

mamma_lara Domenica, 30 Giugno 2019 09:20

Nico, verranno a cercare un po' di fresco nell'acqua le persone che sono in coda. Io purtroppo non ce la farei a buttarmi nell'acqua così fredda. Le volte che sono andata in piscina ho patito troppo. Anche adesso faccio la doccia con l'acqua caldissima. Gabriele dice che ho qualcosa che non va 😊

mamma_lara Domenica, 30 Giugno 2019 09:18

Buongiorno a tutti.

Sto sistemando dei documenti, devo farlo altrimenti non trovo più nulla e con i diversi impegni che ho devo tenere in ordine bene le cose se voglio trovarle.

nico26 Domenica, 30 Giugno 2019 08:58

BUONDI' A TUTTI NOI MENTRE GUARDO FUORI LA FIL ADAL CANCELLO ANCORA CHIUSO PER CENTRARE IN PSCINA....IO PERO' HO GIA' FATTO LA CAMMINATA QUESTA MATTINA PER CUI STO BENE.!!AVANTI PURE....VI ABBRACCIO

mamma_lara Sabato, 29 Giugno 2019 08:43

Nico, l'altro giorno ho fatto la foto al termometro che ho nel cortile di casa mia, nonostante sia posizionato all'ombra sempre misurava quasi 43 gradi. Un bel calduccio di cui non mi lamento, ma del resto essendo un cortiletto interno circondato da case anche in pieno inverno è protetto dal grande freddo.

Per la nostra Italia penso che nonostante gli amministratori facciano del loro meglio per distruggerla, rimane sempre il posto più bello del mondo anche per me

mamma_lara Sabato, 29 Giugno 2019 08:39

Willy, mi spiace tantissimo per il MDT e hai ragione che un po' aiuta il poter andare al lavoro quando vuoi, ma so bene che sarà comunque una giornata abbastanza faticosa anche se tu potessi stare a casa.

Per il fresco dovrei dirlo a Gabriele, lui patisce molto il caldo, infatti lo obbligo a stare in casa nelle ore più calde.

nico26 Sabato, 29 Giugno 2019 08:15

Buondi a tutti noi il rientro dalle vacanze in Croazia. Che dire.... lo amo la nostra Italia e quindi tutto il resto viene in secondo piano, ma i posti sono stati molto belli e così pure la compagnia. Che dire di questo caldo che ci devasta? Bisogna stare veramente attenti x la salute. Un abbraccio e inizio a fare lavatrici 😊

Willy Sabato, 29 Giugno 2019 06:42

Buona giornata a tutti, la mia è iniziata come spesso succede, pazienza oggi posso andare in ufficio quando voglio, si rimedia, emicrania passerà . Al mattino presto in cortile c'è una bella aria fresca che in questo periodo non guasta. Ieri sera sono andato a cena qui vicino a Febbio e con la maglietta non si resisteva all'aperto, troppo fresco, avrei voluto dividerlo con quelle di voi che in questi giorni non hanno tregua dal caldo soffocante.

mamma_lara Sabato, 29 Giugno 2019 06:13

Buongiorno a tutti. Sono in piedi da un po'. Gabriele si lamenta che dormo poco, mentre invece ho la sensazione di dormire parecchio. Torno alle mie incombenze. A dopo. Vorrei per voi una bellissima giornata ❤️

mamma_lara Venerdì, 28 Giugno 2019 20:34

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

mamma_lara Venerdì, 28 Giugno 2019 20:34

Questa sera faccio un po' di compagnia a Gabriele, è un bel po' che non passo una serata con lui.

mamma_lara Venerdì, 28 Giugno 2019 20:32

Paula, anche qui fa abbastanza caldo. Io resisto ma sento che il fisico non lo gradisce. Ma farà quello che vuole, io sto bene così, aspettavo questo caldo da settembre dello scorso anno. Ora me lo godo. Però capisco che a tanti possa dare fastidio.

Si ha sempre un bel da dire che c'è chi sta peggio, ma bisogna anche dire che alle volte si vorrebbe stare senza preoccupazioni per un po' di tempo in più. Il fatto è che non fai in tempo a finire una preoccupazione che se ne aggiungono altre e ci si stanca proprio.

Ti capisco e penso anche di non essere la sola a capirti.

Meno male che qui ci si può anche lamentare, altrimenti sarebbe ben una bella tristezza doversi tenere tutto dentro.

paula1 Venerdì, 28 Giugno 2019 11:02

Buon giorno a tutti...qui veramente molto caldo...e non oso pensare in città...tra poco scendo per lavorare...ieri ero di riposo...la testa è delicata e anche l'altro pomeriggio ho dovuto prendere l'Oki...in casa ho sempre il ventilatore attaccato...sono giù di morale per vari motivi anche se so bene che alcune persone stanno peggio... 😞 però a volte penso che meriteremmo di stare un po' rilassati, ma bisogna fare sempre i conti con tante cose e imprevisti.....dove lavora Fausto non è così tranquillo...oggi si dimette un direttore che teneva le fila dell'azienda e tutto andava per il meglio...il titolare invece è un pazzo scatenato e così non si sa bene come proseguiranno..... 😞 😞 per le vacanze al momento abbiamo accantonato alcune località, perchè ti spennano vivo...e io non ritengo giusto che in un mese vogliano guadagnare quanto un anno...non abbiamo tutti le stesse possibilità, ma un po' di stacco ci vorrebbe...uffffffffiiii

mamma_lara Venerdì, 28 Giugno 2019 09:39

Guardate questo video

<https://www.sanitainformazione.it/salute/vivere-con-lemicrania-rapporto-censis-ne-soffrono-2-italiani-su-10-e-6-pazienti-su-10-chiedono-migliore-formazione-dei-medici/>

mamma_lara Venerdì, 28 Giugno 2019 09:00

Cris, sopportare il MDT con il caldo è più difficile che sopportarlo quando è freddo.

Bisognerebbe avere il condizionatore che tolga almeno l'umidità. In camera da letto noi ne abbiamo uno e anche se la temperatura è sempre al di sopra dei 28 gradi e alle volte arriva anche a 29 ma si sta bene lo stesso e io mi copro anche con il lenzuolo, mentre invece Gabriele è sempre tutto scoperto con addosso solo i boxer (slip)

Cris83 Venerdì, 28 Giugno 2019 08:57

Margaret mi dispiace molto per la tua amica 😞
un abbraccio

Cris83 Venerdì, 28 Giugno 2019 08:56

molto interessanti gli articoli.. finalmente non le solite cose, con i classici luoghi comuni come la cioccolata il vino, il non dormire e altre mille cavolate, come se fosse un mal di testa che passa in 5 minuti con un oki. 🤢 🤢

"esistenza sottovaluta e dolorosa" e "una vera e propria malattia con precise basi biologiche e, in caso di cronicità, di una malattia responsabile di attacchi per oltre 14 al mese" 😊 😊

Cris83 Venerdì, 28 Giugno 2019 08:49

Buongiorno,

che forno ragazzi!! io questo caldo lo odio profondamente! non riesco a fare nulla e sudo anche a stare ferma.

ho avuto due giorni da incubo. emicrania da non riuscire ad alzarmi dal letto. ieri meglio e anche oggi. speriamo duri.

mamma_lara Venerdì, 28 Giugno 2019 07:15

Buongiorno a tutti.

Ieri sera ho dovuto mollare un po' perchè nonostante io stia troppo bene con il caldo, probabilmente il mio fisico non la pensa come la mia mente.
Inutile che ve lo dica ma mi stanco il doppio a fare tutto.
E se io mi sento così non oso immaginare a come possiate sentirvi voi.
Riposatevi e tenete la testa al fresco se potete

mamma_lara Giovedì, 27 Giugno 2019 20:33

Annuccia, io a Roma farei un bel po' di fatica ad abitarci. Però pensa anche alle meraviglia che ti circonda. Abiti nella città più bella del mondo.
Monica è giovane ma ogni volta che la vedo sembra ringiovanisca.
Dai va, meno male che Andrea a trovato lavoro.

mamma_lara Giovedì, 27 Giugno 2019 20:30

Monica, per forza ci siamo riconosciute tardi nella nostra malattia, penso che "qualcuno" si debba fare delle domande.
Anche ora sai quanti medici che ci dicono che la causa del nostro MDT è la cervicale.
Certo che ieri è stata proprio una bella giornata.
Grazie cara per essere stata presente.

Annuccia Giovedì, 27 Giugno 2019 14:24

Anche il mio Andrea ha trovato lavoro a Parma, quindi "fuori due"!!!! sono tanto tanto triste, ma quando ho letto i messaggi di MARGARET mi sono sentita un verme triste. So cosa significa vivere in balia di questo "male" ma quando si arriva alla fine c'è solo da piangere e, come dice Margaret, tanto silenzio per tanto dolore. Vi abbraccio forte tutti.

Annuccia Giovedì, 27 Giugno 2019 14:22

Cara LARA, grazie per le notizie. Avere in minima parte collaborato mi fa tanto piacere.
Per quanto riguarda noi che abitiamo a Roma ... che dire... è veramente tanto tanto difficile. Ed io un pò fuori di testa ci sono. Parlo per me non per MONICA che è ancora una "giovincella"!

Monica Giovedì, 27 Giugno 2019 10:00

Buongiorno a tutti. È stato bello ieri incontrare Lara e partecipare al convegno. Anche io ho notato un interesse profondo da parte delle istituzioni verso il riconoscimento della cefalea quale malattia e non solo sintomo. Mi sono poi stupita nel vedere l'alta percentuale di cefalalgici che non si riconosce come tale, se non dopo anni.

Anche io d'altra parte ho capito di soffrire di emicrania verso i 30 anni, dopo circa 20 anni di mdt. E proprio grazie ad Uno mattina! Ricordo ancora che lo stavo guardando con Valerio quando hanno mandato in onda l'intervista con la prof. Cerbo del centro cefalee dell'Umberto I.
Valerio si gira verso di me e mi fa "tu soffri di emicrania". Io non ci avevo mai pensato, avevo sempre considerato il mdt un sintomo senza rendermi conto che chi mi stava intorno e faceva le mie stesse cose, poi non aveva mdt

mamma_lara Giovedì, 27 Giugno 2019 07:34

Poi sono state usate parole che noi abbiamo scritto fin dai primi anni.

mamma_lara Giovedì, 27 Giugno 2019 07:31

Margaret, per me quello che ho sentito ieri è stato come se fossero medicate ferite vecchie di decenni. E che stiano zitti tutti quelli che hanno consigli da darci.

mamma_lara Giovedì, 27 Giugno 2019 07:30

Margaret, mi sembrava che anni fa tu avessi parlato di una persona con questo male che purtroppo non lascia scampo.
Quanta ragione hai.
Quali parole dire.
Quanto dolore avrà nel cuore questa persona e non solo per la sua giovane età.
Grazie per il tuo scritto perchè mi fa sentire una persona fortunata.
Grazie carissima ♥

Margaret Giovedì, 27 Giugno 2019 07:24

Sono contenta Mamma LARA di questo progresso riguardo la nostra malattia e la condizione in cui ci costringe a vivere. Proprio oggi avrei dovuto cominciare con la prima iniezione della cura, la neurologa

mi ha scritto ieri pomeriggio, ma appunto, sono in partenza. Sto aspettando che mi dia un nuovo appuntamento, spero già lunedì..Ora mi preparo, vi abbraccio e mi tengo in contatto

Margaret Giovedì, 27 Giugno 2019 07:21

Oggi ho il cuore molto pesante..Torno da un'amica mia coetanea che è ricoverata alle cure palliative, ieri sono stata da lei e con la sua mamma e ha due ragazzi splendidi e un marito disperato, ma disperata è lei anche se la sua dolcezza, pazienza e il sorriso che sempre sbucca tra le lacrime, e il suo chiedere ancora tempo mi struggono. Scendo con la valigia e la metto in ufficio perchè sono in partenza per Prato al congresso proprio sul fine vita e cure palliative. Di fronte al dolore si deve solo tacere. Sto cercando che lei mi dia un appiglio per poterla aiutare a "lasciare andare", evverrà con me una collaboratrice storica del nostro servizio, perchè vorrei lasciarla in buone mani. Io torno lunedì e non so se la rivedrò. Scusate questo mio scritto ma avevo bisogno di dirvi come sto e perchè..

mamma_lara Giovedì, 27 Giugno 2019 07:20

Peccato non avere video

mamma_lara Giovedì, 27 Giugno 2019 07:19

Ieri ne hanno parlato in modo chiaro che l'emicrania è una malattia e non l'ho detto io ma i Professori presenti.

mamma_lara Giovedì, 27 Giugno 2019 07:18

Margaret, anch'io ho fatto lo stesso pensiero. E sappi che questo è merito di chi ha partecipato alla ricerca CENSIS

Quindi grazie a voi tutti. ♥

mamma_lara Giovedì, 27 Giugno 2019 07:16

Questa mattina a Uno Mattina c'è il Prof. Barbanti

Margaret Giovedì, 27 Giugno 2019 07:15

Buongiorno a tutti. LARA, grazie e non è ancora abbastanza, ti strizzo di abbracci. Finalmente leggo che l'emicrania è una malattia con precise basi biologiche, etcc.. 🤔 Mi stampo gli articoli così quando qualcuno mi verrà a dire "senti il tempo" .. 🤔

mamma_lara Giovedì, 27 Giugno 2019 07:07

https://www.repubblica.it/salute/medicina-e-ricerca/2019/06/26/news/l_esistenza_dolorosa_e_sottovalutata_degli_emicranici-229711564/

mamma_lara Giovedì, 27 Giugno 2019 05:07

Buongiorno a tutti.

Stanotte ho fatto un po' fatica a dormire, quando è troppo è troppo e stavolta è troppa l'emozione che ho nel cuore dopo quello che ho sentito ieri.

Qualcosa sta cambiando e in meglio per fortuna.

Ho un bel po' di cose da fare e non ho molto tempo, mi dovete perdonare.

Mi sono alzata per tempo perchè non voglio fare mancare il pane a Gabriele e a quello serve un bel po' di tempo.

A dopo, ora vado a vedere la posta che è sempre tanta.

mamma_lara Mercoledì, 26 Giugno 2019 21:39

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

mamma_lara Mercoledì, 26 Giugno 2019 21:38

http://www.censis.it/welfare-e-salute?fbclid=IwAR0qKacCiCmorVQyj9tX5FuUfJA6_b7bjSZD-XYG6ICvVOo90gw8p1kZWn38

mamma_lara Mercoledì, 26 Giugno 2019 21:38

https://www.lasicilia.it/news/salute/257477/salute-censis-emicrania-paraliz-za-7-pazienti-su-10-7-anni-per-diagnosi.html?fbclid=IwAR3ZPCxfkb555ly6O72yJ_Vut3G49NHaj2doHET7X4GxTAh-aiO_94nE4U-w#.XRO8vOkAT1A.facebook

mamma_lara Mercoledì, 26 Giugno 2019 21:37

<https://www.pharmastar.it/news/dolore/emicrania-una-patologia-al-femminile- invalidante-eppure-ancora-sottovalutata-ricerca-del-censis--29814?fbclid=IwAR2HdPaMm6vKcVvIWispWQCU64wc3ykyVNOB89a7Kg6LUHwaMRhsbMirLY>

mamma_lara Mercoledì, 26 Giugno 2019 20:41

Ora vado a sistemare la posta che ne ho un bel po'.
Poi Gabriele deve sistemare un paio di cosette per domani e gli devo dare una mano.

Annuccia e anche tu Monica, mi chiedo come fate ad abitare a Roma.
Io sarei fuori di testa. La città è una meraviglia unica, ma troppo troppo caotica per me. Siete bravissime.

mamma_lara Mercoledì, 26 Giugno 2019 20:39

Feffe, ho fatto una intervista, ma l'ho detto che per questo devono chiamare te. 😊

mamma_lara Mercoledì, 26 Giugno 2019 20:36

Buona sera a tutti. Sono tornata a casa un po' più tardi di quello che prevedevo. Il treno è partito in ritardo e durante il viaggio ha perso ancora un po' di tempo così mi ha fatto perdere la coincidenza per Ferrara. nessun problema perchè ho attaccato bottone con una giovanissima ragazza che si occupa di volontariato.

Ora ho sistemato il lievito per il pane che devo fare a Gabriele domani così maturerà tutta la notte in frigo e domani sarà giusto giusto per lievitare per bene il pane.

Annuccia, a me è piaciuto tantissimo il lavoro del CENSIS, finalmente una fonte autorevole ha fatto una indagine alla quale moltissime di voi hanno partecipato e il risultato mi è piaciuto, perchè finalmente le notizie non sono state manipolate e hanno sorpreso un po' tutti.

Almeno questa è stata la mia impressione. Ma come ben sapete io sono di parte, quindi aspetto Monica che dica la sua. Intanto nel sito del CENSIS c'è un articolo. Ho messo il link con un paio di foto che mi ha fatto il Prof. Barbanti nella mia pagina facebook.

