava io invece so essere brava solo con le persone non mie familiari.

è il mio cruccio più grande il mio tormento enorme.

con mio figlio sono stata un "cattiva" mamma. 😞

so che ho tutte le scusanti. Difficile scusarsi, però 😞

coraggio, amica 😊

Mariparis,

allora? Come va il ritorno a casa? 😊

mamma_lara Martedì, 11 Novembre 2014 12:05

Mamma mia che argomento questa mattina. Ma sapete che non posso non dire la mia.

Fin da piccola ho sempre visto la morte come una cosa orribile e che mi avrebbe portato in un posto orribile dove sarei stata malissimo. Tutto quello che mi circondava descriveva questo passo della vita come una cosa da nascondere.

Avevo 27 anni e ancora ne avevo paura, solo che la mia paura della morte non era per quel posto orribile, ma perchè avrei lasciato i miei figli in un posto orribile se io non ci fossi stata. Quindi ho espresso un desiderio, quello di vivere fino a che i miei figli non fossero stati tutti e tre grandi e indipendenti. Sono stata esaudita e ora non ho più paura di nulla.

Sì, in effetto una paura ce l'ho, ma sapete bene di cosa ho paura.

Ho talmente rispetto della vita che non posso avere paura di morire, alle volte mi vengono dei pensieri e me li faccio perchè devo avere sempre tutto "sistemato", per esempio devo sempre dire a tutta la mia famiglia ed i miei amici e amiche, quanto siano importanti per me e di quanto mi abbiano aiutato nella vita. Devo sempre dirlo e sinceramente questo mi fa star bene. Da brava cefalalgica, devo pianificare anche quello. Tutto deve avere la sua collocazione, anche le più piccole cose. La polvere sui mobili va bene, ma guai a non dire a chi va quel libro o quel braccialettino. Poi guai a tacere con i miei figli quanto siano stati importanti per me e che nella prossima vita che avrò vorrei fossero ancora loro i miei figli, quindi quando sarà il momento della loro nascita, vorrei proprio che scegliessero me come mamma.

So che invecchierò fino a 100 anni e purtroppo diventerò una vecchia disturbatrice molesta per tutti. ma forse è giusto così, almeno quando me ne andrò i miei figli sentiranno come una liberazione.

Ecco, non voglio lasciare dolore con la mia partenza, ma solo gioia. Però mi tengo pronta e spero di essere capace di svolgere questo compito al meglio, così da insegnare ai miei figli anche a fare questo viaggio.

Insomma, questa sarà l'ultimo mio compito voglio farlo bene come se fosse l'ultima cosa bella che farò.

Ma che bella è stata la mia vita e nonostante tutti i dolori che questa mi ha riservato, non vorrei averla avuta diversa mai.

Io sono ciò che sono stata e mi piaccio abbastanza, va bene che qualcosina potrei volerla in modo diverso, per esempio un po' più bella vorrei esserlo, ma mica si può avere tutto. 😊

paula1 Martedì, 11 Novembre 2014 12:00

Buon giorno a tutti...qui sole alternato a nuvole....la notte è andata bene anche perchè ero con un ottimo infermiere (quello che fino ad un anno fa faceva le 4 notti con me e che ora è nel reparto di Medicina)...i bambini sono stati super buoni...

mi sono un po' arrabbiata 😞 perchè stanotte ho trovato dei lavori non fatti, farmaci e ferri scaduti e sono sempre io che rimetto a posto le cose.....così stamattina ho parlato con la caposala, ma anche

lei non sa più cosa fare...sono molto demoralizzata 😞 😞

ho dormito neanche 2 ore...faccio fatica a riposare e sono tutta contratta...stavo pensando se è il caso di prendere qualche farmaco per allentare un po' questa situazione....ma non saprei cosa

perchè vorrei essere più rilassata, ma non narcotizzata 😞 ...

nico26 Martedì, 11 Novembre 2014 11:46

Buona mattina tarda a tutti/e

Beh...la paura della morte viene anche a meanche se non vi prende piu' di tanto .Vine soprattutto quando hai dei mali sconosciuti e allora la testa parte e pensa alle cose piu' orribili.lo sinceramente non ci sono preparata e per ora vorrei cercare di vivere il presente ogni attimo ,senza quel mdt che come ora arriva e ti rovina la giornata.

Certo che a dire sempre pazienza arrivi sfinita!

Dai pure!!!

mamma_lara Martedì, 11 Novembre 2014 11:45

Arima, siamo in attesa come lo sei tu, dacci notizie e speriamo siano almeno di una pausa da quel MDT continuo che tua figlia ha da quasi due mesi.

mamma_lara Martedì, 11 Novembre 2014 11:44

Questa mattina Gabriele mi ha fatto la spedizione del libro per Arima, Gagra e Mariparis.

Arriveranno forse un po' a rilento perchè li ho spediti con Pieghi di libri

mamma_lara Martedì, 11 Novembre 2014 11:42

Buongiorno a tutti.

Mariparis sarai già a casa e spero non sia stato troppo difficile il viaggio.

Piera Martedì, 11 Novembre 2014 11:28

ora come ora mi basta arrivare a gennaio per vedere il mio nipotino 😊

Piera Martedì, 11 Novembre 2014 11:24

lo e' da un po' che studio per imparare a morire.....il mio mdt, non mi ha mai suscitato pensieri di morte, penso che se sono consapevole della mia morte questo mi permetterà di vivere utilizzando tutte le mie risorse e potenzialità. Paradossalmente è sapere di morire che mi permette di vivere al meglio.eh lo sapete che sono un po' strana 😊

Annuccia Martedì, 11 Novembre 2014 11:16

Oggi parliamo di morte e morte sia.

Anche io ho molta paura della morte, più che altro della morte che il destino ci riserva, per pochi eletti è la morte all'improvviso , quella che arriva senza accorgersene.....

Nel 2012 ebbi un'influenza (le vecchie amiche del Forum se lo ricorderanno) che mi fece svenire dalla febbre alta che non riuscii ad abbassare. Ecco, lo svenimento di allora, mi fece riflettere molto sulla morte, non mi accorsi di nulla, andai via per qualche minuto, lasciando nel terrore e nel panico marito e figlio che erano accorsi come due pazzi.... quella sarebbe una signora morte. Il dolore che proviamo noi nelle crisi è un dolore che non porta ad una fine (la morte), e ben lo sappiamo, ore di dolore che male si sopportano e a volte portano a pensieri atroci. Io ho un poggietto in camera da letto, rigorosamente pieno di fiori, e solitamente per me è una gioia guardarlo, allo stesso tempo spesso volte durante le crisi più forti della mia "carriera pluriennale" di cefalalgica l'ho guardato con cupidigia e non dico altro. Tutto sommato ci tiriamo sempre su da quel fondo di barile. Mah..... meglio parlare di altro, sarà quel che sarà.

Annuccia Martedì, 11 Novembre 2014 11:06

Buongiorno a tutti!

Monica Martedì, 11 Novembre 2014 11:02

Penso che l'attacco di ieri sia dovuto proprio al fatto che sono stata a casa una settimana, il cambio di ritmo è veramente deleterio per la mia testa. Poi lavorare 7 ore davanti al pc non fa che peggiorare il tutto. Sto cercando di cambiare lavoro ma in questo periodo è decisamente difficile 😞

Monica Martedì, 11 Novembre 2014 11:00

Buongiorno a tutti. Ieri mega attacco con vomito dalle 18 alle 23. Poi Valerio mi ha fatto una puntura di plasil e almeno il vomito si è calmato. Alle 3 il trip che mi ha permesso di essere al lavoro oggi. Ma sto zombeggiando davanti al pc, in preda a mille sbadigli e con gli occhi che lacrimano 😞 La scorsa settimana sono stata a casa in malattia e non potevo assentarmi anche oggi. Vediamo quanto resisto

Elisabetta Martedì, 11 Novembre 2014 10:06

ROSSANA, condivido tutto. Avere un preciso, nella vita può essere faticoso ma carica di adrenalina. Tu, comunque, hai risorse interiori non comuni

GRAGRA, anche le tue considerazioni sulla vita e la morte sono nello spirito del forum. Leggendoti, mi sembra di averti sempre conosciuta. Grazie

gragra Martedì, 11 Novembre 2014 09:53

Paura, Dolore, Morte, Abuso

Difficile riagganciarci a quanto avete scritto, mi muovo ancora molto male nel forum.. 😞

Io ho paura del dolore e penso che sia la cosa più terribile che venga dal nostro corpo e che è un senso che è puramente terrestre, di questo mondo: non mi piace, non lo desidero per nessuno, vorrei che il mondo potesse affrancarsene.

Il dolore che dico io è quello che ti fa urlare, che ti rende incapace di qualsiasi azione autonoma, che non riesci ad allontanare con nulla, che non sai quando se ne andrà, che ti fa desiderare di morire.

Questo è quello che a volte provo io, che penso proviate anche voi.

fortunatamente non sempre perchè non saremmo qui a parlarne.

Alla morte mi ci sto preparando: non è facile. Più difficile affrontare quella degli altri, alla mia voglio arrivare con animo sgombro e allegro e finchè posso, finchè sono aiutata dall'affetto e dalla vicinanza di chi mi ama, cercherò di vivere per me e per gli altri, per me e per il mondo che mi accoglie.

Le medicine mi aiutano a vivere e a tenere a bada il dolore: è una scelta. abuso cerco di non farne: me lo hanno spiegato bene. Certo è difficile. parlare con voi aiuta molto: è come ricevere le carezze che mi dava la mia mamma, quelle fresche carezze sulla fronte che per un momento portavano via il dolore....

rossana Martedì, 11 Novembre 2014 09:25

E meno male che ho trovato il forum.....

che non ringrazierò mai abbastanza. 😊

rossana Martedì, 11 Novembre 2014 09:22

ARIMA come dice FEFFE anche il minimo miglioramento fa ben sperare.

Ve lo auguro di cuore

rossana Martedì, 11 Novembre 2014 09:20

Ecco se il buongiorno si vede dal mattino diciamo che oggi siete sistemate.

Chiedo scusa per lo sfogo soprattutto alle nuove amiche ma qui quando ci affacciamo lasciamo quello che sentiamo in quel preciso momento.

Poi per fortuna ve ne sono di migliori.

rossana Martedì, 11 Novembre 2014 09:18

Buongiorno,

bene FEFFE che ti sento meglio.

Secondo me quella paura ancestrale, che credo sia in tutti noi, si affaccia quando trova un varco, quando noi le facciamo spazio perché dentro di noi qualcosa non va.

Io, per quel che mi riguarda, da quando non lavoro so per certo che mi manca un posto dove andare a realizzare e portare avanti un progetto (in senso lato) ogni mattina per combattere sì, non ho dimenticato le fatiche, ma quell'adrenalina le relazioni mi hanno sempre tenuto lontano questa mestizia.

Quindi io su di me ho capito che il vuoto delle mie giornate (che sono piene ma per lo più di doveri che sono nel migliore dei casi la ginnastica per non parlare degli altri impegni che ormai non cito neanche più ma vi è tanto dolore) mi porta a quei pensieri, alla fine è solitudine e io non sono fatta per la solitudine. Ho bisogno di momenti anzi di veri e propri spazi tutti per me per recuperare e sopportare i dolori ma questo vuoto non si è mai riempito di qualcosa di costruttivo almeno come intendo io con questa parola.

Ieri ad esempio la mia giornata è stata questa: la mattina ritiro delle foto di mia mamma (lasciamo perdere.....ha la carta d'identità scaduta da oltre un anno e io mi rifiutavo categoricamente di rinnovarla facendole una foto attuale, ma non ho più potuto) poi all'anagrafe, poi altri uffici perché la semplificazione ha complicato tutto e questo va detto, poi a pranzo poi ginnastica poi dalla fisioterapista un'ora e mezza poi alle 6 cinema con un'amica, la rassegna.

Stamattina mi preparo e torno a Parma dal fisioterapista della schiena perché bisogna incrementare e potenziare e fare e fare perché con tutti gli interventi anche sul piano neurologico ci sono delle anomalie. Beh se devo dire che mi soddisfa questo andazzo mi racconto una palla grande una casa,

diciamo che me lo faccio andare bene ma questa è tutt'altra cosa.
Con la consapevolezza che c'è chi sta peggio ecc. ecc. ma ormai questo pensiero come ho detto a Ferrara più che consolarmi mi provoca facilmente il pianto.
Ma di quel bell'impegno sano e che sana mi faceva sentire anche da invalida siamo lontani anni luce.

feffe81 Martedì, 11 Novembre 2014 08:10

SUSY se siamo qui è perché abbiamo mdt tutti, chi più chi meno, e vogliamo tutti migliorare un po', condividendo il percorso 😊 mi ha colpito la tua frase "non posso permettermi di stare male". La dicevo sempre anche io. Piano piano ho iniziato a concedermi di stare male! Come se avessi un bimbo piccolo a cui vengono le coliche: glielo concedi di stare male? Lo accudisci oppure gli dici che se le deve fare passare subito perché non può avere le coliche? Per cui provo a pensare al mio mdt come un bimbo piccolo che richiede attenzione e lo devo accudire nel momento in cui lui chiama e posso farlo solo io. Non sempre riesco eh, a volte si e a volte no. Però se non riesco poi mi perdono da sola 😊

feffe81 Martedì, 11 Novembre 2014 08:02

Buongiorno a tutti! Il mdt è ancora qui ma non è forte adesso. Comunque resto a casa, ho deciso. ROSSANA hai scritto proprio giusto, è la paura che ci frega! Che poi tra l'altro mi rendo conto che più che paura di qualcosa che non conosco, ho paura di perdere qualcosa che ho. Insomma si torna alla paura più grande che è quella della morte.
ARIMA sono contenta di leggere che un cambiamento, per quanto piccolo, ci sia stato e abbia riacceso la speranza! Forza forza

arima Martedì, 11 Novembre 2014 06:53

Volevo augurare a tutti una buona giornata.
Ieri seduta dall'osteopata, ero perplessa ma in realtà qualcosa è cambiato. La parte posteriore della testa sta bene... è rimasto il mdt sulla fronte e sulle tempie. Stessa intensità ma già una modifica fa avere qualche speranza specie a mia figlia.

mamma_lara Lunedì, 10 Novembre 2014 21:55

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

mamma_lara Lunedì, 10 Novembre 2014 21:55

Maya, recupera una volta che ritorni a casa dopo il turno di mattina.

mamma_lara Lunedì, 10 Novembre 2014 21:42

Feffe, non ci voleva proprio. Mi spiace cara, vedi se riesci a resistere.

mamma_lara Lunedì, 10 Novembre 2014 21:38

Susy, meno male che almeno il morale è migliorato. 😊

Maya Lunedì, 10 Novembre 2014 21:04

Ciao ...la sveglia alle 03.55 non sembrava così pesante, ma in fabbrica tra le luci i monitor dei computer mi era salita la nausea, però poi mentre lavoravo mi sono ripresa, ma a casa oggi solo divano, in bambola come mai mi era capitato. 😞 😞

feffe81 Lunedì, 10 Novembre 2014 20:45

Oggi sono di poche parole, mdt da stamattina, il triptano+oki non lo hanno fatto passare quindi me lo tengo e aspetto

Susy Lunedì, 10 Novembre 2014 20:26

Ciao. Questa sera va meglio, anche l'umore. Tanta stanchezza ma quella si supera.

mamma_lara Lunedì, 10 Novembre 2014 19:47

Piera, è indispensabile tu mi dica quanto costa, perché so che quelle cose professionali costano tanto.

Vedevo quando venivano a pulire le scale da me. non c'era nulla che resistesse ai loro prodotti.

mamma_lara Lunedì, 10 Novembre 2014 19:45

Paula, io ho mal di schiena.
Spero che tu stia bene.
Ahhh, speriamo anche che non piova dalle tue parti.

mamma_lara Lunedì, 10 Novembre 2014 19:43

Piera, ok, ma come si fa a fare i seri con un argomento simile

nico26 Lunedì, 10 Novembre 2014 18:38

Susy il bello del nostro forum e che mai e poi mai si giudica quello che una persona fa' .Certe volte si esprime un parere ma mai i poi mai un giudizio .E' e' il filo invisibile che ci lega a questa vera amicizia fatta di vero aiuto senza esser giudicate.
Cavolo per star bene quando si soffre si fa come si puo'.
Lara si fai bene pero ' a dirmelo e non star zitta perche' le tu e parole fatte di saggezza, esperienza,insegnamento,dette con amore le prendo come acqua benedetta!!!Ti voglio bene lo sai !
Un abbraccio e se Dio vuole stasera relax

paula1 Lunedì, 10 Novembre 2014 16:46

Buon pomeriggio..ho riposato un'oretta e mezza, ma mi alzo sempre tutta contratta...ed è come se avessi scaricato una nave invece che dormire..... 😞😞

sta diluviando... 😞 sembrava venisse sereno invece si è chiuso tutto...è quasi buio..., però devo andare con Selladicavallo perchè la mattina quando smonto non c'è la corriera subito

Piera Lunedì, 10 Novembre 2014 16:24

Te lo porto la prossima volta che vengo a trovarti o che vieni tu da me.....rimarrai strabiliata, sai l'impresa per cui lavoro, pulisce dei cessi veramente cessi!!!! 😊 sai quelli in cui vanno persone con la mira deficitaria???

, toglie tutto odori compresi 😊

mamma_lara Lunedì, 10 Novembre 2014 16:06

Piera, ne sai una in più sempre. Dopo questa tua affermazione penso sia opportuno che me ne procuri almeno 5 flaconi. Quanto costa

Piera Lunedì, 10 Novembre 2014 15:44

Mi dispiace dare una delusione alle "vuotatrici di wc" , vi devo dire che esiste un prodotto professionale a base di cloro, che funziona senza bisogno di togliere l'acqua!!!! 😊 e non c'e' negli scaffali dei supermercati 😊😊

mamma_lara Lunedì, 10 Novembre 2014 15:18

Meglio vado o andrò a dirvi. Non so, ma ho fretta. Predente quello che vi piace di più

mamma_lara Lunedì, 10 Novembre 2014 15:16

Mariagrazia.

Auguri in ritardo al tuo bimbo, Buon Compleanno.

mariagrazia Lunedì, 10 Novembre 2014 15:14

buon pomeriggio a tutti. oggi sono un po' rincoglionita. stanotte ho avuto mdt forte ed ho dovuto prendere un triptano. per fortuna ha fatto effetto, si vede non avendone preso per tutto ottobre mi sarò disintossicata un po'. purtroppo però è già il secondo del mese di novembre e siamo solo al 10. ieri è stato il compleanno del mio giovanotto

mamma_lara Lunedì, 10 Novembre 2014 15:13

Quello che vado a dirvi vi farà capire quanto io sia stata una cattiva madre.

Mi ha confidato Zeno che pulisce il wc proprio come fa Monica, svuotando il fondo e poi mettendo la candeggina.

Non ci posso credere.

Ma quanti danni ho fatto 😊😊😊😊😊

mamma_lara Lunedì, 10 Novembre 2014 15:11

Fra un po' devo portare Emma a danza.

mamma_lara Lunedì, 10 Novembre 2014 15:09

Paula, hai detto benissimo. Mai nessun giudizio. Grazie mille carissima.

mamma_lara Lunedì, 10 Novembre 2014 15:09

Mirella, a Ferrara abbiamo avuto per un certo periodo il biofeedback, lo hanno provato le ragazze e a maya ha fatto molto bene.

Lei riusciva a fare stare zitta la macchina e controllava benissimo il suo rilassamento.

Io lo proverei, ma solo se è affiancato da una terapia psicologica.

mamma_lara Lunedì, 10 Novembre 2014 15:05

Susy, intanto un giorno non hai preso nulla, per me è da considerare un successo. Pensa a questo. Se ti demoralizzi è peggio.

Mirella73 Lunedì, 10 Novembre 2014 14:16

Le gocce di laroxill mi fanno dormire di brutto ma stamattina mi sentivo un po' nel pallone...

Qualcuno ha mai provato bio feedback?

Susy Lunedì, 10 Novembre 2014 14:08

Grazie a tutte, mi date un grosso sostegno. Grazie di cuore. 😊

paula1 Lunedì, 10 Novembre 2014 14:03

SUSY mi unisco al commento di LARA...qui non si tratta di essere bravi o no...ognuno fa come può...

ci sono persone che riescono a fronteggiare le loro cefalee senza prendere nulla e persone (io ad esempio) che non riescono proprio e anzi faccio anche abuso molto spesso...però nessuno ci giudica se non noi stessi...qui si arriva per leggere le esperienze e non ci sono gare da intraprendere.....ogni scritto è un tesoro da cui attingere...quindi se puoi continua a seguirci senza timori.. 😊

Susy Lunedì, 10 Novembre 2014 13:59



mamma_lara Lunedì, 10 Novembre 2014 13:53

Susy, mai più dire questa cosa. Però sappi che mi fai una tenerezza infinita.

Saresti nelle braccia del forum anche se tu prendessi 50 pastiglie al giorno.

Ho poco tempo perchè ho su la pasta per Emma.

Forza cara, lascia perdere i sensi di colpa e fai come riesci. Poi dillo pure che va bene. Qui da noi non esiste il giudizio. Ma fai attenzione al tuo di giudizio. Quello fa danni enormi.

Non abbandonare il forum. Non farlo mi raccomando.

Susy Lunedì, 10 Novembre 2014 13:47

ANNUNCCIA: sinceramente mi sento un pò in colpa perchè non riesco a seguire i vostri consigli. siete così presenti ed attente che....mi sembra di non poter appartenere a questo gruppo... 😞

Annuccia Lunedì, 10 Novembre 2014 13:39

SUSY, come dice Lara, "si fa quello che si può"! non devi darti giustificazioni di sorta

Susy Lunedì, 10 Novembre 2014 13:30

E relpax sia. Non riesco a non prenderlo....devo affrontare la giornata e non mi posso permettere di star male. 😞😞

mamma_lara Lunedì, 10 Novembre 2014 12:55

Gri, ma pensa, Xavier già con la tutina da sci.

Fai bene a prenderti un paio di settimane di ferie, così potrai gestire meglio anche il distacco dal tuo bambino.

paula1 Lunedì, 10 Novembre 2014 12:06

MAMMA LARA..in effetti a me la strada fa molta paura...proprio perchè adesso moltissima gente è distratta da altre cose e la guida sicura sembra un optional....sai quante persone vedo che in

macchina mentre guidano leggono o scrivono messaggi col telefonino?...è un delirio ! 😞

poi per avvicinarsi ai posti di lavoro abbiamo messo in vendita la casa, ma è difficilissimo...è già due volte che telefono alla ragazza dell'agenzia e non ha visite da proporre nemmeno ad appartamenti

migliori del mio...i pochi che adesso comprano vogliono soluzioni indipendenti e dei piano-terra visto il calo dei prezzi...

e per il momento è prematuro pensare di chiudere tutto qui a casa e andare in affitto più vicino, continuando a pagare il mutuo...

tra l'altro proprio sabato abbiamo discusso nuovamente e mi rinfaccia che sono sempre al lavoro e non penso ad altro...io questi 2 mesi ho preso uno stipendio decente facendomi pagare le ore in più...e questo salta fuori che non sono i soldi che ci servono..... 😞 certo! forse ha ragione...e io non ci capisco più niente.... 😞😞😞

cri69 Lunedì, 10 Novembre 2014 11:54

ANNUCCIA, grazie effettivamente ho lo schiacciamento di due vertebre....cavoli non ci facciamo mancare proprio niente 😞

Annuccia Lunedì, 10 Novembre 2014 11:51

GRAGRA, io abito a San Saba

Annuccia Lunedì, 10 Novembre 2014 11:33

CRI, perché se così fosse, lo schiacciamento delle vertebre lombari danno anche la sensazione che potrebbe essere la pancia, perché il dolore si riflette sul fianco e anche al basso ventre. Non sono medico, ma lo provo su me stessa.

cri69 Lunedì, 10 Novembre 2014 11:25

ANNUCCIA il dolore non riesco sempre ad associarlo ad uno sforzo, ma potrebbe essere

Annuccia Lunedì, 10 Novembre 2014 11:23

Rettifica : "è variegato" e non "e variegato". Non rileggo mai i messaggi ma quando mi ci casca l'occhio....

Annuccia Lunedì, 10 Novembre 2014 11:22

CRI, ma quando sei a riposo il dolore non ce l'hai????

Annuccia Lunedì, 10 Novembre 2014 11:22

Buongiorno a tutti!

anche qui il bollettino medico e variegato..... comunque affrontiamo la settimana come sempre. Anche io non sono di molte parole in questo periodo, ho un'ansia interna che non riesco molto a controllare.

LARA, ti capisco tanto e forse più degli altri visto che sono nella tua stessa situazione. La ragione è una cosa il cuore è tutt'altro. Ora ci vuole un po' poi ci si riabituava a non averlo vicino e accontentiamoci che ora ci sono tanti modi per averli vicini. Noi stiamo seguendo giorno per giorno i cambiamenti del bambino con le fotografie.

mamma_lara Lunedì, 10 Novembre 2014 11:18

Cri, fai le analisi e vedi da dove arriva quel dolore al fianco. Non bisogna mai sottovalutare i dolori addominali.

mamma_lara Lunedì, 10 Novembre 2014 11:16

Rossana, la paura è paralizzante e ci toglie lucidità. 😞

mamma_lara Lunedì, 10 Novembre 2014 11:15

Nico, io rimango sempre della tua idea, se si dicono più No, alla fine diminuisce anche lo stress. Lo so che è difficile, sapessi anche la fatica che faccio a dire di no.

Poi mi dico anche che non posso essere la salvatrice del mondo e che ogni tanto qualcuno deve imparare a camminare con le sue gambine.

Vedi tu, hai un bimbo piccolo e se continui così Mi fermo qui e mi zittisco. I NO per noi sono come l'acqua Santa per il diavolo, ma dobbiamo confrontarci anche con questi.

mamma_lara Lunedì, 10 Novembre 2014 11:11

Paula, Evelino ha fatto centinaia di migliaia di Km su tutte le strade d'Italia, girando giorno e notte, era il suo mestiere. Poi lo ha portato via un incidente avvenuto mentre era in bici alle porte di casa. Non si sa cosa ci riserva il destino.

Bisogna essere prudenti e non fare pazzie, poi si deve sperare che anche gli altri facciano la stessa

cosa.

Il lavoro dietro casa non c'è più. Magari se rimane lì a lavorare potreste spostarvi voi se il lavoro di Fausto è vicino al tuo.

mamma_lara Lunedì, 10 Novembre 2014 11:07

Mirella, alle volte il nervosismo arriva un po' prima di un attacco di emicrania. A me succede così. È stato bello il viaggio dai tuoi genitori, chissà la loro gioia nel vedere i nipotini.

paula1 Lunedì, 10 Novembre 2014 11:05

NICO26..è la stessa cosa che hanno detto a me nel 2011 quando per le extrasistole mi ero un po' spaventata...caspita !! certe sere sembrava che il cuore mi uscisse dal corpo 😬 ora mi capita più raramente ed era tutto stress....

il valore sballato nel mio esame riguarda molto il muscolo cardiaco e adesso sinceramente non saprei cosa fare.....spero di riuscire ad anticipare la visita così da tranquillizzarmi...

mamma_lara Lunedì, 10 Novembre 2014 11:04

Rossana, è stata dura non fare domande, ho ascoltato quello che lui poteva dirmi senza poi voler sapere di più. Lui ha già un carico non da poco e non voglio caricarlo anche delle mie ansie, tanto quando ci saranno novità me le dirà.

Parto dalla mia esperienza, ho sempre fatto tutto senza caricare i miei di pensieri inutili e non dicevo neppure la fatica che facevo nei momenti più difficili.

Penso sia così anche per lui, mi vuole risparmiare tutte le sue fatiche. E io devo rispettare questo suo "silenzio". Se avessi modo di aiutarlo in qualche modo, allora sì che parlerei, ma visto che questo non posso farlo, l'unico aiuto che gli posso dare è non dargli pensieri in più, ma dirgli che se lui pensa che io posso essergli di aiuto, per quello che posso, io ci sono.

Devo lasciare che diventi grande e si sa che è sempre fatica.

Però non ti dico la fatica. E si sa anche che il mestiere del genitore rimane sempre il più difficile, come fai sbagli. Già sarebbe un successo sbagliare il meno possibile.

Mirella73 Lunedì, 10 Novembre 2014 10:56

Ciao. Oggi non so perché ma ho un diavolo per capello. Sarà il tempo bohnhhh!!! Comunque al lavoro siamo tutti irrequieti... Mi viene voglia di scappare. Testa fra le nuvole e tanta stanchezza....

nico26 Lunedì, 10 Novembre 2014 10:44

Andata dal mio amico cardiologo. Mi ha rivoltato come un calzino tra eco, holter, doppler, prova da sforzo, ecotronchi sovraortici, per poi dirmi: Non hai nulla se non qualche extrasistole ma che abbiamo tutti!

Impara a gestire lo stress!!!

Ci devo provare e voglio un po' riuscirci !!!

Lara il cuore di una mamma sa sempre tutto 😊

rossana Lunedì, 10 Novembre 2014 10:41

Credo ci sia sempre di mezzo la Paura, porca vacca ma come si fa a liberarsene di fi ni ti va men te? Intanto esco, a dopo

E voglio trovare la risposta, ovviamente!

rossana Lunedì, 10 Novembre 2014 10:39

LARA sei una mamma "intelligente", non c'è bisogno di aggiungere altro.

CRI quando sto così io non mi sento inadeguata, no. Sto semplicemente così e aspetto che passi.

PAULA bene le notizie sul lavoro di Fausto, facciamo tutti il tifo.

Per la strada guarda io non mi preoccuperei troppo. Per lavoro ho fatto tragitti di ogni tipo, dal deserto a posti inimmaginabili. Anche paesi italiani poco poco sicuri ma mi sono fatta male a due km neanche da casa e stando ai 30 all'ora dietro al tram.

Ti capisco sai, è la nostra razionalità che ci fa ragionare così ma sarebbe inutile e per prima cosa lo devo dire a me rispetto ad altri pericoli che vedo correre a mio marito. 😬

rossana Lunedì, 10 Novembre 2014 10:35

Buongiorno a tutti,

esco in ritardo netto ma va bene.

Stamattina alle 5 ero sveglia e se insisto a stare a letto poi qualche volta riesco a fare dei pisolini. E quelli secondo me mi salvano tant'è che ho recuperato più di un chiletto di peso. Wow, alla grande!

mamma_lara Lunedì, 10 Novembre 2014 10:22

Buongiorno a tutti.

Avete ragione, Zeno torna e la ha Ettore.

Stavolta però è più dura, la è anche senza lavoro e la situazione si fa sempre più complicata. Se qui la situazione è difficile, la lo è di più. E lui può contare solo su se stesso.