Mi sono piaciute tantissimo le parole che hanno detto i Professori presenti. Anche loro non hanno minimizzato e hanno detto parole che mi hanno confortato.

Sembra slitti a dopo le ferie estive l'approvazione al Senato del Riconoscimento. Sinceramente speravo fosse più veloce la cosa, ma spetteremo i tempi della politica 😞

Annuccia Mercoledì, 26 Giugno 2019 16:03

Buon pomeriggio a tutti! LARA, dai notizie, quando potrai.....
MARGARET, un pò di "sana" solitudine fa bene, hai ragione.

feffe81 Mercoledì, 26 Giugno 2019 09:11

MARGARET nel mio caso ho identificato qual è il "punto di non ritorno": io ho sempre prodromi (anche prima che inizi il dolore) e quando sento che aumenta tutto oltre un certo punto, allora prendo il triptano. Se aspetto che il dolore sia forte, allora per me è troppo tardi...

Margaret Mercoledì, 26 Giugno 2019 08:17

FEFFE, è vero. Lo prendo sempre quando il dolore è già molto presente perchè spero con ghiaccio e cannabis di risolvere almeno il grosso, invece mi ha fregata. Ho aggiunto il ketoprofene e ora meglio anche se non bene. Devo andare al lavoro per forza perchè domani parto per Prato di nuovo dfino a domenica

feffe81 Mercoledì, 26 Giugno 2019 07:57

MARGARET quando il triptano fa cilecca non è bello per niente! Magari puoi valutare se cambiare triptano? O se associarlo ad altro farmaco tipo ketoprofene/paracetamolo? Oppure valutare se prenderlo prima nei casi in cui hai prodromi? (Pare che ieri sera già avessi dolore)

In ogni caso è sempre una questione di probabilità se funziona o no 😞

feffe81 Mercoledì, 26 Giugno 2019 07:54

LARA fai buon viaggio! Spero che l'incontro sia proficuo 😊

nico26 Mercoledì, 26 Giugno 2019 07:37

Un buona giornata a titti/e noi e buon viaggio Lara 😊

francesca63 Mercoledì, 26 Giugno 2019 06:16

Salve a tutti.

LARA grazie infinite. Buon viaggio.

Buona giornata a tutti.

mamma_lara Mercoledì, 26 Giugno 2019 05:51

Buongiorno a tutti. Sto partendo e scrivo ora perchè sapete che in treno se solo leggo qualcosa vomito anche quello che ho mangiato a Natale.

Margaret, spero proprio che tu possa stare meglio e mi raccomando, continua a fare le sedute sul divano davanti alla tv quando sei da sola. Dovresti farlo più spesso. Poi quando torno dirò meglio.

A presto Monica. Grazie per essere ancora una volta presente.

Scappo.

Vi voglio bene ♥

Margaret Mercoledì, 26 Giugno 2019 04:21

Sono sempre io..Svegliata alle 4 con dolore..il trip ha fatto effetto solo un pochino e adesso è ripreso tutto.Penso proprio che l'ansia sia dovuta proprio a questo: il timore fondato che il trip e compagnia non facciano effetto. 😞

Margaret Martedì, 25 Giugno 2019 20:07

Ora esco con Grappa e provo a tirarmi dietro il povero Frodo che bene non sta, anzi..Se continua a peggiorare si dovrà prendere la famosa decisione insieme alla nostra veterinaria. Spero il più in là possibile 😞: La testa stasera ha iniziato in sordina e ora picchia, non drammaticamente ma sento abbastanza dolore. A domani e buona notte a tutti

Margaret Martedì, 25 Giugno 2019 20:04

Bene, per il resto grazie mamma LARA che ti sei scatenata, perchè è un attimo mettere in giro falsità a danno della salute altrui..Io sto facendo richiesta per la terapia monoclonale, perchè oltre alla frequenza, i miei attacchi sono molto ma molto aggressivi, un dolore severo che si presenta anche improvvisamente, con prodromi che non riconosco. Ci vorrà tempo, ma la neurologa sta in contatto con me. Vediamo

Margaret Martedì, 25 Giugno 2019 20:01

Buonasera..ANNUCCIA, ti invidio la solitudine..Quella volta o due all'anno forse che mi capita di stare 12 ore da sola solissima a casa(il massimo..) ne approfitto in modo infantile, perchè potrei dedicarmi a sistemare un sacco di documenti per esempio nel mio pc, recuperare qualche faccenda da sbrigare e invece.. Faccio spola tra il letto e il divano con ciotole di schifezze da sgranocchiare e mi guardo le cose più idiote e vacue e inutili alla tv facendo uno zapping isterico, compresi gli occhi fuori dalle orbite e il sorrisino mellifluo. Da notare che io la tv non la guardo mai e dico mai..per me non esiste..Alla fine di una giornata così cominciano i rimpianti..Se avessi fatto..Se fossi andata..Se..avessi letto..

mamma_lara Martedì, 25 Giugno 2019 17:57

Ora stacco.

Scusate se vi trascuro un po'.

mamma_lara Martedì, 25 Giugno 2019 14:23

Poi sinceramente penso anche altre due cose riguardo al messaggio lasciato dalla signora nella pagina Al.Ce.

Però non le dirò mai per iscritto e neppure al telefono.

mamma_lara Martedì, 25 Giugno 2019 14:20

Annuccia, certo che mi scatenò. Avesse detto che lei non lo può fare perchè ha un tipo di cefalea non trattabile con quella cura mi sarebbe andato bene. Ma dire che questo farmaco ha troppe controindicazioni è una bella balla che nessun Neurologo SERIO direbbe.

Staremo a vedere cosa dice lei e anche il medico che l'ha in cura.

Poi immagino anche che sia una bella gatta da pelare per chi deve rispondere, ma staremo a vedere gli

sviluppi.

Mi spiace che tu sia sola, ma sappi che non ti succederà niente.

Annuccia Martedì, 25 Giugno 2019 14:11

A proposito del terremoto, anche noi lo abbiamo sentito. Roberto la prossima settimana sarà al mare con Enrico e Tommi, io resto da sola, spero di non prendermi qualche accidente in solitudine..... capirai fifona come sono...

Annuccia Martedì, 25 Giugno 2019 14:08

CRIS83, Michele si è tolto il pensiero, speriamo in una rapida ripresa

Annuccia Martedì, 25 Giugno 2019 14:08

MARGARET, avevo letto anche io.... hai scatenato LARA che figuriamoci arriverà presto a capire e chiarire 

Annuccia Martedì, 25 Giugno 2019 14:07

Buon pomeriggio a tutti!

Bel disastro il tempo ha provocato! avevo capito di qualcosa di serio perchè andrea ha avuto problemi a rientrare con il treno ad alta velocità.... è dovuto andare con il pullman a Reggio Emilia città... insomma disagi, ma non immaginavo dei tanti danni provocati per la grandine. Il tempo è impazzito e c'è da avere paura. Siamo nelle mani del destino

Margaret Martedì, 25 Giugno 2019 10:51

Però ho visto che è meglio se mi chiami sul cellulare perchè sto uscendo dall'ufficio.

Margaret Martedì, 25 Giugno 2019 10:06

Buongiorno..LARA ti scrivo adesso una mail

mamma_lara Martedì, 25 Giugno 2019 08:08

Margaret, non commento perchè parterei a piedi se potessi fare giustizia per quello che è stato detto. Ma ho già spedito tutta la conversazione e anche il link del messaggio. Sentiamo cosa dicono.

Non credere ad una parola di ciò che ha detto sta tizia.

Anzi, potresti mandarmi il tuo numero di telefono perchè avrei bisogno di parlarti di una cosina. Poi mi chiami tu se vuoi quando hai un minuto oppure mi dici quando posso chiamarti io

mamma_lara Martedì, 25 Giugno 2019 07:41

Trovato

mamma_lara Martedì, 25 Giugno 2019 07:37

Vado a cercare il nome di chi ha messo il post e se è quello che penso io so già chi ha pronunciato quelle parole. In quel caso non finisce qui

mamma_lara Martedì, 25 Giugno 2019 07:35

Buongiorno a tutti.

Sono nera.

Ieri sera non ho potuto leggere perchè impegnata con una cena.

Ora leggo meglio poi scrivo.

Intanto Margaret se volessi mandarmi il link della tipa che parla di effetti collaterali mi faresti in un grande favore così la sistemo.

Sicuramente ha un "mandante" e voglio andare a fondo a sta cosa. Intanto in privato mi deve fare il nome di chi è questo qui visto che dice essere del Mondino.

E farò segnalazione per vedere se è vero.

Poi ne dirò ancora ma ora voglio leggere bene perchè sono veramente nera.

Certo che ho un pensiero, ma non è che posso dirlo qui.

Però chi sa una storia e la conosce bene avrà già immaginato da dove possa provenire il

tutto.        

francesca63 Martedì, 25 Giugno 2019 06:20

Salve a tutti.

Per questi anticorpi monoclorali un effetto che si è verificato e la comparsa di anticorpi contro l'anticorpo somministrato.

In alcuni pazienti si è verificato. Comunque non hanno neutralizzato l'anticorpo stesso.

L'unico effetto collaterale credo sia il costo.....

Willy Lunedì, 24 Giugno 2019 22:57

Ragazze ho finito i primi tre mesi di somministrazione del vaccino monoclonale e non ho avuto nessuna controindicazione o complicazione. Aspetto fine mese per fare il punto degli attacchi di emicrania di aprile maggio e giugno, vi anticipo comunque che sono in calo rispetto a quelli antecedenti al vaccino, non dimezzati ma quasi. Se usciranno complicanze, non so quanto saranno così gravi come avere 25 notti di continui attacchi e la mattina andare a lavorare, come capitava a me e a tanti altri sfortunati amici di sventura. Forza Margaret tieni duro.

paula1 Lunedì, 24 Giugno 2019 20:40

CRIS83 sono contenta che per Michele sia andato tutto bene....e che hai potuto dedicare anche del tempo a Chiara.....

MARGARET per me sei sempre una forza.....

MONICA siccome in questo periodo mi stanno capitando delle buffe coincidenze....non è che il titolare di Valerio o un concorrente è qui a Bologna a fare la protesi di ginocchio? 😊😊😊 ci ho parlato

stamattina di "tanatoprassi".... 😊😊😊

paula1 Lunedì, 24 Giugno 2019 20:37

Buona sera a tutti...qui super caldo...dove abito io sabato non ha fatto nè grandine nè danni...a Bologna invece, in particolare nella zona dove lavoro, ha rovinato parecchie auto (anche di colleghi che erano al lavoro) e altro...vetri, tapparelle, ecc....noi siamo scesi dopo le 18 per andare a Castelfranco Emilia e per fortuna era passato tutto...il concerto comunque era al coperto ed è stato grandioso... 😊 ieri ero a lavorare invece...

Margaret Lunedì, 24 Giugno 2019 20:36

Grazie FRANCESCA63!

francesca63 Lunedì, 24 Giugno 2019 20:03

Buonanotte a tutti.

francesca63 Lunedì, 24 Giugno 2019 20:01

Salve a tutti.

Afa in aumento e indolgi tutti gli annessi

Vorrei dire una cosa circa gli anticorpi monoclorali.

Ovviamente io non sono nessuno e non ho letto di alcun congresso...

Gli unici effetti collaterali emersi e descritti sono il dolore nel sito di iniezione ed eritema. Punto.

Meno del due per cento dei pazienti ha abbandonato uno studio che aveva reclutato 3000 pazienti.

Venerdì scorso ho incontrato il mio ex prof di farmacologia e ci siamo inoltrati nella discussione degli anticorpi nella fattispecie dell'Erenumab. Ebbene ha sostenuto che è sicuro e tollerato oltre che efficace. Non è certo l'anticorpo di 25 anni fa....

Certo serviranno altri studi più ampi per confermare in futuro i dati oggi disponibili. Comunque se dovessero emergere effetti avversi gravi l'AIFA lo deve comunicare immediatamente. C'è la farmacia di vigilanza che appunto vigila!!!!

E tutti gli studi devono essere pubblicati

Scusatemi....ma ho voluto esprimere la mia idea.

MARGARET comprendo il tuo stato d'animo. Domani e un altro giorno..

Margaret Lunedì, 24 Giugno 2019 19:20

Oggi riguardo la mia condizione di emicranica e soprattutto dopo l'ultima crisi sono moralmente a pezzi, scusate

Margaret Lunedì, 24 Giugno 2019 19:19

Buonasera, grazie per la solidarietà.. Dunque, prima leggevo su facebook in alleanza cefalgici un post dove una persona ricoverata al Mondino per disintossicazione afferma che non le fanno la terapia

monoclonale per via delle controindicazioni, nel suo caso. alla richiesta di qualcuno di specificare, si spinge oltre e afferma che queste controindicazioni sono emerse in un congresso..Ora, mi irrita moltissimo questo buttare massi enormi in uno stagno e causare onde anomale senza motivo fondato. Effetti collaterali o controindicazioni???? Quale congresso, chi dove cosa? Ma dai..non si può..Serietà e chiarezza, qui non si scherza visto che è anche una terapia ancora poco conosciuta! 🤔

mamma_lara Lunedì, 24 Giugno 2019 13:40

Monica, ora anche il terremoto.
Immagino lo spavento.
Meno male che non ha fatto danni

Monica Lunedì, 24 Giugno 2019 13:38

Cris Chiara è una bimba troppo sveglia 😊 bene per Michele, immagino stia scalpitando a casa. Sono contenta che hai potuto godere di una serata tranquilla, ti fa riconciliare con il mondo

Monica Lunedì, 24 Giugno 2019 13:34

Buongiorno a tutti. Ieri sera c'è stata una bella scossa di terremoto. La zona dell'epicentro è a circa 30 km da casa mia, quindi l'ho sentita tutta. Il letto si muoveva e le grate alle finestre sbattevano. Io non riuscivo a muovermi dal letto e i miei cani dormivano beati. Ho dovuto chiamarli 2 volte per farli uscire! La ragazza sopra a me si è spaventata parecchio, l'ho sentita urlare. Per fortuna nulla di serio

mamma_lara Lunedì, 24 Giugno 2019 11:48

Cris, Michele è un ragazzo forte e sicuramente lui già vorrebbe iniziare a lavorare.

Fai bene a mandare Chiara al mare, i bambini soffrono anche loro il caldo.

E tu fai bene a resistere se ti riesce.

Anche a me lo scorso anno il cortisone ha fatto danni, per paura di uscire dalla chetosi stavo a digiuno per quasi tutta la giornata. In quel periodo sono dimagrita parecchio. Ripresi tutti quando Gabriele è stato il ospedale.

Mi mangiavo un sacco di parmigiano reggiano. Lo adoro. Ora per evitare di mangiarlo ogni volta che lo compro lo grattugio subito perchè non mi piace quando è grattugiato

mamma_lara Lunedì, 24 Giugno 2019 11:42

Cris, sono in Senato per la presentazione dell'Indagine che ha fatto il CENSIS.

Cris83 Lunedì, 24 Giugno 2019 10:16

Buona giornata.. e un abbraccio a tutti/e!! 😊

Cris83 Lunedì, 24 Giugno 2019 10:16

Ciao,

Michele tutto ok. Ha fatto operazione venerdì e già sabato era a casa. Si è ripreso benissimo dall'anestesia, anzi ho dovuto togliergli il cellulare perché un'ora dopo l'operazione era lì che parlava di, vetro camion, gru e cose varie di lavoro. E' rimasto a casa di sua mamma, dove ha anche il lavoro così qualcosina in ufficio la fa. Io e chiara siamo tornati al nostro adorato Molino d'Egola ieri sera, c'era la festa della birra e una cover band dei queen, proprio davanti casa. Proprio bella serata, menomale che non avevo mal di testa. Una gran confusione e tantissime persone, avevo le macchine parcheggiate anche davanti al garage. Chiara appena siamo arrivati era un po' spaesata mi ha detto "mamma ma questo è il nostro molino d'egola?.. non mi sembra!" Mi ha fatto morire dal ridere. Siamo dovuti scappare prima della fine della serata perché chiara era molto assonnata e inquieta. Cosa non da lei. Speriamo non covi qualche cosa. Cmq mi sono goduta la fine del concerto dal terrazzo e anche i fuochi d'artificio. Poi stasera abbiamo una festa agli scout. E domani mattina o sera, ora vediamo torniamo dal babbo e dalla nonna. Reggerà la testa a tutti questi spostamenti? Speriamo. Poi il prima possibile vorrei rispedirla al mare.. con questo caldo si sta davvero meglio là.

La testa va leggermente meglio, non di tanto però, sono ricorsa un po' al cortisone ma voglio cercare di non prenderlo più, esco dalla chetosi e mi viene da mangiare il mondo intero. Avevo perso 5 kg e ne ho ripresi quasi 4! Poi questo caldo mi distrugge, già sudo come una fontana, con il cortisone il doppio!

MARGARET mi dispiace per il super attacco.. deve essere davvero difficile in balia di viaggi ecc.. Poi quando si sta male fuori casa è sempre più terribile. Io me ne rendo conto anche solo se sono da mia

suocera. Sono rimasta lì in questi giorni e sabato stavo malissimo. avevo solo un ghiaccio che poi chiaramente è diventato caldo poi è arrivata la bimba che è mille volte più agitata che a casa sola con me. A casa è sempre più "facile" superare un attacco.

MAMMA LARA scusa mi sono persa qualche messaggio.. che cos'hai mercoledì?

Accidenti quanti danni la grandine!!! 😞😞 Mi spiace!

mamma_lara Lunedì, 24 Giugno 2019 10:08

Buongiorno a tutti.

Sembra sia tornato il bel tempo, ma questa grandinata così estesa ha fatto danni ingenti ovunque.

Nico, per sentito dire la Croazia è un paese molto ospitale, forse sei capitata nell'unico posto che non lo è.

Mi spiace per i danni causati dalla grandine. Forse dovremmo fare qualcosa di più incisivo per il clima.

nico26 Lunedì, 24 Giugno 2019 07:32

Ciao caro mio forum dalla Croazia. Si Modena è stata martoriata dalla grandine e pensate che da me in piscina la Vasca scolastica è stata distrutta visto che ha i soffitti di vetro che pur essendo belli grossi cadevano delle mele di ghiaccio... Che disastro.

Per il resto qui bello il mare, la compagnia.,ma i croati.... Non mi esprimo.... ITALIA SEMPRE IL TOP CON I CLIENTI.

mamma_lara Domenica, 23 Giugno 2019 23:46

Ora devo proprio andare, devo ancora fare una doccia

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

mamma_lara Domenica, 23 Giugno 2019 23:45

Francesca, neppure a Ferrara ha fatto danni il maltempo. Però non ho ancora letto niente e neppure parlato con qualcuno.

Sto lavorando per mercoledì.

Mi hai fatto ridere. Certo cara, mi sto scaldando 😊

Ma ci sarà chi sarà più capace di me. Spero solo di non fare una pessima figura.

Spero di non emozionarmi, ma sarà faticoso

francesca63 Domenica, 23 Giugno 2019 21:54

Salve a tutti.

Leggo dei danni del maltempo...

Anche da noi ieri si è scatenato un temporale ma non si sono registrati danni.

Mi spiace moltissimo .

Tra l'altro avevo visto i danni a Torino e Milano e pensavo fossero limitati a quelle città.

LARA ti starai già scaldando per mercoledìscusa la battuta.

Buona notte a tutti.

feffe81 Domenica, 23 Giugno 2019 17:58

Accidenti PIERA, bei danni anche da voi 😞 l'appuntamento per sostituire il parabrezza è tra due settimane 🙄 per la tanta gente che c'era.

Chi era in strada di sicuro era messo peggio, per non parlare dell'autostrada!

Comunque è andata così.

mamma_lara Domenica, 23 Giugno 2019 14:59

Piera, Feffe, ho letto e visto foto del disastro che ha fatto il tempo nella giornata di ieri.

Stefano è andato a Modena a vedere se il tempo ha fatto danni alla sua auto. Ce l'ha in carrozzeria.

Staremo a vedere .

Mi spiace per i vostri danni.

Non si può mai stare tranquilli

mamma_lara Domenica, 23 Giugno 2019 14:52

Monica, anche qui è caldo, ma io sto bene, solo che faccio la metà di quello che facevo quando la temperatura era più bassa.

Immagino che i cani avranno caldo. Anche Thelma, la gattina di Enzo e Alessandra ha caldo e cerca il fresco.

Mi sto preparando per Mercoledì e penso che tu possa essere libera il pomeriggio.

Piera Domenica, 23 Giugno 2019 11:20

Nessuno aveva mai visto una cosa del genere 😞 Daniel mentre Irene mi raccontava al telefono, le diceva, di alla nonna che ho avuto tanta paura!!!! E per fortuna erano tutti a casa..... So di gente che era in autobus in cui i finestrini sono andati in frantumi

Piera Domenica, 23 Giugno 2019 11:16

Feffe anche a Bologna, la grandine ha fatto disastri, sia la macchina nuova di Giada che quella di Francesco e Irene hanno subito gravi danni, persino parabrezza sfondato, a casa da Irene si è rotto il velux condominiale, ma quasi tutti i vicini, hanno danni 😞

feffe81 Domenica, 23 Giugno 2019 09:51

Buongiorno a tutti. Ieri a Modena c'è stata una grandinata disastrosa. In pochi minuti tanti danni. L'auto è stata ammaccata e ha il parabrezza rotto, la palazzina ha subito danni ai balconi e alle tapparelle che sono bucate. Quello che ho visto in giro è un disastro!

Ci sarà parecchio da fare.

Del resto tutto bene 😊

Monica Domenica, 23 Giugno 2019 09:29

Lara sono contenta che stai meglio. Mercoledì si avvicina 😊

Monica Domenica, 23 Giugno 2019 09:28

Margaret hai provato i tappi per le orecchie? Pure io non dormo se ci sono rumori

Monica Domenica, 23 Giugno 2019 09:27

Buongiorno a tutti. Oggi giornata di sole e caldo, i miei cani hanno la lingua per terra 😊
Volevo andare al mare ma Valerio lavora e io devo fare la ceretta mercoledì. Così per prendere un po' di sole vado a sistemare il giardino, che la cagnetta ha tirato fuori tutta la terra dalle aiuole. Quando non sa che fare, si mette a scavare. Sarà la decima volta che rimetto la terra a posto 😞

mamma_lara Domenica, 23 Giugno 2019 07:37

Buongiorno a tutti.

Finalmente ho sistemato casa.

Dopo però devo stirare. Stefano aveva un bel po' di panni da lavare visto che è qui da una settimana.

La testa sembra andare meglio. 😊

mamma_lara Sabato, 22 Giugno 2019 23:21

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

mamma_lara Sabato, 22 Giugno 2019 23:20

Rieccomi, questa mattina niente telefonate. Di sabato sono chiusi tutti i call center.

Ho avuto lo stesso un bel po' di cose da fare.

Ora vado a sistemare un po' di posta poi vado a nanna

mamma_lara Sabato, 22 Giugno 2019 08:58

Ci sono i tuoni 😞

mamma_lara Sabato, 22 Giugno 2019 08:57

Vado a fare le telefonate, ne ho fatto a centinaia.

quante bugie devo dire.

Andrò all'inferno.

Sto facendo una indagine per vedere i tempi di attesa delle visite e devo dire che sono una paziente

che vorrebbe avere una visita nel loro centro.
Poi siccome il tempo di attesa è sempre troppo dico che andrò a pagamento.
Devo pur dire le nostre difficoltà e mica posso inventarmele. Porteranno pazienza.
Il problema è che alle volte devo aspettare un bel po' prima di riuscire ad avere la risposta.

mamma_lara Sabato, 22 Giugno 2019 08:52

Francesca, è la prima volta che l'estate mi toglie energia. Quest'anno faccio fatica a fare tutto, ma almeno sono calda.

Questa mattina da noi manca il sole e ogni tanto piove.

Ma non avevo dubbi, ieri Gabriele ha preparato il nocino e a quello serve il sole, quindi il sole non c'è.

Ma si darà pace, dovrà ben uscire uno di questi giorni.

mamma_lara Sabato, 22 Giugno 2019 08:49

Margaret, cerca di coprirti bene se dormite con le finestre aperte.

mamma_lara Sabato, 22 Giugno 2019 08:48

Margaret, lo sapevo che la testa mi avrebbe presentato il conto.

Ho tirato troppo negli ultimi 15 giorni e ieri pomeriggio nonostante avessi ancora molte cose da fare ho dovuto per forza staccare.

Per fortuna era emicrania.

I segnali che mi manda la grappolo sono finiti con il mese di maggio e staremo a vedere se si ripresenteranno a settembre.

Iniziamo a preoccuparmi, perchè ora sono diversi dai soliti e sono pure iniziati nel mese di aprile.

Ma loro fanno così arrivano a gennaio, aprile e settembre.

Ieri pomeriggio non appena il dolore si affievoliva un po' mi veniva la frenesia di tornare a lavorare, però sono stata brava, mi sono trattenuta e questa mattina sto meglio.

Ora ho ancora un bel po' di lavoro ma almeno sono finite le nozze.

Oggi arriva Stefano e starà con noi fino a martedì. Purtroppo la settimana che è stato a Modena gli

hanno danneggiato l'auto e la sta facendo riparare, siccome gli hanno rubato il volante ci vuole un po' di tempo.

Questa sera avrò tutti i ragazzi a cena 😊

mamma_lara Sabato, 22 Giugno 2019 08:38

Buongiorno a tutti.

Margaret Sabato, 22 Giugno 2019 08:13

Dopo il crivello germanico la mia testa regge..Però stavolta il dolore mi ha lasciato un ricordo che mi mette molta apprensione. Non sono nuove queste crisi, ma sempre peggio. Giovedì prossimo fino a domenica sarò ad un convegno a Prato, a conclusione del master, e dormirò con 2 colleghe..So già che vorranno dormire con la finestra spalancata causa caldo afoso e nessuna aria condizionata. E faranno spettacoli serali nel cortile del monastero dove dormiamo, sempre inerenti al convegno..Dormirò

pochissime ore, questo è il punto.. 😞

Margaret Sabato, 22 Giugno 2019 08:09

Buongiorno. MAMMA LARA, cos'hai avuto, emicrania? Come stai?

francesca63 Venerdì, 21 Giugno 2019 21:11

Salve a tutti

Scusate comincio lamentandomi. ..del caldo. Oggi sembravo una fontana. Ormai dovrei andare in giro con l'asciugamano....terminata la doccia devo avere il ventilatore

Un tempo l'estate mi regalava energia...oggi me la toglie. Purtroppo il cocktail di gocce che tra l'altro ho dovuto aumentare mi presenta un conto molto salato... Dovro coltivare la pazienza!!!! Ma è ardua...

LARA mi spiace che la testa ti abbia presentato il conto...

Ora devo recuperare i vostri messaggi. .

Nel frattempo vi auguro buona notte.

mamma_lara Venerdì, 21 Giugno 2019 18:59

La testa mi sta presentando il conto.

Devo staccare

mamma_lara Venerdì, 21 Giugno 2019 07:58

Per le ferie e gli alti costi hai ragione, è sempre stato così.
Poi ci racconterai dei tuoi concerti gratis. Pensavo che una volta finito tutti gli impegni di famiglia potessi anch'io godermene un bel po' invece non riesco proprio, mi basta un piccolo urto per cadere e non posso rischiare.

mamma_lara Venerdì, 21 Giugno 2019 07:54

Paula, spero che il calo del lavoro di Fausto dipenda dal fatto che siamo in estate e che siano le ferie ad incidere.
Però hai ragione, non si sta mai tranquilli.

mamma_lara Venerdì, 21 Giugno 2019 07:51

Buongiorno a tutti.

ho notato che nonostante io stia ottimamente con il caldo, il mio corpo la pensa diversamente e le energie calano di parecchio.

Ieri sera ho dovuto mollare perchè il fisico non ne voleva più sapere.

L'ho ascoltato.

Sto invecchiando 😞😞😞

paula1 Giovedì, 20 Giugno 2019 20:13

Buona sera a tutti...qui sempre caldo, ma a casa si sta meglio che in città...questa settimana lavoro tutte le mattine e domani ho venduto la lunga...poi sabato sarò a casa e andremo ai concerti...sempre gratis ovviamente 😊

Io so che siamo in ritardo, ma sto guardando per andare un po' in vacanza...ci sono dei prezzi che dire esagerati è un eufemismo...in agosto triplicano davvero...e spendere per 10 giorni il doppio di una rata del mutuo mi fa impazzire... 😞😞 oggi poi dove lavora Fausto hanno iniziato a dire che è calato il lavoro e dovranno stare a casa i venerdì di luglio..non c'è mai pace...

La mia testa col caldo è delicata e le gambe fanno male...dovrei andare dall'osteopata, ma inizio ad avere dei dubbi sull'utilità..... 😞

un pensiero positivo per chi sta passando un periodo doloroso...

mamma_lara Giovedì, 20 Giugno 2019 19:03

Ho trovato un vecchio messaggio che va bene anche oggi.

"Dico sempre che il forum non è per tutti ed è verissimo, intanto bisogna riuscire a parlare anche con le persone che non ci sentiamo affini, poi bisogna imparare ad accettare ciò che per noi sembra impossibile accettare e che facciamo anche fatica a capire.

Bisogna riuscire come ho detto a parlare con tutti e non con la solita "amica".

È importante tenere sempre presente che chi arriva qui, non ha bisogno di essere adulato, ma ha bisogno di essere sostenuto e anche se necessita, dovrebbe essere informato con le dovute maniere degli "errori" che commette senza per forza dovergli dire SBAGLI, ma sarebbe meglio raccontare come abbiamo sbagliato noi e come siamo riusciti a modificare atteggiamento.

Parlare del nostro vissuto è la prima cosa che può aiutarci, perchè rileggendolo potremmo riuscire a capire come dobbiamo fare per aiutare noi, perchè è aiutando noi stessi diamo agli altri lo specchio dove possono trovare la "formula magica".

mamma_lara Giovedì, 20 Giugno 2019 13:43

Carissima Cris, hai ragione, anche questa.

Io ho fatto i calcoli alla colecisti una quarantina di anni fa, ma ora mi hanno detto che non tagliano più e fanno tutto in laparoscopia.

Immagino che tu sarai preoccupata e non ci voleva proprio.

Se ti riesce dacci notizie. Intanto noi attiviamo i nostri pensieri positivi come sempre.

Cris83 Giovedì, 20 Giugno 2019 12:01

ciao a tutti!

scusate l'assenza.. non vi ho letto ultimamente. dopo vedo di recuperare qualche vostro messaggio con più calma 😊

Michele è in ospedale con i calcoli alla cistifellea (scusate che non mi ricordo come si scrive 😊)
dovrebbero operarlo domani. e avanti pure questa! la testa non bene. ma si tira avanti! 😞

mamma_lara Giovedì, 20 Giugno 2019 08:10

Buongiorno a tutti.

Vi inoltro una iniziativa che ho ricevuto dalla nostra Federica Grossi responsabile AI.Ce. Europa. EMHA sta organizzando una campagna alla quale AI.Ce. parteciperà e alla quale sarebbe bello che tutti noi partecipassimo.

Nel 2017, l'Associazione "Association of MigraineDisorders" ha ideato Shades for Migraine come un modo per creare un brusio virale intorno a una malattia che colpisce più di 1 miliardo di persone in tutto il mondo. La campagna sfida ognuno con "show they care and wear a pair" (mostra che sono importanti e indossa un paio) di occhiali da sole nel Giorno della Solidarietà per l'Emicrania (MigraineSolidarityDay) **21 giugno**. I partecipanti diffondono il messaggio attraverso i social media condividendo una foto di se stessi mentre indossano occhiali da sole e sfidando anche altri a fare altrettanto.

Perché gli occhiali da sole? Semplice! Gli occhiali da sole sono uno dei pochi indicatori visibili che qualcuno potrebbe soffrire di emicrania. Il sole e la sensibilità alla luce sono un fattore scatenante comune tra le persone che vivono con l'emicrania, le quali si affidano ai propri occhiali da sole per avere sollievo.

Dal 2017, una coalizione di oltre 30 organizzazioni e blogger legati all'emicrania si uniscono per promuovere Shades For Migraine per ottenere la più ampia partecipazione possibile. Mentre si concentrano tutti sullo stesso argomento, ognuno offre qualcosa di unico. Vai sulla nostra pagina Partners per vedere un elenco completo delle organizzazioni partecipanti. Guarda come puoi aiutarli o come loro possono aiutarti!

<https://www.shadesformigraine.org>
#ShadesForMigraine

Come si partecipa?

Partecipare alla sfida Shades for Migraine è semplice, tutto quello che devi fare è seguire quattro semplici passi. Partecipando aiuterai a rendere l'emicrania un argomento virale!

Step 1

Indossa i tuoi occhiali da sole il 21 giugno, MigraineSolidarityDay per dimostrare il tuo interesse verso le persone che vivono con l'emicrania.

Step 2

Scatta una foto di te che indossi i tuoi occhiali da sole e non dimenticare di coinvolgere nel divertimento anche i tuoi amici, la tua famiglia e i colleghi!

Step 3

Posta la tua foto sui social media con l'hashtag #ShadesForMigraine e sfida 3 amici a partecipare condividendo la loro foto con l'hashtag #ShadesForMigraine

Step 4

Guarda il tuo impatto moltiplicarsi!

Grazie per l'aiuto nella diffusione di questa campagna.

Clicca sul link per ulteriori informazioni.

mamma_lara Mercoledì, 19 Giugno 2019 18:09

Grazie mille carissime per gli auguri che porterò agli sposi.

Erano bellissimi tutti i miei i miei bimbi e tutte le mie bimbe. Tutti belli compreso il mio Ciccio.