Non finisco mai di sperare e spero anche nelle sue grandi capacità 😊

paula1 Lunedì, 10 Novembre 2014 10:11

Buon giorno a tutti...anche qui nuvole grigie velocissime...e ogni tanto qualche goccia di pioggia...sono già stata in paese e ho ritirato le analisi arrivate due giorni prima..che bello..poi farmacia e coop...ora uscirò solo alle 18.30 per andare al lavoro...

ho dato un'occhiata al referto e a parte un valore alterato (esattamente quello della volta scorsa) sembra andare tutto bene.....

venerdì proverò a spostare la visita reumatologica più vicina che il 20 gennaio...c'era anche un posto domani allo IOR, ma con le notti mi è difficile fare altre cose, ho sempre paura di non riposare abbastanza ed esser poi in coma al lavoro...già giovedì pomeriggio ho pure il corso...

Non mi ricordo se ho scritto che Fausto ha superato la prova al lavoro e adesso si va dritti fino a dicembre, sperando che il tempo sia clemente, perchè la strada che deve fare non è molto bella e

spesso ci sono i camion che devono entrare o escono dall'autostrada... 😞
ora vedo di sistemare un po' casa...

cri69 Lunedì, 10 Novembre 2014 07:16

Buongiorno ,qui ancora nuvoloso.

Stamattina provo ad andare al lavoro ma non sono informissima.

MARIPARIS buon ritorno a casa,spero che l'esperienza sia stata produttiva.

ARIMA vi auguro vivamente di trovare delle risposte,per me è tragico non capire e quando si tratta di figli la cosa è amplificata.

ROSSANA capisco il tuo non avere parole,succede,in questi casi io mi sento inadeguata ma ancora non ho scoperto la causa.

GRI,vorrei vedere Xavier con la tuta da sci,dev'essere troppo bello...duro il distacco ma sà da fà...coraggio.

LARA ,lo sai come ti capisco,quando prendono la porta,ma tu mi hai detto ,basta che stiano bene e torneranno.Un abbraccio .

MAYA in bocca al lupo per il nuovo ruolo,certo che le 3 è prestino forte.

PAULA tutta la mia comprensione per i doloretto,appena ho un attimo ti scrivo in privato.

ANNUCCIA che ne sò io che diavolo sono questi dolori,sono già stata al p.s 3 volte e l'uomo mi ha minacciato che se oggi sto male ritorniamo e ci accampiamo là finchè non midico cos ho 😞 .

Vado a prepararmi e vado.

Un abbraccio a tutti,tutti

nico26 Lunedì, 10 Novembre 2014 07:01

Buongiorno a tutti sotto lampi e fulmini 😞 spero che non succedano danni!!!

Alle 8 vado dal cardiologo a fargli leggere l'holter .

Lara ho proprio bisogno di dire dei no senno la mia salute ci rimette e questo non voglio.vi voglio bene

rossana Domenica, 09 Novembre 2014 23:59

PAULA bellissima la tua serata di ieri sera, tante cose in un'ora di spettacolo.

Mando un saluto a tutte tutte: GRI, SIMONA, MAYA che parte di notte.....cavolo Maya certo che a quell'ora è notte e non solo per te.

Provo a ritirarmi, buonanotte a tutti compresi i nostri uomini.

rossana Domenica, 09 Novembre 2014 23:56

MARIPARIS buon ritorno a casina tua, dai che fin qui ce l'hai fatta.

ARIMA spero proprio che a Pavia possano aiutare tua figlia, ma così sarà senz'altro.

FEFFE sento dell'aria leggera dalle tue parti, bene bene.

In questi giorni vi leggo ma non ho molto da dire.

Non mi posso neanche lamentare di come sto, è proprio che evidentemente ci sono momenti in cui si deve stare in silenzio.

Succede.

Si può succedere anche a me 😊

rossana Domenica, 09 Novembre 2014 23:52

Ciao a tutti,

LARA sempre difficile eh, forza come dicono le amiche lui torna.

Poi va dal suo Ettore 😊

PIERA mi dispiace per il ri-attacco ma i risultati fin qui ci sono stati, consideralo un incidente di percorso.

CRI, ANNUCCIA acciacchi anche dalle vostre parti. Teniamo pure botta.

ELISABETTA bentornata con noi.

Anche tu sopraffatta dall'ennesimo sforzo di dover recuperare. E su più fronti, e da quel punto di vista tutto si fa ancora più difficile.

Ma tu di forza ne hai tanta e sai meglio di me che noi (umani intendo) ci adattiamo alle situazioni.

Ma ci vuole tempo e pazienza e costanza e in certi momenti il rischio è quello di perdere la speranza.

Ce la farai anche stavolta: tanti hanno bisogno di te a cominciare da noi tutte qui 😊

Gri Domenica, 09 Novembre 2014 22:17

MARIPARIS buon rientro a casa, sono molto felice che finalmente puoi tornare tra le mura domestiche e spero il ricovero ti sia servito. Ti abbraccio

Gri Domenica, 09 Novembre 2014 22:15

Buona fine domenica, oggi è arrivata la pioggia anche qui, dopo giorni di sole splendente. Oggi siamo stati a Challand-Saint-Anselme dai miei zii. Io e mia zia abbiamo fatto anche un salto a Brusson a cambiare la tuta da sci che ha regalato a Xavier per il battesimo.

Domani si torna al lavoro...uff, e farò ancora solo il lunedì e il martedì fino al 25, dopo di che

inserisco Xavier al nido e ho preso ferie due settimane e poi rientro tutti i giorni 😊 Che p@lle....

Buona notte

paula1 Domenica, 09 Novembre 2014 20:43

Buona sera a tutti...vado a riposare...nonostante sia stata un po' a letto nel pomeriggio continuo con la spossatezza 😊

MARIPARIS buon rientro a casa....

MAMMALARA anche io dico che Zeno tornerà, ma capisco che è molto difficile il distacco, soprattutto per i 1000 km che vi separano.....

zz
😊 Buona notte a tutti...

mariparis Domenica, 09 Novembre 2014 20:21

Gragra stasera è la mia ultima notte in ospedale. Verrò dimessa domani mattina 😊 e poi si torna subito a casa!

grazie Annuccia, non vedo l'ora di scrivere dalla mia casetta!

un bacio a tutte, buona notte

gragra Domenica, 09 Novembre 2014 20:15

Mariparis,

forse a Roma torni domani?

Roma è grande, io abito al Torrino (zona EUR, più o meno).

Gli altri sono in zone tanto lontane dalla mia?

gragra Domenica, 09 Novembre 2014 20:10

Maya:

che difficile alzarsi a quell'ora... Brava! Fai sapere come andrà.

Mariparis:

arrivata a casa? Come stai?

Piera Domenica, 09 Novembre 2014 19:47

Zeno tornerà 😊

mamma_lara Domenica, 09 Novembre 2014 19:38

Zeno è partito 😞

Maya Domenica, 09 Novembre 2014 19:27

Ciao..giornata tranquilla e senza mdt....stasera a nanna presto ,La mia sveglia alle 3.54 inizio il turno alle 5..... 😞 ,è da tanto che non mi alzo prestissimo,in questa nuova postazione faccio i turni ,ma non quello di notte,anche se per me le 3 e' notteeeeeeeee.....comunque vediamo cosa succede,è come la mia testolina reagisce.

Mirella73 Domenica, 09 Novembre 2014 18:13

Ciao a tutti. Oggi gita a Milano

Dai miei . Che bello vederli!! Un po' di mdt però che mi segue ... Ora rientro a casa

Annuccia Domenica, 09 Novembre 2014 17:53

CRI , sicuramente sarà un probelma di lombare..... 🤔

Annuccia Domenica, 09 Novembre 2014 17:51

Buona domenica a tutti anche se quasi finita!

oggi sono un vero acciaccio ma senza MDT, Il fastidio all'orecchio persiste e i dolori alla schiena sono ricominciati. Ora basta lamentele..... vedremo i prossimi giorni come andrà.

MARIAPARIS, ormai attendiamo i tuoi scritti da Roma.

FEFFE, attendevo la tua frase di oggi da tempo, ora è arrivata 😊

Simona Domenica, 09 Novembre 2014 16:51

Feffe.. 😊😊😊

Simona Domenica, 09 Novembre 2014 16:50

Paula la frase che citi deriva come hai detto tu da un proverbio indiano...è una frase bellissima..molto molto vera...

cri69 Domenica, 09 Novembre 2014 16:34

LARA sarò fusa 😞 è il lato dx..scusami

cri69 Domenica, 09 Novembre 2014 16:33

LARA il sx anche se mi è capitato anche a dx,con le ecografie ce ho fatto il fegato era a posto

feffe81 Domenica, 09 Novembre 2014 16:21

Volevo dirvi che sto bene 😊😊

paula1 Domenica, 09 Novembre 2014 15:15

buon pomeriggio a tutti...siamo già a casa...Fausto è fiacco e io ho una stanchezza incredibile con questi dolori che davvero faccio fatica a sopportare ancora.....

Grazie MAMMA LARA allora questa settimana che devo fare il bonifico all'amministratore ne approfitto e faccio anche Cirna...

🤔 mi si chiudono gli occhi

mamma_lara Domenica, 09 Novembre 2014 14:50

Paula, volevo dire che dopo il 13 di novembre si possono già fare le iscrizioni ad Al.Ce. per il 2015. Mi è arrivata la risposta.

mamma_lara Domenica, 09 Novembre 2014 14:48

E' arrivato un nuovo amico. benvenuto flacchecco

mamma_lara Domenica, 09 Novembre 2014 14:44

Nico, una stanchezza la tua più che giustificata.
Non ti dico di provare a dire dei no perchè è una cosa che studio anch'io tutti i giorni con scarsi risultati

nico26 Domenica, 09 Novembre 2014 14:38

Una stanchezza immensa... ma passerà'.....

mariparis Domenica, 09 Novembre 2014 14:32

Lara non ti preoccupare, vi tengo strette strette e non vi mollo piu' 😊
grazie per le belle parole...

mamma_lara Domenica, 09 Novembre 2014 14:30

Arima, spero tu capisca ciò che ho scritto. Sono piena di sonno e anche un po' stanchina

mamma_lara Domenica, 09 Novembre 2014 14:28

Arima, vedrò di sollecitare.

Carissima, sai che anch'io ho fatto il giro delle sette chiese per vedere di trovare qualcuno che mi facesse stare meglio. Poi non ti dico, sono andata anche dalle mammane, Ho raccontato tempo fa a cosa mi sono sottoposta pur di stare meglio. Poi ho scoperto che il mio star meglio non era la guarigione ma la ricostruzione del mio equilibrio. Non è una frase mia, ma di Tiziano Terzani. Però nel caso della tua bambina è diverso, lei ha tutta la vita davanti e non bisogna arrendersi, devono vedere per prima cosa da dove viene la febbre.

Mi viene in mente un episodio abbastanza lungo della mia vita.

Ho vissuto 10 anni con un uomo che mi maltrattava, lavorava all'estero e fino a che stava via avevo MDT anche allora, ma quando tornava avevo febbri molto alte, nessuno se lo spiegava, io però lo sapevo. Mi faceva star così male uno sconvolgimento di tutto il mio essere ed era la paura. Pensa che io neppure mi rendevo conto di avere così tanta paura.

Questo è il mio caso, ma sempre quando ne parlo i medici mi dicono che la paura non fa venire la febbre ma era di certo qualcos'altro, forse hanno ragione loro. Fatto è che dopo il mio allontanamento anche se tanto sofferto la febbre l'ho avuta solo quando mi ammalavo veramente. Sicuramente non è il caso di tua figlia, ho solo voluto dirti che alle volte succedono cose inspiegabili. Al Mondino ci sono medici bravissimi. Magari ne parliamo al telefono o per e-mail.

mamma_lara Domenica, 09 Novembre 2014 14:17

Paula, è vero, bisogna sempre cambiare il nostro punto di vista anche se non è sempre facile.
A me basta dire che ognuno di noi fa come può

mamma_lara Domenica, 09 Novembre 2014 14:07

Piera, ma no che non te la sei tirata, solo che doveva venire. Bene, sei proprio brava a sostenere sempre la tua dieta. Bravissima.

Poi sta dando ottimi frutti meglio di altre terapie. 😊

mamma_lara Domenica, 09 Novembre 2014 14:04

Cri, quale è il lato del fianco che ti fa male, il destro o il sinistro

mamma_lara Domenica, 09 Novembre 2014 14:03

Mariparis, dai va che è quasi finita la tua permanenza a Pavia.

Sapessi come sei stata fortunata, sono poche le strutture in Italia che ricoverano. Negli ospedali pubblici poi sono una rarità. Propongono la disintossicazione a casa al massimo in day hospital e si sa che così è sempre più difficile da superare.

A casa mi raccomando non abbandonarci, una parola di aiuto o di sostegno può essere sempre utile.

mariparis Domenica, 09 Novembre 2014 12:44

Grazie anche a te Piera, per avermi augurato un buon rientro a casa.

mariparis Domenica, 09 Novembre 2014 12:37

Buona domenica a tutte! È un po' triste passare la domenica in ospedale, ma sono contenta che è l'ultimo giorno.

i medici non sono passati e le infermiere vanno un po' a rilento, forse sono di meno la domenica. È passato pure il sacerdote per augurarmi una pronta guarigione.
ora aspetto che la giornata passi...

Arima a me per il ricovero al Mondino non è passato neppure un mese dalla richiesta. Non credo che ci siano tempi lunghi di attesa.

Feffe, Gragra grazie del sostegno!
un bacio a tutte

cri69 Domenica, 09 Novembre 2014 12:09

Buongiorno buona domenica, oggi ho fatto un 'h di lavoro poi mia sorella mi ha portato a casa per il solito dolore al fianco. Non riesco a camminare, ad abbassarmi ma quello che più mi preoccupa è a respirare. Mi sono messa sul divano immobile ed un pò mi è passato ma che tre....

nico26 Domenica, 09 Novembre 2014 12:03

BUONA DOMENICA A 😊 TUTTI DAL LAVORO

arima Domenica, 09 Novembre 2014 10:52

Pensavo di prendere un appuntamento al "mondino". Che ne dite? Mi sapete dire che tempi di attesa di sono?

arima Domenica, 09 Novembre 2014 10:41

Buon giorno a tutti. Meno male che da qualche parte d'Italia il sole comincia a fare capolino, qui purtroppo continua a piovere il che certamente non aiuta l'umore.

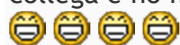
MAMMA LARA volevo dirti che ancora non ho ricevuto alcuna risposta dagli esperti del forum.

Ora mi metto a pensare cosa cucinare, questa dieta vegana che mi hanno suggerito per mia figlia certo non aiuta ad organizzarci ma siamo disposti a provare tutto.

Domani proviamo anche l'osteopata, mi rimangono solo i maghi... 😞

paula1 Domenica, 09 Novembre 2014 09:44

Buon giorno a tutti...qui sole..stamattina ho finito una tortina buonissima che mi ha regalato una collega e ho messo le briciole ai passerini... 😊😊 caspita erano affamati si sono fiondati in stormo



ieri sera siamo andati in un piccolo teatro a Marzabotto e c'era uno spettacolino (1 ora) con canzoni e letture...le canzoni erano cover di Battiato e altre scritte dal gruppo, le letture sono state tre o quattro e una era quella che è anche passata sul web della ragazza che all'aeroporto mangia i biscotti...famosa...poi ci sono stati due intermezzi tratti dal film Novecento...insomma, alla fine il tutto era per dire che bisogna sempre guardare le cose da più angolazioni, che aiutarsi a vicenda è sempre positivo (la storia del volo delle oche selvatiche), che non bisogna mai giudicare gli altri senza conoscerli...e ha terminato con la frase: prima di giudicare qualcuno mettiti le sue scarpe e cammina per un'ora.....

che poi è una frase che, in vari modi, ogni tanto si sente...credo derivi da un proverbio indiano.....

feffe81 Domenica, 09 Novembre 2014 09:10

Buongiorno a tutti!

ANNUCCIA ci mancava questa, a me a volte si tappa l'orecchio all'improvviso, sento un fischio forte e mi gira un po' la testa ma poi nel giro di pochi minuti finisce. Che paciocco il vostro Lupetto!!

PIERA sono contenta per i frutti della dieta! Quanto al tirarsela...succede che poi viene mdt, intanto stai prendendo meno farmaci 😊

MARIPARIS sei alla fine di questa settimana impegnativa, ti auguro di cuore che sia l'inizio di un nuovo percorso!!

Piera Domenica, 09 Novembre 2014 08:43

Gragra, sono molto contenta dei miei lunghi giorni di benessere, lo so benissimo che non si può guarire mai dal mdt, almeno non io !!!!!

Simona Domenica, 09 Novembre 2014 08:35

Buongiorno a tutti. .. e buona domenica. .qui dalle 18 danno allerta meteo.... 😞

gragra Domenica, 09 Novembre 2014 08:23

Buondi

io invece sono ancora concentrata sul "devo star bene ... Devo star bene" dopo una notte ed un

risveglio così così 😊 perchè dovrei uscire tra poco con mio marito Mauro per tutta la giornata: sarebbe un peccato rimanere a casa ma so per esperienza che devo rispettare dei miei tempi fisiologici e non andare di fretta...
Vi saprò dire.

mamma_lara Domenica, 09 Novembre 2014 08:06

Buongiorno a tutti. Sono ancora qui che giro.
Ho ancora la casa sottosopra da ieri sera e devo proprio sistemarla.

gragra Sabato, 08 Novembre 2014 23:12

Notte buona a tutte e tutti.

Piera

quella è una legge orribile...dire che va va meglio e poi 🙄

mamma Lara

grazie!!!! 😊

Mariparis

evviva siamo arrivate alla soglia di domenica. Bravissima, veramente!!! 😊😊

Piera Sabato, 08 Novembre 2014 20:18

Mariparis, sono contenta di leggere che stai un po' meglio.....buon ritorno a casa.
oggi attaccone da relpax, non dovevo dire che era dal 24 ottobre che non prendevo nulla, me la sono tirata 😊😊

mariparis Sabato, 08 Novembre 2014 19:59

Ciao a tutte ragazze! Mi sento finalmente un po' meglio e sono contenta perché domani è il mio ultimo giorno qui.

i miei genitori sono partiti ed io sono un po' dispiaciuta...

vi volevo ringraziare dal profondo del mio cuore, per il sostegno e la forza che mi avete trasmesso, sono sicura che senza di voi non sarebbe stata la stessa cosa.

vi voglio bene, anche se non conosco i vostri visi...ma l'energia e il bene che emanate e' tale, che non è necessario vederli...

grazie ancora, buon riposo

mamma_lara Sabato, 08 Novembre 2014 17:46

Arima, Mariparis, Gragra, ho preparato il libro e ve lo spedisco in settimana, Così le romane se non stanno bene non hanno la preoccupazione di dover venire a Grottaferrata per prenderlo.

mamma_lara Sabato, 08 Novembre 2014 16:46

Nico, guarda che io sto zitta, zitta zitta zitta

mamma_lara Sabato, 08 Novembre 2014 16:45

Paula, ha ragione Fausto, ogni tanto bisogna nutrire anche l'intelletto.

Ho letto che lavora con un ferrarese. Visto che si trova bene, speriamo lo tengano.

mamma_lara Sabato, 08 Novembre 2014 16:43

Grazie Piera per il consenso, è una foto che mi è sempre piaciuta

mamma_lara Sabato, 08 Novembre 2014 16:42

Gragra, il primo libro è "Mal di testa. la nostra diversità. Nel silenzio della solitudine per questo nostro male invisibile". Questo te lo posso mandare io. Mi serve però l'indirizzo dove spedirlo. Ne porto a Roma un po' di copie, se ci vediamo te la dò.

L'altro è "Cefalee e Dolori dell'Anima Tra Immagini e Parole". Questo lo davano in regalo con l'iscrizione al Al.Ce. negli ultimi due anni. Il prossimo non lo so, perchè ne erano rimaste poche copie.

Tutti e due bellissimi e da non perdere

mamma_lara Sabato, 08 Novembre 2014 16:34

Annuccia, prova la pressione.

Va la che il tuo bimbo cresce proprio bene. Poi se è solo latte della mamma va benissimo, quello non fa male. 😊

Annuccia Sabato, 08 Novembre 2014 16:19

NICO, ha ragione Piera, sei una persona eccezionale io al tuo posto non avrei la tua disponibilità, ma per fortuna non siamo tutti uguali.

Annuccia Sabato, 08 Novembre 2014 16:17

PIERA, non ho mai sofferto di tappi di cerume, è vero che non si sa mai, ma mi sembra strano, poi quando mi sdraio sto meglio. Boh.... attendiamo che passi, altrimenti provvedo diversamente.

SIMONA, ha proprio ragione, mai tranquilli. 😞

LARA, non ho più conoscenza dei parametri di crescita dei neonatini, le neomamme del Forum ce l'avranno sicuramente. Lui è lungo 61 cm (alla nascita era 53) e pesa 7 kg (pesava 3,720) , cresce bene e solo con il latte della sua mamma.

Piera Sabato, 08 Novembre 2014 15:53

eh certo Nico che i tuoi amici hanno uno strano modo di fare gli inviti 😄😄 , sei proprio una persona speciale 😊

nico26 Sabato, 08 Novembre 2014 15:48

Eccomi buon pomeriggio a tutti. Amici Romani andati ma stasera volevo star sola con la mia famiglia e la mia amica terremotata (quella del fratello annegato pure) mi dice ...amica dato che compio gli anni e vorrei passarla con persone a cui voglio bene posso venire da te stasera con la mia

bimba? Come facevo a dirle di no 😞

E vado di nuovo ai fornelli.....

Un abbraccio di buon riposo se ci riusciamo a tutte/i

paula1 Sabato, 08 Novembre 2014 15:37

Buon pomeriggio a tutti...e anche oggi è andata..abbiamo lavorato fino alle 14 e chiuso il reparto....ora ci pensiamo lunedì e io sono nella settimana delle notti.....solo che giovedì sarà campale perchè dopo lo smonto alle 14 devo tornare in ospedale perchè mi sono iscritta al corso sul dolore cronico che mi interessa molto...siccome finisce alle 17 se c'è una camera libera dopo me ne

vado un po' a riposare lì... 😊 fino alle 19.30 😴

sono stanchissima e i dolori persistono...ora seguo MAMMA LARA vado in doccia....dopo riposo...Fausto sta guardando il rugby tra tv e pc perchè i segnali vanno e vengono...noi non abbiamo le tv a pagamento...

stasera usciamo..ha visto uno spettacolo gratuito con concerto non so dove...ha detto che non possiamo sempre passare i sabati a mangiare una pizza e fare la cacca...quelli sono bisogni primari dobbiamo soddisfare anche l'intelletto....sue testuali parole 😄😄😄

Piera Sabato, 08 Novembre 2014 15:13

avevi il mio permesso allora (irene era minorenne) ce l'hai per sempre 😄

gragra Sabato, 08 Novembre 2014 15:09

Riemergo ora da mister MDT: ancora sdraiata sul divano della casa che mi ospita, la testa deve rimanere appoggiata da qualche parte. Ma di quale bei libri parlate? non si trovano più?

I rumori ora sono così fastidiosi! E non mi va di parlare... Brutto non essere a casa mia.

appena riesco monto in sella (spero) e torno a casa.

mamma_lara Sabato, 08 Novembre 2014 15:06

Vado, perchè ho la doccia da fare. Meno male che la crostata è fatta e pure quasi tutto il resto. 😊
La testa va da schifo, ma non ci sono orpelli e si resiste abbastanza

mamma_lara Sabato, 08 Novembre 2014 15:04

Piera, trovata, ora mi serve solo il permesso per usarla

mamma_lara Sabato, 08 Novembre 2014 14:56

Annuccia, sarà anche alto il tuo lupo. Ma di ben che è un bel bimbo.
Mamma mia, ma pensa te, lo avrai a casa a breve. Ecco, felicità più felice non può esserci.
Per l'orecchio a me capita ogni tanto, ma il mio orecchio destro sente poco da tantissimo tempo, mi hanno detto che è una forma ereditaria della mia famiglia. Meno male che l'acufene è da quella parte, sono stata fortunata anche lì. Così l'orecchio sinistro sente.
Magari prova come ha detto Piera.

mamma_lara Sabato, 08 Novembre 2014 14:53

SIMONA, ecco, proprio quello era. A Parma è andata bene, la dottoressa Zaffanella è in gamba come sempre. Lei e una Fisioterapista sua amica hanno intenzione di fare delle iniziative e ne abbiamo parlato un po'. Me le faranno presenti non appena pronte, poi ovviamente io divulgherò come sempre faccio.

mamma_lara Sabato, 08 Novembre 2014 14:50

Piera, se trovo quella foto mi piacerebbe usarla a Grottaferrata ho un messaggio per il quale sarebbe proprio adatta. Però mi serve il permesso.

Certo che mi ricordo, solo che volevo conferma.

Quante cose abbiamo fatto e chi avrebbe avuto il coraggio di fermarci.

Guarda che non so come ringraziarti.

La mia fotocopiatrice 😊 Ha fatto il suo dovere poverina.

Ho ancora la copia di quel fascicoletto e me la tengo carissima. Una di quelle copie è registrata alla SIAE e proprio con quella foto

Simona Sabato, 08 Novembre 2014 14:40

Annuccia 7 kg... 😊😊 gli piace mangiare al vostro lupetto!! 😊 vuol dire che sta bene ed è sereno... 😊 mi spiace per la "novità" del giorno.. ovvero l'orecchio tappato... 😊 tranquilli mai??

Lara io ti avevo chiesto com'era andata a Parma... sono curiosa di sapere .. ma non ho fretta...goditi Zeno ...poi con calma se puoi mi aggiorni..

Elisabetta sempre un piacere ritrovarti..spero che le tue difficoltà si alleggeriscano presto..

Piera leggo le te buone notizie con molta felicità, sei stata brava e sei stata premiata

Piera Sabato, 08 Novembre 2014 14:35

Annuccia, anch'io l'anno scorso ho avuto per un bel mesetto un orecchio tappato, non trovavo spiegazioni, poi Giorgio un giorno mi ha detto che poteva essere un tappo di cerume, così ho usato per qualche sera la cerulisina e il problema si è risolto.

e' proprio un bell'ometto il tuo nipotino!!!! 😊

Lara ricordo bene quando abbiamo stampato con la tua fotocopiatrice giurissaca il libro, tutto fascicolato a mano, che lavoraccio, ma anche che soddisfazione!!!! 😊 ti ricordi che aveva la foto di Irene fatta a scuola durante un giorno in cui aveva mdt? circondata da tutte quelle sedie vuote,,,,,,,,ci sono fatti ed esperienze che non si dimenticano mai 😊

Annuccia Sabato, 08 Novembre 2014 13:51

Oggi avrei voluto comprare i ciclamini e rinnovare le piante dei poggetti, ma pazienza, rimando. Se tutto va bene, arriva il nostro Lupetto a fine mese e vorrei che tutto fosse in super ordine per dargli il benvenuto! 😊 pesa già 7 chili , è un bel "ciccio"! (d'altra parte erano così pure papà e zio)

Annuccia Sabato, 08 Novembre 2014 13:49

Vi ho letti.

Anche io ho le copie dei libri sul mio comodino, ormai da anni mi fanno compagnia.

ELISABETTA, è bello ritrovarti con il tuo scritto.

PIERA, benissimo per le analisi, e super bene per la testa 😊

Annuccia Sabato, 08 Novembre 2014 13:42

Buon sabato a tutti! prima di leggervi vi scrivo la novità di oggi: mi sono svegliata con un orecchio completamente attappato e testa confusa, sono un po' spaventata, d'altra parte tutte le cose nuove mi danno questa sensazione. Avete mai provato una cosa del genere voi???? devo dire che sono di nuovo in piena allergia e ho ricominciato con le mie "pompette".

mamma_lara Sabato, 08 Novembre 2014 13:07

Arima, l'energia mica ce l'ho io, mi arriva da voi e dalle persone che mi stanno attorno. Poi non parliamo della mia famiglia, quella è la prima fonte di tutto.

Io tengo sempre presente il primo periodo della vita dei bambini e di quello che gli si racconta. Penso che la mia vita sia stata segnata da un po' di storie che mi hanno raccontato nella mia infanzia.

Una di queste, parlava di un gruppetto di animali, ricordo un asino, un maiale, un cane, gatto e anche di galline. Questi animali erano imprigionati in un recinto formato da una siepe piena di rovi e di spine, si erano messi d'accordo tutti che era il momento di scappare, però non sapevano come fare. Dopo varie ipotesi hanno pensato che l'unico modo era creare un varco nella siepe e scappare da lì. Il loro pensiero era grande, perché si sarebbero feriti con tutti quei rovi e spine, è stato l'asino che ha risolto tutto, ha detto a tutti gli altri che siccome era il più grande e grosso e con la pelle più resistente sarebbe passato lui per primo, così il buco sarebbe stato abbastanza grande per fare passare tutti gli altri senza nessun graffio.

Ecco cara, io fin da allora, mi sono sempre sentita come quell'asino, grande e grossa con la pelle dura.

Poi tu non mi hai visto, ma io sono veramente la più grossa di noi, quindi parto sempre per prima così faccio strada. Quindi mi spetta di diritto passare per prima. 😊😊😊

mamma_lara Sabato, 08 Novembre 2014 12:46

Dimenticavo di dire che le altre edizioni, hanno sempre trovato finanziatori che hanno ceduto alle mie insistenze. Insomma, hanno sempre ceduto per sfinimento 😊😊😊😊

mamma_lara Sabato, 08 Novembre 2014 12:45

Arima, bene, allora ti sei iscritta ad Al.Ce. e di libri ne avevano ancora. Bene, sono contenta. Il libro che ti spedisco io "Mal di testa. la nostra diversità. Nel silenzio della solitudine per questo nostro male invisibile" è il nostro primo libro, nato nel 2004 con la raccolta delle nostre storie e la prima edizione è stata stampata nel 2005. Quella che ti spedisco è la 7 edizione.

Era l'estate del 2004 e alcune ragazze del forum dicevano che sarebbe stato bello leggere di come ci fa vivere questo male. Io a quel tempo avevo pochissimo tempo, forse meno di adesso e non sapevo neppure da che parte iniziare a scrivere questo libro, quindi speravo che le ragazze avessero iniziato loro a farlo. Poi siccome il tempo passava e non si faceva nulla. Ho pensato di raccogliere le nostre storie, così è uscito un libro formato dalla vita di tanti di noi che hanno messo nero su bianco la propria storia di MDT.

Non è stato facile, anche perché doveva essere una cosa seria e non è stato facile neppure impostarlo questo libro. Poi c'è stata la registrazione alla SIAE, per la quale servivano al tempo non ricordo bene, ma mi sembravano 160 euro. Anche questo ostacolo superato con l'adesione di volontari.