Io ho pianto come una fontana, ma di gioia e commozione. Alessandra era a casa mia dalla mattina, si è vestita da me. Non so come abbia fatto il giorno del matrimonio, erano 3 giorni che correva dalla mattina alla sera per preparare tutto. E il giorno del matrimonio ha iniziato la mattina e si è seduta quando l'auto la portata in Municipio. Meno male che lei è bella di natura, ma ancora mi chiedo come abbia fatto a stare in piedi

Annuccia Mercoledì, 19 Giugno 2019 17:51

Carissima LARA, auguri di cuore!!!!!!!!!!!!!! auguro a loro tutto il bene

Antonella62 Mercoledì, 19 Giugno 2019 17:20

Congratulazioni agli sposi.

Auguri alla nostra Lara, per questa meravigliosa famiglia.

Dalle bellissime foto traspare la bellezza, la gioia e l'amore, di voi tutti.

mamma_lara Mercoledì, 19 Giugno 2019 17:08

Alcune foto del matrimonio fatte da noi con il cellulare sono nella mia pagina facebook

Monica Mercoledì, 19 Giugno 2019 10:46

Nico buon divertimento 😊

Monica Mercoledì, 19 Giugno 2019 10:45

Non ho mdt da 16 giorni 😊 e ho il ciclo! Forse la menopausa sarà la mia salvezza 😊

Monica Mercoledì, 19 Giugno 2019 09:55

Buongiorno a tutti. Margaret che notte terribile hai passato! Poi quando si sta fuori casa è ancora peggio. Se hai superato questo sei una forza 😊

mamma_lara Mercoledì, 19 Giugno 2019 09:10

Devo tornare a fare l'indagine per le attese quando si fa una richiesta di una visita per MDT. Devo avere un bel po' di riscontri per il 26.

Se mi telefonate e trovare occupato sapete il perchè 😊

mamma_lara Mercoledì, 19 Giugno 2019 09:08

Piera, ieri Gabriele ha letto un annuncio che una isola greca regala casa e terra a dei giovani che vogliono trasferirsi lì. Mi sembra di aver capito che danno pure un piccolo stipendio.

Peccato che noi (Gabriele ed io) non siamo più giovani, altrimenti un pensierino lo si poteva fare

mamma_lara Mercoledì, 19 Giugno 2019 09:05

Nico, tu auguro di fare una bella vacanza, ma se sei con una squadra di calcio penso che di riposo non è che ne avrai molto.

mamma_lara Mercoledì, 19 Giugno 2019 09:04

Per le foto ti mando il nome di mia nuora in privato così potrai vedere tutte le foto che ha messo nella sua pagina facebook. Poi quando mi arriveranno quelle ufficiali le manderò a chi me le richiede.

Devo dire che la sposa era meravigliosa e il mio bimbo lo era anche lui. L'ho visto felice anche se ogni tanto sbuffava. Era una comica vederlo, Alessandra davanti e lui un passo indietro che faceva gesti di stanchezza con le braccia. Se salta fuori questa cosa nel video ci saranno un bel po' di risate da fare.

mamma_lara Mercoledì, 19 Giugno 2019 09:00

Carissima Margaret, mi spiace per la nottata orribile che hai dovuto sopportare.

Certo che quando si sta male fuori casa si sta sempre peggio.

Ringrazio anch'io la persona che tu ha aiutato. Poter condividere con qualcuno le nostre paure e il nostro dolore è sempre di aiuto.

mamma_lara Mercoledì, 19 Giugno 2019 08:55

Buongiorno a tutti.

Ora il forum sembra sia tornato ad essere raggiungibile, almeno per me lo è.

nico26 Mercoledì, 19 Giugno 2019 06:15

Buongiorno a tutti in partenza x laa Croazia. Margaret nel ns cuore sempre.

Margaret Martedì, 18 Giugno 2019 21:19

Il mio grazie perchè l'aiuto di oggi è stato un dono e lo tengo custodito nel mio cuore! Grazie anche a voi, sempre qui a condividere e a comprendere.

Margaret Martedì, 18 Giugno 2019 21:16

Io sono tornata a casa dalla Franconia già stasera. non posso descrivervi l'attacco che ho avuto stanotte in albergo. Mi ha svegliata in pieno sonno e quando ho capito che trip e ketoprofene non sortivano l'effetto "veloce" che anelavo per il dolore ingestibile che picchiava di brutto al centro della testa e sulla nuca, ho iniziato a sudare freddo. non riuscivo a mettere piede fuori dal letto per andare a vomitare e trattenevo con sforzi immani. Durissima durissima esperienza. So rimasta in balia del dolore e del panico per 6 ore consecutive.. Alle 10.30 ho cominciato a sentire la diminuzione del male. A mezzogiorno e mezza partenza e altre 7 ore di macchina, ma per fortuna sono rientrata un giorno prima. Ora io mi chiedo come possano esserci delle crisi così violente e perchè la notte. Sono sicura che il brodo che hanno servito ieri sera a cena era pieno di glutammato, mettiamoci poi che sono reduce da notti con poche ore e spostamenti vari..Però, la stanchezza, lo stravolgimento era anche dei miei colleghi ma io ho pagato un prezzo altissimo, innominabile..Sono stata in contatto con una persona qui del forum senza il quale sostegno sarei stata ancora peggio. E devo dire che solo che soffre come noi può essere empatico. Durante i momenti della crisi più violenta nella notte pensavo a cosa poteva essermi di aiuto: massaggio/caresse/ghiaccio/parole che mi incitassero a calmarmi...Niente, tutto questo al solo pensiero mi aumentava la nausea. Questa emicrania sia davvero maledetta

Margaret Martedì, 18 Giugno 2019 20:41
MAMMA LARA in attesa di foto...

SysAdmin Martedì, 18 Giugno 2019 16:49
Buonasera a tutti

nella giornata di oggi si sono verificati alcuni problemi al server che ospita il sito cefalea.it
Alcuni aspetti sono ancora in fase di risoluzione. Nelle prossime ore potrete sperimentare alcune interruzioni del servizio.
Non è necessario fare segnalazioni o sollecitare alcunché. I problemi citati sono in lavorazione

nico26 Lunedì, 17 Giugno 2019 10:18

Buon lunedì a tutti/e dal lavoro e -2 gg poi Croazia per una settimana.Sono un po preoccupata x tutti i furti nella mia via e anche ieri mattina due zingari volevano intrufolarsi nella casa del vicino.Ho trovato un accordo con il mio ex marito che verrà da noi a dormire e penserà a tutto lui compreso i cagnotti, per la modica cifra ...un cellulare nuovo. 😊😊 Lara che emozione deve esser stata.....Margaret stringi i denti e tu Piera dormire con il rumore del mare deve essere spettacolare.Ragazze stasera ore 19.00 vado a fare le compagne tibetane x 1 ora di relax tutta per me...to mo come dice Lara!!!! 😊

mamma_lara Lunedì, 17 Giugno 2019 09:39
Buongiorno a tutti.

Ora vado a vedere che foto ha messo Alessandra nella sua pagina facebook poi ve le metto su whatsapp.

Piera Lunedì, 17 Giugno 2019 08:29

Auguri per il battesimo di Delia, deve essere stato meraviglioso!!!! E auguri anche agli sposi novelli..... Qui in Grecia tempo bello e soprattutto caldo, la sera mi addormento con il rumore delle onde, il nostro terrazzo è proprio sul mare, una vera meraviglia: "quelli che vivono in riva al mare difficilmente possono formare un solo pensiero di cui il mare non faccia parte" h. Brock

Margaret Lunedì, 17 Giugno 2019 06:28

Ieri ho concluso il mio studio a Prato e sabato stupendo il battesimo di Delia. Ora sono in viaggio per la Franconia.. nessuna voglia.. il collega inoltre sta guidando spedito.. abbiamo 7 ore di viaggio. Vorrei tirare il fiato prima o poi

Margaret Lunedì, 17 Giugno 2019 06:26

Buongiorno! Mamma LARA chissà che gioia..Sono contenta per voi

mamma_lara Domenica, 16 Giugno 2019 21:54

Buona sera a tutti.

Non potete immaginare quanta posta debba ancora controllare. Lo farò domani.
oggi ho avuto gente a pranzo e a cena.

Ho accompagnato Zeno all'aeroporto perchè Gabriele era fuori con suo figlio poi di corsa a casa perchè c'era da fare.

Il matrimonio è andato benissimo, poi quando avrò un attimo vi racconterò. Ho pianto tutte le lacrime, una emozione incontenibile.

Willy Domenica, 16 Giugno 2019 14:33

MammaLara auguri per gli sposi, ti vedo molto partecipata. Fefe ho visto la tua intervista molto brava come sempre. Ho fatto la terza fiala del vaccino monoclonale, aspetto 15 giorni e poi tiro la riga e mando i risultati al Mondino e sul forum. Buona domenica.

mamma_lara Domenica, 16 Giugno 2019 12:00

Buongiorno a tutti. Poi vi dirò. Ora sono ancora piena di cose da fare e sono leggermente stanca. Grazie a tutti voi per i bellissimi messaggi. Poi vi ringrazierò tutte/i ♥

Antonella62 Domenica, 16 Giugno 2019 10:35

Buongiorno a tutto il Forum.
Lara congratulazioni agli sposi ed auguri a tutta la famiglia.

feffe81 Domenica, 16 Giugno 2019 09:53

PIERA io prendo spesso il triptano in aereo, oppure poco prima o dopo, insomma spesso ho mdT in viaggio...ma non mi sono mai posta il problema se fosse pericoloso con l'aereo! Non credo lo sia, meglio avere conferma scientifica, ma io starei abbastanza tranquilla

nico26 Domenica, 16 Giugno 2019 07:42

Buondi a tutti noi e una meravigliosa giornata x LARA. 😊

nico26 Sabato, 15 Giugno 2019 07:46

Buon sabato e w gli sposi Lara. Che spettacolo. Punti 31 e 31 in casa libho incorniciati. Eh beh... Via da dos... Via da dosso... Le persone ci prendono tutto se non diamo degli alt. Siamo troppo sensibili.

francesca63 Sabato, 15 Giugno 2019 07:44

Salve a tutti.
LARA evviva!!!!
Splendida giornata a tutti voi.
Un abbraccio agli sposi.
Buon proseguimento a tutti.

mamma_lara Sabato, 15 Giugno 2019 07:14

Fefe.
Ci sono due dei nostri consigli dal forum che possono in parte esserti di aiuto.
Io ogni tanto me li rileggo perchè c'è sempre qualcosa che mi aiuta anche se non sono brava a metterli in pratica. Ma per me è una cosa diversa, ormai ho fatto tutte le cose più importanti della vita. Ma tu sei giovane e devi proteggerti.
Ti rimetto i punti, credo siano il 31 e il 32.

31 Si può vivere benissimo anche con qualche "no grazie..." Non devo farmi carico di tutti i problemi che assillano l'umanità, né tanto meno risolverli. Dalle mie parti c'è un detto che riassume un po' semplicemente il giusto modo di svincolarsi dalle situazioni che ci fagocitano, con una risposta eloquente.. "giù da doss" traduco "Giù da addosso". Bé, cerco di adottare questa semplice e scarna filosofia. Giù da addosso dalla mia vita, giù da addosso dalle mie debolezze, giù da addosso da i miei desideri. Sciò! Via! Un po' di sano egoismo, sottolineo sano, non è debolezza...è autostima, non è cattiveria ...e istinto di sopravvivenza.

32 Anche la sensibilità deve avere un limite. Io ho iniziato da tempo a essere meno fiera della mia sensibilità e sto cercando di farmi nascere un po' di pelo sul cuore, serve per non gettare alle ortiche quello che di bello devo dosare come se fosse linfa che mi sostiene.

mamma_lara Sabato, 15 Giugno 2019 07:10

Buongiorno a tutti.
Scusate se non rispondo uno ad uno ma ho un pochino da fare.
Vi ringrazio degli auguri. Vi voglio bene

feffe81 Venerdì, 14 Giugno 2019 22:50

MAMMALARA via ai festeggiamenti!! Viva gli sposi!!

feffe81 Venerdì, 14 Giugno 2019 22:49

ELISABETTA che dolce sei sempre! A me piacerebbe anche poter fare di più, purtroppo però devo fare i conti con le mie energie ed essere egoista...per cui faccio come posso con i mezzi e il tempo che ho...

feffe81 Venerdì, 14 Giugno 2019 22:47

Ciao a tutti, sono rientrata ieri sera tardi e oggi ho lavorato, sono proprio stanca! Settimana piena, ma è andata bene.

Purtroppo anche ieri mi è arrivato un attacco, per me scatenato da un Calippo (penso di non tollerare gli aromi e i dolcificanti).

CRIS grazie del pensiero, va abbastanza bene, a parte che sono già a 8 triptani a giugno. Leggo delle tue fatiche, uff, mi spiace tanto che questa testa non voglia dare tregua 😞 penso che ridurre/eliminare farmaci sia difficilissimo e che quando lo si fa servano talmente tante energie che non ne restano anche per occuparsi di altro, che sia lavoro, bimbi, casa... ti auguro di cuore un po' di respiro!!!

lella Venerdì, 14 Giugno 2019 16:45

Tanti tanti auguri agli sposi anche da parte mia.

Lara immagino il tuo da fare, ma anche la tua gioia.

Sono felice che per Gabriele sia andato tutto bene.

Tanta gioia a tutti voi e un abbraccio affettuoso.

mamma_lara Venerdì, 14 Giugno 2019 12:57

Buongiorno a tutti.

Oggi giornata impegnatissima, però ho tutto pronto 😊

Scusatemi ma il tempo è poco anche perchè Gabriele aveva proprio la visita questa mattina e quella un po' di tempo prezioso l'ha portato via. Ma è andato tutto bene così siamo ancora più felici tutti. ♥

Grazie mille a tutti voi.

Vi voglio bene.

nico26 Venerdì, 14 Giugno 2019 11:30

Buon venerdì a te/i noi. Lara che gioia che avrai nel cuore e so che la condividerai con noi. Goditi tutto attimo x attimo. Per chi invece leggo che è in compagnia sempre del dolore, che sia di testa o altro, posso solo dire stringiamoci ed aiutiamoci insieme a superare questi ostacoli che lavita ci pone. Io io sono sempre per voi!

Elisabetta Venerdì, 14 Giugno 2019 08:40

Buongiorno mie care amiche. Ho sentito l'intervista di Federica e l'ho vista: sempre con l'aria da ragazzina e sempre tanto brava.

Lara ha trovato in casa la sua "delfina"! E per merito loro non ci sentiremo mai più solei.

Grazie a tutte due sempre. Mi domando dove e come trovano tanta energia. Ma è una domanda retorica. La generosità fa miracoli!

Leggo dei preparativi del matrimonio e mando tanti auguri agli sposi. Un pensiero affettuoso anche a Delia che riceverà il Battesimo. E a tutte voi che siete sempre nel mio cuore

Margaret Venerdì, 14 Giugno 2019 07:55

MAMMA LARA, OGNI BENE per voi, che sia una giornata intensa, emozionante e piena. Ti abbraccio

Margaret Venerdì, 14 Giugno 2019 07:55

Buongiorno...3 giorno di attacco e compagnia bella, due sere lavorative con riunioni fino a tardi che non hanno aiutato, oggi partenza per Prato e conclusione master domenica pomeriggio. Sabato mi raggiunge la famiglia perchè battezziamo Delia la sera presso il monastero di San Leonardo al palco. Domenica torno a casa e lunedì alle 5 parto 3 giorni per la bassa Franconia, lavoro. La maledetta ovviamente sta mettendo a dura prova tutto il mio essere fisico e spirituale.

mamma_lara Giovedì, 13 Giugno 2019 23:17

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

mamma_lara Giovedì, 13 Giugno 2019 21:22

Vado a lavorare un po'. Sto preparandomi per domenica mattina, mi collego via skype con Napoli per il Congresso SISC.

Sarei partita anche in piena notte. Zeno era disposto a portarmi alla stazione di Bologna, Ma non ho trovato nessun treno che partisse alle 2 di notte 😞

mamma_lara Giovedì, 13 Giugno 2019 21:20

Annuccia, poi chiederò il permesso di spedire le foto del matrimonio.

Ne vedrai delle belle 😊

mamma_lara Giovedì, 13 Giugno 2019 21:19

Sissi, che bello rileggerti.

Anch'io come te più gli anni passavano e più il MDT aumentava.

Mi spiace carissima.

Mi fa piacere cara spedirvi le informazioni.

mamma_lara Giovedì, 13 Giugno 2019 21:17

Paula, sempre tanti pensieri positivi per il tuo ECG

mamma_lara Giovedì, 13 Giugno 2019 21:16

Paula, mi spiace per la tua situazione lavorativa, è un peccato che nessuno voglia occuparsi del proprio stato lavorativo.

Io ho le mie idee ma le tengo per me. Poi te le dirò in privato quando ho un po' di tempo

mamma_lara Giovedì, 13 Giugno 2019 21:12

Monica, chi non ha mai avuto il nostro MDT non potrà mai capire

mamma_lara Giovedì, 13 Giugno 2019 21:11

Monica, il matrimonio è sabato.