Poi pronto il libro, le prime copie le abbiamo stampate in casa mia con l'aiuto di Piera se non ricordo male. Ma nel 2005 la Fondazione CIRNA Onlus lo ha stampato lei con le sue risorse. Non ti dico la gioia e neppure puoi immaginare vedere pubblicato la mia sofferenza, è stato come darle asilo. L'ho letto e riletto mille volte e ancora è nel mio comodino anche dopo 10 anni.

Nel 2010 è nato Cefalee e Dolori dell'Anima. Anche quello uno sforzo incredibile, ma questi due libri saranno a testimonianza per sempre di come un manipolo di pionieri cefalgici stiano cercando di cambiare qualcosa nel mondo infinito di questa malattia.

arima Sabato, 08 Novembre 2014 11:51

MAMMA LARA ma dove trovi l'energia per essere sempre presente e avere un'attenzione per tutti. Il libro "cefalee e dolori dell'anima" me l'hanno già spedito: è sul mio comodino. Ogni sera leggo qualcosa mi fa sentire parte di una grande famiglia anche se vi ho incontrate sul mio cammino solo da pochissimo. Via mail ti mando l'indirizzo. Buon pranzo a tutti.

mamma_lara Sabato, 08 Novembre 2014 11:22

Elisabetta, è sempre un piacere parlare con te.

mamma_lara Sabato, 08 Novembre 2014 10:49

Elisabetta, ti chiamo

mamma_lara Sabato, 08 Novembre 2014 10:39

Stanotte mi è venuto in mente che non avevo risposto ad una domanda che mi avevate fatto, ora non ricordo più quale sia e non ho tempo di andare a rileggere. Portate pazienza, spero di arrivarci. Oggi e domani sono due giorni impegnativi e la prossima settimana anche.

mamma_lara Sabato, 08 Novembre 2014 10:37

Simona, dire che sei stata fortissima è veramente riduttivo, passare un attacco senza prendere nulla è come scalare l'Everest a mani nude e senza respiratori. Brava, sei stata proprio brava.

mamma_lara Sabato, 08 Novembre 2014 10:36

E' tutta la mattina che attacco bottoni, mi viene bene 😊😊😊
Zeno mi ha portato non so quanti capi tutti con bottoni a penzoloni.
Ora mi sa che ho solo quello che indossa ma è uscito con Marco. Quando viene qui ha tutti da sistemare e questo giro ne ha un po' di più

mamma_lara Sabato, 08 Novembre 2014 10:34

Arima, mandami l'indirizzo che ti spedisco il libro che abbiamo scritto noi del forum. Spero di trovare il tempo per andare in posta. Ne devo spedire uno anche a Mariparis ed è ancora lì che lo aspetta, ma per fortuna vado a Roma e glielo porto io.

A te provo la spedizione. Sempre se vuoi.

Poi puoi trovare anche "Cefalee e dolori dell'anima" prova a chiederlo alla CIRNA se ne hanno ancora. Quello però è a pagamento.

Prima dai tu un'occhiata e vedi se può far bene a tua figlia.

mamma_lara Sabato, 08 Novembre 2014 10:27

Il computer sta sempre lavora sempre. Mi sembra la NASA ho apparecchi ovunque 😊😊😊

cri69 Sabato, 08 Novembre 2014 10:27

ELISABETTA che gioia rileggerti, piano piano un passettino alla volta ritornerai in forma smagliante. Un abbraccio

mamma_lara Sabato, 08 Novembre 2014 10:24

Buongiorno a tutti.

Graga, sono a Grottaferrata, dico Roma perchè faccio prima. 😊

Elisabetta Sabato, 08 Novembre 2014 10:23

Buona domenica, amiche ed amici. La mia finestra si è riaperta e vedo che la "famiglia" si è allargata, anche se impiegherò un po' di tempo per aggiornarmi su tutte le storie.

Per me, quest'anno, il pendolarismo so protrarrà oltre i limiti consueti, per le ragioni di salute di cui vi ho informati. Quanto alla mia convalescenza.....diciamo che continua e che convoglio tutte le mie energie a curare la psiche. Che ha relegato in secondo piano perfino il mal di testa.

Tutto cambia, nella vita. Ora il "male per eccellenza", è diventato simile a quei parenti molesti che ci disturbano ma che ci sono, comunque familiari. Perché, almeno, sappiamo che cosa da loro, ci possiamo aspettare. La psiche, invece sfugge ad ogni controllo. E' un blob insidioso che scappa da tutte le parti.

E' stata una gioia ritrovarvi.

Un abbraccio a tutti. Elisabetta

cri69 Sabato, 08 Novembre 2014 10:17

Buongiorno, anche oggi ho preso la pioggia, diventerò un palmipede 😊 .

Ieri sera sono andata a cena con Giulia , è sempre un immenso piacere e 😊 i è aperta così tanto che a volte ho paura di sognare 😊

arima Sabato, 08 Novembre 2014 10:14

Buona giornata a tutti. Quanto sonno stamattina sono stata sveglia con mio figlio piu' grande (21 anni) fino alle. 4 per parlare della situazione di sua sorella.

Gri Sabato, 08 Novembre 2014 09:46

Buongiorno, sta notte Xavier ha dormito, si è svegliato solo alle 4. Mi pare un sogno! 😊

Tra poco andiamo a piscina! Un abbraccio

nico26 Sabato, 08 Novembre 2014 08:05

Buon sabato a tutti caro forum.

Mariparis io concordo con Lara ; senti il tuo medico se puoi riuscirci . Ognuno di noi e' diverso e

reagisce in maniera diversa .Come per me io penso che il mio cuore ha aritmie perche' mi dice chedevo fermarmi un attimo.Ne sono consapevole che ci tiro troppo ma talvolta sono le esigenze che me lo fanno fare.non so se gli emicranici sono cosi' ma io faccio fatica a dire....beh...lo faro'...ci pensero'....Non ci riesco ma ci debbo provare.Quindi per tornare al discorso sopra c'e chi ci riesce, chi per niente, chi solo po pochetto ma parlarne sempre con il proprio medico . Sono contenta pero' di avere una grande famiglia come voi ,invisibile ma presente al 100% dentro di me!!!! 😊

gragra Sabato, 08 Novembre 2014 07:02

Buondi.

LARA ma tu vai a Grottaferrata, non a Roma... O non ho capito nulla?

Simona Venerdì, 07 Novembre 2014 22:27

Riemergo ora da un super attacco con vomito...il terzo venerdi di seguito che salto il lavoro e sto da cani... non ho preso nulla..questo mese ho deciso cosi... non sforo più. ..sopporto... ecco oggi in preda al dolore e al vomito insistente mi sarei sentita molto piu tranquilla in ospedale. . Accudita.. infatti ho cominciato a star meglio quando è arrivato Gabriele ..un po perché mi ha fatto una puntura x bloccare il vomito..un po perché non ero piu sola e probabilmente mi sono rilassata.. cmq è dura... sto bastardo non mi molla... periodo faticoso proprio.. ma io resisto eh....non mollo.... 😊
Buonanotte a tutti

mamma_lara Venerdì, 07 Novembre 2014 22:05

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

mamma_lara Venerdì, 07 Novembre 2014 22:04

Domani ho tutti i ragazzi a cena e sto ancora lavorando al mio intervento di Roma.
Poi Zeno monopolizza il computer e tante cose le fa fare a me come se io fossi un tecnico.
Niente. lui fa sempre così, non mi pone limiti e pensa che io sia in grado di fare ogni cosa.
Però fa bene, perchè solo così ho imparato ad arrangiarmi abbastanza.

mamma_lara Venerdì, 07 Novembre 2014 21:57

Gragra, io ho le gambe senza riposo, ma la notte giro per casa e sento poco per ora di questo disturbo.

Penso sia un regalo che mi hanno fatto alcune terapie che ho fatto.

mamma_lara Venerdì, 07 Novembre 2014 21:55

Piera, direi che è un bel traguardo. Brava, sei proprio brava. Quando sarò a Roma chiederò al medico se anch'io posso fare la stessa tua dieta
Sai, sbagliavo, il mio colesterolo è a 170.
150 era il valore di un'altra analisi.

mamma_lara Venerdì, 07 Novembre 2014 21:51

Rossana, sei un mito. 😊😊

mamma_lara Venerdì, 07 Novembre 2014 21:50

Giuseppina, mi hai fatto ridere.

Io sono diventata cattiva anch'io da tempo, ma senza avere la giustificazione della nostra Rossana.
Per una che non ha mai detto un NO in vita sua, iniziare a dire dei no era un grande risultato.

Il fatto è che mi chiedevano se stavo male 😊😊😊

Un giorno un'amica mi lascio un messaggio nella segreteria ed io avevo proprio deciso che non l'avrei più ascoltata, la lascio per i miei figli, ma per me era una cosa chiusa. Lei me ne ha detto di ogni con un'aggressività da iena, lei ben era una iena. Mi ha detto che era inutile avere la segreteria se poi non ascoltavo i messaggi. Le ho risposto che la tecnologia da quel momento in poi mi sarebbe servita per migliorare la qualità della mia vita e se un apparecchio me l'avesse peggiorata, lo avrei eliminato. Ne ho eliminato di cose da quel momento. E ho imparato a dire dei no. Pochi ma li dico.

Alle volte non mi riconosco 😊😊😊

paula1 Venerdì, 07 Novembre 2014 21:43

Buona sera a tutti...sono tornata a casa alla fine...non avevo voglia di rimanere in ospedale...ho preso un nebbione negli ultimi 6 km, ma pazienza.....ora vado a riposare..ho i piedi in fiamme.....

Buona notte a tutti 😴

Piera Venerdì, 07 Novembre 2014 21:26

Giuseppina si' un miracolo con l'agnello sacrificale!!!! io sono l'agnello 😄😄

giuseppina Venerdì, 07 Novembre 2014 21:08

CRIS sei giovane, svagati e approfitta dei momenti buoni per stare bene con amiche e moroso, purtroppo noi cefaligiche non ne abbiamo tantissimi 😊

giuseppina Venerdì, 07 Novembre 2014 21:04

sono contenta PIERA, chissà magari è veramente un miracolo...

giuseppina Venerdì, 07 Novembre 2014 21:00

ho avuto anch'io un periodo un pò da iena, già non stavo bene, non riuscivo a fumare ed ero in astinenza da nicotina, ce n'era per tutti, Andrea compreso, le ragazze prima di telefonarmi mi mandavano un sms esplorativo, i maschi, più imprudenti, hanno addirittura osato suonarmi il

campanello 🤔🤔🤔

giuseppina Venerdì, 07 Novembre 2014 20:53

ROSSANA 😄 mi piace sentirti così "iena" 😄😄😄 sei troppo forte

Piera Venerdì, 07 Novembre 2014 20:12

Sono molto contenta i miei esami del sangue vanno tutti bene, ho solo il valore del colesterolo LDL, un po' alto, solo che mi ha detto il dottore che e' quello che il nostro corpo produce da solo e potrebbe essere un problema genetico o organico, non legato alla dieta....dal 24 ottobre non ho più avuto un attacco emicranico (speriamo di non chiamarlo 😄) nonostante mi siano ritornate le mestruazioni il 3 novembre dopo solo 18 giorni dalle ultime. Sono sempre più strabiliata, se grido al miracolo sapete perché 😄

gragra Venerdì, 07 Novembre 2014 19:52

Ma tanto per sapere...

La sindrome delle gambe senza riposo è tra quelle cose che avete 😞 o che vi manca 😊😞

Mirella73 Venerdì, 07 Novembre 2014 18:37

Buonasera a tutti. Oggi ancora abbastanza bene nonostante i ritmi lavoro casa casa lavoro. Un po' di vertigini stasera che spesso mi vengono quando mi prende un po' di ansia Da venerdì non prendo pastiglie. Speriamo nel week end ... Domenica vorrei andare a trovare i miei a Milano. E' tanto che non li vedo purtroppo ma ottobre non è stato un gran mese e continuo a rimandare. Mi mancano moltissimo.... Da quando mi sono trasferita molti anni fa diventa sempre più complicato anche spostarsi per un paio di giorni. C'è sempre qualche impegno O la scuola dei bimbi... O qualche festa di compleanno ... Mah....

Cris83 Venerdì, 07 Novembre 2014 18:29

lo tra poco stacco.. stasera vado a mangiare una pizza da un'amica..

a presto e buona serata!! 😊

Annuccia Venerdì, 07 Novembre 2014 17:44

Anche io Piera lo dico sempre, e quasi sempre ce la faccio..... 😊

mariparis Venerdì, 07 Novembre 2014 17:35

Cris se tutto va bene torno a casa lunedì 😊

Cris83 Venerdì, 07 Novembre 2014 17:23

scusate il messaggio doppio.. 😊

Brava MAMMA LARA non si è mai troppo prudenti!

MARISPARIS quando torni a casa?

non mi sento di darti consigli.. ma soprattutto devi vedere come riesci a stare, magari senza profilassi stai male e ricominci con prendere troppi sintomatici.. o forse no..

non so.. sicuramente parlane con cui ti segue e esponi i tuoi dubbi.. ti sapranno aiutare! 😊

Cris83 Venerdì, 07 Novembre 2014 17:21

Grande PIERA!!

Cris83 Venerdì, 07 Novembre 2014 17:21

Grande PIERA!!

Piera Venerdì, 07 Novembre 2014 16:47

lo invece lo dico sempre: **non ce la faccio!!!**, poi invece ce la faccio sempre e sono doppiamente contenta 😊 eh lo so che sono un po' strana 😊 . Grazie Angelica anche da parte mia 😊

mamma_lara Venerdì, 07 Novembre 2014 16:34

[Vietato dire "non ce la faccio"](#)

Grazie Angelica

mamma_lara Venerdì, 07 Novembre 2014 16:32

Mariparis, dovresti chiedere alla tua specialista se puoi fare questo e se te la senti di farlo con il suo consenso puoi vedere di farcela. Non siamo tutte uguali e può darsi che la terapia prescritta dalla dottoressa non sia solo a copertura degli attacchi di cefalea. Ci sono momenti che dobbiamo assumere farmaci anche se non ne abbiamo troppa voglia.

Parlane con lei e decidi.

Non fare mai confronti, non ti fanno bene.

mariparis Venerdì, 07 Novembre 2014 16:25

Vorrei un consiglio da voi care amiche...

meglio prendere farmaci di profilassi, che senza dubbio hanno molti effetti collaterali sul fisico e non è detto che agiscano con efficacia sul mdt, oppure non prenderne per nulla rischiando di avere attacchi liberi ed indiscriminati e quindi rimanere privi di copertura?

non so che fare, vista l'esperienza con il topamax, ho tanta paura di ricominciare con nuovi farmaci, ma allo stesso tempo mi terrorizza l'idea di lasciare il mdt libero di attaccare.

aiutatemi voi....

mariagrazia Venerdì, 07 Novembre 2014 15:00

oggi sono un po' triste. stamattina siamo andati a cantare la messa per un funerale di una ragazza di 39 anni morta a Roma travolta da un SUV. La famiglia abita in un comune qui vicino ed hanno voluto una messa Gospel bella allegra. ma la tristezza si sentiva... eccome se si sentiva

mamma_lara Venerdì, 07 Novembre 2014 13:49

Zeno mi cambia anche la password del computer, troppo facile quella che ho adesso.

Maniaco anche lui 😊 😊 😊

mamma_lara Venerdì, 07 Novembre 2014 13:48

Ora sto facendo una copia di tutti i documenti e di tutte le foto. Devo copiare 980 GB 😊 😊
Ci metterò fino a domani. Così domani sera darò a mio figlio il disco esterno e lo terrò a casa sua. Sarà protetto da una password di 56 caratteri. Che maniaca sono.

Non si vede neanche che ci tengo ai miei documenti

mamma_lara Venerdì, 07 Novembre 2014 13:44

Annuccia, immagino ti sarebbe utile, ne sa una più del diavolo.

Hai presente "le sa tutte" proprio così

Annuccia Venerdì, 07 Novembre 2014 13:17

MARIPARIS, meno male, manca poco al ritorno a casa. 😊

mariparis Venerdì, 07 Novembre 2014 13:05

Annuccia se tutto va bene devo uscire lunedì prossimo. In tutto una settimana. Non vedo l'ora.

Annuccia Venerdì, 07 Novembre 2014 12:54

MARIPARIS, quando prevedono l'uscita dall'ospedale?

NICO, in bocca al lupo! ma sicuramente non sarà nulla.

LARA, mi ci vorrebbe anche a me uno "Zeno" per qualche giorno.

Annuccia Venerdì, 07 Novembre 2014 12:52

Buongiorno a tutti!

ieri sera sono uscita da studio proprio nel momento che veniva giù il mondo, comunque sono arrivata a casa senza problemi.

Oggi piove, come ha scritto GraGRA, ed io sono già stata in palestra . Ora piano piano faccio ciò che devo, visto che la signora che mi aiuta a casa è sempre "out"! Andrea di nuovo a casa mi ha creato squilibrio..... come tutte le cose che cambiano dall'oggi al domani. A studio è un disastro , la segretaria del mattino con la sua ricaduta in depressione crea abbastanza disagio . Bisogna anche controllare bene perché ogni tanto scrive qualche "sfondone"!

Maya Venerdì, 07 Novembre 2014 11:13

Ciao.....si Mami lo stare bene in questi ultimi giorni ,sembra che mi scappi,fatico molto nel nuovo reparto,tante parole tanti che parlano e tanti particolari da controllare,le mani qui non possono andare a memoria ,ci devo mettere molta attenzione,alcuni momenti mi sembra che la mia testa faccia fatica,passo dalla totale confusione,all'affanno di non fare tutto bene.ma " non mollo " faro' il possibile per gestire al meglio il tutto.oggi inizio un'ora prima,ma l'allenatore 16 finisco.

nico26 Venerdì, 07 Novembre 2014 11:01

Volete sapere l'ultima??Stamattina al lavoro.....ho avuto per un attimo una specie di mancamento piccolino come se il sangue non arrivasse alla testa ma solo per un nano secondo....poi ok....Dopo di nuovo alcune piccole fibrillazioni che e' da un po che ogni tanto vengono.chiamo il mio amico cardiologo....che dista 2 km dalla piscina e mi fa vieni subito....Ecg nella norma pero' mi ha montato l'holter per 1 giorno e domattina lo tolgo....sono tutta piena di fli!!!!!!!!!!

mamma_lara Venerdì, 07 Novembre 2014 10:57

Paula, Selladicavallo ti ringrazierà. 😊

mamma_lara Venerdì, 07 Novembre 2014 10:57

Mariparis, ti credo che i giorni sembrano secoli, avrei la stessa impressione. Ma stai lì più che puoi e non avere fretta di tornare.

Ora è difficilissimo trovare una struttura che ricoveri per fare la disintossicazione e si sa che fatta in ospedale è tutt'altra cosa.

Io mi sentirei una privilegiata poterne usufruire. Mi verrebbe da dire goditela tutta, ma so che sono una fanatica delle cose perfette quando si tratta di prestazioni da fornire a chi sta male. Perdonami va, ma sai che puoi mandarmi a quel paese senza che mi offenda

paula1 Venerdì, 07 Novembre 2014 10:54

Scendo in città...Selladicavallo è prontissimo..ha avuto bisogno di un lavoro aggiuntivo, ma ora è in perfetta forma 😊

Buona giornata a tutti...

mamma_lara Venerdì, 07 Novembre 2014 10:51

GraGRA, non immagini quanto tempo mi ci sia voluto per imparare a non farmi prendere dall'ansia di svolgere i lavori che avevo sempre in arretrato. Sentivo che mi faceva male, ma non riuscivo a fare altrimenti.

Per imparare ho usato una terapia d'urto, e ancora uso questa tecnica. Infatti ho ancora da spolverare i due mobiletti che ho nel corridoio fuori casa, passo e soffio, se si spolverano così bene, ma per ora non mi rimane tempo di spolverarli per bene.

Sai, ci metterei non più di 10 minuti per farlo, ma allora sarei come sono sempre stata, mentre invece da un po' di anni ho messo in atto un cambiamento che mi fa dire "mica posso arrivare ovunque"

Poi se dicono che sono una buona a nulla va bene lo stesso, questa frase in me ha fatto danni inenarrabili e sto cercando di farmela passare addosso senza che mi scortichi anche la seconda pelle

mamma_lara Venerdì, 07 Novembre 2014 10:43

Piera, il calendario da scaricare penso sia per far conoscere Al.Ce. e le sue attività. Un po' per far stare vicino ai cefalalgici e dire che noi ci siamo.

Poi si sa che a noi e a tutti i nuovi iscritti arriverà a casa 😊

mamma_lara Venerdì, 07 Novembre 2014 10:40

Paula, ti saprò dire.

mamma_lara Venerdì, 07 Novembre 2014 10:34

Buongiorno a tutti.

Zeno è capace di sconvolgere casa, ha apparecchi sparsi ovunque e monopolizza i computer, tutti tutti, che in casa ho in abbondanza. ne approfitta per sistemarmi le cose in modo che io abbia tutto a portata di mano. Se avessi necessità di una presa dovrei andare su nelle camere da letto, perchè qui sono tutte occupate 😊😊

Poi ha sistemato il telefono nuovo di Gabriele nel mentre che scaricava le sue foto e sistemava in remoto il computer di un ragazzo che stava in Sicilia. Ora ha i vari appuntamenti nei centri commerciali per sistemare quelli degli amici che ha a Ferrara, così mentre fanno due chiacchiere hanno il loro computer come nuovo. Credo oggi abbia anche il pranzo occupato sempre al centro commerciale. Da me fa un po' di cose alla volta, quindi dovrò adattarmi ad avere il computer a mezzo servizio.

mariparis Venerdì, 07 Novembre 2014 08:58

Buongiorno a tutte! Oggi sto un pochino meglio ma i giorni qui dentro mi sembrano secoli... Gragra a me il topamax non ha fatto passare il mdt, di fatto lo avevo ogni giorno e ogni giorno prendevo una supposta di difmetre'. Il neurologo diceva che non era il topamax che non funzionava, ero io che ero in abuso di farmaci. Cmq io non so se la colpa era del topamax o dell'abuso di difmetre', non riesco completamente piu' a concentrarmi, a fare semplici operazioni, ho notato una grande perdita di memoria, un po' di difficoltà nel linguaggio, mi dimenticavo certi vocaboli, mi sentivo un po' confusa. Figurati che seguivo un corso di specializzazione post laurea a cui tenevo molto, e ho dovuto abbandonare. E ora sono qui...sperando di non ricadere nei miei 30 difmetre' al mese....

e tu? Prendi tanti sintomatici? Raccontami un po' di te quando ti va...baci

paula1 Venerdì, 07 Novembre 2014 08:55

MAMMA LARA ma il bonifico Cirna va fatto sempre a gennaio vero ? non prima...

paula1 Venerdì, 07 Novembre 2014 08:38

Buon giorno a tutti..qui nebbione ...ieri pomeriggio al lavoro tutto bene anche se non ci si ferma mai...alle 14 ho mangiato un pezzo piccolo dipolenta con un po' di sugo di pomodoro (Camst) e dopo mezzora mi è arrivato un mal di stomaco da paura.....io che solitamente digerisco anche i sassi.. 😞

😞 per fortuna ho preso una pastiglia di nexium e dopo un'oretta i sintomi sono calati e poi spariti...ma sorbole che patimento 😞

ieri sera è venuto a prendermi Fausto così ho accontentato la collega che oggi voleva fare la mia mattina...io lavoro pomeriggio e domani mattina per provare a chiudere il reparto... 😞😞

oggi ritiro Selladicavallo 😞😞 , ma sono talmente stanca che al 90% stasera resto a dormire in ospedale....e mi evito 2 viaggi..

la testa dopo la crisi dei quasi 3 giorni ora va meglio...del ciclo nemmeno l'ombra e nessun sintomo a parte la solita fame rabbiosa....

feffe81 Venerdì, 07 Novembre 2014 08:25

Buongiorno a tutti!

MAMMALARA che bello c'è Zeno, spero vi godiate la compagnia reciproca

gragra Venerdì, 07 Novembre 2014 08:17

PIERA

credo sia un modo per raccogliere fondi... e contemporaneamente averlo sempre on line con te. 😊

Piera Venerdì, 07 Novembre 2014 08:01

buongiorno a tutti, per il calendario io ho capito che agli iscritti ad Alce viene mandato come al solito a casa, perche' bisogna scaricarlo??? boh vado a rileggere..... buona giornata a tutti

gragra Venerdì, 07 Novembre 2014 07:54

meteo

Buongiorno forum
a Roma piove...

Scuole aperte, acqua alta 😞

oggi ferie comandate e molte cose da fare: con calma però perchè se mi metto fretta ho visto che arriva mister MDT.

gragra Venerdì, 07 Novembre 2014 07:49

MARISPARIS

quando te la senti mi spieghi cosa ti hanno procurato topamax e difmetrè.
coraggio. Come va oggi?

Un abbraccio. 😊

gragra Venerdì, 07 Novembre 2014 07:45

calendario

Se il calendario lo vedete male fatelo presente. Controllano e ve lo rimandano tutto bellino

cri69 Venerdì, 07 Novembre 2014 07:19

Buongiorno, anche qui nuvoloso, nebbia ma niente pioggia, quindi proviamo ad andare al lavoro.
Anche se in ritardo un augurio a chi ha compiuto gli anni.

nico26 Venerdì, 07 Novembre 2014 06:56

Buon venerdì a tutte/i sotto un cielo grigio però senza pioggia. Oggi e domani ho amici da roma per cui avrò un bel po da fare e ieri sera cucinavo alle 22.00...e mi sembrava di aver la Larite 😄😄. Ora si parte e via.... 😊

rossana Venerdì, 07 Novembre 2014 00:29

Dimenticavo, PAULA il tuo messaggio a proposito della giornata di ieri è bellissimo.

C'è tanta tanta positività 😊

rossana Venerdì, 07 Novembre 2014 00:28

Paura eh.....

Spero siate tutti a casa e senza guai di sorta per via delle piogge.

Buonanotte

rossana Venerdì, 07 Novembre 2014 00:26

FEFFE per la sospensione dell'amitriptilina ne so da insegnare a destra e a manca.

Però siete tutti avvisati: il corpo si risveglia e il dolore torna a galla ma a livello psicologico è come se mi si fosse tolto un velo dagli occhi e ora la realtà mi appare in tutt'altra luce.

Tradotto: sto dando sbadilate a tutti, non più risposte di "convenienza", non più "politically correct", sto diventando cattiva, anzi cattivissima.

Non risparmio neanche i miei fratelloni, ce n'è per tutti.

Alberto in questi giorni sentendomi dire che diventerò cattiva mi chiede: più di così. Beh credo di sì, posso ancora migliorare

Non ne vado fiera ma tant'è.

rossana Venerdì, 07 Novembre 2014 00:19

GIUSEPPINA per la rinite non so come dire.

Nel mio caso gli starnuti hanno sempre accompagnato gli attacchi di emicrania.

All'inizio mi venivano all'esordio della crisi, poi magari anche durante e alla fine.

Poi ho avuto un periodo tremendo in cui avevo episodi a prescindere.

Ricordo serate sul divano passate a starnutire e asciugarmi il naso col mucchio di fazzoletti sul pavimento.

Adesso che mi ci fai pensare devo dire che dopo la sospensione dell'amitriptilina ho le mucose meno

secche e il naso pure lui povero ne risente in positivo. E ho rari episodi, da non credere. Io comunque da anni non potevo neanche entrare in piscina con acqua termale perché il naso iniziava immediatamente a bruciare fin su su, insopportabile.

E l'otorino mi disse di non vederla neanche da lontano l'acqua termale.

Anche l'acqua di mare mi provoca un bruciore tremendo però meno di una volta.

Credo che il mio naso risenta della riduzione drastica che negli anni ho fatto dei farmaci.

Dal cortisone (che ora prendo sporadicamente) ad altri che non sto neanche a nominare.

Il betabloccante però non l'ho mai preso, ho preso la flunarizina quella sì.

Però se quell'imprenditore termale dice così qualcosa di fondato ci sarà, forse non vale per tutti come tante volte accade.

Ti auguro di guarire presto, mi sa che anche il tuo fisico risenta di quel che stai passando.

Riposati, approfittane per recuperare.

rossana Venerdì, 07 Novembre 2014 00:11

LARA goditi il tuo bimbone, bene che arrivi in anticipo.

Ti sei ritrovata con una sorpresa 😊

rossana Venerdì, 07 Novembre 2014 00:10

Ciao a tutti,

sono sanchissima.

Sopraffatta da quel che devo fare per me e dalla burocrazia per tutti 😞

Ho letto in fretta e furia, mi limito solo a fare gli auguri (un pò in ritardo) ad Andrea di ANNUCCIA, alla sorella di LARA e anche al piccolo Xavier per i suoi 8 mesi.

Tanti tanti auguri a tutti, le migliori cose.

mariagrazia Giovedì, 06 Novembre 2014 20:49

Come gragra anche io non vedo bene il calendario scaricato. Leggo bene la parte sinistra, ma a destra no

mamma_lara Giovedì, 06 Novembre 2014 20:35

Devo andare a prendere Zeno a Bologna.

Sento notizie allarmanti per Roma e anche altre città. Non so che dire. Speriamo che smetta di piovere.

Mi spiace.

gragra Giovedì, 06 Novembre 2014 19:40

Annuccia sei a casa?

Ricomincia a piovere dalle mie parti...

Simona Giovedì, 06 Novembre 2014 19:07

Annuccia spero tu possa rientrare a casa senza disagi...

gragra Giovedì, 06 Novembre 2014 18:54

Ho scaricato il calendario ma lo vedo male... Mi mancano tutti gli ultimi giorni dei mesi e la parte dx delle pagine, comprese tutte le pagine dei diari.

Devo capire come ottimizzare... 😞

gragra Giovedì, 06 Novembre 2014 18:51

Auguri a tutti quelli che spengono o stanno per spegnere le candeline... 😊

A Roma tutto sommato poca pioggia, concentrata e gestibile. Scuole chiuse con felicità dei ragazzi: non saprei dei genitori.

Metropolitane chiuse, alcune allagate, ma come succede di solito, anche senza allerta meteo 😞

Forza Mariparis... Un altro giorno sta per passare.... Dormi, se riesci, speriamo in in sonno

ristoratore. 😴

mamma_lara Giovedì, 06 Novembre 2014 18:36

Volevo dire che preparo per Zeno.

Non ho più la rapidità di una volta e sono lenta come l'anno della fame

mamma_lara Giovedì, 06 Novembre 2014 18:35

Sono andata a prendere Emma. Ora preparo

mariparis Giovedì, 06 Novembre 2014 17:34

Auguri anche alla sorella di Lara e a Xavier!

mariparis Giovedì, 06 Novembre 2014 17:28

Buon pomeriggio ragazze! Oggi sto meno bene di ieri...ho un po' di mdt e tantissima sonnolenza...forse dovuta al nuovo farmaco di cui vi dicevo ieri... faccio tanti auguri ad Andrea di Annuccia... a Roma ho sentito che c'è ' brutto tempo...Annuccia, Monica, Gragra state attente... grazie Cris del pensiero, sto così così... vi bacio forte

Mirella73 Giovedì, 06 Novembre 2014 17:06

Diluvia a mn ed io passeggio al parco . Chissà se il mdt se ne va un po' via....

Annuccia Giovedì, 06 Novembre 2014 16:41

Grazie a tutti per gli auguri ad Andrea.

FEFFE, lui mi legge dentro, io non presso mai, non è purtroppo colpa sua. Comunque grazie del consiglio.

Qui a studio c'è stata una grandinata pazzesca, ho dovuto abbassare la persiana, sembrava si potessero rompere i vetri delle finestre.

Ora continua a piovere, spero di poter andare a casa, il mio tragitto prevede due sottopassi e sono il mio terrore perché si allagano con facilità. Non vorrei rimanere là sotto con l'acqua alla gola (e questa volta non in senso figurato) 😊

Simona Giovedì, 06 Novembre 2014 16:40

Auguri di buon compleanno ad Andrea di Annuccia e a tua sorella Lara....

auguroni anche a Xavier per i suoi primi 8 mesi...brava Gri hai resistito al dolore nonostante le difficoltà, sei stata brarissima. .. mi spiace tanto per quello che è successo a tua cognata.. 😞

nico26 Giovedì, 06 Novembre 2014 16:29

Annuccia auguroni al tuo cucciolone!!!

anche qui stagione tremenda.

Stanno arrivando amici da roma che si trattengono 2 giorni da noi!!!

mamma_lara Giovedì, 06 Novembre 2014 15:44

Ho combinato un guaio, non avevo letto bene il biglietto di Zeno e pensavo arrivasse domani mentre arriva oggi. Sono indietro come la coda del somaro.

mamma_lara Giovedì, 06 Novembre 2014 15:43

Cris, ti ho risposto anche ora.

Cris83 Giovedì, 06 Novembre 2014 15:14

MAMMA LARA grazie.. 😊

mariagrazia Giovedì, 06 Novembre 2014 15:14

buon pomeriggio a tutti.

Auguri ad Andrea di Annuccia. Il mio Andrea ne compie 28 domenica.

Auguri anche alla sorella di Mamma lara.

ho scaricato il calendario, dopo lo guardo con calma, ma si vede già che è bellissimo!

Cris83 Giovedì, 06 Novembre 2014 15:09

Ciao a tutti! 😊

MARISPARIS come va?

GRI mi spiace per la giornata di ieri e sono contenta che oggi stai meglio! Brava che non hai fatto vincere il relpax!

Non vedo l'ora di vedere il nuovo calendario!

GIUSEPPINA che piacere leggerti.. buona guarigione dalla tosse!

ANNUCCIA e le altre romane com'è la situazione a Roma?

feffe81 Giovedì, 06 Novembre 2014 14:50

MAMMALARA sì quando dovrò sospenderlo lo farò mooolto lentamente e avvalendomi dell'esperienza della nostra ROSSANA 😊

feffe81 Giovedì, 06 Novembre 2014 14:49

ANNUCCIA auguri ad Andrea! mi permetto, da figlia, di dirti di non pressare se puoi tuo figlio con il volerlo vedere sistemato...io sento la pressione dei miei e non è piacevole, ovvio che piacerebbe pure a me avere lavoro stabile e famiglia, ma la situazione è quella che è...

feffe81 Giovedì, 06 Novembre 2014 14:47

oggi faccio un po' fatica ma sto facendo lo stesso quel che devo, adesso sto sorvegliando l'esame...le mie scarpe mi hanno tradita 🤢 non ho capito come, hanno assorbito acqua e sto con i piedi bagnati 🤢

Piera Giovedì, 06 Novembre 2014 14:34

auguri al Bell'Andrea di Annuccia!!! che sicuramente trovera' un bel lavoro, un bell'amore , una bella casa, e avra' tanta ma tanta salute per godersi il tutto alla grandissima 😊

Gri Giovedì, 06 Novembre 2014 13:55

ROSS 😊😊😊 hai ragione, meno male che è "uscito" il nome Davide e non un altro nome maschile.... 😊

Gri Giovedì, 06 Novembre 2014 13:53

ANNUCCIA, augurissimi ad Andrea e buon compleanno anche a Nelli sorella di MAMMA LARA! Oggi Xavier fa 8 mesi 😊

MAMMA LARA, il relpax è ancora lì chiuso sul comodino, ho vinto io! Con tanta fatica, ma non volevo prenderlo, ho tanta paura a prendere qualsiasi cosa allattando. E va mooolto bene così! E oggi la testa è delicata, ma il dolore forte non c'è più!

Annuccia Giovedì, 06 Novembre 2014 12:56

Grazie cara LARA, auguri anche alla tua sorellina.
Per la sistemazione hai ragione tu, pensiamo all'amore e al lavoro, ma nulla può durare per sempre.

Susy Giovedì, 06 Novembre 2014 12:53

Certo che questo tempo non aiuta. Colazione con relpax....nonostante la bellissima serata....

mamma_lara Giovedì, 06 Novembre 2014 12:02

Annuccia, anche mia sorella Nelli. Poi la chiamo e le faccio gli auguri.

Anche a me veniva il pens8iero di vedere i miei figli sistemati, poi mi sono chiesta che cosa sia la sistemazione, sposati e con il lavoro sicuro?

Niente di tutto questo, i matrimoni si rompono e di questo non mi devo meravigliare visto che io l'ho fatto tantissimi anni fa, ma se si sta male mica si può stare insieme per forza. Per il lavoro di sicuro non c'è più nulla. Quindi spero che tutto vada bene e che abbiano la salute.

Spero però che il tuo Andrea abbia tutte le migliori cose
Auguri Andrea.

Annuccia Giovedì, 06 Novembre 2014 11:38

Il mio Andrea oggi compie 27 anni, quanto è grande anche lui. Vorrei tanto vederlo sistemato .

Annuccia Giovedì, 06 Novembre 2014 11:38

CRIS, grazie per il complimento di ieri, troppo buona!

Annuccia Giovedì, 06 Novembre 2014 11:37

Buongiorno a tutti!

oggi a Roma, siamo allertati con la pioggia. Stamani pensavo di non muovermi, ma poi mi sono detta "chi me lo fa fare, tanto alle 13 devo andare al lavoro"! meglio che approfitto di questi giorni di tregua dal MDT.

mamma_lara Giovedì, 06 Novembre 2014 11:18

Cri, non Paula

mamma_lara Giovedì, 06 Novembre 2014 11:17

Paula, quello intendevo 😄😄😄😄😄

cri69 Giovedì, 06 Novembre 2014 11:15

LARA è la mole 😄😄😄.

Scusa 😊 non ho resistito

mamma_lara Giovedì, 06 Novembre 2014 11:14

Nico, procediamo pure

mamma_lara Giovedì, 06 Novembre 2014 11:13

Piera, il mio già cambiato e la rinite c'è sempre. ma come ho detto ce l'ho da quando ero piccolissima. Con gli anni e solamente peggiorata.

mamma_lara Giovedì, 06 Novembre 2014 11:12

Lo so che sono di parte, ma di associazioni come la nostra non ne trovi in giro. Facciamo di ogni. Siamo in 8 milioni in Italia che hanno MDT e mi fermo qui, perchè di iscritti sono veramente pochissimi. Per forza non riusciamo a farci ascoltare.

E quelli la lo sanno, ehhh si che lo sanno.

Quando mi muovo però faccio un polverone come se fossimo in migliaia 😄😄

nico26 Giovedì, 06 Novembre 2014 11:10

Eccomi qui e buona giornata dopo aver avuto un aurette a sx e ora mdt!!

L'orecchio sta meglio !

umidita' a go go e stanchezza immensa.

Forza donne procediamo !!!!!

Piera Giovedì, 06 Novembre 2014 11:08

comunque nel caso che la tosse/rinite abbia collegamento con il betabloccante, non e' che non bisogna piu' prenderlo , bisogna cambiare tipo, ho letto anch'io che alcuni danno questi tipi di problema

mamma_lara Giovedì, 06 Novembre 2014 11:08

Paula, vale la pensa di iscriversi ad Al.Ce. anche solo per il calendario. 😊

Troppo bello quest'anno.

cri69 Giovedì, 06 Novembre 2014 11:06

Siamo qui che stiamo tentando di sistemare la stufa a pellet 🚫🔥, quest'anno non vuole andare ,tranquilli mai 😞

mamma_lara Giovedì, 06 Novembre 2014 11:04

Giuseppina, io ho sempre avuto la rinite e il betabloccante lo prendo dal 1998. Aspetto la risposta, perchè mi interessa, anche se non posso smettere di assumerlo, non tanto per la testa ma per il cuore. .

giuseppina Giovedì, 06 Novembre 2014 10:40

adesso ho scritto al mio neurologo, quello che mi ha dato il betaloccante (che tra l'altro mi sta facendo molto bene) per chiedergli se c'è un collegamento, in effetti ho cominciato a prendere il betab. a febbraio 2013 e a ottobre dello stesso anno sono partiti gli attacchi di rinite

giuseppina Giovedì, 06 Novembre 2014 10:32

ROSSANA sai che parlando con una mia amica che aveva una fastidiosa rinite, mi ha detto che dopo lunghi giri è arrivata da un medico, pensa uno dei proprietari delle terme di T., che parlando contro il proprio interesse le ha detto "signora non venga a perdere tempo qui, vada dal suo medico e si faccia cambiare la pastiglia della pressione" infatti così è andata....

mamma_lara Giovedì, 06 Novembre 2014 10:32

Devo attaccare tutti i bottoni di un giubbino di Gabriele

giuseppina Giovedì, 06 Novembre 2014 10:28

sono a casa per una brutta tosse che non solo si trascina da 3 settimane ma è anche peggiorata, lunedì ho incominciato l'antibiotico e va un pò meglio ma stavolta è stata lunga

paula1 Giovedì, 06 Novembre 2014 10:18

😊 wow...non vedo l'ora di vedere il nuovo calendario..... 😎

MAMMA LARA...ieri l'ho trovato più rilassato Fausto, sono convinta che questo lavoro gli piaccia anche perchè bene o male, con altri prodotti, ma l'ha fatto per 16 anni...poi ieri sono stati tutti gentili e ha trovato già l'armadetto pronto col suo nome....mi ha fatto ridere dicendomi che fanno una raccolta differenziata che neanche i giapponesi sono così precisi 😊😊😊 pensa che fanno anche l'umido della mensa...una bella differenza con gli altri posti che non ci si fidava nemmeno a fare pipì e doveva raccogliere la cacca dei gatti randagi.. 😞😞😞😞

il collega che lo sta introducendo al lavoro (quello che andrà in pensione) è un signore ferrarese che tutti i giorni arriva da Ferrara...così si rilassa pensando che solo lui arriva da lontano... 😊😊

mamma_lara Giovedì, 06 Novembre 2014 10:17

Cri, sono qui che dormo da stare seduta. Ogni tanto mi scappano gli occhi. Meno male che hai recuperato un po' sul divano.

mamma_lara Giovedì, 06 Novembre 2014 10:16

Gri, succede che facciano male anche il solo pettinarsi quando la testa fa così male. Sei brava a resistere, proprio brava brava.

E' vero, i bambini sentono quando stiamo male e si agitano

mamma_lara Giovedì, 06 Novembre 2014 10:13

Arima, mi fa piacere cara che il forum ti sia utile, qui si trovano sempre spunti che aiutano. Siamo in tante e ognuna di noi dà il suo contributo.

cri69 Giovedì, 06 Novembre 2014 10:11

Buongiorno,oggi,vista la pioggia, a casa.Alle 6 ero comunque in piedi perchè non pioveva ma ho recuperato sul divano fino le 9 😊

mamma_lara Giovedì, 06 Novembre 2014 10:10

Mirella, non so che tempo farà a Ferrara oggi, ma non sembra prometta niente di buono. Però per ora non piove 😊

Hai ragione, i bimbi riescono ad illuminare ogni stanza.

mamma_lara Giovedì, 06 Novembre 2014 10:07

Quest'anno il calendario è bellissimo, contiene di tutto di più.

mamma_lara Giovedì, 06 Novembre 2014 10:01

[Calendario 2015 del Sito Italiano della Cefalea](#)

mamma_lara Giovedì, 06 Novembre 2014 09:59

Feffe, interrompere un farmaco è sempre difficile se poi causa insonnia lo diventa ancora di più, non dormire fa star male. Quando dovrai sospenderla, prova con una goccia ogni tanto e vedi come vai.

mamma_lara Giovedì, 06 Novembre 2014 09:56

Maya, alle volte per trovare la forma dobbiamo cercare bene bene, ma alla fine tu la trovi sempre.

mamma_lara Giovedì, 06 Novembre 2014 09:53

Gri, ho letto di tua cognata e tuo fratello. Mi piace tantissimo.

mamma_lara Giovedì, 06 Novembre 2014 09:52

Buongiorno a tutti.

Paula, che bella idea di dare un nome alle giornate. ieri però se lo meritava proprio il nome che le hai dato.

Spero proprio che Fausto si trovi bene e che lo tengano anche il prossimo anno al lavoro.

paula1 Giovedì, 06 Novembre 2014 08:49

Buon giorno a tutti...qui nuvoloso e a tratti piove...oggi lavoro pomeriggio e devo scendere con la corriera blu e l'autobus...stasera non so...perchè siamo talmente fuori di testa al lavoro che non so nemmeno che turno fare domani...sarebbe la mia mattina, ma la vuole fare la collega per rifilarmi il pomeriggio e poi lavoro sabato...forse domenica... 😞 non si capisce più niente...

ieri l'ho definita la "giornata della gentilezza" perchè a fronte di una rispostaccia del collega manutentore alle 9 di mattina sul fatto di gonfiarmi la gomma di Sella...(.....io non ho tempo qui di fronte c'è un elettrauto 😞😞😞)..ho trovato delle persone davvero cordiali e disponibili... nell'ordine: un burberissimo ingegnere della clinica che mi ha gonfiato la gomma, l'operatore del call center TPER stradisponibile, una signora alla fermata del 27, l'autista strafigo del 27 che mi ha fatto anche un complimento e non mi ha fatto perdere la blu 906 indicandomi una fermata strategica, una passeggera del 27 che voleva anche vendermi la sua casa 😊, e il mio amico meccanico-musicista che mi ha recuperato Sella e me la sta preparando per l'inverno..... 😊

ieri a parte la pioggia, che a me poi piace moltissimo, è stata una gran bella giornata... 😊

Maya Giovedì, 06 Novembre 2014 08:22

Buon giorno....giornata umida ,ma dovrò andare dalla nonnina per finire alcune faccende,nemmeno io stamattina sono proprio in forma,pazienza la troverò ,poi dovrei andare dal medico dell'azienda perché in ditta mi porto l'acqua panna o un'altra ,tutte le altre bevendo tutto il giorno mi danno coliche.....ieri non è stata una giornata facile,su vari motivi,ma è passata,la ditta è seria e i rapirti impongono regole severissime.

feffe81 Giovedì, 06 Novembre 2014 06:58

Buongiorno a tutti! Anche stanotte ho dormito poco, ciclo arrivato, mal di pancia...spero solo di non ricominciare con l'insonnia forte.

MARIPARIS gli effetti su di me dell'amitriptilina sono stipsi e un po' di aumento di peso, fa da miorilassante, con la cefalea un po' conta e pure per l'umore. Purtroppo però ne sono dipendente e ad esempio il mio sonno non è "normale", senza amitriptilina non dormo...ci dovrò fare i conti quando dovrò sospenderla.

Mirella73 Giovedì, 06 Novembre 2014 06:48

Buongiorno , piove tanto qui... Testa pesante . Vado di caffè forte . Mi aiuta . Ora sveglio i bimbi . E la casa si illumina !!

arima Giovedì, 06 Novembre 2014 06:31

Una buona giornata a tutti. Purtroppo la sera spesso non riesco a leggermi ma la mattina presto, l'unico momento della giornata tutto per me, rileggo quello che avete scritto e mi aiuta ad ingranare.

rossana Mercoledì, 05 Novembre 2014 23:09

GRI è andata bene che ti è uscito Davide e non un altro nome maschile.....stai attenta eh che qui non ci scappa niente. 😊

rossana Mercoledì, 05 Novembre 2014 23:07

GRI mi dispiace tanto per tua cognata e tuo fratello.

E ti pareva che il MDT potesse non venire o non peggiorare?

Spero tu possa riposare

Gri Mercoledì, 05 Novembre 2014 22:26

Il Davide in fondo non capisco proprio come ci sia arrivato 😊😊

Gri Mercoledì, 05 Novembre 2014 22:24

La testa pulsa forte e non riesco nemmeno a toccar il cuoio cappelluto dal dolore alla pelle. Ho il relpax qua sul comodino, il neurologo mi ha detto che in allattamento era l'unico trip che posso

usare, ma sto cercando di resistere.

Oggi è stata proprio una giornata no. Eloïse mi ha fatta disperare, monella tutta la sera, Xavier agitato...credo a causa mia...sentiranno il mio star male?!? Davide arrivato a casa mi ha detto: "hai la faccia deformata dal dolore"...

Poi quel che è accaduto a mia cognata e mio fratello....insomma giornata da dimenticare.

Dai, si volta pagina, domani è un altro giorno!

Buona notte vi voglio bene

Davide

Mirella73 Mercoledì, 05 Novembre 2014 22:04

Ciao A tutti . Anche io laroxill e betabloccanti per cura preventiva . Il primo più che altro serve , dice il neurologo, per la cefalea di tipo tensivo e le gocce le prendo prima di dormire ! Non mi sembra mi intontiscano durante la giornata

Mirella73 Mercoledì, 05 Novembre 2014 22:04

Ciao A tutti . Anche io laroxill e betabloccanti per cura preventiva . Il primo più che altro serve , dice il neurologo, per la cefalea di tipo tensivo e le gocce le prendo prima di dormire ! Non mi sembra mi intontiscano durante la giornata

paula1 Mercoledì, 05 Novembre 2014 21:31

😊 PIERA il primo cappuccino con la Frabosk è venuto strabuono 😊 grazie per avercela consigliata...

😴 Buona notte a tutti 😴

paula1 Mercoledì, 05 Novembre 2014 21:28

MARIPARIS..anche la mia è stata una scelta molto personale di non prendere più farmaci della categoria ansiolitici, benzodiazepine, ecc....ne ho abusato nel tempo perchè li prendevo sempre in associazione a qualche altro medicinale per la profilassi dell'emicrania e invece nei periodi bui di stress e del mio disturbo alimentare certe volte ne ho fatto un uso davvero spropositato e anche pericoloso.....

da quando ho smesso di usarli sto meglio con il numero di crisi che avevo ogni mese...solo l'intensità dolorosa non è variata, ma sono già molto contenta così....

per non parlare del fatto che soprattutto nel primo anno di questa scelta mi sono sentita più sveglia, più in forze, con le emozioni acute e avevo anche perso un po' di peso...

la dottoressa che mi ha visto all'ultimo controllo in clinica ha preso atto di questo, ma come per la mia reazione paradosso ai triptani,,non potevano "esporre il caso" di così rari pazienti che stanno meglio a seguito di certe scelte....

paula1 Mercoledì, 05 Novembre 2014 21:21

Salve..che stanchezza micidiale...me ne vado sul divano e credo ci metterò poco a 😴😴😴😴😴

😊 Fausto è andato coi ragazzi alle prove..non era molto stanco...il lavoro è impegnativo e sono molto pignoli, però il posto è pulito e organizzato e alcune cose alla fine le sapeva fare...cambiano solo i prodotti che non conosce per niente e sono molti, servono per i cablaggi elettrici delle macchine automatiche....il magazziniere che andrà in pensione a fine anno è molto paziente ed è una brava persona...detta da un egocentrico come lui bisogna tenercela buona... 😊 gli ha detto che lui è 6 anni che lavora con l'agenzia e di non preoccuparsi che pagano regolarmente.....

Simona Mercoledì, 05 Novembre 2014 21:11

Sonno anni che prendo farmaci... e intanto il mio mdt è sempre qui.... quindi.....

Simona Mercoledì, 05 Novembre 2014 21:10

Mariaparis non voglio prendere farmaci appartenenti alla categoria di ansiolitici, antidepressivi, antiepilettici. . Solo una scelta personale.. sono contraria per gli effetti collaterali e per la dipendenza che danno in generale.. più vado avanti con gli anni e più mi convinco che meno farmaci si assumono e meglio è. ...

mariparis Mercoledì, 05 Novembre 2014 19:44

Feffe scusa limbityl

mariparis Mercoledì, 05 Novembre 2014 19:42

Cris grazie per il sostegno, magari ne approfitto e da Lara mi faccio dare il tuo numero! Sei tanto cara...

Feffe il lambitryn ti diminuisce gli attacchi? Ti da effetti collaterali?

Paula, Simona, perche' avete deciso di non prenderlo?
scusate il terzo grado ma voglio informarmi bene

Maya Mercoledì, 05 Novembre 2014 19:39

Mami grazie della chiacchierata e di avermi fatto compagnia in camminata...   TVBene.

feffe81 Mercoledì, 05 Novembre 2014 18:48

MARIPARIS io ho usato il limbityl e al momento assumo amitriptilina che è uno dei due principi attivi del limbityl e mi ci trovo bene. Lo assumo già da vari anni, sotto controllo della neurologa ovviamente.

Cris83 Mercoledì, 05 Novembre 2014 18:44

MAMMA LARA ti ho scritto una mail..
leggi e rispondi con calma.. non ho fretta!

Buona serata, fra poco spengo e vado a casa!
un abbraccio..

Cris83 Mercoledì, 05 Novembre 2014 18:22

LELE3 mamma mia tremenda la tua esperienza con quel farmaco, non sapevo fosse così forse!
Benvenuto!! Qui ti troverai a casa!

KIKKA che bello rilegerti.. sono contenta per la nuova casa!!

ARIMA mi dispiace per tua figlia, capisco in pieno il suo atteggiamento. Spero possa avere almeno un po' di sollievo!

SIMONA mi dispiace tantissimo per il tuo amico.. ti siamo vicine! Un abbraccio grande!

In bocca al lupo MARISPARIS! Forza e coraggio.. non è facile ma ce la puoi fare.. se hai voglia di fare due chiacchiere o qualche messaggio MAMMA LARA può darti il mio numero di cel! I primi giorni sono quelli più duri.. poi andrà meglio fidati! Devi solo cercare di resistere!

SUSY intanto benvenuta! Ti capisco.. sono anch'io sono in una situazione simile alla tua, è difficile non prendere nulla a volte sembra impossibile. Cerca di fare piccoli passi.. e cerca di affidarti a un buon medico!


ANNUCCIA ora siamo curiosi di vedere tutti i tuoi addominali.. comunque che sei in perfetta forma si vede benissimo!

MAMMA LARA che decorazioni volevi fare? io due anni fa ne ho fatto uno piccolo con le macine e gli abbracci appesi con fiocchini rossi.. era venuto carino..ad alcuni rami avevo appeso qualche biscotto per cani fatti a osso per la mia kimba.. ogni volta che passava lo fissava con la bava alla bocca..
Che uomo d'oro che è Gabriele!!

PAULA in bocca al lupo per il nuovo lavoro di FAUSTO!

Gri Mercoledì, 05 Novembre 2014 17:55

Sto troppo male e sono sola con i bambini.

Ho passato il pome al pronto soccorso ginecologico ad accompagnare la fidanzata di mio fratello...ha avuto un aborto precoce. 

mariagrazia Mercoledì, 05 Novembre 2014 17:55

mariparis meno male che stai meglio. A me il neurologo aveva dato il Limbrityl, ma l'ho smesso dopo poco tempo d'accordo con il neurologo, perché ero uno zombie. Ora che non prendo più il Topamax,

vorrebbe farmi provare il Laroxil, ma non voglio più vivere nel pallone. meglio il mdt e sentirmi viva, piuttosto che uno zombie

Piera Mercoledì, 05 Novembre 2014 17:38

Qui nel forum le sappiamo tutte ehhhh!!! Simona conosce anche le bombole per l'ossigeno 😊😊 c'e' sempre qualcuno esperto di qualcosa!!!! una meraviglia 😊
Mariparis, il limbytril e' farmaco molto usato nelle profilassi della cefalea, e poi dopo una seria disintossicazione il fisico risponde ai farmaci in maniera completamente diversa da prima.....vedrai che la dottoressa non sbaglia!!! 😊

Simona Mercoledì, 05 Novembre 2014 17:13

Mariaparis sono contenta di sentirti meglio.. anche a me la d.ssa Santis diede ilLimbitryl ma una volta a casa non l ho mai iniziato quindi non so dirti... ma lì ho fatto male io a non dirle chiaramente che certi tipi di farmaci io non voglio assumerli. .. fidati della d.ssa , è davvero in gamba.. se hai dubbi chiedi a lei...

Maria grazia sono lieta di sentire che la tua mamma sta meglio... esistono zainetti di ossigeno che si possono trasportare facilmente e permettono di stare fuori di casa un po di ore, il numero di ore dipende dal dosaggio che si deve assumere... te lo dico perché ho lavorato in una ditta che si occupava proprio di queste cose....

paula1 Mercoledì, 05 Novembre 2014 17:13

Anche io da questo mese rinizio a tenere il diario delle emicranie...ho un po' perso il conto e adesso che non sto prendendo nemmeno la pillola voglio vedere come va.....ieri avevo la testa pesante, ma non ho preso niente....

MARIPARIS io conosco il farmaco, ma non l'ho mai usato anche perchè da quasi 4 anni ho fatto la scelta di non usare più farmaci di "quella famiglia"... 😊
oggi con la questione di Selladicavallo non sono nemmeno riuscita ad andare dalla dottoressa dei DCA.. 😞

ora mi riposo e aspetto Fausto che oggi ha iniziato nel posto nuovo...l'agenzia interinale gli ha fatto un contratto fino al 31/12 e poi ha detto che lo liquida...per gennaio vedremo....., spero si tranquillizzi un po' perchè in questi giorni era una molla... 😞😞

paula1 Mercoledì, 05 Novembre 2014 17:00

Buona sera a tutti...qui vento, pioggia e caldo...

ieri sera alle 20.20 quando sono uscita dal lavoro ho trovato la gomma di Selladicavallo sgonfia...volevo rimanere a dormire lì, ma Fausto mi è venuto a prendere...che due scatole...così ieri sera ero stanca morta e stamattina ho dovuto usare i mezzi pubblici...oggi al lavoro ho provato a farla gonfiare, ma è proprio bucata... 😞😞 la dovevo cambiare in settimana..non ha voluto

aspettare 😞 ora l'amico meccanico è andato a recuperarlo e me lo fa per venerdì... usare i mezzi pubblici con mezza Bologna chiusa per lavori è quasi deleterio, ma oggi un autista gentilissimo mi ha evitato un sacco di strada a piedi e l'angoscia di perdere l'unica corriera che saliva su ad un orario decente.. 😊😊

Cris83 Mercoledì, 05 Novembre 2014 16:53

Ciao!

Ho letto solo qualche messaggio ora vedo se li recupero tutti!
Io al solito va come va.. non troppo bene..

scusate le poche parole.. 😞

un abbraccio e un benvenuti ai nuovi arrivati!!

Simona Mercoledì, 05 Novembre 2014 16:46

Buona sera a tutti. .

Lara com'è andata a Parma? Sono molto curiosa. . Se puoi dirlo qui...altrimenti mi aggiorni in privato quando hai tempo e voglia? Grazie.. 😊

mariparis Mercoledì, 05 Novembre 2014 16:45
Limbityl mi pare che si chiama

cri69 Mercoledì, 05 Novembre 2014 16:39

LARA bè tu che tasti i pettorali di Annuccia...insomma ,non me lo aspettavo 😬
MARIPARIS bene dai un passettino,sono contenta per te.Tieni duro

mariparis Mercoledì, 05 Novembre 2014 16:15

Ciao a tutte ragazze, oggi sto meglio 😊
Lara grazie della telefonata, sei sempre dolce e cara.
La d.ssa Sances vuole da oggi scalarmi il topamax e darmi un altro farmaco, il limbridim o limbrigim non so come si chiama. Voi lo conoscete? Ha effetti collaterali importanti? Grazie a tutte voi per il sostegno di questi giorni, non lo dimenticherò...un bacio

mamma_lara Mercoledì, 05 Novembre 2014 16:08

Pensate che mi ha comprato anche le calze 😊😊😊😊

mamma_lara Mercoledì, 05 Novembre 2014 16:07

Meno male che mentre ieri ero a Parma, Gabriele mi ha fatto tutta la spesa e quella è sempre una bella sfaticata in meno.

mamma_lara Mercoledì, 05 Novembre 2014 16:06

Niente da fare, ho pensato che meglio non faccia le decorazioni per l'albero. Ci vorrebbe troppo tempo e ora non ne ho. Bisogna imparare a dire dei no e quelle proprio non ci stavano.
Venerdì sera arriva Zeno e sta per il fine settimana 😊 Poi sabato ho tutti i ragazzi a casa 😊 Viene anche Alessandra 😊😊

mamma_lara Mercoledì, 05 Novembre 2014 16:03

Mariagrazia, io dico sempre che è come se vivessimo sull'orlo di un precipizio. Il dolore fa danni anche quando non c'è, ma penso sia normale. Bisogna imparare a gestire anche questo tempo. Mi fa piacere sentire che tua mamma sta meglio. Per l'ossigeno chissà se può essere utile una bomboletta portatile. 😬

mamma_lara Mercoledì, 05 Novembre 2014 16:01

Annuccia, non dubitavo tu avessi pettorali da atleta 😊😊😊
Quando ci vedremo tasterò stanne certa.

mamma_lara Mercoledì, 05 Novembre 2014 15:59

Poi anche la nostra Annuccia tempo fa scrisse una cosa che mi è sempre molto utile.
""bisogna trovare un "equilibrio" anche nel dolore""

mamma_lara Mercoledì, 05 Novembre 2014 15:58

lo seguo alla lettera queste parole e devo dire che sono un farmaco prezioso nelle lunghe ore di dolore.

mamma_lara Mercoledì, 05 Novembre 2014 15:57

Mirella, ottimi i consigli del neurologo, ci vede lungo. Per la terapia farmacologica noi non siamo in grado di giudicare non essendo medici, possiamo solo giudicarle come pazienti. Poi vedrai che se segui alla lettera i consigli non farmacologici qualcosa di buono porterà.
Mi viene in mente uno scritto che tanto tempo fa la nostra Lidia aveva copiato e messo qui, è del grande Tiziano Terzani.