Domani ho un bel po' di parenti di Alessandra a cena da me, ma ho già pronto tutto perchè siamo veramente in tanti. Tutta gioia

mamma_lara Giovedì, 13 Giugno 2019 21:08

Cris, ma cosa vuoi che sia brava. Anche tu sei molto brava a guardare quello che faccio io ma poco brava nel guardare quello che fai tu.

Pensa che io ho come massima aspirazione fare un bel niente per il maggior numero di ore della giornata. Spero di arrivarci a questo obiettivo, per ora tutti i tentativi sono miseramente falliti, ma non dispero possa migliorare in futuro.

Ma cosa vuoi che sia quello che faccio io rispetto a quello che fate voi giovani che avete lavoro, figli e anche tanto altro.

Neppure da paragonare cara a quello che faccio io, e so quello che dico, perchè ho avuto i tuoi anni e il da fare di quegli anni non è neppure da paragonare a quello che ho da fare ora.

Devi credermi. ♥

mamma_lara Giovedì, 13 Giugno 2019 21:00

Rieccomi, ancora non sono in linea con le cose che avrei dovuto fare, ma io con la linea non ho un bel rapporto e si vede anche. 😊

Annuccia Giovedì, 13 Giugno 2019 15:50

Buon pomeriggio a tutti!

LARA, che bei preparativi, Alessandra è stata bravissima, ma con il tuo aiuto prezioso il tutto sarà meraviglioso.

Sissi Giovedì, 13 Giugno 2019 11:08

Ciao a tutti. Da oltre un anno la mia vita è tutta una corsa, presa da mille cose da fare, con fatica, essendo piena di dolori vari e spesso in compagnia di feroci attacchi di mdt (che, in barba alle statistiche, in questo periodo sono aumentati). Ringrazio LARA che tanto fa per noi e manda e-mail di aggiornamento anche a me, poco presente sul Forum. Mi congratulo anche con Fefte, che ci rappresenta e, in particolare, epr l'intervista. Un caro abbraccio a tutti.

Paula1 Giovedì, 13 Giugno 2019 10:50

Buon giorno a tutti...tra poco esco per andare al lavoro...il collo sta un po' meglio, ma ho sempre doloretto dappertutto....sono molto stanca e demotivata soprattutto al lavoro...e non è un bene stare così, soprattutto perchè non ci sono interlocutori e anche se abbiamo situazioni pesanti nessuno vuole

parlare... 😞...

il referto dell'EEG è incomprensibile, ma credo non ci sia nulla...l'ho già mandato al neurochirurgo che mi ha operato...

ora esco perchè il martello pneumatico del vicino che sta facendo i lavori è

insopportabile... 😞😞😞😞😞

Monica Giovedì, 13 Giugno 2019 10:41

Io non so quale santo mi stia proteggendo, questo mese ho avuto solo 2 giorni di mdt, di cui uno passato senza prendere nulla (e non mi capitava da anni). Certo che questa è vita, la vita che tutti dovrebbero avere e che quelli che hanno nemmeno apprezzano. Vedo i colleghi che ho adesso e che, in 1 anno e mezzo che io sono qui, non si sono mai assentati per malattia. E danno per scontato lo stare bene, non capiscono cosa voglia dire passare diversi giorni al mese a letto con il dolore

Monica Giovedì, 13 Giugno 2019 10:36

Lara ma il matrimonio è domenica prossima?

Monica Giovedì, 13 Giugno 2019 10:32

Buongiorno a tutti.

Cris mi dispiace tanto leggere che stai così male. Non stai facendo nessuna profilassi?

Capisco che vuoi stare con la tua bimba, ma non è meglio se sta al mare con le nonne? Così tu puoi occuparti di te stessa con più tranquillità

Cris83 Giovedì, 13 Giugno 2019 10:18

Ciao a tutti!

Come state?

Lara ti leggo indaffaratissima.. che brava che sei!

Fefe come va?

Qua non va bene.. sempre male. Un attacco di due giorni e mezzo micidiale, ho scritto anche al doc. che ancora non mi ha risposto..poverino.. nemmeno lui sa più cosa dirmi. Niente tiro avanti.. oggi recupero a lavoro quello che non ho fatto nei giorni scorsi e venerdì sera vado al mare da chiara. Spero che la settimana prossima vada meglio, sennò a malincuore la riporto a casa almeno riesco a stare un po' con mia figlia.

Vi abbraccio forte.. buona giornata!

mamma_lara Giovedì, 13 Giugno 2019 09:06

La testa si barcamena come può.

mamma_lara Giovedì, 13 Giugno 2019 09:05

Buongiorno a tutti.

Mi spiace se in questi giorni sono un po' assente, ma nonostante impegni un bel po' di ore della giornata non riesco proprio ad arrivare a fare tutto.

Scusatemi. ♥

nico26 Giovedì, 13 Giugno 2019 08:31

Buondi a tutte super super piena in piscina .Lara che spettacolo!!!!!!ps...due furti da 2i vicini in due giorni 😞

mamma_lara Mercoledì, 12 Giugno 2019 21:27

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

mamma_lara Mercoledì, 12 Giugno 2019 20:53

Ho la casa piena di bomboniere e wedding bag, Sto aiutando Alessandra a fare tutte ste sportine con dentro fazzolettini, ventaglio, acqua, e bolle di sapone da dare a tutte per le persone presenti. Lei è stata bravissima, si è sistemata tutte le bomboniere e non vi dico il lavoro fatto.

Domani si replica 😞😞😞

Ho pesato i biscotti di frolla montata, sono 5 kg. Poi vi dirò quanti me ne sono rimasti

mamma_lara Mercoledì, 12 Giugno 2019 20:48

Monica, anch'io ho sempre il raffreddore, ma il mio è per le allergie, perchè anche a me non è causa di MDT

mamma_lara Mercoledì, 12 Giugno 2019 20:47

Piera, io prendevo di ogni quando andavo in aereo, vuoi dire che sono stata fortunata?
Goditi la tua vacanza ♥

mamma_lara Mercoledì, 12 Giugno 2019 20:45

Carissima Annuccia, mi hai fatto ridere e faresti bene a non perdonarmi. 😊😊😊♥

Non so come andrà con le banche, c'è da ridere anche da ste parti.

Monica Mercoledì, 12 Giugno 2019 19:12

Piera spero che il trip abbia fatto il suo dovere e pure io ci ho sempre pensato ai problemi che potrebbe dare in aereo. Bisognerà chiedere al doc

Monica Mercoledì, 12 Giugno 2019 19:10

Buonasera a tutti. Io sempre con il raffreddore, ma incredibilmente senza mdt 😞
Annuccia pure io gestisco il conto dei miei perché da soli non potrebbero mai riuscire. I miei non sanno nemmeno come si accende in pc! Penso a quando sarò anziana io, come farò 😞

Piera Mercoledì, 12 Giugno 2019 15:43

Un saluto dalla terra greca, prendere aereo con un attacco emicranico in corso, mi mancava!!!! Tra l'altro mi è venuta la para che in aereo il relpax potesse dare problemi pressori ed ictus, un vero incubo, speriamo nel futuro

Annuccia Mercoledì, 12 Giugno 2019 14:01

Sto combattendo con le banche, questo nuovo metodo di accesso mostra problemi e papà, giustamente, è andato in tilt. Sono dovuta subentrare io senza risolvere.... spero la prossima settimana di potere arrivare alla soluzione. Maledette regole europee.... scusate lo sfogo

Annuccia Mercoledì, 12 Giugno 2019 13:59

FEFFE, il "curriculum" che ti ha scritto LARA è degno di nota..... il tuo percorso è del tutto meritato

Annuccia Mercoledì, 12 Giugno 2019 13:58

Buon pomeriggio a tutti!

LARA, se tu mi depennassi dal Forum di sostegno me la prenderei non poco. In questo momento della mia vita non mi meraviglio più di niente, ti assicuro, ma questa non te la perdonerei proprio 😊😊

nico26 Mercoledì, 12 Giugno 2019 10:34

Eccoci e buon mercoledì a tutt* dal lavoro e con un caldino notevole. Certo Lara veramente c'è da stare attenti e aver paura è poco! Margaret come stai ora???ti abbraccio!!!!

mamma_lara Mercoledì, 12 Giugno 2019 08:21

Vado a vedere come sono messi i ceci, perché sto facendo anche un po' di quelli così a cena avrò un cibo "diversificato".

Siamo in troppi per fare pasta o altro, così mi arrangio in questo modo. Tigelle, focaccia, ceci, prosciutto, salame, torte salate e tanto altro.

mamma_lara Mercoledì, 12 Giugno 2019 08:18

Margaret, mi spiace cara per come stai.

Speriamo che il riposo giovedì o che giovedì quello che prenderai per fartelo passare. ♥

mamma_lara Mercoledì, 12 Giugno 2019 08:17

Buongiorno a tutti.

Son qui che spignatto da un bel po'.

In cucina c'è un bel calduccio e si sta bene. Io sto bene, sicuramente Gabriele oggi non vi metterà piede.

Ma sono indietro come la coda del povero somaro e mi devo dare da fare, ma una cosa alla volta farò quello che devo.

Ora sto facendo i biscotti di frolla montata che a dire degli altri sono veramente buoni. Li faccio così ne porto un po' in giro e li offrirò ai tanti ospiti che verranno a casa mia venerdì, sabato e domenica.

Speriamo che il tempo regga altrimenti tutto si complica.

Margaret Mercoledì, 12 Giugno 2019 06:01

Vado a stendermi ancora una mezz'oretta..Buona giornata a tutti

Margaret Mercoledì, 12 Giugno 2019 06:00

Complimenti a FEFFE..e grazie per il tuo impegno

Margaret Mercoledì, 12 Giugno 2019 05:59

Buongiorno..Crisi da ieri pomeriggio..Giornata molto impegnativa sul lavoro, e poi stasera alle 19.30 riunione..mi vien male se penso all'attacco in corso..

mamma_lara Martedì, 11 Giugno 2019 22:11

Metto a posto un po' di documentazione poi a nanna.

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

mamma_lara Martedì, 11 Giugno 2019 22:10

Paula, immagino che tu sia preoccupata, io non dico niente, ma spero proprio che vada tutto bene. La stanchezza ci sta se sei stata contratta tutto quel tempo. Succede anche a me quando devo fare la risonanza e devo stare bloccata per più di mezz'ora. Dita incrociate

mamma_lara Martedì, 11 Giugno 2019 22:06

Nico, ti credo che ti destabilizza il fatto che dei ladri siano entrati in casa dalla tua vicina. Ora c'è da fare attenzione. Noi abitiamo in città.

Gabriele però vuole mettere delle telecamere

mamma_lara Martedì, 11 Giugno 2019 21:38

Scusate, sono al telefono

mamma_lara Martedì, 11 Giugno 2019 21:31

Annuccia, lascia stare i sensi di colpa, qui sei libera di scrivere anche dopo un anno e va più che bene. Questo è un porto dove attraccare e lasciare in banchina un po' del nostro carico. Mai più sensi di colpa altrimenti dimmi se vuoi che risolviamo, ti elimino dal forum così sarà colpa mia se non scrivi e i sensi di colpa li avrò io. 😊😊😊

mamma_lara Martedì, 11 Giugno 2019 21:28

Dany, questo posto è fatto apposta per lasciare qui i nostri sfoghi. Poi se qualcuno non li vuole leggere mica è obbligato a farlo. A me piacciono i tuoi sfoghi, quindi scrivili per me. Ma sono certa che aiutano anche altri. Per il farmaco sei tu che devi decidere in accordo con la tua Specialista

nico26 Martedì, 11 Giugno 2019 21:26

Buon martedì sera a tutti/e noi.Sono al lavoro perchè faccio cassa fino alle 23.Monica ebbene si abbiamo anche clienti che arrivano alle 22.30 ma dal prossimo anno il nuoto libero lo facciamo terminare alle 22.30 non alle 23 perche' non ne vale la pena.Mi ha appen mandato un msg la mia vicina che oggi gli sono andati i ladri alle 16 ma io ero a casa....e non ho visto nulla!!!!!! 😞 Sfondato due porte blindate con piede di porco.lo ero fuori a prendere il sole e nulla di nulla...Che roba!!!Mi destabilizza però questa cosa.....

mamma_lara Martedì, 11 Giugno 2019 21:22

Feffe, non so perchè esce la faccina con gli occhiali, ma sappi che doveva essere un 10

mamma_lara Martedì, 11 Giugno 2019 21:20

Feffe, mi sono dimenticata altre cose che dobbiamo aggiungere visto che tu non ne vuoi sapere.

Le metto tutte raggruppate, altrimenti tu forse non vedi quante sono.

- 1) sei un ingegnere
- 2) hai fatto la ricercatrice

- 3) sei stata tanti mesi a lavorare in Francia
- 4) suoni benissimo il pianoforte
- 5) rappresenti Al.Ce. in Europa e nel mondo
- 6) stai lavorando a progetti italiani per rendere più visibile la nostra malattia
- 7) conosci l'inglese perfettamente

😄 il dottorato di ricerca

9) sei stata in Francia un bel po' di anni fa sempre per fare la ricercatrice.

10) hai insegnato all'università

11) Hai partecipato a tanti convegni in giro per il mondo dove portavi le ricerche che facevi.

Poi però ora mi serve il tuo aiuto, perchè io ho fatto un elenco striminzito e sicuramente non rappresenta bene tutti i tuoi incarichi e sicuramente ne mancheranno mica pochi.

Ci sono persone sanissime che neppure una di queste cose è riuscita a fare.

Scusa se mi permetto, ma ti do un compitino, sai che ogni tanto mi permetto di farlo. Tu ti fai un bell'elenco scritto su foglio A3 e te lo metti in casa dove ti pare, ma deve essere ben visibile a te. Mi raccomando.

mamma_lara Martedì, 11 Giugno 2019 21:03

Eccomi, oggi giornata piena zeppa, per fortuna i muratori sono riusciti a finire così domani posso dedicarmi a fare altro.

Ho la posta da controllare, ho cercato di leggere le mail più urgenti e rispondere sempre a quelle urgenti.

paula1 Martedì, 11 Giugno 2019 20:23

Buona sera a tutti...qui caldissimo 🤔 stamattina sono andata a fare l'elettroencefalo...me l'ha fatto uno studente (seguito dal tecnico, una signora gentilissima) della facoltà che avrei voluto tanto fare io...(tecnico di neurofisiopatologia)...è stato bravino...solo che io ero troppo tesa (e non so nemmeno perchè, visto che è un esame semplice e non ero nemmeno preoccupata)...mi hanno detto più volte di non contrarre la bocca (io non me ne accorgevo) e mi hanno fatto tenere gli occhi chiusi con la mano per un po'....questa cosa mi ha fatto pensare, ma non voglio fare congetture fino all'arrivo del referto...solo che poi mi è scesa una stanchezza disumana e pomeriggio sono stata a letto con un male al collo terribile e male alla testa.....ho preso un Gladio e l'Okì...tutte le volte che sono di riposo non sto bene... 😞😞😞 questa cosa mi fa arrabbiare davvero....ora ho la testa delicata e sto sudando molto.. 😞😞😞😞😞 vado a fare qualche pancake almeno domattina ho la colazione...visto che devo partire presto....

Annuccia Martedì, 11 Giugno 2019 16:11

Buon pomeriggio a tutti.

Sono a studio e il caldo per me è feroce, per fortuna che qui ho l'aria condizionata. Mi fa piacere ogni tanto scrivere ma mi sento un pò in colpa di non partecipare più come prima..... vi voglio bene

Dany66 Martedì, 11 Giugno 2019 14:55

Ciao ho telefonato alla neurologa e dice che i dolori muscolari e la rigidità non sono dovuti al Gradient, sono effetti collaterali riscontrabili in pazienti anziani, e di continuare a prenderlo. Io sono invece convinta che siano portati dal farmaco in più i miei attacchi non sono diminuiti, questo mese 10 attacchi per cui s decido di smetterlo e vediamo se ho ragione. Già sono alla frutta per il mal di testa in più mi ci mancano questi dolori e rigidità per completare il quadro. Non ne posso veramente più, scusate lo sfogo.

feffe81 Martedì, 11 Giugno 2019 13:34

Verso sera ho un volo per Bari, tanto per avere una giornata tranquilla 😊

MAMMALARA grazie del tuo messaggio con l'elenco delle cose che faccio, mi serviva un

promemoria...perché ovviamente la vocina nella mia testa mi fa notare quelle che non faccio 🤦🏻 è un bel tipetto eh!!

feffe81 Martedì, 11 Giugno 2019 13:32

Ciao a tutti, MONICA va meglio, grazie!