"Noi non accettiamo che la nostra vita abbia in se la sofferenza, non ci piace ... allora pasticche contro questo, iniezioni contro quell'altro, droga, gioie effimere ... per nascondere la verità che accanto al piacere c'è la sofferenza ..." ... "non è la cura che io cerco per la mia malattia ma la GUARIGIONE, e la guarigione è la ricostituzione dell'equilibrio"

Annuccia Mercoledì, 05 Novembre 2014 14:56

LARA, ce li ho già da favola 😊 però c'è anche la ciccia.... 😊 la prossima volta che ci vediamo te li faccio sentire 😊 D'altra parte è da quando avevo 10 anni che faccio ginnastica.... avevo un po' mollato la presa facendo quelli anni di Zumba (che mi divertiva tanto) ma ora ho ripreso ad essere seria

Mirella73 Mercoledì, 05 Novembre 2014 14:19

Ciao a tutti. Qui pioggia ma caldo. Oggi giornata pesantissima al lavoro. Mi sono persino accorta di trattenere il respiro dalle tante cose da fare. Ieri visita da un nuovo neurologo suggerito dal mio medico di base. Mi è finalmente piaciuto. Visita lunga lunga con terapia preventiva per la parte relativa alla cefalea tensiva. Lunga discussione sull'abuso e sui rischi legati all'assunzione continua di pastiglie. Oltre alla terapia preventiva mi ha suggerito un'altra terapia: il prendermi dello spazio per me. Il riposo. Il rimandare a domani. Il sorridere e il camminare all'aria aperta. Da venerdì non prendo nulla. Vediamo come va. Ora vado a prendere il mio bimbo a scuola. E ho voglia di un po' di coccole....

mariagrazia Mercoledì, 05 Novembre 2014 13:57

buongiorno a tutti. anche qui scirocco caldo e il vento dà fastidio, ma la mia testa ancora regge. non so capita anche a voi, ma io vivo questi giorni senza il mal di testa non in maniera tranquilla come invece vorrei. vivo aspettando l'attacco. vorrei non pensarci, ma è più forte di me ed ogni giorno che passa senza il maledetto l'ansia cresce. mamma sta sempre meglio, ormai anche di notte si alza da sola per andare in bagno. peccato dover stare sempre attaccata all'ossigeno perché altrimenti potrebbe anche fare un giro

mamma_lara Mercoledì, 05 Novembre 2014 13:50

Devo fare un po' di decorazioni per l'albero di Natale, devo farle perché devono asciugarsi prima di appenderle. 😊
Vado a lavorare un po'

mamma_lara Mercoledì, 05 Novembre 2014 13:37

Susy, dai va, sei stata brava il giorno prima. Guardiamo quello e pensiamo a farcela la prossima volta. Sei stata bravissima lo stesso. 😊

Susy Mercoledì, 05 Novembre 2014 13:16

Ieri non sono stata brava....ho ceduto....ho fatto di tutto per rilassarmi, tranquillizzarmi e non pensarci ma....niente da fare. ho preso un relopax.....e non solo dopo un paio d'ore, visto che non mi era ancora passato un indoxen..... 😞

mamma_lara Mercoledì, 05 Novembre 2014 13:14

Rossana, vedo che con la dettatura vai benissimo, poi se sbaglia qualcosa pazienza. 😊
Avanti tutta

mamma_lara Mercoledì, 05 Novembre 2014 13:13

Maya, poche persone sanno ascoltare e ad apprendere come fai tu. Sei la nostra ciliegina sulla torta cara.

mamma_lara Mercoledì, 05 Novembre 2014 13:10

Annuccia, ti vedremo con addominali da favola e faremo un calendario. 😊😊😊

feffe81 Mercoledì, 05 Novembre 2014 13:10

MAMMALARA è ansia positiva 😊

mamma_lara Mercoledì, 05 Novembre 2014 13:09

Annuccia, Enzo aveva 21 anni circa quando gli hanno riscontrato una frattura bilaterale alla quinta vertebra probabilmente congenita, aveva tre ernie lombari, al S. Matteo di Pavia dopo una visita che gli ha fatto fare la nazionale di atletica leggera, gli hanno prescritto addominali da fare ogni giorno. Non di dico neppure il numero che ne ha fatto in questi anni, però è stata l'unica cosa che lo ha fatto camminare. Ora ha quasi 45 anni ed ha ancora degli addominali che sembrano di marmo.

mamma_lara Mercoledì, 05 Novembre 2014 13:04

Io la Nutella non la mangio più da un infinito numero di anni, però è rimasta nel mio immaginario l'unica tentazione alla quale non so resistere.

La Nutella e Augias 🤔🤔🤔🤔

L'ho detto, ora ci saranno le amiche che rideranno fino a domani.

mamma_lara Mercoledì, 05 Novembre 2014 13:02

Rossana, io ho il mio pensiero del motivo che alcuni neurologi hanno cambiato idea, ma non lo dico qui neppure se mi tenti con un vasetto di Nutella

mamma_lara Mercoledì, 05 Novembre 2014 13:00

Feffe, saprai bene se l'ansia non è di quelle che ti paralizzano, quelle non sono positive. Poi invece ci sono ansie non troppo nocive e ansie di cose gradevoli che devono arrivare. Queste sono tutt'altro che paralizzanti. 😊😊

Spero siano di questo tipo. 😊😊

Poi ci dirai.

mamma_lara Mercoledì, 05 Novembre 2014 12:57

Ho sentito Mariparis, è ancora provata dalla notte, ma l'ho sentita meno spaventata. Brava brava.

mamma_lara Mercoledì, 05 Novembre 2014 12:35

Mariparis, il tuo star male è normale, ti ho detto che anch'io avevo reazioni simili. Resisti se puoi, perché non morirai di certo, l'abuso ti distrugge, le terapie che ti stanno facendo ora ti possono che aiutare

mamma_lara Mercoledì, 05 Novembre 2014 12:31

Tornando all'assunzione dei farmaci sintomatici, basterebbe fare una domanda al nostro neurologo dopo che ci dice che dobbiamo prendere il sintomatico al primo accenno di dolore e sarebbe questa: "ma io ho dolori tutti i giorni e assumo un sintomatico al giorno, se vedete che non dice nulla, cambiate specialista.

Ma correte via in fretta, il più in fretta possibile.

Nessuno come noi può capire come ci riducano e quanti danni possono fare al nostro organismo.

Ai tempi che facevo terapie con antidepressivi per il mio MDT, facevo fatica a trattenere la pipì, ieri invece sono stata fuori casa dalle 6:30 e ho fatto pipì alle 13:30. Poi ci sono state volte che ho resistito anche 12 ore. Anni fa non ci sarei riuscita di certo.

Dovevo sempre avere un bagno a disposizione.

nico26 Mercoledì, 05 Novembre 2014 11:38

Gri qui abbiamo 92% umidità 😞

Spero che passi !

Annuccia Mercoledì, 05 Novembre 2014 11:37

GRI 😞

Annuccia Mercoledì, 05 Novembre 2014 11:37

FEFFE, ben venga l'ansia positiva 😊

ROSSANA, anche io fatico molto con la posturale, cercare di raddrizzarsi è una bella impresa (sai che anche io ho una "bella" scoliosi). Quest'anno in palestra mi sono concentrata sulla muscolatura profonda dell'addome (serve per sorreggere la colonna), oltre che due lezioni a settimana per smaltire un po' di stress.

mamma_lara Mercoledì, 05 Novembre 2014 11:28

Buongiorno a tutti. Sono tornata. Sistema un po' di cose poi vi leggo.

Gri Mercoledì, 05 Novembre 2014 11:26

Tanto tanto tanto mal di testa 😞

cri69 Mercoledì, 05 Novembre 2014 10:38

Anche qui è arrivata la pioggia, 2 h di lavoro e ora a casa.

nico26 Mercoledì, 05 Novembre 2014 10:37
Feffe siiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiii!!!

Maya Mercoledì, 05 Novembre 2014 10:12
Buon giorno

feffe81 Mercoledì, 05 Novembre 2014 09:30

Buongiorno a tutti 😊 stanotte ho dormito poco, e continuo ad avere l'ansia...ma forse è un'ansia "positiva" (così mi ha detto una mia carissima amica) perché si stanno muovendo un po' di cose 😊

rossana Mercoledì, 05 Novembre 2014 08:41

PIERA come consoli tu non lo sa fare nessuno 😊

rossana Mercoledì, 05 Novembre 2014 08:39

Non ricordo quale amica tra le ultime che sono approdate qui ha detto che i medici non ci dicono che non dobbiamo superare un determinato numero di sintomatici ecc. ecc.
Io il perché non lo so ma sono seguita da una neurologa che reputo brava e impegnata ma neanche lei guardando i miei diari con tanti cerchiolini rossi mi ha mai detto questo.
Come non mi ha detto che gli antidepressivi e le benzodiazepine prese a lungo (decenni nel mio caso) possono dare dei problemi.
Quando io le porto la mia esperienza lei si stupisce e mi ringrazia. Io sono convinta che lei come altri prima di lei mi abbia curato con convinzione e riempito di farmaci nella migliore delle intenzioni.
Ma il sentore stando tra i medici è che ora stanno cambiando le loro convinzioni che derivavano da una certa scuola di pensiero riferita probabilmente ad un determinato periodo.
Anche io come tanti altri qui ho scoperto solo qui il MDT da rimbalzo ecc. ecc.
Continuiamo a riferire in buon perfetto italiano, come dico io quando sono un pò inc... ma voglio essere corretta, quello che ci succede.
Questo feedback è l'unico strumento che hanno per capire come modificare il loro approccio e aiutare oltre a noi anche gli altri.
E comunque fino a 3 anni fa un esimio e illustre neurologo che io stimo anche molto mi ha detto: ad aspettare a prendere il sintomatico non si va da nessuna parte.
Penso ne fosse convinto ma già ora da quel poco che so ha cambiato un pò idea.

rossana Mercoledì, 05 Novembre 2014 08:26

MAYA i tuoi messaggi sono sempre un pò magici. Bellissimo quello di ieri sera

rossana Mercoledì, 05 Novembre 2014 08:24

MARIPARIS quella paura, i tremori, sudare freddo e tutti gli altri begli accessori sono dati dall'astinenza.
Poi è normale avere paura quando il dolore è così forte e totalizzante.

rossana Mercoledì, 05 Novembre 2014 08:16

Buongiorno a tutti,
ANNUCCIA c'è ancora caldo anche qui durante il giorno.
Adesso abbiamo anche lo scirocco a Roma 😊, bene.
Stamattina piove e posso dire che avevo voglia di pioggia?
Non di bombe d'acqua ma della pioggia autunnale avevo nostalgia, come dire se sembra sempre estate io perdo i riferimenti.
Mi lavo i capelli poi più tardi vado a visita dall'ortopedico della schiena che non invidio: l'impresa di mettermi in sesto a livello posturale e altro è improba per non dire impossibile.
Ma io e lui ci proviamo lo stesso

Piera Mercoledì, 05 Novembre 2014 07:50

buongiorno a tutti, Mariparis, forza con il nostro dolore si vive da schifo, ma non si muore.....vedrai che alla fine della settimana starai meglio. 😊

Annuccia Mercoledì, 05 Novembre 2014 07:48

A Roma c'è un vento incredibile, ma fa caldo. L'ideale per la mia testa 🤯
Sono nervosissima

Annuccia Mercoledì, 05 Novembre 2014 07:30

Buongiorno a tutti! ho ripreso il mio portatile, Andrea è a casa e quindi la camera del PC è out. MARIPARIS, spero che oggi possa andare meglio, mi dispiace tanto del tuo male e delle sensazioni che conosco più che bene, pur non avendo mai fatto la disintossicazione, essere al punto di dire "sto per morire" vuole dire che il dolore è al massimo della sopportazione. Un grande abbraccio

cri69 Mercoledì, 05 Novembre 2014 07:26

Buongiorno,qui tutto coperto ma non piove quindi si va al lavoro,sono stanchissima e dovrei andare a fare la spesa,quando arrivo a casa alle 17.30 non ne ho più da spendere 😞 .
MARIPARIS,normale avere paura,anche di morire.lo ho avuto un edema cerebrale,ero in stato comatoso ,ho perso una giornata.Ho avuto tanta ma tanta paura e quando sono stata meglio,sono stata ricoverata 15 gg,non volevo venire a casa perchè sapevo che là ero al sicuro.La paura non mi ha lasciato per tanti anni e solo condividendo,qui,ho capito che posso farcela,con i miei tempi,con le mie paure,con tante difficoltà ma passettino alla volta si può tornare a vivere.Forza ragazza.

nico26 Mercoledì, 05 Novembre 2014 06:55

Buongiorno dal lavoro e dopo un bel caffè caldo gli occhi stanno un po' chettoi più aperti 😊 Bello il post Maya....ed e' sicuramente vero...non respingere il dolore,non lottare..e lasciarlo andare....!Mi piace molto e sarà la mia frase del giorno!!
ps....orecchio legg. meglio con le gocce!Buona giornataaaaaa

mariparis Mercoledì, 05 Novembre 2014 06:49

Rossana grazie delle tue parole...sei tanto cara.
mi sono tanto spaventata, dolori atroci, vomito, sono giorni che non mangio e non bevo, tremori...ho avuto paura di morire.
grazie delle vostre parole...ci ho tanto pensato...vub

Maya Martedì, 04 Novembre 2014 23:05



notte a tutte-i .

Maya Martedì, 04 Novembre 2014 23:03

Ora vado ,sono stanca e il mdtoggi si è preso una pausa ,ma ancora con me .

Maya Martedì, 04 Novembre 2014 22:57

Mami grazie ,sempre care le tue parole,sai il tuo ...il nostro forum ,mi ha insegnato tante cose,è proprio oggi ripensavo alla parole portate a casa da un incontro di auto aiuto,e mi piace come sono riuscita piano piano a imparare a non avere paura del dolore,ma imparare a lasciar passare il tempo,fino alla fine di un attacco ,e' stato l'inizio ... come ascoltare il dolore

rossana Martedì, 04 Novembre 2014 22:18

Welcome era quel ovviamente.

Cavolo la dettatura 🤪 Coraggio prova anche a pensare che il dolore non ha sempre la stessa lineare intensità. Un po' si modula dando qualche pausa di respiro. Dai che un altro giorno è passato.

rossana Martedì, 04 Novembre 2014 22:14

Cara MARIPARIS come aiutarti, è difficile non esiste un metodo non c'è una soluzione unica. Quello che però ci tengo a dirti è che tutti o quasi tutti noi abbiamo provato e conosciamo il dolore insistente ripetuto martellante che stai provando tu, poi ovviamente ognuno di noi ha un suo sentire una sua reazione delle sue energie proprie ma io ci tengo a farti arrivare questo messaggio. Credo che per te sapere che chi ha passato quello che stai vivendo tu possa e debba darti forza. Ho la presunzione di pensare che so esattamente come tu ti senti; come tanti di noi conosco quel baratro in cui ti trovi e dal quale ti sembra di non riuscire più a venire fuori. Però se noi che ci siamo passati ti diciamo che è possibile, tu a questo devi credere con questa sicurezza per quanto dura riuscirai a resistere e superare non per guarire ma per vivere meglio un po' meglio questo te lo assicuriamo tieni botta ti siamo vicini, conosciamo welcome quel cammino

mariparis Martedì, 04 Novembre 2014 20:12

Grazie ragazze, vi voglio bene. Scusate se scrivo poco ma sto troppo male....non immaginavo. Spero di farcela....grazie grazie grazie

mamma_lara Martedì, 04 Novembre 2014 19:51

Sono arrivati i ragazzi

mamma_lara Martedì, 04 Novembre 2014 19:50

Aleb, forza cara

mamma_lara Martedì, 04 Novembre 2014 19:49

maya, sai che ti ammiro, sei proprio brava. Così senza troppi scalpori, hai sconvolto la tua vita e ne stai facendo un capolavoro. Brava.
Spero il meglio anche per te.

mamma_lara Martedì, 04 Novembre 2014 19:47

Mirella, non preoccuparti di fallire, se ora saranno più i fallimenti, arriverà un giorno che saranno tutte vittorie 😊

mamma_lara Martedì, 04 Novembre 2014 19:45

Nico, che cara sei. Ti voglio bene anch'io 😊

mamma_lara Martedì, 04 Novembre 2014 19:45

Mariparis, detto così suona come una minaccia 😄😄😄

mamma_lara Martedì, 04 Novembre 2014 19:44

Mariparis, come è andata oggi?
Domani ti chiamo.

mamma_lara Martedì, 04 Novembre 2014 19:41

Graga, fai proprio bene a tenere un diario. Vedrai che con l'aiuto del forum ti accorgerai che qualche pastiglina in meno la prenderai. Non mollare

mamma_lara Martedì, 04 Novembre 2014 19:40

Tutto pronto, sono qui che aspetto i ragazzi.

Susy, Mirella, Graga. E a tutte le/i nuove/i arrivate/i, non mollate, siete proprio brave/i.

Susy, non so come sei andata oggi, ma ho visto che ieri ce l'hai fatta a passare la giornata senza prendere nulla. Sei stata più forte tu della paura. Brava brava

Susy Martedì, 04 Novembre 2014 18:46

Tieni duro Mariparis. Ti o penso. Un forte abbraccio.

nico26 Martedì, 04 Novembre 2014 18:20

Lara mio tesoro quanto ti voglio bene!
Un abbraccio a tutte

mamma_lara Martedì, 04 Novembre 2014 16:14

Mariparis, forza carissima

mamma_lara Martedì, 04 Novembre 2014 16:09

Graga, ero a Parma

mamma_lara Martedì, 04 Novembre 2014 16:09

Buona sera. Sono arrivata. Sono un po' stanca anche per il camminare, ma sono felice perchè ho parlato con due ragazze che mi piacciono moltissimo.

Siccome stanotte ho dormito neppure 2 ore, vado un po sul divano e vedo di mettermi in forma.

Questa sera ho Emma e i ragazzi a cena. Ma se trovo un minuto scrivo 😊

La testa non va, ma non andava da prima che partissi

gragra Martedì, 04 Novembre 2014 15:29

MAMMA_LARA

viaggi o sei arrivata a Pavia?
come va?

Per chi frequenta l'INI di Grottaferrata: qual è la differenza tra una visita privata ed una in

convenzione?
grazie.

feffe81 Martedì, 04 Novembre 2014 14:28

Buongiorno a tutti!

MARIPARIS facciamo il tifo per te 😊

nico26 Martedì, 04 Novembre 2014 13:43

Buon pomeriggio a tutte dal lavoro .

Stamane la mia amica otorino mi ha visitato e vi e' una lieve infiammazione e mi ha dato tobradex e speriamo di saltare l'antibiotico.

Mariparis carissima ti posso esser tanto vicina e aiutarti a superare il momento.

Lara spero che a ques'ora tu possa star meglio ed aver superato la crisi 😊

Un grande abbraccioe scaicciamo per quello che si puo' il dolore....

Annuccia Martedì, 04 Novembre 2014 13:37

MARIPARIS, forza e coraggio, ce la farai!

gragra Martedì, 04 Novembre 2014 13:16

Mariparis,

tante carezze senza toccarti... tante energie positive...

tanto coraggio mia cara...

forza...forza... forza...

Mirella73 Martedì, 04 Novembre 2014 13:08

Resisto resisto

mariparis Martedì, 04 Novembre 2014 12:40

Ragazze non ho la forza di scrivere...ho passato una notte di inferno e ancora sto male. Che Dio mi aiuti...

Maya Martedì, 04 Novembre 2014 12:24

Ciao....testa quasi bene,giornata con lavoretti,e tra dieci minuti ,a lavorare 😊

Annuccia Martedì, 04 Novembre 2014 11:33

Buongiorno a tutti! ormai non sarò più mattiniera per motivi logistici.

Aleb97 Martedì, 04 Novembre 2014 11:17

Buongiorno a tutti cari amici forumini!

Spero che nonostante questo tempaccio la vostra testa faccia la brava!

Qui tutto solito. In Ottobre, anche se l'inizio è stato ORRIBILE, ho avuto 10 giorni di dolore e ho preso 3 triptani.

Il tutto nei primi 15 giorni del mese!! 😊

gragra Martedì, 04 Novembre 2014 10:52

buongiorno gruppo carissimo!!!! 😊

oggi sono tornata al lavoro dopo tanto tempo: sono venuta in bicicletta con il sole e appena arrivata ha piovuto! 😊

Forte!!!!

Mariparis: come stai???

oggi comincio il diario del MDT. spero essere costante: quando sto male qualcuno dovrebbe farlo al posto mio 😊

Mamma Lara: sei a Grottaferrata: difficile raggiungerci, credo visto che ho difficoltà a guidare. fino a quando? ti scrivo con mail.

Susy Martedì, 04 Novembre 2014 10:43

Buongiorno gruppo. Anche questa notte è andata bene. Ieri sono riuscita a tener duro e devo ammettere che è andata benino. Questa mattina il solito cerchio alla testa maresisto..... grazie ai vostri preziosi consigli.....

paula1 Martedì, 04 Novembre 2014 09:21

Buon giorno a tutti...qui nuvole veloci...hanno messo pioggia... 😞
ieri sera avevo una stanchezza davvero preoccupante...non vedo l'ora di ritirare le analisi... 😞

cri69 Martedì, 04 Novembre 2014 07:21

Buongiorno a tutti,qui nuvolette che vanno e vengono.
LARA buon viaggio.
MARIPARIS spero oggi vada meglio di ieri.
FEFFE vedila così....dovrai prendere spesso l'aereo per poterli riabbracciare 😊 .
Sono stanchissima....
Buona giornata a tutti

gragra Martedì, 04 Novembre 2014 01:00

Gri,
il difmetrè non è un triptano ma in ogni caso il neurologo mi aveva detto di controllare il numero di assunzioni nel mese ed io ci stavo... E per anni non sono più andata dal dottore:i sentivo per la prima volta in vita onnipotente avevo il mio analgesico 😊 .
poi sono andata tra i fumatori, in ufficio, e lì Ho già raccontato... Quando sono tornata in ospedale per dire : signori il difmetrè non funziona più, appena mi hanno vista hanno ordinato una disintossicazione 😊

rossana Martedì, 04 Novembre 2014 00:06

LARA buon viaggio per domani, spero tu stia abbastanza bene. E un benvenuto all'ultima amica. negli ultimi giorni la nostra famiglia si è allargata tanti tanti arrivi. che bella cosa! MARIPARIS non farti prendere dalla paura sei in buone mani, fai passare un giorno alla volta. questa è una ottima occasione per te. Un nuovo inizio che stando con noi sono certa potrai portare avanti. Maya sei grande, quanta fatica però. Un saluto a tutte, mi devo ritirare. Buonanotte

rossana Martedì, 04 Novembre 2014 00:06

LARA buon viaggio per domani, spero tu stia abbastanza bene. E un benvenuto all'ultima amica. negli ultimi giorni la nostra famiglia si è allargata tanti tanti arrivi. che bella cosa! MARIPARIS non farti prendere dalla paura sei in buone mani, fai passare un giorno alla volta. questa è una ottima occasione per te. Un nuovo inizio che stando con noi sono certa potrai portare avanti. Maya sei grande, quanta fatica però. Un saluto a tutte, mi devo ritirare. Buonanotte

Simona Lunedì, 03 Novembre 2014 23:10

Lara Buon viaggio per domani.. 😊
Buonanotte a tutti. .

feffe81 Lunedì, 03 Novembre 2014 22:27

MARIPARIS anche secondo me stare da sola in camera è un vantaggio!
Il colloquio è andato abbastanza bene, il lavoro è molto interessante. Devono passare alcuni giorni per eventualmente dare seguito.
MAYA sei veramente forte! ci fai anche le battutine! tu davvero sai reinventarti da cima a fondo, sei un grande esempio
PAULA la mia amica è coraggiosa, ha le energie e quindi sono contenta per loro che faranno questa esperienza
MAMMALARA fai buon viaggio domani!!!

mamma_lara Lunedì, 03 Novembre 2014 22:14

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

mamma_lara Lunedì, 03 Novembre 2014 22:13

Sono un po' stanca. Devo ancora preparare per domani. Vado a Parma.
Ci leggiamo domani pomeriggio sul tardino.
Sapete che in treno non riesco a scrivere, se ho un attimo di tempo mentre aspetto il treno vi leggo.

Gri Lunedì, 03 Novembre 2014 22:11

Buona sera a tutti/tutte, MAMY mi sono super oliata oggi e ho vissuto benone in ufficio. Sono arrivata e ho salutato, poi mi sono chiusa in ufficio fino all'ora di andar via. 😊

MARIPARIS, tieni duro, andrà tutto bene.

GRAGRA, ma scusa il neurologo non ti ha parlato dell'abuso da triptani, ma specialmente il rischio? Io ricordo molto bene quando andai anni fa al Besta a Milano disperata e che assumevo un trip al giorno....la neurologa mi disse: "ma quale razza di mio collega le ha detto di prendere pure triptani tutti i giorni? Lei sa che con tutti sti trip ha un elevatissimo rischio di ictus cerebrale? Io la ricovero immediatamente per disintossicazione....".

mamma_lara Lunedì, 03 Novembre 2014 21:32

E' arrivata una nuova amica. Benvenuta Grazia

gragra Lunedì, 03 Novembre 2014 21:21

mariparis Scusa, forse nn sono stata chiara: uso sempre il difmetrè

gragra Lunedì, 03 Novembre 2014 21:19

La disintossicazione ha portato via la caffeina accumulata. Non mi hanno ricoverato ma ho fatto, se nn ricordo male, 3 gg di DH. Credo captassero la caffeina con l'acido acetil salicilico (aspirina) ma vado a memoria.

dopo sono stata subito meglio senza i sintomi di intossicazione ed inoltre ha cominciato a funzionare di nuovo il farmaco e mi è anche tornata voglia di bete caffè (che non prendevo più da almeno 1 anno).

purtroppo per via del fumo al lavoro ho anche dovuto/voluto accettare una profilassi preventiva con antiepilettici per poter vivere una vita e non rimanere ad urlare in un letto tutti i giorni. Al lavoro, in quel momento non riuscivo ad ottenere che smettessero di fumare...

mariparis Lunedì, 03 Novembre 2014 21:00

Gragra e dopo la disintossicazione dal difmetre' come e' andata? Ci sei ricaduta o hai resistito? Ora che prendi se hai mdt? Scusa se ti faccio tutte queste domande,ma io mi sto disintossicando dal difmetre', ne prendevo 1 al giorno

gragra Lunedì, 03 Novembre 2014 20:43

Io ho un'esperienza diversa con i sintomatici, almeno secondo il mio neurologo.

Lui dice che ho un'elevata, troppo elevata soglia, del dolore per cui avverto con molto ritardo i sintomi del male e così sbaglio a prendere l'analgesico

in realtà è vero: sono gli altri che si rendono conto di come sto e quando me lo fanno notare capisco che non sono quasi più in grado di articolare parole, ho nausea, non mi reggo in piedi, soffro dei rumori, della luce e di tutta quella sequela di tormenti che conosciamo.

a volte il difmetrè fa effetto, anche se l'attacco dura più giorni

a volte il ritardo è tale che assumere una seconda pasticca so già che sarà inutile. I dolori a quel punto sono devastanti. Va bhè

La disintossicazione a suo tempo non l'ho fatta per l'indometacina in quanto tale ma per accumulo di caffeina. Mi sono intossicata quando, nonostante la legge sul fumo in ufficio fumavano in stanza e per lavorare io, invece dei miei 4:5 difmetre al mese ho iniziato ad assumerne 5 a settimana per 2 anni circa. Poi per me la fine... Mai più ripresa, mai più... Ora mi fermo. Scusate.

mariparis Lunedì, 03 Novembre 2014 20:27

Grazie Paula 😊

mariparis Lunedì, 03 Novembre 2014 20:25

Gragra, Nico, grazie del pensiero. Ho appena finito di mangiare e ho un leggero mdt, ma sopportabile. Ci sono stati i miei ed il mio ragazzo, ma sono andati via. Ora sono sola soletta e a me pare che io dovrò stare chiusa qui non una settimana, ma una vita...il tempo non passa mai...meno male che ci siete voi, mi siete tanto care 😊

nico26 Lunedì, 03 Novembre 2014 20:11

Arima io per la mia esperienza ho trovato giovamento dall'agopuntura ma ogni caso e' a se e personale. Fidati dei medici e affida a mani professionali la tua cucciola.

Mariaparis in bocca al lupo.

Feffe certo che quest'anno hai fatto un gran giro di boa nella tua vita!!Forza.

Io nel contempo forse ho un otitescoppiata verso sera... 😞 domani vado dal medico !!!Dai pure...lascia scivolare via ma ogni tanto che due.....!!!
Un abbraccio

paula1 Lunedì, 03 Novembre 2014 20:10



Buona notte a tutti...sto crollando

gragra Lunedì, 03 Novembre 2014 20:09

Mariparis coraggio. Come sta andando?

Questa è una catena di abbracci e carezze e parole di incoraggiamento bellissima.
speriamo in un buon riposo

arima Lunedì, 03 Novembre 2014 19:14

MAMMA LARA nessun problema se riesci ad illustrare a qualcuno il problema di mia figlia, anzi ben venga chissà mai che qualcuno ne capisca qualcosa. Siamo appena tornate da Padova: sono un po' perplessa mia ha consigliato una dieta vegana e del triptofano da prendere. Purtroppo mia figlia rifiuta l'agopuntura.

Grazie a tutti per la vicinanza

paula1 Lunedì, 03 Novembre 2014 19:01

MARIPARIS...in bocca al lupo per il ricovero...

FEFFE ci credo che sarai triste per la tua amica, ma io ammiro chi in questo momento riesce a lasciare l'Italia... 😊

SIMONA ti sono vicino...anche noi abbiamo perso un amico il mese scorso e ancora non ci sembra vero...piano, piano col tempo si riesce a farsene una ragione, ma è dura...

paula1 Lunedì, 03 Novembre 2014 18:58



ho un sonno micidiale..... 😞 sto cuocendo un po' di pollo e patate nel forno...non vedo l'ora di spalarmi sul divano.... 😞

Fausto è appena rientrato..nessun contratto fino a domani... 😞 e ancora non si sa nulla...l'incontro di oggi con uno dei soci è stato paradossale...se lo racconti.... siamo quasi "ai confini della realtà"... 😞 😞 😞 😞

Maya Lunedì, 03 Novembre 2014 18:22

Ciao .. 😞 😞 giornata pesante, da ieri ciclo mdt, notte dormita male, è sveglia con mdt che da domenica sera scorsa ha dato veramente tanto, stamattina giri obbligati, con varie soste in bagno tra virus "maya" e non ci vogliamo mettere un di vomitino.....oggi per le 13 ho iniziato in un nuovo reparto , ora imballaggio part ti è da lunedì a venerdì con il giro di turni, oggi non ho capito gran. che tanti numeri codici , ci sarà tempo di imparare anche quest mansione, ormai in ditta ho sempre la valigia in mano, tra cambio mansione , o postazione, è tutto un cMbio di vestiario .. 😞 😊 😊 come le nostre dive ad ogni pausa si cambia, ora sono stanchissima.

Piera Lunedì, 03 Novembre 2014 17:57

....poi e' anche vero che sono le persone che fanno la differenza 😊

Piera Lunedì, 03 Novembre 2014 17:56

Paula, io ho lavorato con l'agenzia, ma vedo anche come si comporta quella dove lavora Giada, ce ne fossero così!!! pensa che avevano una ditta in crisi che non pagava i suoi lavoratori e nemmeno i fornitori di servizi , come l'agenzia, ma gli interinali avevano sempre il loro stipendio puntuale, i dipendenti dell'azienda ce l'avevano a morte con loro, d'altra parte l'agenzia tutelava i suoi dipendenti!!! Io come dipendente dell'agenzia ho avuto anche una tantum di disoccupazione, perché avevano dei fondi apposta per tale scopo.

paula1 Lunedì, 03 Novembre 2014 17:45

Buon pomeriggio a tutti...la testa mi fa tribolare, ma non voglio prendere niente..... 😞 è solo lunedì, ma sono già stanca...e dobbiamo lavorare anche sabato e domenica...vedremo come organizzarci coi turni... 😞

Fausto è andato alla ditta dove aveva l'incontro con quello dell'agenzia interinale che già oggi si è dimostrato un po' cretin, visto che non si ricordava nemmeno l'orario 😊😊
però PIERA forse hai ragione i mesi che ha lavorato alla multinazionale delle vernici con l'agenzia sono andati bene...non mancava niente ed erano puntuali coi pagamenti....

mariparis Lunedì, 03 Novembre 2014 17:13

Grazie Feffe sei tanto cara! E grazie a tutte! Come è andato il colloquio? Un bacio e in bocca al lupo

feffe81 Lunedì, 03 Novembre 2014 17:09

MARIPARIS ti scrivo alcune frasi che mi sono scritta io stessa per me quando sono sotto attacco e devo resistere. Me le ripeto tipo mantra:

- Lasciati attraversare dal dolore, non resistere
- E' sempre passato, passerà anche questa volta. Non durerà per sempre
- In questo momento la cosa più importante che posso fare è occuparmi del dolore. E solo io posso farlo
- lo non sono solo la mia testa

feffe81 Lunedì, 03 Novembre 2014 17:06

vi scrivo di corsa e non riesco a rispondere a tutto quello che vorrei. Pazienza. Stasera ho un altro colloquio e ho un pochino di ansia. Ieri sera la mia migliore amica, mamma dei gemellini che mi chiamano zia, mi ha annunciato che da gennaio si trasferiranno in Lussemburgo!!! ci mancava un altro cambiamento quest'anno eh 😊 mi mancherà tantissimo, voi lo sapete quanto siamo legate. Ma è la vita.

mamma_lara Lunedì, 03 Novembre 2014 15:27

Mariparis, vedrai che piano piano ce la farai. E' la pura del dolore più del dolore stesso a fare danni. Forza cara, vedrai che andrai a trovare forze che neppure sapevi di avere.

Mi dimenticavo, salutami la dottoressa Sances.

Sai, lei veniva ai nostri incontri a Ferrara e si sobbarcava intere code in autostrada andata e ritorno pur di raccontarci cose che ci facevano bene.

Qui le vogliamo un mondo di bene. Fidati e ascolta. Se hai bisogno sai che basta un messaggino che ti richiamo.

nico26 Lunedì, 03 Novembre 2014 15:25

Mariparis ti siamo vicine

Mirella73 Lunedì, 03 Novembre 2014 15:25

Mamma Lara grazie mi sono commossa.... Che forza che hai avuto ... E che hai....

mariparis Lunedì, 03 Novembre 2014 15:22

Rimarrò in ospedale una settimana, e non dovrò prendere farmaci ma sopportare il mdt. Che Dio mi aiuti, io senza difmetre' non ci so stare :'(

mamma_lara Lunedì, 03 Novembre 2014 15:21

Mirella, io ho chiesto ad un neurologo il dosaggio, lui mi ha detto che se passa il dolore con una dose minore ben venga, ma lo stesso se ne prendi uno e uno e se ne prendi due sono due.

In abuso capisci di esserci quando hai MDT tutti i giorni e non passa con nulla.

Io parlo della mia esperienza che faccio prima, ho iniziato molto presto ad assumere sintomatici. ho MDT da 60anni circa e solo da pochi anni so come vanno le cose. Non solo non mi avevano mai detto che troppi farmaci mi causavano un MDT cronico e quando l'ho saluto ormai era troppo tardi, ero talmente tanto attaccata a questo farmaco che quando il mio Prof. Mi ha detto mai più di 3 dentro di me gli ho detto di ogni. Però aveva ragione, ma per capire questo ed accettarlo, ho fatto ancora un po' di giri per vedere se trovavo qualcuno che magari mi diceva che non era così.

Mi illudevo, e dopo un paio di volte che il cuore mi ha fatto uno strano scherzetto, ho pensato che se volevo vivere dove cambiare registro. Ho fatto una fatica bestiale, perchè pensavo che mai sarei riuscita a farcela. Invece eccomi qui, mi sono servita del forum più che potevo e ce l'ho fatta. Non è stata una passeggiata e tante volte ho pensato di non farcela, ma non potevo vanificare il tempo già trascorso e non immaginai le volte che ho fatto anche le convulsioni. Ma io mica ero una scioppina, mi facevo di ogni e mi spiace, ma se anche prendere 40 sintomatici al mese sappiate che io ne prendevo alle volte 5 volte tanto. Sono esagerata anche lì.

Ora non prendo sintomatici perchè so che se ne prendessi solo uno e servisse, sarei in abuso in pochi mesi. Avrò forse qualcosa che mi spinge alla compulsione, chissà.

Ma fino a che resisto nessuno mi può convincere ad assumere qualcosa. Ho avuto un anno fa circa un momento di debolezza, ma ho scoperto che era paura, mi è bastato parlarne con il mio Prof. e la mia Dottoressa e un po' mi sono tranquillizzata. Loro mi hanno detto che quando non sarò più capace di resistere faremo qualcosa.

Le crisi di astinenza ci sono cara Mirella e io mi sentivo una drogata, sentivo il mio corpo ribellarsi e stavo talmente male che mi dovevo sdraiare a terra dove mi trovavo. Mio figlio e Gabriele mi prendevano e mi mettevano a letto, li tremavo per un'ora e mezza coperta con due o tre imbottite, pensa che mi veniva anche la bava alla bocca.

Però devo dire che io ero una forte consumatrice di sintomatici e sono stata capace di farmi 6 iniezioni di imigran in 36 ore, roba da rimanerci secca.

Ecco perchè ho fatto così fatica.

Adesso il dolore che sento io è molto inferiore al vostro, perchè avendo eliminato il sintomatico ho una sensibilità inferiore al dolore.

Poi faccio meditazione 3 volte al giorno ne devo dire che anche quella mi aiuta tantissimo.

Questa è la mia storia, poi ognuno si sa che fa come può.

Mirella73 Lunedì, 03 Novembre 2014 15:04

Mariparis in bocca al lupo... Quanto rimani in ospedale? Dai che la tac dura un attimo....

Susy Lunedì, 03 Novembre 2014 15:02

Mariparis....tesoro.....in bocca al lupo prima di tutto. Ti giuro che non so proprio cosa dire e pensare. Sono sconvolta da ciò che leggo. Mi rendo conto che....son messa proprio male e devo fare qualcosa per migliorare. Ho tenuto duro fino ad ora e non ho preso nulla e....sto un pò meglio..... soggezione, paura, fortuna che non mi è partito l'attacco ma, come leggo sul sito a volte è tanta la paura e sinceramente mi rendo conto che spesso e volentieri prendevo la mia pastigletta per paura dell'attacco forte.

Torniamo a te....dai che stai rimediando già a qualcosa e noi ti facciamo compagnia. 😊

mariparis Lunedì, 03 Novembre 2014 15:00

Grazie a tutte per il sostegno, sono qui con la flebo, mi hanno detto che mi faranno una tac. Spero di non impazzire di mdt piu' tardi

mariparis Lunedì, 03 Novembre 2014 14:53

Susy io prendevo una supposta di indometacina al giorno ed il dottore mi ha spedita a fare la disintossicazione al Mondino. Ora ti scrivo dall'ospedale, e' il mio primo giorno di ricovero. Mi stanno facendo delle flebo.

mariagrazia Lunedì, 03 Novembre 2014 14:36

buon pomeriggio a tutti.

In bocca al lupo a mariparis per la disintossicazione, vedrai che dopo sarà più facile il tutto e ci siamo noi qui con te

Susy Lunedì, 03 Novembre 2014 14:23

Concordo con Mirella, non ci sono tante informazioni in questo senso....io mi sto rendendo conto di certe cose da ieri...quanto mi sono incritta al forum... Ben venga ma vi sembra giusto che un medico non dica certe cose? Sovradossaggi,ecc.... A volte penso che non sanno proprio che cosa vuol dire avere MDT.

Susy Lunedì, 03 Novembre 2014 14:16

Mi sto spaventando... 😞 2 a settimana???? 8 al mese???? io in questo periodo sto prendendo un relpax al giorno minimo.....l'ultimo l'ho preso domenica notte all 4, poi più niente e anche ora, devo dire grazie a voi non l'ho ancora preso. Chissà se supererò le 48ore.

Mirella73 Lunedì, 03 Novembre 2014 14:15

Ma oltre alle quantità contano anche i dosaggi? Cioè : il brufen 600 e' più pesante del moment 200! Scusate ma faccio un po' di confusione ed i neurologi dove sono andata non mi hanno spiegato questa cosa! E un ultima cosa: quando si capisce di essere in abuso? Quando nonostante il sintomatico non vi

è risposta o quando è come se avessi una crisi di astinenza?? Grazie per la vs pazienza!! Ora vado a prendere i miei topini . Uno a scuola e altro asilo . Poi via ad atletica !!! Giornata piena .

nico26 Lunedì, 03 Novembre 2014 14:14

Si fa molta fatica senza sintomatici ma concordo con il pensiero di Lara.

Annuccia Lunedì, 03 Novembre 2014 14:00

MARIPARIS, stai tranquilla!!! hai cominciato un percorso per stare meglio. 😊 goditi la solitudine in stanza, sai che non si sa mai chi si trova, meglio soli.

SIMONA, ti sono vicina.

Annuccia Lunedì, 03 Novembre 2014 13:48

Buona giornata a tutti! prima di leggervi scrivo, visto che sono a studio e non so se avrò la possibilità di stare molto collegata al Forum.

A casa ho problemi di connessione, ho chiamato Telecom , ma non hanno potuto risolvere. Roberto quando andrà a casa darà un'occhiata. Quello che mi sembra impossibile è che non riesco a collegarmi né con il PC fisso né con quello portatile, ma loro dicono che probabilmente non è un

problema di Alice. 🙄

mariparis Lunedì, 03 Novembre 2014 13:47

Ma io ero in abuso di indometacina...ne prendo quasi uno al giorno...

mamma_lara Lunedì, 03 Novembre 2014 13:42

Anche se io ne prenderei qualcuno di meno 😊

mamma_lara Lunedì, 03 Novembre 2014 13:42

Mirella, penso si debba sempre ascoltare il medico

mamma_lara Lunedì, 03 Novembre 2014 13:36

Mirella, io mica sono stata tanto brava, mi sono rovinata il fisico e una buona parte della vita con tutti i farmaci che ho preso. Ora però sento che contanto solo sulle mie forze ce la posso fare meglio. Ad un grappolato però non chiederei mai di provare a fare a meno del sintomatico, perchè quello è un dolore che non si può neppure descrivere.

mariparis Lunedì, 03 Novembre 2014 13:34

Mirella a me il dr. Rossi dell'Ini di Grottaferrata mi aveva detto di non prenderne piu' di due a settimana per un totale di 8 al mese.

mamma_lara Lunedì, 03 Novembre 2014 13:34

Mirella, qui ci sono varie correnti di pensiero. In pubblico ho sentito medici dire che se si superano i 10 triptani oppure per chi usa altri tipi di sintomatici sono 15, se si supera questa soglia per tre mesi si cade nell'abuso. Però in privato a me hanno sempre detto non più di 3 triptani in un mese.

Mi sa che la giusta dose sia questa visto che in una scatola ne mettono mai più di 4. L'imigran poi ne ha dentro tre, questo per quello che riguarda le pastiglie, le iniezioni addirittura ne ha solo una in una scatola.

Però penso che ognuno faccia come può. Ma io continuo a pensare che la dose giusta sia quella che dicono in privato.

Mirella73 Lunedì, 03 Novembre 2014 13:10

Mamma Lara ma secondo te , qual è la giusta dose di sintomatici? E quali sono i limiti mensili?

mamma_lara Lunedì, 03 Novembre 2014 12:50

Scusate come scrivo, ma sto facendo 3 cose in una volta e scrivo a spizzichi e bocconi. Ora vado però, perchè oggi ho Emma e devo portarla a danza.

mamma_lara Lunedì, 03 Novembre 2014 12:47

Susy, fai come puoi cara. Però devii pensare che prendere un sintomatico al giorno porta un MDT cronico difficile da curare.

Io credo si possa fare anche diminuendo un po' alla volta fino ad arrivare alla giusta assunzione. Ma così li devi segnare quelli che prendi.

Il fatto è che facciamo sempre fatica ad ammettere quanti sintomatici prendiamo, chissà, forse per

paura di essere giudicate e anche per il giudizio negativo che sempre abbiamo di noi. Io credo si debba essere contenti di fare anche solo qualche passo in avanti. E se oggi me faccio 2 indietro e domani ne faccio 3 in avanti, penso che sono andata avanti.
Fai come puoi cara che noi ti vogliamo bene lo stesso.

Mirella73 Lunedì, 03 Novembre 2014 12:38

E' dura.

A volte sembriamo assistenti sociali....

Susy Lunedì, 03 Novembre 2014 12:34

Mamma_Lara.....non so quanto riesco a resistere ancora senza prendere niente. Sono in ufficio, non riesco a concentrarmi ed ho la nausea. 😞

mamma_lara Lunedì, 03 Novembre 2014 12:22

Mirella, immagino sia stressante il lavoro che fai, tempo fa in una classifica il tuo lavoro era il secondo più stressante, il primo era quello dell'insegnante.

Mirella73 Lunedì, 03 Novembre 2014 11:59

Ciao a tutti. Oggi al lavoro delirio.... Forza che resisto. Mi sono anche sparata una mega brioches alla marmellata per consolazione . Ma mi sono pentita subito!!! Qua al lavoro nessuno sta bene . Sarà il tipo di lavoro (banca) mahhhh

nico26 Lunedì, 03 Novembre 2014 11:53

Ragazze buon lunedì a tutte!

Un grosso abbraccio a tutte/i che ogni giorno devon superare prove sia fisiche che psicologiche ..e cerchiamo me compresa di andare avanti dandoci una mano tra di noi per quanto possibile!!!
OTTOBRE 2 OKI 2TORADOL!

Piera Lunedì, 03 Novembre 2014 11:51

Mariparis tanti in bocca al lupo, e non avere paura, sarai controllatissima e una stanza singola con i nostri problemi e' la cosa migliore che ci sia!!! 😊

mariparis Lunedì, 03 Novembre 2014 11:45

Buongiorno a tutte! Mi hanno appena ricoverata al Mondino. Nella stanza sono sola:(ammetto che ho un po' di paura...grazie a tutte voi del sostegno...vi voglio bene, un abbraccio

mamma_lara Lunedì, 03 Novembre 2014 11:34

Ho tutte le informazioni per Roma, ve le mando in privato.

Le mando ad Annuccia, Gragra, Monica e Mariparis. Poi non ricordo a chi altri.

mamma_lara Lunedì, 03 Novembre 2014 11:30

Susy, io ne ho fatte tante di terapie, ma fino a che sono stata in abuso di farmaci niente mi serviva. Quindi ben venga la terapia che farai, ma se riesci a sopportare vedrai che buona parte della strada è fatta. Bravissima.

Saranno momenti difficili, perchè il dolore spaventa sempre, ma se il dolore è nella testa spaventa mille volte di più.

Forza cara che non sei sola.

Pensa che se riesci a passare anche un solo attacco senza prendere nulla, ti sentirai invincibile.

Dobbiamo lavorare un po' sull'autostima.

mamma_lara Lunedì, 03 Novembre 2014 11:26

Ho sentito Mariparis, è un po' spaventata.

Susy Lunedì, 03 Novembre 2014 11:23

Cara Mammina 😊 (MAMMA_LARA) è vero, ormai anche il dolore lieve e quindi sopportabile io non lo sopporto più....sono esasperata. Però tengo duro oggi.... Fra qualche settimana mi rifaranno la radiofrequenza pulsata e forse per un pò troverò sollievo.

Monica Lunedì, 03 Novembre 2014 10:24

Buongiorno a tutti. E' lunedì 😞

GRAGRA io ci vado in macchina anche perché l'INI è fuori Grottaferrata e non credo sia facilmente raggiungibile con l'autobus

mamma_lara Lunedì, 03 Novembre 2014 10:15

Mariparis sarà già a letto. Poi vedo di mandarle un messaggino così le rompo un po' le scatole.

mamma_lara Lunedì, 03 Novembre 2014 10:14

Susy, una strategia per riuscire a resistere è pensare che non c'è nulla a cui opporre resistenza e quando il dolore si fa più forte aiuta anche pensare che non ci uccide.

Sai, sono abituata che quando dico queste cose alle ragazze mi mando anche a quel paese da sola, così risparmio loro la fatica di farlo, quindi dopo averti detto questo vado a quel paese. 😊😊

Ma ti capisco cara, è una impresa titanica quella che stai facendo.

Affidare sempre al sintomatico il nostro dolore, si arriva ad un certo punto che anche il più banale dei dolori ci sembra insopportabile.

Scusami cara, ma sappi che non ti direi mai cose che non mi sia detta mille volte e capisco anche che alle volte possano ferire.

mamma_lara Lunedì, 03 Novembre 2014 10:06

Simona, Piangi tutte le lacrime cara, poi se sei capace prova a pensarlo in un posto dove sta bene. Vorrei essere lì con te e piangere insieme a te, ho letto da qualche parte che piangere con qualcuno guarisce più che piangere da soli.

Forse è anche questa la forza del forum, non lasciamo mai nessuno a piangere da soli.

mamma_lara Lunedì, 03 Novembre 2014 10:02

Cri, Ma se nel tuo campo ci fossero 30 gradi, sai come sarei felice. Uffa, chissà le tue manine come soffrono

mamma_lara Lunedì, 03 Novembre 2014 10:00

Arima, se mi dai il permesso, cerco il messaggio che hai lasciato dove spiegavi abbastanza bene di tua figlia e lo porto al Convegno con me, mi piacerebbe darlo ai medici presenti, perchè non mi convince che ci sia la febbre sempre. Poi loro possono dire che conoscono altri casi, ma mi piacerebbe sentire anche il loro parere.

Però mi serve che tu mi dia il permesso.

mamma_lara Lunedì, 03 Novembre 2014 09:57

Rossana, penso che per il prossimo anno proporrò un diploma per tutti i nostri compagni e le nostre compagne. Pensaci e pensateci a questa cosa, perchè hanno ben una bella pazienza e qualcuno gliela deve pur riconoscere.

Alle volte penso che se fossi fatta come Gabriele avrei sicuramente meno MDT, lui se ne frega della maggior parte delle cose che accadono intorno a lui, coglie sono grandi massi, mentre io colgo anche le briciole.

Alberto ha visto lungo regalandoti quel tablet, ce l'ho anch'io e quando viene Zeno vedo se mi aiuta a trovare sta cosa. Ma sono convinta che non avrà tempo anche per questo. Mi arrangerò come faccio la maggior parte delle volte.

Poi si che sono guai, non immagini le paroline che mi scappano.

Tu non preoccuparti di cosa scrivi e come lo scrive, tanto tu sei una signora e non diresti mai cose sconvenienti. Poi se leggo che c'è una parolaccia la cancello, non preoccuparti 😊

mamma_lara Lunedì, 03 Novembre 2014 09:51

Gri, oggi sarai al lavoro, mi raccomando, olio spalmato su tutto il corpo e se non bastasse, spalmalo anche sui vestiti. 😊

Forza carissima. Guarda avanti 😊

mamma_lara Lunedì, 03 Novembre 2014 09:48

Buongiorno a tutti.

Lele3, non oso pensare a cosa avrai sofferto per disintossicarti da quel farmaco. Sicuramente neppure da paragonare alla dipendenza che davano quelli che prendevo io, anche solo il triptano, quando ho smesso di assumerlo, sentivo il corpo che lo richiedeva e non immagini quante volte ho

fatto persino le convulsioni. Sdraiata a terra con la bava alla bocca. Penso fosse anche una dipendenza psicologica anche a tutto il resto dei medicinali che prendevo. Poi non lo nego, ma forse ci stava anche un rifiuto netto nei confronti del dolore. Ne ho dovute modificare di cose e di pensieri per riuscire a gestire la mia malattia.
Grazie per la tua testimonianza

rossana Lunedì, 03 Novembre 2014 09:38

Buongiorno a tutti,
sono in partenza ma voglio fare un in bocca al lupo a MARIPARIS per il suo percorso.
E in bocca al lupo ad ARIMA per tua figlia, ci mettiamo tutti i nostri pensieri positivi. Spero davvero che le diano un pò di sollievo poi da lì può arrivare un miglioramento.
Tanti auguri davvero
CRI sei troppo brava con la tua raccolta.
SIMO oggi non può essere diversa da com'è la tua giornata, forza pure.

Susy Lunedì, 03 Novembre 2014 09:21

Buongiorno a tutti. Notte passata indenne dal MDT....ora un pò di fastidio ma tengo duro...ancora non prendo nulla.....resisto resisto.... 😞

Simona Lunedì, 03 Novembre 2014 09:07

Buongiorno forum...io oggi sono 😞😞 ... ho retto bene tutto il fine settimana... stamani però mdt, triptano, tra 1 ora c'è il funerale e ... non so... mi viene da piangere....Bon. ... ho sentito una canzone alla radio e da lì giù lacrimoni. .. sarà una giornata dura... ma arriverà sera anche oggi....

Buon inizio di settimana a tutti...

Mariaparis a te va un pensiero particolare e tanti in bocca al lupo per il tuo ricovero.... siamo con te...forza ragazza.... 😊😊

cri69 Lunedì, 03 Novembre 2014 07:28

Buongiorno a tutti, qui nebbia ma sono fiduciosa, ieri nel pomeriggio c'erano 19° 🌞.
ARIMA capperi, non immagini quanto mi dispiace, comprensibile l'atteggiamento di tua figlia, non oso nemmeno immaginare la tua preoccupazione. Incrociamo le dita per il pomeriggio, chissà che non sia l'inizio per stare meglio. Due abbracci
ROSSANA mai pace eh? maresma quanta pazienza?
Scappo al lavoro. Baciotti

gragra Lunedì, 03 Novembre 2014 07:19

Lele3 e Monica,
Se volessi andare a farmi visitare all'INI dal dott. Rossi mi sembra aver capito che è possibile solo a Grottaferrata. Voi come andate? Io non guido per tragitti lunghi perchè con gli attacchi improvvisi di MDT sono fuori gioco: però cammino, uso mezzi pubblici o bicicletta.

gragra Lunedì, 03 Novembre 2014 06:53

Arima vi penserò tanto. Speriamo in un buon incontro. Avrai le energie positive da tutto il forum.
Baci

arima Lunedì, 03 Novembre 2014 06:44

Una buona giornata a tutti. Oggi 47 giorni di cefalea. Alle 16 andiamo da un anestesista che fa terapia del dolore speriamo bene.

rossana Domenica, 02 Novembre 2014 23:06

ANNUCCIA 😊

rossana Domenica, 02 Novembre 2014 23:00

ANN domanidomaniUCCIA grazie del pensiero solidale, per fortuna oggi è andata meglio. do il benvenuto agli ultimi arrivati che sono numerosi e questo mi fa tanto piacere. e mi ritiro perchè comunque non mi avanza niente. un saluto a tutti passate una buona notte. A domani

rossana Domenica, 02 Novembre 2014 22:56

Come potete vedere devo migliorare. lui fa tanto ma bisogna correggere molti suoi automatismi. poi non trovo ancora la punteggiatura e nemmeno le maiuscole e forse non esiste la possibilità. In ogni caso per concludere voglio dire che questo ragazzo oggi in un attimo mi ha saputo dire certo che esiste la dettatura vocale basta premere il tasto sulla tastiera 😊 . basta saperlo gli ho risposto. lui non ha idea del regalo che mi ha fatto oggi. E adessose funziona sono cavoli vostri!!!!

rossana Domenica, 02 Novembre 2014 22:47

e v plasti capraticaaione. . merito di tutto questo lo devo dire è ancora una volta di Alberto. si perché lo sto facendo dal tablet che mi ha regalato. oggi ho avuto finalmente l'occasione di parlare con il figlio di una coppia di amici e gli ho chiesto se dal tablet è possibile dettare testi. ci avevo provato da sola ed avevo ottenuto un risultato parziale. ho quindi chiesto domenica scorsa a due nipoti che mi avevano risposto in modo evasivo. In pratica non avevano nessuna voglia di concentrarsi e Orvi attenzione

rossana Domenica, 02 Novembre 2014 22:33

Davvero LARA, adesso è un bel problema! devo fare proprio molta attenzione perché parlando di cose se ne dicono tante ed è facile sbagliare anzi facilissimo! però sono contentissima perché tante volte mi devo trattenere dallo scrivere per il dolore che mi provoca. mi devo anche abituare a questa nuova modalità dopo anni di scrittura prima a mano poi a video.....adesso in questo modo non mi sembra la stessa cosa. ma come per tutte le cose serve il tempo di abituarsi. Anche questo si chiama adattamento

Gri Domenica, 02 Novembre 2014 22:14

Ora sono finalmente a letto, sono un bel po' stanca. I bimbi dormono finalmente, mio marito è rimasto sotto a vedere un po' di tv....ma lo sento già russare! 😊 😊 😊
Buona notte

Gri Domenica, 02 Novembre 2014 22:11

Ciao a tutti, che bello rileggermi KIKKA, sono felice che procedano bene i lavori di casa nuova! Verrà bellissima!

Oggi sono andata in montagna dai miei, abbiamo pranzato al padiglione in piazza, queste due settimane c'è festa patronale i fine settimana. Così abbiamo pranzato con patate, fonduta, fontina, polenta, salsicetta ecc... Poi abbiamo fatto una bella passeggiata. Il sole era caldissimo e non ho nemmeno messo la giacca (a 1700 m s.l.m.). I colori del bosco sono ancora belli, anche se non più così accesi come due settimane fa!

lele3 Domenica, 02 Novembre 2014 21:48

Rispondo a piera e paola1 per chi lp conosce sa che è un farmaco ad 7so esclusivamente per i poveri malati terminali affinché non soffrano in modo atroce. La parola terminale la dice tutta. Per il mio caso il medico di casa in concomitanza al neurologo deciderono di usare ossicodone come cura per le moe cefalee. Nella fase iniziale di 5 compresse al di più due al bisogno. E qui tutto bene. Poi dopo essere andato alla visita successiva e constatato che il farmaco andava bene giù altre due pastiglie. La storia è andata avanti un pochino con risultati diciamo buonini. Finché non tornano gli attacchi forti e giù sempre su consiglio del medico mi sono ritrovato in un lasso di tempo brevissimo a prendere 140 e ribadisco 140 pastiglie di ossicodone. La verità! !!! IL RISULTATO ERA CHE SE FINIVA LEFFETTO RICONCIAVA LATTACCO. Un cane che si morde la coda. Sconvolto da dolori e sensazioni strane che mi venivano se non prendevo il farmaco scoperte poi vere e proprie crisi di astinenza da ossicodone. E vi posso assicurare che non esiste dolore più forte e sofferenza più brutta di una crisi di astinenza da questo tipo di droga. Lo scalaggio della stessa l'ho fatto con tanta sofferenza e un dolore nei muscoli indescrivibile e insopportabile ma non accettavo di essere caduto in questa disgrazia per colpa mia e tantomeno ne volevo uscire con il metadone. Rimboccate le maniche ho scalato senza prendere nulla se non solo antidolorifici mio rilassante e tanta tanta pazienza con un fiume di lacrime ad ogni crisi di astinenza. A detta del mio neurologo che conoscete già sarei andato avanti ancora per poco e di lo a..... trovarmi in una buca con i fiori in testa. Se avessi conosciuto prima questo forum sarebbe stata un'ottima alternativa hai dolori atroci e alla splendida pazienza della mia famiglia.

mamma_lara Domenica, 02 Novembre 2014 21:39

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

mamma_lara Domenica, 02 Novembre 2014 21:35

Kikka, leggo della tua casa, che bello. Vedrai come diventa bella

Susy Domenica, 02 Novembre 2014 21:33

Ragazze mi fate commuovere.... 😊 😊

mamma_lara Domenica, 02 Novembre 2014 21:29

Paula, non so cosa sia meglio, ma Piera dice che è meglio e spero proprio che abbia ragione.

mariagrazia Domenica, 02 Novembre 2014 21:26

Susy vedrai che piano piano andrà meglio e ricordati che non sei sola. Stando qui con noi ti daremo manforte

kikka Domenica, 02 Novembre 2014 21:24

MAMMA LARA mi sei mancata!!!! <3 <3 <3 <3

kikka Domenica, 02 Novembre 2014 21:23

SUSY mi fa piacere! La prima parola che dico al mattino appena mi sveglio è: Rallenta Kikka, rallenta... Ce la metto tutta anche se a volte sbaglio e anche tanto....cara sapessi quanto ci accomuna qui nel forum, ti troverai benissimo. Spero di averti aiutata un pochino.

Susy Domenica, 02 Novembre 2014 21:17

Grazie KIKKA, mi hai rasserenato un pò, almeno non mi sento diversa ma sento che tante sono nella mia condizione, se non peggio e con i miei stessi pensieri e comportamenti.