Spero non mi parta un attacco: sono su un frecciarossa freezer  sto rientrando a casa dopo aver partecipato ad un evento di Novartis in cui ho parlato della nostra associazione, insieme ad una rappresentante di un'altra associazione di pazienti.

mamma_lara Martedì, 11 Giugno 2019 08:56

Questo è il link della registrazione dell'intervista andata in onda ieri 9/06 alle ore 9.45 su Rai Radio 1, all'interno della trasmissione Life - Il weekend del benessere e della salute condotto da Annalisa Manduca

<https://we.tl/t-AzwBs7JTyv>

Bravissima Federica.
Grazie

mamma_lara Martedì, 11 Giugno 2019 06:49

Buongiorno a tutti. Sono in piedi da un po', siccome questa settimana non è che ho molto da fare questa mattina vengono i muratori a sistemare la grondaia.

Altro da fare e non poco.

Devo mettere in salvo un po' di cose a cui sto lavorando, ho documenti sparsi ovunque.

mamma_lara Lunedì, 10 Giugno 2019 21:23

Vado perchè devo ancora mettere via la spesa e ho un bel po' di MDT.

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

mamma_lara Lunedì, 10 Giugno 2019 21:22

Rieccomi. Scusate ma faccio fatica a scrivere, l'oculista mi ha dato le gocce negli occhi per la visita e faccio fatica a vedere tutto.

Mi ha trovato negli occhi una cosa rara, non ho capito niente perchè con le luci negli occhi che ha dovuto usare per vedere come sono messi occhi mi hanno scatenato un bel MDT che mi hanno anche fatto venire una forte nausea

Quel che mi rasserena è che non si muore. e si possono fare degli interventi per rimediare qualcosa. Però non ho ben capito. Mi farò spiegare dal medico

Quindi andrà tutto bene.

Poi chi non ha cose rare da qualche parte.

Per esempio ho anche un'altra "cosa" molto rara seduta sul divano che sta guardando una partita di calcio alla tv.

Dite di no se avete il coraggio 😊😊😊♥♥♥

Piera Lunedì, 10 Giugno 2019 10:40

Dany non ho mai preso il tuo farmaco,, in tutti i casi fai bene a parlarne con il tuo medico, anche la sospensione di un farmaco e' un atto medico a volte complesso, i nostri consigli potrebbero essere pericolosi 😊

Monica Lunedì, 10 Giugno 2019 10:00

<https://youtu.be/gu4G5g1IKOM>

Questo è il link della ricetta originale

Monica Lunedì, 10 Giugno 2019 09:58

Ieri mi sono fatta il gelato cheto. È una ricetta che ho visto su Fatto in casa con Benedetta ed è facile e veloce.

Si prende una vaschetta di fragole e le si frulla con il dietic. Poi se ne mette un po' (un paio di cucchiaini) negli stampini per fare i ghiaccioli e si mette in freezer per 15 minuti. Poi si monta (ma non molto) 200 ml di panna dolcificata sempre con il tic e se ne mette un po' negli stampini sopra le fragole e si rimette in freezer per 15 minuti. Poi si uniscono le fragole e la panna avanzate e si mette negli stampini. Si mette lo stesso e in freezer per 4 ore. E il fior di fragola è fatto

Monica Lunedì, 10 Giugno 2019 09:49

Nico ma le persone vengono in piscina fino alle 23? Ma vale la pena tenere aperto fino a quell' ora?

Monica Lunedì, 10 Giugno 2019 09:47

Feffe concordo con quello che ha scritto Lara. Oggi va meglio?
Margaret ti meriti un monumento per tutto quello che riesci a fare. Spero che oggi vada meglio

Monica Lunedì, 10 Giugno 2019 09:45

Buongiorno a tutti da una Roma assolata 😊 ed io ho il raffreddore e mal di gola 😞 per fortuna la testa tiene

nico26 Lunedì, 10 Giugno 2019 09:34

Buon lunedì' a tutte noi!
Feffe concordo con Lara. Sei riuscita a fare cose straordinarie che io credo anzi ne sono certa io non sarai nemmeno in grado di farne 1/3. Ma ci pensi che andavi e vai in viaggio con il peso della paura degli attacchi dello star male? Forse tu non lo vedi ma per me come molte di voi siete straordinarie!!!

mamma_lara Lunedì, 10 Giugno 2019 09:23

Ora devo scappare, devo fare una cosina fuori casa.
E per chi mi ha scritto abbiate pazienza. Ho ancora circa 200 mail da leggere

mamma_lara Lunedì, 10 Giugno 2019 09:22

Dany66, parlane al tuo specialista dei due attacchi di emicrania molto forti.
Io ho usato il gradient ma tantissimi anni fa e non ricordo bene come stavo al tempo. Dovrei controllare nei miei diari, ma c'è il rischio fossero nella cartella che mi hanno rubato quando ho traslocato. Ora ho tantissimo da fare. Ma appena ho un minuto ci guardo.
Tu però dovresti farmi la cortesia di ricordarmelo.
fai bene a parlarne con la tua neurologa. Poi se hai un minuto dacci notizie di te. ♥

mamma_lara Lunedì, 10 Giugno 2019 09:18

Paula, quando leggo di motociclisti mi si gela sempre il sangue. Tante volte ho letto e leggo di giovani ragazzi che perdono la vita.

Mi spiace per le tue gambe. Spero che il fisioterapista possa aiutarti

mamma_lara Lunedì, 10 Giugno 2019 09:15

Vitalba, anche Gabriele dice sempre che non ha mai sofferto di emicrania, ora che vive con me da tantissimi anni però mi dice che sa come sia. Anche lui si dice fortunato.
Per il resto dei dolori penso che ne abbiamo tutti, io ho deciso che me li tengo fino a che riesco a sopportare.
Ma è difficilissimo. Ti capisco.

mamma_lara Lunedì, 10 Giugno 2019 09:10

Francesca, interessanti i punti chiave dell'emicrania.
Mi piacerebbe averne l'elenco 😊

mamma_lara Lunedì, 10 Giugno 2019 09:08

Feffe, hai ragione a sentirti frustrata perchè non riesci a fare quello che fanno gli altri.
Però sappi cara che tu sei riuscita e riesci a fare tante cose che gli altri neppure le sognano anche se hanno sempre avuto una salute ottima.
Behh, elenco solo un paio di cosette che ci vorrebbe una vita per raggiungerle.

- 1) sei un ingegnere
- 2) hai fatto la ricercatrice
- 3) sei stata tanti mesi a lavorare in Francia
- 4) suoni benissimo il pianoforte
- 5) rappresenti Al.Ce. in Europa e nel mondo
- 6) stai lavorando a progetti italiani per rendere più visibile la nostra malattia
- 7) conosci l'inglese perfettamente

Ok, hai ragione, alle volte non riesci a fare quello che fanno gli altri, ma fai cose che gli altri le sentono solo dire.

Mi faresti un favore? Aggiungi all'elenco tutte le cose che io ho dimenticato o che non ho aggiunto perchè non le so. Poi stampale e mettile ben in evidenza. ♥

mamma_lara Lunedì, 10 Giugno 2019 08:58

Vale, io sto bene come sempre, cerco di ascoltare l'anima e quando sta bene quella sta bene tutto. Dico sempre così, ma ho capito che dico "sto bene" anche quando l'anima non è sempre nella solita forma.

Diciamo che mi barcameno cercando di rimanere sempre a galla anche quando ho il cuore a pezzi. Devo farlo, perchè sono un esempio per i miei figli ma anche per altre persone della mia famiglia. Grazie cara, ci ha fatto piacere il tuo scritto ♥

mamma_lara Lunedì, 10 Giugno 2019 08:54

Nico, detto da te "brutta gente" immagino che sia veramente brutta.

Spero tu abbia potuto passare la giornata di ieri senza troppo da fare

mamma_lara Lunedì, 10 Giugno 2019 08:52

Margaret, cercherò su youtube le gare di tuo figlio, a me piace tantissimo l'atletica.

Se penso a tutto quello che hai da fare al quale si aggiunge anche l'occuparsi di così tanti animali, penso proprio che tu sia un fenomeno.

Penso cara che la vita di tutte noi sia stata fatta di briciole e pezzetti da dedicare a tutto quello che vogliamo fare.

Anche perchè penso che abbiamo più grandi gli occhi della forza e prendiamo impegni sempre più grandi di noi.

Ma penso sia anche il nostro grande bellissimo essere che ci rende quelle che siamo. ♥

mamma_lara Lunedì, 10 Giugno 2019 08:40

Buongiorno a tutti.

Sabato e domenica due giornate molto impegnative, ho dovuto occuparmi di cose "altre" che mi hanno tenuta parecchio occupata.

Dany66 Domenica, 09 Giugno 2019 17:24

Ciao a tutti, sono nuova del forum, ho 52 anni e soffro di emicrania da quando ne ho 15, arrivò anche ad avere 15 attacchi al mese, purtroppo ultimamente ho avuto 2 episodi di emicrania molto forti e sono finita al pronto soccorso. Per farla breve mi è stata data una cura di profilassi con Gradient 50 ma i miei attacchi non sono diminuiti e in più mi sono arrivati dolori articolari e una rigidità muscolare molto forte. C'è qualcuno che ha preso questo farmaco e ha avuto questi problemi? Io non ne posso più, domani chiamo la neurologa e le dico che lo smetto. Grazie!

paula1 Domenica, 09 Giugno 2019 10:03

Buon giorno a tutti...qui sole e motociclisti già in azione 😡😡😡 io però oggi lavoro quindi tra poco scendo in città....ho chiesto il cambio per riposare, ieri sera siamo andati ai concerti a Imola e sapevo già di fare tardi....le gambe oggi si fanno sentire 😞 più riposo e più fanno male 😞😞, però la testa è delicata, ma buonina...

nico26 Domenica, 09 Giugno 2019 08:12

Buona domenica buona domenica a tutti e tutte noi. Ieri è stato allucinante Non Ci credete ma sono arrivata a casa alle 16:30 e dovevo smettere alle 13:30. Avendo chiuso una piscina Modena abbiamo avuto il mondo in questo mondo Scusate mi dispiace dirlo al pomeriggio c'era della brutta brutta brutta gente. per fortuna che abbiamo la guardia di sicurezza perché è dovuta intervenire e mandare via delle

persone due volte.non voglio esprimermi in questo forum Ma veramente non se ne può più 🤪. Spero che oggi riescano e non mi chiamino perché sono reperibile ma ho forti dubbi... Fefe e margaret spero che la notte vi abbia portato riposo e possiate star meglio. Vado a fare un camminata 😊

vitalba Sabato, 08 Giugno 2019 19:58

Oggi pensavo che ci sono moltissime persone che non hanno mai sofferto per il mal di testa;molti ti dicono -:Non so cosa sia.

Sono molto fortunati e non lo sanno,alcuni ti guardano con compassione,altri pensano che sei ipocondriaca e ne hai sempre una.

Oggi ero in giro vicino a Bra ed ero felice anche se avevo mal di schiena, male a tutte le ossa, però.....non avevo mal di testa e dicevo a mia figlia, che è pure emicranica, 😊ensa che bello se l'emicrania non tornasse mai più.....
La cosa che mi preoccupa di più è l'assunzione di antiinfiammatori che danneggiano i miei reni ormai vecchi e di triptani sconsigliati alla mia età. Chissà se prima della grande sera ci sarà il sereno...

francesca63 Sabato, 08 Giugno 2019 15:09

Salve a tutti

VALE che bella sorpresa.....spero tu stia meglio...

Leggo di tanti attacchiio sono coricata a ripetere i punti chiavedell'emicrania. Potrei parlarne per giorni.....fino a far scoppiare la testa! !!!!

Buon proseguimento a tutti.

Margaret Sabato, 08 Giugno 2019 14:33

Al momento sto trafficando perchè arriva un amico di Leonardo. Per fortuna il figliolo mi sta aiutando. Ora torno a sdraiarmi, faccio tutto a briciole e pezzetti cercando di tenere a bada l'ansia che ovviamente riguarda le mie trasferte della settimana prossima..terrore puro se sono messa come oggi..Il dolore si

acquieta e poi riparte. 😞

Margaret Sabato, 08 Giugno 2019 14:31

FEFFE81 è durissima in certi momenti, ti sono vicina..

vale23 Sabato, 08 Giugno 2019 14:31

Volevo salutare tutti, ciao Lara, spero che non stiate troppo male...vi auguro un buon weekend

feffe81 Sabato, 08 Giugno 2019 13:32

Sembra che vada un po' meglio, vediamo quanto dura...

Al momento sento tutta la frustrazione del non poter fare cose che altri fanno, in questo caso il non poter essere al trekking con l'uomo...

Margaret Sabato, 08 Giugno 2019 10:44

Vediamo se col cortisone le crisi vanno a calare e quanto equilibrio recupera. La dignità prima di tutto. A più tardi se riesco

Margaret Sabato, 08 Giugno 2019 10:42

Ecco FEFFE.. infatti.. saltata anche questa. Ho preso un antinfiammatorio in aggiunta.. Ho solo Leonardo a casa che può aiutarmi ma è preso dagli esami e tra cani e gatti devo riuscire a rimettermi in piedi almeno un po'. Frodo ha una sindrome vestibolare idiopatica che significa senza causa specifica ma dovuta all'anzianità. È la nostra labirintite. Barcolla crolla sulle zampe e vomita. Vede il mondo sottosopra. Durante qs crisi è agitatissimo. Poi dorme tanto. Lo porto fuori che sembra ubriaco. Dobbiamo vedere come va i prossimi giorni prima di decidere l'ultima ratio

feffe81 Sabato, 08 Giugno 2019 09:26

Qui va ancora male...ieri sera malissimo, dolore fortissimo e vomito...adesso il dolore è un pochino meno, ma ancora non vedo la fine...

MARGARET sei in buona compagnia...anche noi avevamo una gita in programma oggi: sono andati l'uomo e il cane senza di me

Margaret Sabato, 08 Giugno 2019 08:50

A più tardi. Sto proprio male

Margaret Sabato, 08 Giugno 2019 08:49

MAMMA LARA questa volta fa una staffetta altrimenti gare di velocità. So che trasmettono la gara sul canale di atletica su YouTube stasera 19.30. Io sono stecchita a letto con attacco. Mi tengo aggiornata sui tuoi preparativi. Che emozione

nico26 Sabato, 08 Giugno 2019 08:34

buon sabato a tutti/e noi 😊

Fuori dal cancello che apro alle 9 vi è la fila 😊

Margaret un abbraccio per Frodo e spero che possa star meglio.

Da oggi si rinizia con cena da noi e questo mi piace ma mi ero abituata ad uscire e devo dire che non si sta male!!Un abbraccio eforza per la ns family

mamma_lara Sabato, 08 Giugno 2019 08:01

Un articolo molto interessante

https://d.repubblica.it/life/2018/06/27/news/caretaker_burnout_sono_una_buona_madre_quali_segnali_indicano_che_chiediamo_troppo_a_noi_stesse_consigli_stress_distacco_emo-4027445/?ref=RHPPBT-VD-I0-C4-P22-S1.4-T1

L'Oms riconosce il "burnout" da lavoro, ma a soffrirne è anche un 12% di madri schiacciate dal peso di cura della famiglia

Il burnout è stato riconosciuto ufficialmente dall'Organizzazione mondiale della Sanità come disturbo medico. L'attesa decisione arriva dopo decenni di studi eppure manca un passo in più: riconoscere che il burnout colpisce anche i caretakers su cui si regge il peso dell'organizzazione della famiglia di Stefania Medetti07 Giugno 2019

figlipsicologia

La decisione arriva dopo decenni di studi: il burn out il 28 maggio 2019 è stato riconosciuto ufficialmente dall'Organizzazione mondiale della Sanità come disturbo medico. Non una malattia, ma una "sindrome che porta a stress cronico impossibile da curare con successo" perché l'agenzia speciale dell'Onu per la salute fornisce anche ai medici le direttive per diagnosticarlo. Eppure il concetto resta legato allo stress da lavoro, definito dall'OMS un "problema associato alla professione" che conta tra i sintomi: "spossatezza sul luogo di lavoro", "cinismo, isolamento o in generale sentimenti negativi" ed "efficacia professionale ridotta".

In questo modo, si esclude dalla categoria di persone a rischio burnout i caretakers, chi cioè si prende cura della famiglia. In Italia, nascosto fra le mura domestiche, il burnout è un fenomeno comune al 12% delle mamme. Lo ha rivelato un recente studio condotto in Belgio dalla Université Catholique de Louvain, che ha misurato questa forma di stress come una combinazione di tre variabili: stanchezza, senso di inefficienza e distacco emotivo dai figli. Con il merito di cominciare a riconoscere il costo emotivo ed energetico che grava su chi si prende cura della famiglia: il burnout non è più soltanto una sindrome di chi si sente schiacciato dal lavoro, come racconta efficacemente anche "Tully", film con Charlize Theron uscito nel 2018 che ha acceso i riflettori su questo aspetto sconosciuto della maternità.

"Il burnout del caretaker è una condizione sottovalutata da chi ne soffre e poco riconosciuta dalle persone intorno", conferma la dottoressa Lucia Portella, psicologa e psicoterapeuta a Milano. Il problema, in generale, sfugge al radar per due ragioni: "Primo: perché le donne sono abituate a fare tanto. Secondo: perché fa comodo. Chi riceve le cure, infatti, gode di benefici a cui non vorrebbe rinunciare". Ma succede a tutte le donne che si giostrano fra maternità, casa e lavoro? "Succede alla maggior parte", risponde la psicologa: "Nella nostra cultura, infatti, è ancora sottinteso che debbano essere le donne a occuparsi dei figli, della casa e dei genitori quando invecchiano".