Grazie ancora.....

mariagrazia Domenica, 02 Novembre 2014 21:16

Mirella73 io ho fatto la disintossicazione a casa perché da me in pr di salerno non si da in ospedale. L'ho fatta come ha detto Paula semplicemente senza assumere nessun tipo di medicina. Non è stato facile e non sempre sono riuscita a resistere, ma il forum mi è stato di grande aiuto

mamma_lara Domenica, 02 Novembre 2014 21:15

Susy, grazie dei complimenti e sapessi come mi imbarazzano. Però ti ringrazio cara. 😊 😊

mamma_lara Domenica, 02 Novembre 2014 21:13

Kikka, sei stata bravissima anche tu il mese di ottobre. Brava brava

Piera Domenica, 02 Novembre 2014 21:11

Paula se sarà dipendente di un'agenzia interinale sarà tutelato non al 100% ma al 200%!!! stai tranquilla che faranno le cose meglio di molti datori di lavoro, tanto ormai il lavoro fisso non esiste davvero più' bisogna arrendersi all'idea 😊

Susy Domenica, 02 Novembre 2014 21:10

I consigli del forum gli ho letti e dovrei continuare a leggerli ogni mattina e ogni sera 😊 volte però è difficile seguirli....se non cambiando totalmente vita. 😊 Mamma_lara....si è vero ho fretta (già di carattere vorrei tutto e subito) ma ho solo voglia di star meglio x ricominciare a vivere dignitosamente (ovviamente mi rendo conto che c'è di peggio, molto di peggio ma ognuno sente il proprio male)

paula1 Domenica, 02 Novembre 2014 21:06

😊 vado a riposare...domani la sveglia è inesorabile alle 4.50...è la settimana lunga e spero di essere a casa sabato, perché devo anche andare a fare la mammografia di prevenzione..quella che chiamano loro...

Fausto invece domani pomeriggio, se tutto va bene, dovrebbe firmare il contratto nell'azienda nuova...e va a dimettersi da quella del saldatore....non ci aspettiamo granchè anche perché sarà dipendente di una agenzia interinale... 😊

😊 Buona notte a tutti 😊

kikka Domenica, 02 Novembre 2014 21:04

ciao SUSY, piacere di conoscerti. E' normale sentirsi così, si arriva al forum mica perchè si sta bene!!! Permettetemelo, senza offese per nessuno, ma io stavo malissimo!!! Quando sono entrata nel forum prendevo tre tachi 1000 al giorno e a volte anche quattro...di nascosto da mio marito e il dolore non mi passava più e, in tutto questo, dovevo lavorare, insegno in una scuola a 27 bambini..ti lascio immaginare. Il weekend era corsa al ps o alla guardia medica...Ero davvero avvilita! Ne ho parlato poi con la mia dottoressa di base che subito mi ha prescritto una visita al centro cefalee dove mi è stata prescritta una profilassi che tutt'ora faccio, ma sto sospendendo pian piano e sotto stretto controllo della neurologa, perchè vorrei avere un bambino. Il forum mi ha insegnato come vivere la "quotidianità", a come affrontare il dolore senza panico, è chiaro che ci sono giorni che riesco e giorni in cui piango solo eh, ma almeno si alternano!! Ho imparato ad accettare i miei limiti, provo a conservare le energie e non le spreco tutte a inizio settimana, pulisco di meno rispetto a prima (sono fissata...per la pulizia...ma qui non sono l'unica...)cerco di fare movimento, mi sono iscritta in piscina e ce la metto tutta, perchè sono una pigrona....Però sono quei piccoli passi che mi aiutano ad andare avanti e anche il diario mi è di grande aiuto, perchè è come la mia coscienza...riesco a decidere se prendere o no il farmaco perchè nero su bianco non nascondo nulla....Sto anche seguendo un percorso psicoterapeutico e mi sta aiutando anche quello. Spero di averti alleggerito un pò. Se vuoi chiedi pure. <3

mamma_lara Domenica, 02 Novembre 2014 21:02

Susy, non avere fretta, vedrai che dopo un po' che frequenti il forum ti viene la voglia di imitare gli altri. Per questo è forte questo posto, accogliamo la sofferenza senza coltivare la commiserazione. Qui cerchiamo di contrastare le intenzionalità negative e la commiserazione con alcune parole, per esempio "speranze" e "leggerezza". Poi forse non hai presente i Consigli dal Forum, sono qui a lato, prova a leggerli, vedrai che ne troverai che sembrano scritti apposta per te

paula1 Domenica, 02 Novembre 2014 20:59

Per quanto riguarda la disintossicazione da farmaci io porto la mia esperienza... non l'ho mai fatta nemmeno quando mi hanno trovato il duodeno tutto bucherellato facendo la gastroscopia...avevo, all'epoca, provato a calare coi sintomatici..., ma ho una testaccia dura e non uso i gastroprotettori..... 😞

ci sono medici che per disintossicare fanno fare delle flebo di fisiologica per alcuni giorni e basta..... altri (la nostra anestesista che fa anche terapia del dolore) che dice che ci si disintossica non assumendo farmaci per lunghi periodi.....

io mi sono disintossicata da ansiolitici e antidepressivi semplicemente smettendo di assumerli e sono 4 anni che non prendo questo tipo di farmaco...non faccio testo nei confronti di chi invece sta meglio prendendoli, ma le mie emicranie sono calate di numero...non di intensità, ma mi accontento per il momento....

Susy Domenica, 02 Novembre 2014 20:57

Gruppo, qualcuno di voi ha mai provato la radiofrequenza pulsata?

mamma_lara Domenica, 02 Novembre 2014 20:57

Susy, dovrebbe uscire a breve un lungo elenco di centri consigliati. Ora non è ancora pronto, non appena sarà pronto te lo faccio presente.

Susy Domenica, 02 Novembre 2014 20:55

Mamma_laradevo ancora scrutare tutto il sito.... Grazie x la tua disponibilità. Sei splendida e dolce...

mamma_lara Domenica, 02 Novembre 2014 20:51

Susy, hai visto se per caso c'è un centro consigliato dal nostro sito nei tuoi paraggi. Un attimo che vado a vedere

paula1 Domenica, 02 Novembre 2014 20:51

Buona sera a tutti....oggi è stata davvero una bella giornata autunnale....noi siamo andati a Savigno alla prima giornata della Tartufesta...c'era il doppio della gente che c'è di solito...è una delle sagre più belle, perchè c'è anche il mercato delle cose vecchie per tutto il paese..... il tartufo quest'anno costa poco perchè c'è abbondanza..noi non lo abbiamo comprato...avevano in un box 3 cani lagotto uguali a Paddy, cioè marroni...erano troppo buffi..hanno 3 mesi...li vendevano a 700eu l'uno 😊😊😊

PIERA che svampita che sono...non ti avevo nemmeno risposto...ho visto l'annuncio della cagnolina, ma adesso non vogliamo prendere un altro cane e comunque non in questa casa....

mamma_lara Domenica, 02 Novembre 2014 20:50

Lele3, di pure la tua esperienza ma mi raccomando non fare il nome del medico e neppure della struttura. Se la vuoi fare in privato ma bene, ma non nel forum. Grazie
Io di specialisti in gamba ne conosco tanti e potrebbero visitare anche in un sottoscala io andrei da loro lo stesso. Già mi fa star bene se mi fanno raccontare come sto e ancora meglio se mentre parlo mi guarda in faccia.
Mi fa piacere tu abbia incontrato il dr. Rossi.

Susy Domenica, 02 Novembre 2014 20:50

Mirella73....nemmeno io tengo più il conto. Ho tenuto x anni il diario ma non è mai servito a nulla. Nemmeno ai medici temo non sia mai servito visto che constatavano solo il numero di attacchi avevo e i medicinali che prendevo. E poi.....nulla....
Forse, anzi senz'altro sono demotivata e stanca....
Confido nel gruppo x capire qualcosa in più

Mirella73 Domenica, 02 Novembre 2014 20:42

... Per il moment 200. Qualcuno di voi ha fatto anche terapia di disintossicazione? Io non so nemmeno in cosa consiste... Si fa a casa o ospedale?

Mirella73 Domenica, 02 Novembre 2014 20:41

Grazie a tutti, oggi giornata piena di sole qui. Grande passeggiata stamattina con i miei bimbi e mio marito in un bellissimo bosco. E' venuta anche mia suocera che si sente un po' sola dopo la morte di suo marito e mi sembra le abbia fatto bene... Io non tengo il conto di quante pastiglie prendo. L'ho fatto per molti mesi e poi mi creava molta ansia e tristezza. So che dovrei per via dell'intossicazione ma Sono contenta che ho lasciato da mesi il brufen

Susy Domenica, 02 Novembre 2014 20:41

Da ieri mi sono iscritta e leggendo i vostri post mi rendo conto che oltre ad esserci tantissime persone che stanno male come me e che micapiscono ma soprattutto che sono tanto ignorante....non conosco tante cose, soprattutto come gestire il dolore e il panico. Io il dolore non lo sopporto più, nemmeno quando è lieve. Io sono stanca di avere Mdt.. 😞

kikka Domenica, 02 Novembre 2014 20:22

MIRELLA73, piacere sono KIKKA io sono della provincia di Modena, ma ho origini campane. Io come triptano prendo il Maxalt, ne prendo pochissimi durante l'anno perchè il mio è un mdt da cefalea tensiva e quando non mi passa con la tachi metto una supposta do orudis e in un'oretta mi passa, finora ha funzionato. Il triptano l'ho usato soprattutto quando assumevo la pillola, quelli sì che erano attacchi di emicrania...gran brutto periodo. Mi svegliavo di notte per il dolore, la tachicardia, ansia...infatti l'ho sospesa subito dopo che le cisti ovariche erano scomparse. Sono stata molto meglio, per fortuna! Il forum mi ha aiutato e ancora mi aiuta tantissimo, sto imparando a gestire il mdt senza andare nel panico...prima era una corsa ogni volta al pronto soccorso....ho fatto passi da gigante!!!

Piera Domenica, 02 Novembre 2014 20:21

Lele ho letto tempo fa un articolo sull'ossicodone che lo bolla come un pericolo gravissimo....Secondo studi, l'ossicodone è una volta e mezzo più forte dell'eroina, riduce la respirazione rendendolo potenzialmente mortale e gli effetti sono più potenti di altri sedativi.

Il farmaco sarebbe, infatti, dietro l'impressionante escalation di overdosi accidentali negli Stati Uniti.

Basti pensare che quando il celebre attore Heath Ledger fu trovato morto in un appartamento di New York, il suo corpo conteneva un cocktail di farmaci tra cui ossicodone, Valium e Xanax. Ci credo che poi hai dovuto affrontare una pesante disintossicazione, certi medici andrebbero segnalati all'ordine (se poi conta qualcosa 😊)

kikka Domenica, 02 Novembre 2014 20:17

il mio resoconto di ottobre è: un brufen600, 4 tachi 1000 e un orudis supposte. Devo dire che sono soddisfatta, ma ho preso anche tachi e brufen per l'influenza per 4 giorni, ma quelli non si contano.

kikka Domenica, 02 Novembre 2014 20:16

LELE mamma mia, sono contenta per te che ne sei uscito. Ho letto di questo principio attivo ed è un farmaco forte. Spero tu stia bene adesso.
SIMONA ti sono vicina...un bacio

mariagrazia Domenica, 02 Novembre 2014 20:14

Mirella73 io uso come triptano solo lo Zomig rapimelt. È l'unico che non mi da nessunissimo effetto collaterale. Tutti gli altri mi fanno stare male. Svengo addirittura e sto male.

kikka Domenica, 02 Novembre 2014 20:10

buonasera a tutti! Benvenute alle nuove!!! Ma quante belle persone si aggiungono a questa splendida famiglia!!! 😊😊 Sono sparita per un paio di settimane...motivo principale il tempo!!! Tra la casa, i pavimenti, il geometra non ce la faccio più...sono molto stanca... 😴😴 Abbiamo definito i pavimenti e abbiamo dovuto trovare un escamotage per avere quello che a me piaceva di più, quindi nelle camere abbiamo optato per il parquet da capitolato, così abbiamo potuto mettere in sala, cucina e disimpegno il bellissimo pavimento. Quanta fatica! Dopo mille peripezzie l'ho spuntata io...Non c'erano dubbi.... 😎😄😄😄

paula1 Domenica, 02 Novembre 2014 20:08

LELE3 ...ossicodone per il mal di testa ?????????????????? 😞 da 9 anni mi passa per le mani, poichè lavoro in ospedale...ma non ne ho mai preso nemmeno una pastiglia da 5 mg...nemmeno quando avrei mangiato il veleno per topi pur di farmi passare il dolore emicranico 😞😞

Susy Domenica, 02 Novembre 2014 19:46

INI

Sapete se un INI esiste nei paraggi di verona?

Monica Domenica, 02 Novembre 2014 19:41

GRAGRA come ti hanno già detto LARA e ANNUCCIA l'INI fa visite in convenzione. Ogni volta che vado siccome è un controllo pago mi sembra € 23,00. Solo la prima visita costa un po' di più ma niente di esagerato. Il giorno prima che vado invio per e mail il diario delle cefalee al dottore così quando sono lì lui è già preparato 😊

lele3 Domenica, 02 Novembre 2014 19:38



brutta esperienza

Non voglio e non mi azzardo nemmeno a creare falsi allarmi ma per quanto mi riguarda trovare imigran fiale auto iniettabile per me che sono di roma non è una cosa facile se non prenotarlo ricetta alla mano nella farmacia dove mi servo abitualmente. E i tempi di attesa sono dai due /tre giorni. Non è che fosse tutto questo tempo da aspettare ma per chi vive e spera nel l'unica cosa che possa far guarire un attacco è il panino se sai che te ne rimane una sola e devi sperare che il giorno dopo non sia un copia e incolla. La professionalità della struttura ini e del dott. Rossi è qualcosa di straordinario e veramente efficiente. Anche solo il parlare con l'unica persona che capisce il tuo dolore è già un passo avanti e il dott. Rossi è una di quelle poche persone che ascolta valuta e ti risponde in modo professionale ed amichevole. Più avanti vi racconterò la mia esperienza negativa con un medico della mutua che per curare il mio per lui comune mal di testa mi ha spedito con dosi massicce di ossicodone diritto diritto al sert per una disintossicazione e una dipendenza come se fossi un drogato. Meglio che non ci penso ora e vi racconterò in seguito. L'aver incontrato rossi è stata la mia unica e vera salvezza ad un passo dalla fossa. Un abbraccio. Lele. :c

mamma_lara Domenica, 02 Novembre 2014 19:32

Mirella, a Mantova non so se ci sono delle strutture. Ma a Modena conosco una dottoressa molto brava che segue anche alcune della ragazze del forum. Oppure puoi venire a Ferrara

Mirella73 Domenica, 02 Novembre 2014 19:18

Ciao come si fanno a trovare le strutture ini più vicine? Io abito a Mantova!

Annuccia Domenica, 02 Novembre 2014 18:18

GRA, ti ha risposto Lara, all'INI se sei un grappolato sei addirittura agevolato ad essere visitato in zero tempo di attesa. Comunque anche se vai a pagamento le tariffe sono veramente modeste.

mamma_lara Domenica, 02 Novembre 2014 18:14

Graga, due anni fa ho svolto una indagine negli ospedali di 9 regioni italiane per conto di un neurologo dell'INI, appunto il dr. Rossi.

Si trattava dell'accesso alle visite per una persona con cefalea a grappolo.

Ho lavorato parecchie ore del giorno per tre mesi.

Ho interpellato 120 ospedali pubblici e non, 11 neppure hanno mai risposto, solo 16 strutture mi hanno detto che mi avrebbero visitato in giornata, e di queste solo due mi hanno detto di andare in reparto senza passare dal P.S.

Ho ricevuto risposte da ospedali pubblici, del tipo "mica possiamo visitare tutti quelli che stanno male" e questa è una delle più leggere.

Per un grappolato andare al P.S. vuol dire tornare a casa senza aver risolto nulla, l'attacco dura raramente più di un'ora e alla fine si patisce senza risolvere nulla mangiando un sacco di nervoso. Io sono andata al P.S. e alla fine ho dovuto dire che l'attacco era finito, mi sono sentita dire che se durava così poco era anche inutile andare ad intasare un pronto soccorso con tante persone che stanno male veramente.

Ecco, questo era un ospedale pubblico. Per fortuna sono le persone che fanno la differenza e alla volte trovi quelle giuste anche in istituti privati.

mamma_lara Domenica, 02 Novembre 2014 18:05

[Medicina Legale](#)

Graga, leggi qui e vedi quante cose ha fatto Al.Ce.

mamma_lara Domenica, 02 Novembre 2014 18:01

INI - Istituto Neurotraumatologico Italiano, Centro di Diagnosi e Cura delle Cefalee. Questo è un Istituto del Gruppo INI e ha convenzioni pari ad un ospedale pubblico. Ci si può andare con la mutua e con visite intramoenia.

Ci sono fior di Istituti in Italia e forse sono quelli che più fanno ricerca.

Sono i medici che fanno la struttura e all'INI stai certa che non sbagli.

Le due regioni a cui ti riferisci, forse sono la Valle d'Aosta e la Lombardia, uniche due regioni ad aver assegnato una valutazione e una percentuale ad alcuni tipi di cefalea. Ma anche altre regioni concedono la stessa percentuale anche se non hanno tabelle e percentuali a cui affidarsi. Mentre invece l'unica regione ad aver approvato una Proposta di Legge Statale per il Riconoscimento della Cefalea come Malattia Sociale è il Veneto. Al.Ce. sta combattendo e non poco per ottenere questo risultato

gragra Domenica, 02 Novembre 2014 17:50

Annuccia, devo aver guardato un'altra cosa: un centro col sito grupponi.it con diverse sedi e tante convenzioni. Cosa è allora? Dove si trova?

Annuccia Domenica, 02 Novembre 2014 17:44

GRA, l'INI non è una struttura privata

Annuccia Domenica, 02 Novembre 2014 17:43

ROSSANA, mi dispiace di questi tuoi giorni pesanti.

Annuccia Domenica, 02 Novembre 2014 17:42

LELE, mi hai messo l'ansia, non si trova l'Imigran???? ricordo in passato del problema, ma ultimamente lo avevo sempre trovato. In settimana vado a farmelo prescrivere per capire meglio.

gragra Domenica, 02 Novembre 2014 17:32

Monica e Lele, se non sono indiscreta, perchè andate in una struttura privata? Ho letto Ini, non conoscevo cosa fosse e sono andata a vedere...

io nonostante tutto tifo per il pubblico e penso, ma forse sbaglio, che semmai si possa far riconoscere il mal di testa come problema "sociale" come nelle 2 regioni dove lo è già, si possa fare solo attraverso strutture ospedaliere.

spiegatevi altrimenti, grazie.

mamma_lara Domenica, 02 Novembre 2014 17:23

Rossana, se usassi io la dettatura vocale in alcuni momenti dovrei poi cancellare tutto. Sai te quanti bip 😊😊😊

mamma_lara Domenica, 02 Novembre 2014 17:21

Feffe, sei stata proprio brava in ottobre. Brava ma proprio brava

mamma_lara Domenica, 02 Novembre 2014 17:16

Lele3, il mio sorriso penso non si riposi neppure quando dormo. 😊😊

mamma_lara Domenica, 02 Novembre 2014 17:14

Non preoccupatevi per il viaggio, è già tutto sistemato 😊😊.
L'albergo non so dove è, ero convinta mi avessero scritto dove alloggiavo ma forse me lo hanno solo detto al telefono. Ho scritto, vediamo cosa ho combinato. Questa settimana ho ricevuto quasi 400 e-mail e forse qualcuna l'ho persa. 😊😊

mamma_lara Domenica, 02 Novembre 2014 17:11

Rossana, non ci posso credere. tu parli e lui scrive.
Sono certa che scriverà meglio di me il tuo programma

mamma_lara Domenica, 02 Novembre 2014 17:10

Arima, di pure alla tua bimba che anch'io sono stata "vittima" di quel dire, avevo sempre male al fegato e allo stomaco, ero già stata operata di colecisti per calcoli, ma lo stesso mi gonfiavo come se fossi in 9 mesi di gestazione. Mi hanno fatto le analisi ed erano perfette, dopo due anni di questo star male il medico mi disse che se avessi continuato a star male mi avrebbe dato degli antidepressivi. Nessuno mi aveva mai detto di controllare la pipì e le feci, quindi io no ho mai controllato come erano. Un giorno stanca di star male sono andata da una mia amica caposala e mi ha fatto visitare. La dottoressa mi ha subito fatto fare le analisi e il giorno dopo mi ha dato il responso. Transaminasi alle stelle ed ematocrito 3 volte tanto la media. Mi chiese di controllare la pipì e le feci e mi sono accorta che la pipì era quasi nera e le feci bianco latte. Lei non ha avuto più dubbi, era epatite virale secondo lei, ma servivano almeno 15 giorni per sapere il tipo. Alla faccia degli antidepressivi. Mi hanno ricoverato e oltre all'epatite virale avevo una angiocolite o colangite, non ricordo quali delle due, avevo una pancreatite. Per stare meglio non ti dico le cure. Poi mi sono anche beccata la colpa di non essermi lamentata abbastanza. Capisco tua figlia. Ohhh come la capisco

rossana Domenica, 02 Novembre 2014 17:04

provo la dettatura vocalefantastico

mamma_lara Domenica, 02 Novembre 2014 16:57

Rieccomi.
Ho appena finito 30 porzioni di lasagne di verdure, così quando Enza e Marco vengono a cena il martedì non devo scapicollarmi a fare la cena quando non tengo aperti gli occhi. Loro non sono difficili nel voler mangiare cose complicate, gli basta siano cose sane e senza carne. Ora sono in frigo poi andranno nel congelatore 😊😊

arima Domenica, 02 Novembre 2014 16:57

FEFFE 81 no non considerarti invadente anzi. E' un passaggio che dovrò sicuramente fare anche perché ultimamente ci sono momenti in cui veramente non so più che fare e mi sento in bilico nel cercare di destreggiarmi tra mia figlia, mio figlio che si sente trascurato, la casa e il lavoro.

Monica Domenica, 02 Novembre 2014 16:50

Ciao Lele anche io sono in cura all'ini con il dott. Rossi 😊

Monica Domenica, 02 Novembre 2014 16:46

Se per te è la stessa cosa è non hai ancora Prenotato il treno potresti arrivare a Tiburtina? È meno caotica di Termini e più facile da raggiungere

feffe81 Domenica, 02 Novembre 2014 16:46

ARIMA allora la questione è davvero molto complessa, se c'è questo rifiuto, che comunque è comprensibile. Mi permetto allora di dire e se lo chiedessi tu un supporto? Ovviamente non voglio essere invadente, solo tu puoi sapere cosa è meglio fare. Ti auguro davvero ogni bene

Monica Domenica, 02 Novembre 2014 16:44

Mariparis buon viaggio e soprattutto buona permanenza.
Mamma Lara con l'hotel sei a Grottaferrata o a Roma? Arrivi a Termini o a Tiburtina?

Monica Domenica, 02 Novembre 2014 16:42

Gragra sono anche io di Roma

arima Domenica, 02 Novembre 2014 16:35

Grazie feffe 81. Il problema e'che mia figlia non vuole in nessun modo sentir parlare di supporto psicologico. Purtroppo ha avuto una brutta esperienza 3 anni fa quando ha avuto per mesi molti dolori di stomaco. Il medico continuava a dirle che si trattava di un problema psicologico e la incitava ad affidarsi ad uno psicologo. In realta' aveva dei calcoli alla cistifellea di cui poi e' stata operata. Riesco a comprendere quando mi dice che non vuol sentir parlare di intraprendere alcun percorso psicologico anche se so che ha torto"

feffe81 Domenica, 02 Novembre 2014 16:00

Confesso anche io gli effetti da post triptano: spossatezza, torpore, senso di costrizione alla gola, dolore agli arti e tanto dolore alla pelle delle cosce 😞

feffe81 Domenica, 02 Novembre 2014 15:57

MARIPARIS in bocca al lupo per il ricovero! 😊

feffe81 Domenica, 02 Novembre 2014 15:56

ARIMA dev'essere davvero complesso il tuo ruolo vicino a tua figlia che è pure in un'età tanto delicata. Ti auguro che possano presto farla stare meglio e che nel frattempo possiate trovare supporto psicologico per avere la forza che vi serve

lele3 Domenica, 02 Novembre 2014 15:54



Buongiorno splendido gruppo. Mi presento michele 45 anni da roma con il problema ormai noto un po per tutti quello de fatidico mal di testa. In cura ormai da 15 anni e tanta tanta forza di andare avanti. In cura alla clinica ini e come molti di noi con imigran introvabile. Vi leggo con ammirazione e stima per ognuno di voi vi chiedo perdono se non sarò sempre presente ma incito tutti a voler ogni giorno un giorno migliore. Fate che il sorriso sia la vostra ragione di vita. Un abbraccio al gruppo tutto lele. 😊

feffe81 Domenica, 02 Novembre 2014 15:53

Ciao a tutte e benvenute alle nuove arrivate! lo sto bene, ottobre è andato bene come non succedeva da mesi, solo 3 triptani 😊 c'è da dire che sono più serena e ho eliminato qualche altro alimento.

nico26 Domenica, 02 Novembre 2014 13:23

Arima certo che per una mamma vedere la figlia star cosi' male e' struggente. Ascolta molto Lara ed affidati ai centri che ti indicheranno che sono veramente in gamba. Forza carissima che noi almeno psicologicamente ti siamo vicine.

Ma oggi che caldo c'e' 😞
Pazzesco!!!

mamma_lara Domenica, 02 Novembre 2014 12:25



Arima, aspetta una settimana, poi se non arriva fammelo sapere.
Io e noi tutti mica ti molliamo cara, vogliamo che la tua bimba si ripreda in mano la sua vita e vedrai che lo farà. Ci vuole un po' di tempo.
Forza cara

mamma_lara Domenica, 02 Novembre 2014 12:20

[Quando il rapporto fra medico e paziente rende più efficace la terapia](#)

arima Domenica, 02 Novembre 2014 12:14

Grazie rosanna. Il problema che in questo momento non riesco piu' a capire come fare. Ogni comportamento che adottato mi sembra sbagliato.

Per mamma lara: ancora non ti ho ringraziato per la telefonata mi ha aiutato tanto. Ho ricevuto la password e inserito una richiesta per gli esperti, non so se ho fornito abbastanza elementi.

Oggi provo a portare mia figlia a fare una passeggiata, purtroppo avendo perso l'anno scolastico e non avendo ancora iniziato nella nuova scuola ha perso anche molte amicizie e se ne sta chiusa in casa tutto il giorno.

Scusate la lunghezza. A tutti una buona giornata

mamma_lara Domenica, 02 Novembre 2014 12:08

Rossana, certo che tu devi combattere varie fonti di dolori ed è una cosa diversa, ci credo che alle volte sarai sfinita. Quindi ti capisco quando dici che bisogna permetterselo di non prendere nulla e anche che alle volte la fatica supera le nostre umane capacità. Me lo dico tante volte quando penso di non farcela, poi per fortuna mi riprendo come fai tu sempre. Però leggo che nonostante tutto il dolore che hai avuto, in ottobre sei riuscita a moderare lo stesso il consumo degli analgesici. Sei da ammirare veramente.

mamma_lara Domenica, 02 Novembre 2014 12:00

Ragazze, ho letto le mail che mi hanno spedito per il Convegno di Roma, ma non leggo ancora nessun albergo. Ho spedito una comunicazione, ora attendo notizie

mamma_lara Domenica, 02 Novembre 2014 11:40

Ok, scusami Mariparis, avevo capito male. Vado a vedere l'hotel poi ti scrivo.

mariparis Domenica, 02 Novembre 2014 11:36

Lara volevo darti la mia mail per sapere il nome del tuo hotel o per sapere come fare ad incontrarti il 14

mamma_lara Domenica, 02 Novembre 2014 10:59

Mariparis, non leggo la e-mail che mi hai spedito. Se è l'indirizzo che intendi, ce l'ho non preoccuparti.

gragra Domenica, 02 Novembre 2014 10:53

Rossana,

io e te abbiamo la stessa età e da quanto ho letto la stessa esperienza con i genitori e con la mamma e mi ritrovo anche nella parte del primo post.

Sembrava leggersi di me.

mariparis Domenica, 02 Novembre 2014 10:31



Lara la leggi?

mamma_lara Domenica, 02 Novembre 2014 10:29

Mariparis, non so cosa è successo, ma non vedo la tua e-mail.

Mi spiace carissima

rossana Domenica, 02 Novembre 2014 10:27

ARIMA cerco di darti in breve il mio pensiero.

Nei panni di figlia con problemi fin dalla nascita ricordo talmente bene quanto la mamma e il papà soffrirono per la mia sofferenza.

Ricordo benissimo gli occhi lucidi che ho colto in tante occasioni.

Quello che mi ha aiutato però (ora ho 54 anni) è stata la forza che la mamma è sempre riuscita a trasmettermi, apparentandomi davanti sempre serena e sorridente ma nel contempo ferma e determinata.

Questo è quel che secondo me mi ha aiutato di più. Altre mamme con le figlie erano - secondo me, e come non capirle beninteso - e manifestavano più apprensione in questo modo "favorendo" un po' la commiserazione che secondo me non serve. Va bene ogni tanto ma a lungo non serve.

Ovviamente auguro a tua figlia che capiscano quanto prima come aiutarla ma ti ricordo che i genitori fanno la differenza, in special modo la mamma.

nico26 Domenica, 02 Novembre 2014 10:13

Buonadomenica con un sole meraviglioso ma ho deciso di metter vicino al muro tutte le piante grasse...visto le previsioni. Il mdm è presente ma cerco di arginare.
Margaret ma che sintomi hai ??? dovuto ai farmaci ? Cavoli tesoro....certo che ..di pazienza ne hai veramente tanta.
Ma quanti nuovi iscritti in questa bellissima famiglia!!!!

mariparis Domenica, 02 Novembre 2014 10:11

Lara ieri ti ho scritto che sono ben felice di incontrarti!

rossana Domenica, 02 Novembre 2014 10:07

buongiorno a tutti,

vi ho sempre lette (compreso stanotte) ma ancora fatico a scrivere.

Stamattina però mi sono alzata messa meglio del solito dopo giorni.

E la vita torna a colori.

Ieri ho proprio patito ma sono riuscita a prendere in tardo pomeriggio solo un paracetamolo da 1000, che non so neanche cosa abbia prodotto su un dolore tanto forte. Forse però qualcosa glielo devo riconoscere e comunque limitandomi a quello e 3 Imigran in ottobre mi sento bravissima.

Ieri ho anche pianto tanto, ma forse ho pianto il dolore e non mi sono alzata che per un pranzetto veloce che non mi sono preparata io.

Quindi va detto che:

1. bisogna permetterselo di non prender niente
2. E' una fatica che supera a volte le nostre umane capacità e risorse e energie.

Annuccia Domenica, 02 Novembre 2014 10:03

GRA, in bocca al lupo per il nuovo neurologo! le mie esperienze a Roma a volte sono state deleterie.

mamma_lara Domenica, 02 Novembre 2014 09:47

Margaret, ma stella, soffri troppo, veramente soffri troppo. Ti capisco sai.

paula1 Domenica, 02 Novembre 2014 09:47

Questo mese il ciclo è saltato e non ho avuto sintomi, a parte questa emicrania, ma non si vede nulla ancora....non sono preoccupata.... 😊

si è alzato il ghiro...usciamo...Buona giornata a tutti

gragra Domenica, 02 Novembre 2014 09:47

Beh cronica sono... Credo...

Penso essere anche pronta per una disintossicazione.

il 17 ho l'appuntamento con un nuovo neurologo perchè la mia si è operata 😞

sapete? Magari è bravissimo ma in questi anni quando lo vedevo mi dicevo:"con lui mai!".

Ma magari sbaglio, magari.... 😊

Annuccia Domenica, 02 Novembre 2014 09:45

LARA, quando puoi, dammi l'indirizzo anche a me, se sei vicina a MONICA, non sei vicina a me, ma in qualche modo cerco di arrivare, a costo di prendere un taxi.

mamma_lara Domenica, 02 Novembre 2014 09:45

Annuccia, neppure te lo avevo detto per paura di metterti pressioni, ma sai che se sono lì e non ti vedo sto male. Quando vado a Napoli e il treno ferma a Roma mi sembra di tradirti quando riparto senza aver fatto il possibile per vederti. Troppo bello cara. Poi ti dico dove sono.

Non ci posso credere

Annuccia Domenica, 02 Novembre 2014 09:43

Un abbraccio anche a te cara MARGARET! arginare tutto è dura.

I farmaci per la testa ci rovinano tutto il resto, la psiche in primis.

mamma_lara Domenica, 02 Novembre 2014 09:42

Monica, meno male va che la casa è andata in porto. 😊 Bella notizia questa.

La chitarra è uno strumento difficile da suonare, ma da soddisfazioni, io da ragazzina mi muovevo sempre con lei appresso. Se impari gli accordi poi puoi cantare quando vuoi che hai sempre

l'orchestra a portata di mano. Brava brava. Se hai tempo il 14 potremmo mangiare una pizza insieme, mi sembra tu abbia detto che non sono distante da casa tua.

Annuccia Domenica, 02 Novembre 2014 09:41

LARA, non credere che il 14 non ci sarò , è venerdì!!!!!!!!!!!!!!!!!!!! e come sai sono libera dal lavoro 😊

Annuccia Domenica, 02 Novembre 2014 09:40

Buongiorno a tutti!

Mi sto confondendo un pochino con le nuove arrivate, ma piano piano, metabolizzo . Bene arrivate! posso almeno abbreviare i vostri nomi?

GRA, anche io sono romana.

MARI, buon viaggio e in bocca al lupo per tutto quanto!

MONICA, sono felice per il rogito, così starete più tranquilli! avrei tanto voluto che anche i miei avessero fatto una scelta del genere, quando erano in età per farlo, ma non c'è stato nulla da fare ed anzi, vi dirò di più, l'ultima volta che l'ho detto, papà mi ha risposto che loro erano stabili lì e che quindi noi saremmo dovuti andare ad abitare più vicini a loro, non credo si riferisse a me, visto che la casa non l'ho comprata, ma esisteva già. D'altra parte li capisco hanno tutte le loro comodità.

Margaret Domenica, 02 Novembre 2014 09:39

Buongiorno.Vorrei dire parole di benvenuto e di consolazione ma son messa male. Si stanno cronicizzando gli attacchi di esofagite.Un dolore allucinante, che dura e dura. Benzina, varechina pura dall'esofago in giù.La terapia di attacco fa un baffo per almeno due ore. E poi sale un'ansia pazzesca, ditemi voi..Con questa vi mando un abbraccio forte e a presto

mamma_lara Domenica, 02 Novembre 2014 09:38

Gri, il tuo messaggio mi ha fatto venire in mente il racconto di John BERGER, Una volta in Europa, ed. Bollati Boringhieri "Le donne son tutte belle", l'ho messo sempre nel Forum l'8 marzo Sarai bellissima.

mamma_lara Domenica, 02 Novembre 2014 09:34

Gragra, io ci sono fino alla sera in albergo. Ti mando in privato in quale sono, poi sai tu se è lontano da te o se sei in grado di poter venire fin dove sono.

Cara, il Forum è questo da 12 anni ormai e siamo noi te compresa a farlo così 😊

mamma_lara Domenica, 02 Novembre 2014 09:31

Carissime, lo so che rompo e non poco e immagino lo sappiate meglio di me che se si usano tanti farmaci per il dolore poi si cronicizza il MDT. Quello è il più faticoso da curare e lo dico con cognizione di causa visto che io sono stata la regina dell'abuso.

Perdonatemi se insisto sempre su questo tasto, so che è difficile sopportare, ma alle volte è più la paura che ci spinge ad assumerne così tanti.

E' vero che lo specialista dice di prendere il farmaco ai primi sintomi, questo è vero, ma un giorno ho chiesto al mio "e se ho MDT tutti i giorni posso prendere un sintomatico tutti i giorni?" La sua risposta ovviamente è stata "NO, non si può, assolutamente NO".

Io i sono cronicizzata di tutto e ancora sono qui che lotto.

Scusatemi carissime, poi si sa che ognuna di noi fa quello che può

Susy Domenica, 02 Novembre 2014 09:26

Io sono di Verona...

mamma_lara Domenica, 02 Novembre 2014 09:23

Sono sveglia anch'io la notte, è la grappolo che non mi fa dormire, nell'ultimo periodo era un po' modificata e speravo proprio che stesse andando via. Cerco di non perdere la capacità di saper aspettare, perchè se mi viene la fretta poi non riuscirei a sopportare.

Però un pochino mi ero illusa

paula1 Domenica, 02 Novembre 2014 09:23

Buon giorno a tutti...qui sole...stanotte ho dormito poco e male, ma almeno il dolore alla testa è calato molto...adesso ho quella strana sensazione di un quarto di faccia addormentata, ma va bene così piuttosto del male....

oggi vediamo cosa fare...c'è qualche Tartufesta in giro, ma non voglio stare molto per strada..specialmente sulle vie dei grandi cimiteri, dove ci sarà confusione..in certi posti ci sono i

Vigili per il traffico e gli attraversamenti... 😊

mariparis Domenica, 02 Novembre 2014 09:22

Buongiorno a tutte! Sono in viaggio per Pavia.
Gragra io abito a Roma.
un benvenuto a tutte le nuove arrivate!

mamma_lara Domenica, 02 Novembre 2014 09:19

Buongiorno a tutti.
Arima, ti capisco sai, è una fatica enorme farsi ascoltare dai nostri figli quando diventano adolescenti. Poi il MDT è troppo vicino alle nostre emozioni e cambia un po' anche quella che è la percezione, quindi si fa anche fatica a capire cosa ci possa aiutare. Sappiamo solo che abbiamo tanto dolore e siamo anche spaventati.
Poi tua figlia ha fatto una grande rinuncia e forse sta ancora soffrendo per questo. Va capita, è in un'età che si vorrebbe conquistarla il mondo, mentre lei deve tirarsi indietro.
Ti è già arrivata la password per fare domande ai nostri medici. Se ancora no, dimmelo che vedo di sollecitare.
Forza cara, vedrai che piano piano la faremo star meglio la tua bambina. Ci vuole tempo.

gragra Domenica, 02 Novembre 2014 09:16

Quante abitiamo a Roma?

Susy Domenica, 02 Novembre 2014 09:15

È vero gragra il sole aiuta a star meglio. Da quell'energia che spesso e volentieri purtroppo manca.

Susy Domenica, 02 Novembre 2014 09:12

Leggo con dispiacere che questa notte ero in compagnia. 😞 che posso dire ormai x me il relpax è diventato il mio miglior amico. Io credo che la spossarezza sia dovuta anche dal dolore e dall'ansia che mi provoca il MDT. Comunque a me passa solo con lui quindi.....

gragra Domenica, 02 Novembre 2014 08:40

Cri69

Qui a Roma c'è un sole così bello, anche se con 12°C che te lo vorrei regalare... Porta gioia, speranza, allegria e allevia i pensieri negativi.

Magari avessimo tutte noi giornate così per i mesi a venire, in tutta Italia. 😎

gragra Domenica, 02 Novembre 2014 08:12



Dal cell è difficile scrivere perchè non ricordo più i nomi di chi è intervenuta...
Dopo il secondo risveglio mi sono decisa a prendere difmetrè e per buona pace delle gambe anche il mirapexin.
Poi ho portato giù Baffo il mio gattone che ha approfittato, vedendomi in piedi, per andare a passeggiare nel giardino condominiale (ore 4.00).
Mi ricordo anche io di quando allattavo! Tutto sevizio a tutte le ore 😊
poi stamami è arrivata la notizia che aspettavo da ieri: è passato nella nuova dimensione il papà della mia amica Antonietta. Lui ora sta bene, la figlia no... Alla "morte" si prepara colui che passa, chi rimane soffre... Difficile passaggio è questo, molto troppo difficile 😞
Comunque ci siamo promesse, con un'altra amica di provare a superare i dolori. Bello avere amiche 😊

buongiorno gruppo 😊😊😊

cri69 Domenica, 02 Novembre 2014 07:13

Buongiorno, qui tutto grigio.

Stanotte ero in piedi anch'io con il maledetto 🤮.

Piuttosto che andare al lavoro stamattina mangerei un orso con il pelo 😞

ARIMA come mi dispiace, cisarà una motivazione, deve esserci. Coraggio e tanta pazienza.

Monica Domenica, 02 Novembre 2014 06:11

Benvenuti agli ultimi arrivati. Anche io prendo il relox e non sempre mi da effetti collaterali. Se posso dormire un po' dopo averlo preso il mdt passa prima

Monica Domenica, 02 Novembre 2014 06:07

Finalmente venerdì abbiamo fatto il rogito. Dopo un anno c'è l'abbiamo fatta. Adesso c'è da fare qualche lavoretto e poi i miei suoceri potranno trasferirsi qui. Venerdì ho fatto anche la prima lezione di chitarra. Un po' complicata ma ce l'ha posso fare

Monica Domenica, 02 Novembre 2014 06:04

Simona mi dispiace per il tuo amico

Monica Domenica, 02 Novembre 2014 06:03

Buongiorno a tutti. Gri anche tu già sveglia? A me ha svegliato il suono del telefono di Valerio. Oggi lavora tutto il giorno e stanotte sarà di reperibilità 😞

Gri Domenica, 02 Novembre 2014 06:00

Buona domenica! GRAGRA, spero sia stato l'unico risveglio della notte per il mdt. Io sono al secondo risveglio per latte/coccola/ciuccio (le mie tette fan tutto 😊) di Xavier.

gragra Domenica, 02 Novembre 2014 01:59

Primo risveglio per MDT.

mamma Lara,

il 14 al lavoro ho la visita ispettiva, nn so quando finisce: ma sicuramente entro le 16.00 😊
io lavoro in zona E.U.R. (+/-) . Se mi dici dove è il tuo albergo vedo come arrivare con i mezzi...

l

Tante esperienze tristi leggo nel forum, in questi giorni... Coraggio!

Vedo con gioia che i vostri cuori cantano belle risposte e danno forti sostegni all'unisono. Bello. 😊
provo a riaddormentarmi.

baci e sogni ristoratori per chi dorme, carezze a chi ne ha bisogno.

Gri Sabato, 01 Novembre 2014 23:40

Buona sera a tutti, oggi sono finalmente riuscita a fare il cambio di stagione in tutti gli armadi. ARIMA, mi spiace tantissimo per tua figlia, spero davvero trovino la causa di questo strano mdt fisso. Benvenuti ai nuovi!
Buona notte

arima Sabato, 01 Novembre 2014 22:47

Oggi per mia figlia sono 45 giorni di cefalea continua. Ho letto i consigli dal forum spero di riuscire a farli leggere anche a lei perché a volte mi sembra di impazzire e non so più che fare.

mamma_lara Sabato, 01 Novembre 2014 22:42

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

mamma_lara Sabato, 01 Novembre 2014 22:42

Bene Mariagrazia, allora mi porto dietro il libro.

Buon viaggio per domani. Mi raccomando mandaci tue notizie poi ti chiamo

mariparis Sabato, 01 Novembre 2014 22:38

Lara sono felice di incontrarti giorno14 😊

mamma_lara Sabato, 01 Novembre 2014 21:47

Mariagrazia, dai va che sei stata brava.

mamma_lara Sabato, 01 Novembre 2014 21:45

Paula, sono proprio suonata, avevo capito che facevi la notte.

Spero proprio che ci sia lavoro per Fausto

mamma_lara Sabato, 01 Novembre 2014 21:38

Per l'assunzione o combinazioni di farmaci, sempre meglio parlarne con il proprio specialista, perché noi alle volte pur di far passare il dolore saremmo disposti ad ingurgitare l'impossibile.

mamma_lara Sabato, 01 Novembre 2014 21:21

Susy, grazie a te carissima per aver scelto di far parte del Forum. Sentiti a casa

mamma_lara Sabato, 01 Novembre 2014 21:18

Simona, sei stata bravissima, sei riuscita a lo stesso a controllare i sintomatici. Anche a me serve fare una visita al mio neurologo, ogni tanto. Mi aiuta sentirmi dire che va tutto bene e che posso farcela, ma se non riesco a farcela, lui e l'altra mia carissima specialista, faranno tutto quello che è possibile per farmi stare bene

mamma_lara Sabato, 01 Novembre 2014 21:09

Eccomi. Gragra, sono a Roma solo il 14 novembre, il 15 ho un Convegno che è aperto solo ai medici, così mi hanno riferito.

Se vuoi possiamo incontrarci.

Penso di essere a Roma verso le 14:00, mi riposo un po' poi sono disponibile.

mariagrazia Sabato, 01 Novembre 2014 21:02

Benvenuto a tutti i nuovi iscritti al forum. Spero vi possa essere d'aiuto come lo è stato e lo è con me

mariagrazia Sabato, 01 Novembre 2014 20:49

Buona sera a tutti.

Simona mi spiace x il tuo amico e x voi amici che lo avete perso.

io sono stanchissima. Oggi purtroppo ho dovuto prendere uno zomig. Avevo già un attacco di cervicale e si stava svegliando pure l'emicrania. Così l'ho stroncato sul nascere. Il fatto di non aver preso nulla ad ottobre ha fatto sì che il trip funzionasse subito

paula1 Sabato, 01 Novembre 2014 20:38

SIMONA mi spiace tanto per il tuo amico, ma non giudicarlo per la sua scelta è il minimo per ricordarlo con serenità..... 😊

paula1 Sabato, 01 Novembre 2014 20:37

Buona sera a tutti...giornata di 😞 stamattina al lavoro per chiudere il reparto alla fine abbiamo lavorato fino alle 14.15 con un corri-corri finale e abbiamo anche lasciato indietro 3 camere.....ci pensiamo poi lunedì...è assurdo lavorare così... 😞 poi alle 11 mi è ripartita l'emicrania...credevo di arginarla e invece quando sono arrivata a casa è scoppiata forte e ho dovuto prendere il Toradol..con un protettore gastrico che mi sono ricordata, ma adesso ho un mal di stomaco tremendo...anche perchè ho mangiato schifezze...solita routine 😞😞

Fausto è andato da Luca a prendere alcune dritte per il lavoro e sta rientrando...vuole andare a mangiare una pizza in paese...spero abbiamo qualcosa di leggero...e così esco anche a prendere un po' d'aria.....la testa è leggera e pesante allo stesso tempo....

cri69 Sabato, 01 Novembre 2014 20:07

A me è stato detto di associare al trip un antinfiammatorio,io uso il ketoprofene

Mirella73 Sabato, 01 Novembre 2014 20:01

La neurologa mi dice di prendere subito un integratore dopo (tipo mag 2) ma non fa molto . Sono sempre tentata di sostituire relpax con antidolorifici per evitare quella coda di malessere ma la neurologa non è d'accordo ! La mostra vita purtroppo e ' sempre nell 'indecisione: prendo questo o quello?? E se magari resisto poi passa !!! E poi assillo mio marito con tutti questi dubbi ! Uff :

Simona Sabato, 01 Novembre 2014 19:55

lo prendo almogran..oltre a sentirmi una larva influisce parecchio sull umore... fatico a fare tutto ed in piu lacrima facile...uno schifo. .. se non dovessi andare a lavorare ne farei volentieri a meno

cri69 Sabato, 01 Novembre 2014 19:50

Anch'io del club del relpax,a me occorrono circa 2h perchè faccia effetto.Mi provoca dolore alle mandibole,alla pelle,alla cute,sonnolenza.Il giorno dopo sono uno straccetto.

Susy Sabato, 01 Novembre 2014 19:49

Anch'io prendo il relpax. Si effettivamente mi debilita un pò ma il gioco vale la candela visto che, non sempre ma mi fa passare il dolore.

Piera Sabato, 01 Novembre 2014 19:38

Mirella anch'io uso relpax 40 e quando lo prendo mi sento una larva!!!!

Mirella73 Sabato, 01 Novembre 2014 19:29

Ben arrivata susy. Una domanda a voi: ma quando prendete triptani(io uso relpax 40) non vi sentite una larva? Io se lo prendo la mattina presto mi viene da svenire!

Susy Sabato, 01 Novembre 2014 19:13

eccomi arrivata

Ciao a tutti. Dopo 25 anni di "mal di testa" x la prima volta mi sono iscritta ad un forum. Grazie x avermi accettata. 😊

Simona Sabato, 01 Novembre 2014 18:08

Ottobre l ho concluso con 7 triptani e 16 mdt... ho sforato ma mi sento ugualmente brava... anche luglio è andato male .. quest anno picchia un po di più. .. devo tornare a Pavia, ormai è un anno e mezzo che non mi faccio vedere e seppur io non voglia fare nessuna profilassi una visitina al Mondino credo che sia necessaria...

mamma_lara Sabato, 01 Novembre 2014 17:56

Gragra, a dopo, ora proprio faccio fatica a vedere anche se tappo l'occhio.

mamma_lara Sabato, 01 Novembre 2014 17:55

sta partendo un attacchino di aura. Vado a buttarmi sul divano.

gragra Sabato, 01 Novembre 2014 17:54

Mamma Lara quanto rimani a Roma? Solo il 14? Fammi sapere, se vuoi. 😊

mamma_lara Sabato, 01 Novembre 2014 17:47

Mirella, se ne va sempre un pezzo di vita nostra quando va via una persona cara. Mi spiace carissima. Un abbraccio a te e uno grande a tutta la famiglia.

Io non posso pensare di andare a comprarmi qualcosa, per prima cosa perchè della mia taglia ci sono solo cose orribili. Dovrei dimagrire solo per questo. mahhh.

mamma_lara Sabato, 01 Novembre 2014 17:39

Mariparis, ho ancora qui il tuo indirizzo per la spedizione del libro. Mi ero scordata di spedirlo e ora non so quando andrò all'ufficio postale. Ma te lo spedisco cara, non preoccuparti. Io il 14 di pomeriggio sono a Roma, Monica ha già detto che mi viene a trovare, nel caso le mando l'albergo dove sono alloggiata. Poi lo mando anche a te così se vuoi venire anche tu magari potremmo mangiare una pizza insieme, così ti do il libro di persona. 😊

mamma_lara Sabato, 01 Novembre 2014 17:35

Simona, certo che siete stati bravi tutti. puoi essere contenta di te. Ti voglio bene

mamma_lara Sabato, 01 Novembre 2014 17:32

E' arrivata una nuova amica. Benvenuta Susy

rossana Sabato, 01 Novembre 2014 17:27

SIMONA che tristezza mamma mia.

Pensa solo che avete fatto tutto quel che si poteva.

Un abbraccio anche da qui

Mirella73 Sabato, 01 Novembre 2014 16:34

Buon pomeriggio. Il 6 ottobre e' mancato mio suocero dopo una lunga malattia . Ancora lo vedo di fianco a me. E' come se un pezzo di vita se ne fosse andata con lui. Però ora sta bene. Io ho i genitori lontani, pertanto i miei suoceri sono la mia famiglia. Oltre naturalmente ai miei bimbi e mio marito. Adesso tentiamo il centro commerciale per acquisti autunnali. Helppppp

Simona Sabato, 01 Novembre 2014 16:05

Grazie a tutti... si mi avevano già avvertito che poteva essere lo sprint finale verso il traguardo che ormai era chiaro a tutti... siamo stati bravi, gli abbiamo dato una morte dignitosa..questa è l unica cosa che conta.. un bacio a tutti voi... vi sento vicine e mi fa piacere..

mariparis Sabato, 01 Novembre 2014 15:46

Buon pomeriggio a tutte!
Simona ti sono vicina...

Gri Sabato, 01 Novembre 2014 14:47

Anch'io ho avuto lo stesso pensiero SIMONA, ai miei nonni è successo così. Credo succeda a tutti i malati prima di andarsene. E io sono dell'idea che sia un "dono" per permettergli di salutar bene. Mi piace tanto, ti sono vicina.

mamma_lara Sabato, 01 Novembre 2014 14:26

Simona, anch'io stesso pensiero quando ho letto che stava meglio. E' successo anche alla mamma di Gabriele e altre persone che conosco. Chissà cosa sia, ma succede. Ora non soffre più e spero tu riesca a ricordarlo con gioia.
Lo star male ci sta.
Forza carissima.

nico26 Sabato, 01 Novembre 2014 14:17

Simo quando un amico ci lascia un pezzo di noi momentaneamente muore....ma ricorda e solo per un attimo perche' vivra' sempre con noi e per chi crede ci aiuterà a superare gli ostacoli della vita....Ti sono vicina

feffe81 Sabato, 01 Novembre 2014 14:04

SIMONA mi dispiace tantissimo 😞 per te è un periodo davvero tanto difficile. Ti abbraccio forte forte e ti sono vicina

cri69 Sabato, 01 Novembre 2014 13:46

SIMONA mi dispiace immensamente, ora è in pace.
Avevo pensato anch'io come Piera..succede.
Un abbraccio

Piera Sabato, 01 Novembre 2014 13:18

Simona mi dispiace tanto, quando raccontavi che stava un po' meglio ho pensato subito che era quel "benessere" che molti provano prima della fine, ma non ho avuto il coraggio di scrivertelo 😞 Ora Armando sarà finalmente in pace, ti mando un bacione

Annuccia Sabato, 01 Novembre 2014 12:37

Certo che ne verrai fuori, la vita continua anche se i momenti di dolore, purtroppo, non mancano mai.

Annuccia Sabato, 01 Novembre 2014 12:36

Cara SIMONA, sono con te... 😞 mi dispiace tanto.

Simona Sabato, 01 Novembre 2014 11:54

Stamani ore 8 è mancato il mio amico Armando. ..arresto cardiaco. . 😞😞

ieri mega attacco cin vomito. ..

giornate faticose...ma ne verrò fuori. ..

Buona giornata a tutti

mamma_lara Sabato, 01 Novembre 2014 11:47

Vado che ho ospiti a pranzo 😊

cri69 Sabato, 01 Novembre 2014 11:45

Si si la ns Angelica non è invidiabile 😊

cri69 Sabato, 01 Novembre 2014 11:43



mamma_lara Sabato, 01 Novembre 2014 11:43

Cri, tu vivi proprio male il dover stare da sola, ma sarà che dentro sei ancora una ragazza di 15 anni. Prendi allora il buono da questa cosa. Pensa che io a 15 anni mi sentivo di averne 60. E non immagini quante volte ne avrei voluto avere 90 quando avevo quella età.

I cambiamenti che hai fatto, te li sei guadagnati tutti con grande fatica, lasciatelo dire. Questo è un momento difficile per tutti. Poi non prenderlo come un problema questo che stai vivendo, ma potrebbe essere un momento di passaggio.

Oggi mi sa che c'è la piangiarola e fare qualcosa contro voglia non giova, non giova no.

Pensa che c'è chi è messo peggio di te, ma hai visto come sta male la nostra amica. Guarda qui [Mostra](#)

mamma_lara Sabato, 01 Novembre 2014 11:29

[L'halloween di certe signore](#)

cri69 Sabato, 01 Novembre 2014 11:27

LARA il motivo è presto detto, la mia testa. Stavo scrivendo qui e stavo benino, l'attimo dopo dolore intenso, nausea, un braccio che non lo sentivo più e di mio avevo già mds (nuovo? schiena) e occhio gonfio che lacrimava.

Stamattina sono uno straccetto e sto cercando di fare tutto, con calma.

Poi il mio ciccino è ripartito per Vr e ovviamente vuoi che non 😞? Sembra vada in guerra 😞. E' una settimana che non ci vediamo se non a colazione. Io mi devo arrangiare in ogni cosa, ci sono cose dove io non riesco ma, non c'è. Mi manca ed io mi sento sola. Uffa di nuovo 😞. Sembro una ragazzina di 15 anni ma ne ho un pò di più, non riesco a gestirmi. Ho già fatto tanti cambiamenti, mi impongo un sacco di cose. A sua discolpa devo dire che si sta impegnando anche lui ed evidentemente il problema è proprio mio. Uffa uffa e stra uffa, cerco di darmi un contegno, vado a pranzo dai miei anche se non ne ho voglia.

Scusate ,oggi va così 😞

mamma_lara Sabato, 01 Novembre 2014 11:25

Piera, ti faccio vedere una foto di Halloween. poi guai al primo che pensa sia autobiografica 😄😄
Vedo se riesco a metterla

mamma_lara Sabato, 01 Novembre 2014 11:22

Maya, hai fatto talmente tante cose in un giorno che a me sarebbe servito una settimana per farne la metà.

Sei proprio brava

mamma_lara Sabato, 01 Novembre 2014 11:20

Rossana, ma quanto è dura anche la tua vita, sei sempre in battaglia con le tue ossa oltre che con la tua testa.

Se premiassero la forza direi che a te dovrebbero dare l'Oscar.

Cuocere le zucchine invece che piangere mi sembra un'ottima cosa.

mamma_lara Sabato, 01 Novembre 2014 11:16

Paula, non sappiamo come è andata la notte 😞

mamma_lara Sabato, 01 Novembre 2014 11:15

Gri, Forza carissima.

mamma_lara Sabato, 01 Novembre 2014 11:12

Gragra, quando vivo sola accendevo il computer anche di notte. In questa casa non lo faccio perchè non avendo gli scuri alle finestre del piano terra non mi voglio far vedere come sto messa. Giro per casa sempre a luci spente, tanto ci vedo lo stesso dove metto i piedi.

Poi sentiti di scrivere alle ore che ti pare, non è mai brutto ricevere il buongiorno. 😊

mamma_lara Sabato, 01 Novembre 2014 10:57

Feffe, per me invece l'orario solare è l'ideale, sento che si sono ripristinati i ritmi.

Scappo che è arrivato Gabriele con la spesa del mercatino "contadino"

mamma_lara Sabato, 01 Novembre 2014 10:53

Nico, non oso immaginare una banda di bambini scatenati. Il cambio della stanza ha fatto bene a loro ma anche a voi. 😊

Enza e le amiche quando escono, mettono i bimbi in un tavolo da soli e lasciano gestire tutto a loro la cena. Questo sembra funzionare, rimangono buoni e gestiscono il menu senza mai interpellare i genitori. Certo che il cameriere non serve vino, ma per il resto hanno carta bianca. Magari fare dei tavoli dove gestiscono le loro cosine, chissà che non funzioni anche da voi. Ottimo l'invito della serata

mamma_lara Sabato, 01 Novembre 2014 10:49

Bisogna proprio impegnarsi per non farci andare male questa vita. Vediamo di eliminare le piccole briciole

mamma_lara Sabato, 01 Novembre 2014 10:48

Cri, mi spiace per la serata, però ho potuto vedere ieri sera che ci sono volte che vogliamo proprio farcela andar male e ci attacchiamo a tutto pur di trovare questo pretesto. Di certo tu avrai avuto ottimi motivi, ma guardiamo ben dentro ai motivi. Scusami cara. Poi ti dico 😊

mamma_lara Sabato, 01 Novembre 2014 10:46

La mia serata è andata bene, tanto MDT ma solo Gabriele sapeva come stavo. Oggi ho un bel da fare, ma piano piano passerà anche questa giornata. Non so se stanotte ho disturbato Stefano. Spero di no, non si è lamentato. 😞

mamma_lara Sabato, 01 Novembre 2014 10:43

Mirella, Ma dai, sembri una bimba tu e hai due bimbi. Immagino siano super carichi. Il nostro forum è fatto in un modo abbastanza anomalo, come vedi non ha argomenti. Questo va sfogliato come se fossero le pagine di un libro e la pagina due invece di raccontare il futuro racconta il passato, ieri o altri giorni succeduti ancora prima. Senza argomenti, siamo "costretti" a ripetere le frasi e le parole e se è vero che ripetere aiuta, noi abbiamo preso alla lettera questa frase. Ripetere serve e serve anche leggere ciò che scriviamo. Questo lo abbiamo potuto vedere in alcuni messaggi che ho messo da parte dove è ben visibile quanto siano diversi i nostri scritti dopo anni che scriviamo in questo forum. Porta pazienza a potrai notare tu stessa i benefici che possono arrivare dalla condivisione. Non immagini cara quante volte mi abbiano rimessa in piedi i messaggi di chi ha scritto qui. Spero anch'io che la tua giornata prenda una piega migliore.

mamma_lara Sabato, 01 Novembre 2014 09:52

Scusate, sono al telefono. Arrivo subito

mamma_lara Sabato, 01 Novembre 2014 09:52

Buongiorno a tutti.

Ho gli uomini di casa a fare un giretto.

E' arrivato anche il fratello di Gabriele, così hanno formato un bel trio 😄😄

Mirella73 Sabato, 01 Novembre 2014 09:46

Buongiorno a tutti. Sveglia alle 5 con dolore pulsante . Cerco di resistere e spero la giornata prenda una piega migliore! In compenso i miei 2 bimbi di 7 e 4 anni sono super carichi !!!

cri69 Sabato, 01 Novembre 2014 08:41

Buongiorno, buona domenica 😊 .

Cominciamo con una risata perchè la serata è stata pessima, vediamo oggi come butta , intanto ho ancora l'occhio gonfio 😞

nico26 Sabato, 01 Novembre 2014 08:09

Beh...buongiorno a tutti/e e anche alle nuove iscritte !!! Io sono Daniela dalla prov. di Modena e soffro di emi muscolo tensiva con periodi di aurea piu' o meno pesante. Ragazze ieri sera e' andata bene al rist. e pensate che che visti i monelli un tavolo con 10 prsone ha cambiato sala vistocome erano tranquilli 😊 . Ci pensate se erano da me??? 😞

Ed anche stasera ci hanno iinvitato a casa di un amico di Nico ciliaco a cena.E mi sembra un sogno!!! Ora vado a fare qualcosina!!!A dopo e speriamo senza il maledetto.

feffe81 Sabato, 01 Novembre 2014 07:21

Buongiorno a tutti! Questa volta ancora non mi abituo all'orario nuovo e continuo a svegliarmi un'ora prima al mattino.

MAMMALARA spero che la tua cena non sia stata troppo pesante...e non nel senso calorico del termine!

ROSSANA 🙄 non so nemmeno bene cosa dirti uffa

gragra Sabato, 01 Novembre 2014 06:05

Buon 1 novembre.

Se non riesco a dormire (ma ora è colpa delle gambe 😊) è meglio mandarvi i saluti già di prima mattina (alle tre pareva brutto 😊)