Bye-bye Wonder Woman

Anche se non sempre ricevono l'attenzione che meritano, i segnali del burnout ci sono:

"L'organizzazione della vita familiare è nervosa, lamentosa e di perenne insoddisfazione. I bambini sono capricciosi, scontenti e richiedono attenzione. Le giornate trascorrono nel turbinio, senza momenti di calma, spazi per il rapporto a due in cui fermarsi e ritrovarsi", elenca Portella. Le donne che soffrono di burnout, di solito, non si sentono validate. Chi sta attorno, invece, nota il nervosismo, ma non considera che questo possa essere il sintomo di una persona che opera in riserva: "Si dà per scontato che sia così, le donne si danno da fare, le donne si sacrificano e, dunque, il sovraccarico non è considerato un problema".

A dire il vero, anche le donne hanno la loro fetta di responsabilità: "Chiedono troppo a se stesse e si prefiggono standard troppo elevati: dalla pulizia della casa alla gestione di un'agenda ricca di impegni per i figli". Poi ci sono la riuscita sul lavoro e la socialità". Inoltre, non ammettono mezze misure: "Le donne sono convinte di dover sempre essere performanti, apparire equilibrate, efficaci, insomma delle

wonder woman". In questa cornice, dichiarare di non farcela diventa il segno di un'inadeguatezza inaccettabile. "Se qualcuno dal di fuori vede e consiglia di abbassare le aspettative, la risposta è spesso un richiamo a un senso del dovere esagerato e a una forma di perfezionismo rigidissima".

Ridimensionare le aspettative

Liberarsi da una condizione che appare senza via d'uscita è possibile. Una soluzione si può trovare nella definizione di "abbastanza buono" del pediatra e psicanalista britannico Donald Winnicott che l'ha applicata ai genitori. Da qui l'invito a ridimensionare le attese e, dunque, la percezione del proprio ego e dei propri alti ideali. Un'altra variabile chiave è imparare ad accettare gli aiuti. Molte donne, infatti, rifiutano di delegare - al partner, ai nonni, alla baby sitter - e si sovraccaricano di lavoro, convinte che nessuno sia in grado di operare ai loro standard: "Cominciamo con l'accettare l'aiuto che ci viene offerto, in un secondo tempo possiamo rivedere le posizioni e cercare insieme soluzioni che incontrino le predisposizioni individuali".

Anche parlare è importante: "Mettiamo a nudo le difficoltà: per una donna può essere l'organizzazione della casa, per un'altra la gestione del tempo o delle necessità dei bambini". Accade più di quanto si vorrebbe, infatti, che i figli siano vittima del nervosismo degli adulti vittime di burnout. Definire le priorità della giornata, dunque, è un modo per costruire un argine e non farsi travolgere dalla to-do-list. "Insegnare ai bambini delle regole di reciprocità fa parte dell'educazione emotiva: nel loro piccolo, crescendo, possono contribuire alla riuscita della vita familiare. Si può richiedere la loro collaborazione insegnandogli a pensare "Cosa posso fare io?", propone Portella. Quando invece i problemi diventano fonte di conflittualità che non si risolve, ma che si reitera o peggiora, è il momento di rivolgersi a un professionista: "La terapia in coppia, caratterizzata da una visione bidimensionale, aiuta a individuare e affrontare i nodi relazionali che bloccano il fluire della vita familiare", conclude l'esperta.
di Stefania Medetti 07 Giugno 2019

mamma_lara Sabato, 08 Giugno 2019 07:43

Poi domani vorrei andare a trovare la mia sorellina. Vedo cosa posso fare.

mamma_lara Sabato, 08 Giugno 2019 07:42

Oggi mi dedico anche un po' a sistemare un po' di cose.

La prossima settimana dovrò fare telefonate dalla mattina alle 8 fino alle 14 del pomeriggio per sapere i tempi di attesa per una visita e di tempo ne avrà ben poco da dedicare al resto.

mamma_lara Sabato, 08 Giugno 2019 07:41

Margaret, scusami ma sono curiosa di sapere le gare che farà a Rieti Sebastiano. Che meraviglia. Oggi controllo se in tv fanno vedere delle gare di Rieti. Chiedo a Enzo che lui ne sa più di me. Io avevo tutti i miei ragazzi che facevano atletica. Enzo è stato quello che ha avuto risultati importanti in Italia e in Europa. Ha fatto anche parte della nazionale di atletica. Ancora adesso quando penso alle sue gare mi emozionano e tengo tutte le medaglie e anche tutti gli articoli di giornali

mamma_lara Sabato, 08 Giugno 2019 07:34

Margaret, mi piace per Frodo. Ma cosa dice il veterinario?

A me serve pensare avanti perchè devo dosare le mie forze per arrivarci all'avanti.

Alle volte ringrazio la parte razionale che c'è dentro di me, tante volte mi ha fatto fare scelte che contrastavano con il resto di me. La mia fortuna è derivata forse dal fatto che ero l'unica responsabile della mia famiglia e se non ci fossi stata io i miei figli non avrebbero avuto nessun altro. Questo mi ha dato una grande responsabilità ma anche la consapevolezza che mi dovevo difendere dai nemici e uno di questi nemici era proprio la mia onnipotenza che detta in parole povere altro non era che il voler sempre fare ogni cosa che la mente considerava indispensabili.

Ho dovuto fare delle scelte faticose e alle volte dolorose che ancora mi fanno soffrire. Però capisco che non avrei potuto fare diversamente.

Ma è inutile che ti dica questo, tu sai bene cosa fare.

Però serve a me e mi serve così tanto che alle volte le tue e le vostre parole sono come una medicina per la parte di me che continua a colpevolizzarsi.

mamma_lara Sabato, 08 Giugno 2019 07:20

Feffe, non chiedo neppure come stai. Ti penso.

mamma_lara Sabato, 08 Giugno 2019 07:19

Cris, hai ragione che vorresti stare meglio, sai te come sarebbe bello poterlo comprare in farmacia o al supermercato lo stare meglio. Purtroppo non è così.

Alle volte lo stare meglio viene anche da tante rinunce. Ancora adesso io me ne impongo mica poche.

Alle volte raggiungo dei compromessi e mica sono pochi, però sono necessari.

Noi vorremmo arrivare a fare ciò che la testa ci dice, ma il nostro corpo rifiuta.

mamma_lara Sabato, 08 Giugno 2019 07:08

Francesca, la disassuefazione è il periodo peggiore per noi, io me lo ricordo ancora come se fosse un incubo.

Poi se nell'anima hai un dolore così grande come la perdita di tuo papà tutto diventa più difficile.

mamma_lara Sabato, 08 Giugno 2019 07:06

Buongiorno a tutti.

Qui fervono i preparativi per le imminenti nozze, il da fare è tanto ma sarà altrettanto la gioia di vedere ancora una volta i miei cari insieme.

Poi ovviamente vi manderò le foto. Spero di ottenere il permesso.

Margaret Sabato, 08 Giugno 2019 06:39

Sono sempre io..Notte infernale con Frodo e son qui con la testa messa abbastanza male. Devo andare a fare una gita con Delia e Sandro ma ovviamente devo rimanere a casa. Non oso pensare a come andrà avanti la giornata e spero di riuscire a buttarmi a letto prima o poi

Margaret Venerdì, 07 Giugno 2019 16:16

Ricapitolando: Frodo sulla cuccia per ora bene!, Delia sul divano persa nei cartoni, Noemi a far fare esercizi al cavallo di una nostra amica che si è azzopato, Sebastiano a Rieti per gare di atletica, Leonardo chiuso in stanza per gli esami di 3 media..Grappa imperversa e i gatti fanno i gatti malandrini..Però c'è una certa tranquillità volendo essere positivi..Vi saluto e spero con qualche novità positiva da parte di tutti.

Margaret Venerdì, 07 Giugno 2019 16:12

Cris83, magari non starai male come pensi. Sai quanto ci frega il pensare in avanti? Io la settimana prossima parto di giovedì e torno mercoledì e mi muovo tra Prato e Würzburg, sopra sopra Monaco di Baviera e se penso che potrebbe arrivare la maledetta e sono fuori casa, con tante incognite tra viaggio e alloggio, potrei chiudermi in un armadio e non uscire che fra un mese. Lo so che quando le cose si mettono male siamo affollati di pensieri negativi, ma se può aiutarti, io cerco di pensare solo ad oggi e massimo a domani..Ci riesco? Solo a volte ma sarebbe importante.

Margaret Venerdì, 07 Giugno 2019 16:07

Oggi Frodo si è stabilizzato ma la nuova crisi lo ha indebolito. Riesce a fare qualche brevissimo giretto per i bisogni. Cortisone e si vede. Dorme ed è tranquillo e fuori era interessato agli odori. Ho avuto naturalmente una disavventura con Delia che si è fatta male a scuola ma tutto sembra essere ok. Solo tante corse..Quand'è che la testa me la farà pagare?

Margaret Venerdì, 07 Giugno 2019 16:03

FEFFE81 😞 Che pazienza bisogna avere..

feffe81 Venerdì, 07 Giugno 2019 12:22

Qui male male

Cris83 Venerdì, 07 Giugno 2019 10:45

Ciao!

Dopo recupero i vostri ultimi messaggi.. io l'ho già fatta tre volte la disintossicazione in ospedale, è stata sempre dura e in ospedale è più difficile perché ci sono più luci, odori, compagni di stanza che stanno meglio di te che guardano la tv o parlano al telefono ecc.. ma almeno ricordo che dopo prima settimana stavo meglio, e dopo avevo qualche mese di respiro in cui mi sembrava di vivere. Ora mi sento solo di sopravvivere, e a volte nemmeno quello. Avevo preso anche due settimane di maternità facoltativa per stare tranquilla a lavoro e credevo di poter rientrare questa settimana stando meglio ma sono venuta a lavoro solo 2 giorni da lunedì.

Sotto consiglio del Doc. ho preso anche il cortisone, una volta un po' mi ha fatto, ieri che ho riprovato zero sul dolore. E mi ha fatto pure uscire dalla chetosi. Non ho virDEX né imigran in casa perché ci potrei ricadere e prenderlo. Ma sono un po' demoralizzata.

Tengo duro e tiro avanti solo nella speranza di poter stare un po' meglio ma se non accade non so più che pesci prendere. Tra l'altro da domenica porto chiara al mare con le nonne.. Volevo lavorare da lunedì a mercoledì tutto il giorno e la sera poi andare a Cecina. La prospettiva di stare male anche la settimana prossima con lei al mare e io che non riesco ad andare a lavoro e sto pure senza di lei mi distrugge.

Buona giornata.. e scusate lo sfogo.

mamma_lara Venerdì, 07 Giugno 2019 10:28

Poi non vi dico cosa ho fatto per avere la possibilità di sapere il tempo che c'è da aspettare. Quello lo dico solo in privato 😊

mamma_lara Venerdì, 07 Giugno 2019 10:15

E' da ieri che chiamo i cup delle ausl delle varie città dicendo che devo fare una visita per cefalea. Voglio vedere quanto tempo devo aspettare.

Ho dovuto muovermi io visto che i pazienti che hanno risposto sono veramente pochi e mica posso portare delle percentuali fatte su un numero di neppure 30 persone che hanno risposto. Così sto chiamando io dicendo che devo fare una visita in convenzione quanto tempo ho da aspettare. Il tutto complicato dal fatto che per riuscire a parlare con qualcuno devo aspettare circa 10 minuti con nelle orecchie uno che mi spiega tutto l'ambaradan e musica, senza contare che la maggior parte delle volte arriva il silenzio e devo ricominciare da capo 🤦🤦🤦

Devo farlo e anche senza perdere troppo tempo visto che il 26 non è lontano. Quindi scusate se il tempo a disposizione per scrivere è poco.

francesca63 Venerdì, 07 Giugno 2019 08:10

Salve a tutti

LARA e FEF81 grazie per tutte le iniziative....

Anche per me la disassuefazione è stata tostissima....

Soprattutto l'ultima quando ho perso papà. ...

Oltre all'emicrania mi ricordo la nausea che mi opprimeva e tanto altro.

CRI83 non ho ricette da suggerirti ma solo la condivisione e tutto il tifo. Ce la farai. Ne sono certa.

Buon proseguimento a tutti voi.

mamma_lara Venerdì, 07 Giugno 2019 07:45

Per le iniziative non appena Fefe mi darà la traduzione (Fefe fai con calma e quando avrai tempo) vi darò notizie in merito all'iniziativa

mamma_lara Venerdì, 07 Giugno 2019 07:43

Margaret, mi spiace per Frodo, immagino che sarà faticoso per te vederlo in quelle condizioni.

mamma_lara Venerdì, 07 Giugno 2019 07:41

Buongiorno a tutti.

Cris, mi piace il tuo *tengo duro*, decisamente non mi piace il fatto che non vada bene.

La mia esperienza di disintossicazione è particolare e oserei dire anche abbastanza singolare. Partire dal fatto che tante volte mi hanno proposto la disintossicazione in ospedale, ma sai bene che per me gli ospedali sono un luogo dove mi sento malissimo e poco "sicura", -questa però è una cosa mia-.

Per questo quando ho visto che l'esagerazione dei sintomatici che assumevo a quel tempo mi stavano distruggendo fisicamente e mentalmente, ho pensato che bisognava proprio facessi qualcosa per cambiare.

Ho detto smetto, ma smetto di tutto.

Non è stato facile, anzi, per quasi un anno e mezzo avevo fortissime crisi di emicrania e la grappolo

che non mi dava scampo.

Per fortuna avevo preso coscienza e preso finalmente atto che anche facendomi 4 iniezioni di triptano al giorno accompagnati da tutti gli altri sintomatici che non sto ad elencare ma ti garantisco che anche quelli alle volte arrivavano a 5 o 6 anche quelli sempre in un giorno il dolore era presente e aumentava sempre di più, ho deciso che avrei provato a fare la disintossicazione da sola a casa con l'aiuto della mia famiglia.

Certi giorni stavo talmente male che facevo persino fatica a camminare, altre volte avevo crisi di astinenza che mi davano tremori per più di un ora, tutto questo accompagnato da altri sintomi ed effetti poco edificanti.

Ho cercato di resistere, ma non senza un'immensa fatica visto che il tempo è stato abbastanza lungo. Nel mio caso il primo periodo che sarà durato circa 4 o 5 mesi è stato il più faticoso. Poi piano piano sono scomparsi i sintomi di tremore e anche tutto il resto che li accompagnava. I tempi ora non è che li ricordo bene, sono passati tanti anni. Però assolutamente sono state molte più di due le settimane. Spero che tu abbia la forza di leggere questo messaggio.

E spero anche tu possa stare meglio. ♥

Margaret Giovedì, 06 Giugno 2019 21:46

FEFFE spero stasera tu stia meglio..

Margaret Giovedì, 06 Giugno 2019 21:46

Buonasera..Oggi Frodo è stato di nuovo male, 15 anni e disturbi neurologici tipo labirintite che quando arrivano lo mettono ko. Oggi poi non riuscendo più ad alzarsi si è fatto tutto addosso...Stasera con il cortisone va un pò meglio; sono riuscita a portarlo fuori per la pipì; barcolla come ubriaco..Per il resto vado a letto che sono distrutta. Bene per le iniziative di cui ho letto..Vi seguo..

Cris83 Giovedì, 06 Giugno 2019 21:27

Ciao!

È un po' che non scrivo e gli ultimi messaggi non li ho neanche letti. Qua non va bene. Dopo due settimane di disintossicazione speravo di stare meglio invece anche questa settimana è pessima. Eh niente.. Tengo duro. Vi voglio bene.. Un abbraccio.

mamma_lara Giovedì, 06 Giugno 2019 15:50

Feffe, non so cosa abbia combinato ma non trovo più due messaggi che avevo scritto.

A te dicevo che 5 giorni consecutivi sono sempre difficili da sopportare.

Spero che possa arrivare anche in Emilia Romagna la monoclonale e che a te porti sollievo

mamma_lara Giovedì, 06 Giugno 2019 14:41

Mi riposo un po' così sistemo i letti e anche quella cosa andrà nelle cose già fatte.

mamma_lara Giovedì, 06 Giugno 2019 13:40

Monica, spero che stavolta torniamo a casa meno umiliate della volta scorsa.

Meno male che eri con me, perchè quando la racconto pensano che dica delle cose esagerate.

Ricordo quel giorno e i presenti come la rappresentazione peggiore della politica.

E tu ne sei testimone.

Staremo a vedere.

Stavolta però non sono sola, ci sono anche medici specialisti e di certo a loro mica posso dire le cose che hanno detto a noi.

Vuoi vedere anche stavolta farò fatica a riconoscerti. Sembri una ragazzina. 😊

mamma_lara Giovedì, 06 Giugno 2019 13:35

Voi sarete tutti con Monica e con me quel giorno carissima Feffe.

Sto facendo una relazione con quello che mi avete scritto, so che a loro interesserà poco o niente, Ma non potranno dire che non erano a conoscenza delle nostre immense difficoltà in tutti gli ambiti.

Grazie ♥

feffe81 Giovedì, 06 Giugno 2019 13:32

MAMMALARA sono felicissima che tu vada all'evento in Senato e pure che MONICA riesca a partecipare 😊

feffe81 Giovedì, 06 Giugno 2019 13:31

Buongiorno a tutti, sono a letto con l'emicrania. È il quinto giorno nell'ultima settimana in più oggi i sintomatici non hanno fatto effetto, quindi... 😞

Monica Giovedì, 06 Giugno 2019 10:49

E fare qualcosa di concreto per il riconoscimento della cefalea come malattia

Monica Giovedì, 06 Giugno 2019 10:46

Lara non mi costa nulla venire e poi posso rivedere anche te 😊

mamma_lara Giovedì, 06 Giugno 2019 10:10

Monica, appena mi hanno detto che sarei stata invitata in Senato il primo pensiero è stato: "speriamo venga anche Monica"

Grazie carissima per esserci.

mamma_lara Giovedì, 06 Giugno 2019 10:09

Buongiorno a tutti.

Tante cose da fare e da sistemare per il matrimonio imminente.

Per fortuna mi sono messa avanti con i mangiare, altrimenti ora sarei proprio nei guai con tutto il da fare che i nuovi impegni hanno portato.

Ma piano piano faccio tutto. Questo è il mio pensiero, e lo tengo ben stretto. Fa presto l'ansia a fare danni e con quella addosso non si fa più niente.

Monica Giovedì, 06 Giugno 2019 09:48

Buongiorno a tutti. Lara io ci sarò, adesso ti mando la mail.

Annuccia che bel regalo 😊

Io sono stata in catamarano una volta, quando sono stata in vacanza a Capoverde. Ricordo che ci dissero di fare la colazione salata per evitare il mal di mare. Ed infatti non abbiamo avuto problemi. Invece un ragazzo di circa 14/15 anni aveva fatto colazione con una tazza di latte e biscotti. Dopo pochi minuti dalla partenza, ha iniziato a stare male, non so quante volte ha vomitato. Si era ripreso un po' solo quando ci siamo fermati a fare il bagno. Ma poi al ritorno ha ricominciato. Non vi dico come stava quando è sceso!

mamma_lara Mercoledì, 05 Giugno 2019 22:37

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

mamma_lara Mercoledì, 05 Giugno 2019 22:34

Nico, potrebbe essere che sia solo un po' gentile il tuo direttore. Avrà paura che tu lo prenda a cazzotti. 😊

Mi fa piacere che tu sia in Croazia perchè immagino che tu sia lì in ferie.

Mi hai fatto ridere quando dici che quelli che vengono in piscina si devono fare una vita.

nico26 Mercoledì, 05 Giugno 2019 22:16

Ciao a tutte e non buongiorno ma buonasera dal lavoro dove fra un ora chiudo. Son giornate di fuoco ma se vi faccio leggere le mail mielense del direttore perche' mi ha visto veramente fuori e se lo dico vi giuro era vero. Beh..se le leggete altro che grappolo alla testasi attorcigliano le budella e tutto il corpo. Per il 26 Lara io sono ancora in Croazia e sembra che il destino voglia così 😞. Paula come ti capisco. Annuccia che spettacolo sarà andarea vedere le balene. Ma il catamarano sarà piccolino? Se si io non ci riuscirei mai...se grosso. beh....beh....non so! Ecco arriva gentema che si facciano una vita.....

mamma_lara Mercoledì, 05 Giugno 2019 15:48

Carissime e carissimi, sono stata invitata dalla Fondazione CENSIS, ad esporre una relazione in occasione della presentazione dell'Indagine da loro svolta alla quale molti di voi hanno partecipato: "Vivere con il mal di testa. Dalla sottovalutazione al condizionamento esistenziale". **L'Evento avrà luogo il prossimo 26 giugno alle ore 10 presso la Sala degli Atti Parlamentari - Biblioteca Giovanni Spadolini in piazza della Minerva 38 a Roma.**

In questa occasione quelli di voi che fossero interessati, potranno partecipare tenendo presente che

dovranno farsi carico di tutte le spese sostenute.

E' pregato inoltre di spedire alla mia mail lara.merighi@gmail.com il proprio indirizzo mail compreso nome e cognome e il consenso di inviare queste due informazioni al CENSIS.

Penso serva per poter comunicare le presenze e il numero dei partecipanti.

Grazie a tutti. Un abbraccio.

lara

Piera Mercoledì, 05 Giugno 2019 09:39

Annuccia, mandaci uno dei tuoi figli con Roberto 😊, per il katamarano ti capisco, io sto talmente male su qualsiasi mezzo che naviga, che non ci andrei nemmeno morta!!!! le volte in cui sono stata costretta a salire su una barca, ero imbottita di xamamina!!! una volta per non prendere pillole ogni sei ore, ho messo il cerotto con la scopolamina, non so se sono stata male causa mare mosso o

cerotto 🤢 Comunque carino il pensiero per il padre!!!

mamma_lara Mercoledì, 05 Giugno 2019 09:25

Ora mi spiace ma devo scappare. Devo dare una mano a Gabriele che sta sistemando una cosa nel cortiletto.

A dopo carissimi.

mamma_lara Mercoledì, 05 Giugno 2019 09:17

Annuccia, mamma mia, un giro in catamarano 🙄🙄🙄

Sei molto coraggiosa, pensa che sono un po' di anni che anche se guido io quando ci sono strade con molte curve mi viene da vomitare.

In nave una volta sola, ma mai più mi sono detta.

Però come fare, immagino sarai molto combattuta.

Magari potresti andare e non fai la gita sul catamarano. Poi potresti visitare tutto il resto.

Potrebbe essere un'idea.

Immagino la commozione tua e di Roberto.

E ironico (non troppo) con la sua battuta.

Però sappi che i miei ragazzi ne dicono di ogni a me e a Gabriele e siamo ancora qui. Ricordo quando Gabriele al matrimonio di Zeno si è comprato un bellissimo vestito. Enzo ha scherzato dicendo:

"Gabriele, tienilo ben perchè andrà benissimo per il tuo funerale" 😊😊😊

Siccome a me ne dice anche di peggio e ci siamo abituati ci abbiamo riso e non poco.

Ora invece Gabriele metterà lo stesso vestito usato 13 anni fa per il suo di matrimonio e li ci farò 4 risate io visto che lui ha sempre vissuto i matrimoni degli altri come un funerale.

Sai carissima, se Enzo smettesse di dire battute sulla mia e la dipartita degli altri che ama tantissimo, nel mio caso andrei dal medico e gli chiederei subito se i miei figli sanno qualcosa che io non so.

Quando abitavo nella mia vecchia casa tu sai bene che abitavo al quinto piano, il gioco più bello era quello "dai che facciamo fare alla mamma un tuffo sui garage"

E da li partivano tutte le mosse che avrei dovuto fare mentre cadevo. Una meraviglia vederli trovare pose improponibili. Ma loro volevano che facessi il "fenomeno" anche li. ♥

Immagino però che la tua anima ne abbia di pesantezze.

mamma_lara Mercoledì, 05 Giugno 2019 08:57

Poi vi dirò l'indirizzo

mamma_lara Mercoledì, 05 Giugno 2019 08:56

Il giorno è il 26 mattina alle ore 10:00

mamma_lara Mercoledì, 05 Giugno 2019 08:56

Chi vorrà partecipare al Senato, mi deve scrivere che vuole partecipare e che posso fornire il vostro contatto.

Grazie

mamma_lara Mercoledì, 05 Giugno 2019 08:54

Buongiorno a tutti.

Per le ragazze di Roma,

spero mi diano il permesso di pubblicare il messaggio dell'Evento che vede presente me ma anche

altre persone al Senato.

Mi hanno detto che se volete partecipare dovrei fornire loro la vostra mail per potervi contattare.

Penso siano presenti oltre me un rappresentante dei fratelli grappolati e degli specialisti.

Mandatemi le vostre difficoltà di pazienti sia per quello che riguarda reperire i farmaci, prenotare visite e anche procurarvi l'ossigeno.

Sto preparando un documento e ho bisogno di portare le vostre esperienze.

Un po' di voi già mi hanno già spedito la propria esperienza.

A loro va un grazie grandissimo

Non scrivere qui ciò che avete da dirmi ma mandate una mail al mio indirizzo

lara.merighi@gmail.com

Grazie sempre a tutti voi

Annuccia Martedì, 04 Giugno 2019 18:04

PAULA, Andrea è un commerciale ma sarebbe disposto a ricominciare da zero

paula1 Martedì, 04 Giugno 2019 17:20

ANNUCCIA...sì i nostri giovani non hanno un gran bel futuro lavorativo.....da noi in ufficio accettazione è andata via una ragazza e oggi ho riprovato a chiedere a quella del personale....la risposta è che io costo troppo (e ok lo sapevo 😞 anche se non ho mai visto un 1300 in busta 😞) e hanno preso un ragazzo che mi ha detto costa davvero pochissimo....ancor meno che gli ultimi assunti... 😞😞 comunque volevo chiederti che professionalità ha Andrea, perchè a volte qui a Bologna aziende grandi e leader cercano.....

paula1 Martedì, 04 Giugno 2019 17:16

Buon pomeriggio a tutti...qui sole e molto caldo (come ci si aspettava.. 😊)....sabato e domenica i concerti sono andati bene...io ho aiutato gli organizzatori...ero alla spina della birra.... 😊😊 Fausto ha riscosso successo, perchè canta davvero bene, ma il suo gruppo non suona invece altrettanto e qualche pezzo è un po' scarso...però l'importante è divertirsi e facciamolo bastare... 😊 ieri ero di riposo forzato, perchè non c'era bisogno quindi io che ho poche ore di ferie ero a casa e la collega che ne ha 300 invece a lavorare... 😞😞 poi ho avuto male alla schiena così nemmeno mi sono riposata.... 😞 oggi al lavoro mi sono innervosita nuovamente.....non c'è pezza...io con la collega (non quella della 300 ore) non ce la faccio a lavorare....mi ero ripromessa di stare calma, di pensare ad altro, di respirare, di soprassedere, ma non ce la faccio.....sto anche leggendo parecchie cose e ascoltando lezioni di psicologia sui comportamenti, sulle ansie, sulle prestazioni, sulle abitudini,ma non riesco a trarne dei vantaggi....ora in biblioteca ho ordinato un libro che ci aveva consigliato quel neuropsichiatra al congresso.....sulla calma..... ho altri colleghi, anche non troppo simpatici, ma una intolleranza così non mi era mai capitata....ha dell'incredibile.... 😞😞😞 scusate lo sfogo.....

Annuccia Martedì, 04 Giugno 2019 16:17

Andrea invece torna stasera. E' rimasto ieri e oggi a Parma per portare qualche curriculum è di nuovo in cerca di lavoro. Povera gioventù.....

Annuccia Martedì, 04 Giugno 2019 16:16

Roberto la sera mi ha detto non è che hanno pensato di regalarmi l'ultimo desiderio 😊😊 la testa vaga sempre , io sono campionessa in questo, ma lui , povero, non sono abituata a sentirlo in questo genere di riflessioni 😊

Annuccia Martedì, 04 Giugno 2019 16:13

Caro Forum, siamo tornati ieri da Parma e, devo dire, che con il treno è tutta un'altra cosa. In due ore e quaranta si arriva , senza intoppi e senza code inaspettate. E' andato tutto per il meglio, incluso il bel tempo. Vi ringrazio tutti per la vostra vicinanza e per gli auguri. Il battesimo è stato emozionante, ma , devo dire, che in questi giorni abbiamo tutti le lacrime facili. Sabato Enrico e Andrea avevano preparato torta e regalo a Roberto e oltre ad uno zaino , hanno pensato di regalargli un giro in catamarano in Norvegia per vedere le balene (è stato sempre un sogno di Roberto) . Il pensiero è stato stupendo ed

anche lì la lacrimuccia è scesa, ma figuratevi il caos per organizzarci a fare questo viaggio..... mi ci vedete???????????? mah.... non ci penso, magari andrà da solo o con un amico.

mamma_lara Martedì, 04 Giugno 2019 09:51

Margaret, è difficile lasciare andare le critiche, ma come si fa a lasciarle perdere quando le critiche diventano offese.

Bisognerebbe ripagare queste persone con la stessa moneta, ma bisognerebbe esserne capaci. Io ogni tanto ce la faccio, ma faccio una bella fatica.

Per il diario è sempre meglio segnare tutto.

mamma_lara Martedì, 04 Giugno 2019 09:45

Nico, quanta energia sprecata.

Penso che quelle persone sono in troppe perchè tu le possa "combattere" tutte. Ma questo è solo il mio pensiero che vale per me.

mamma_lara Martedì, 04 Giugno 2019 09:43

Buongiorno a tutti.

Ho la testa piena di pensieri per una persona a me molto cara.

Purtroppo non posso fare niente.

nico26 Martedì, 04 Giugno 2019 08:58

Buongiorno a tutti/e e Annucchia che spettacolo ,così come Piera.Che donne meravigliose che abbiamo!!!

Ragazze sarebbe lunga da raccontare poi vi dirò il mio scoglimento...ento sul lavoro di questi giorni.

Willy dita incrociate e Margaret le persone come sono veloci a ferire gli altri , ma se si guardassero allo specchio forse vedrebbero il baratro della propria vita.

Margaret Lunedì, 03 Giugno 2019 19:29

Il taglio (non la faccia! ovviamente) è quello dell'attrice Melissa Mc Bride di The Walking Dead, giusto per dire..oh là 😊 Oggi ho scritto alla mia neurologa per la terapia monoclonale, vediamo cosa mi dice..Purtroppo ho fatto l'errore di segnare sul calendario solo gli attacchi invalidanti dove ho usato trip e compagnia bella, ma altrettanti meno violenti, li gestisco con ghiaccio e cannabis, ma non li ho segnati. Ok, a domani..buona serata e buona notte

Margaret Lunedì, 03 Giugno 2019 19:25

Buonasera a tutti. Sono stanca ma contenta perchè certi giorni come oggi il lavoro mi convince sempre di più che sono sulla strada giusta. Invece non sopporto più le critiche di alcuni per capelli e corti e ricrescita che avanza..Tengo duro..Certo, il cambiamento è stato radicale..qualcuno mi ha chiesto se

sto facendo la chemio 🤢 Quanti pregiudizi..ma vi pare??

nico26 Lunedì, 03 Giugno 2019 14:03

Ragazze vi mando un bacio ma ho i co@@@ni che girano a 30000 e ho mandato a fan c@@@ tutti al lavoro!!!Vi dirò poi... 😊

mamma_lara Lunedì, 03 Giugno 2019 08:52

Ora però devo andare da Filippo, altrimenti addio lavoro, non riesco a stare seduta 😞

mamma_lara Lunedì, 03 Giugno 2019 08:51

Ma quali passioni. 😊😊😊

Ho un bel po' di mail da sistemare. Pensavo di fare in fretta e sono ancora qui che ho appena finito di rispondere a 3 mail. E ne ho ancora una cinquantina da sistemare. 😊😊😊😊

mamma_lara Lunedì, 03 Giugno 2019 08:09

Per ora però ho un bel da fare per l'incontro di settembre.

E non è facile mettere d'accordo tutti.

mamma_lara Lunedì, 03 Giugno 2019 08:07

Sto mettendo su una relazione da portare con me quando mi chiameranno per il primo incontro. Poi chissà se mi chiameranno, attendo un documento da giovedì scorso, lo hanno mandato a tutti tranne che a me.

Bene così mi dedico alle mie passioni 😊

mamma_lara Lunedì, 03 Giugno 2019 08:02

Buongiorno a tutti. Fra un po' vado da Filippo poi a fare un po' di spesa. Ho i capelli in furore e non so da che parte vogliono stare. Per ora stanno dritti, dritti ma non rivolti verso la terra, loro sono rivolti verso il cielo 🙄🙄🙄🙄

mamma_lara Domenica, 02 Giugno 2019 21:22

Margaret, anch'io ogni tanto dico cose scherzose ai miei ragazzi e quasi sempre mi dicono che mi fumo della "roba" molto buona. 🙄🙄🙄🙄

Però mica ci credo che siano senza mutande gli scozzesi 🙄🙄🙄🙄

mamma_lara Domenica, 02 Giugno 2019 21:18

Francesca, purtroppo sono le regioni che decidono a quali persone concedere il farmaco in convenzione e potrebbe anche succedere che la decisione sia diversa da regione a regione, ma di certo ci potrei scommettere che i 4 giorni non li terranno neppure in considerazione.

C'è una commissione che lavora per prendere questa decisione e sono loro che daranno le disposizioni in merito.

Poi è vero che il foglietto illustrativo la consiglia per persone che hanno 4 attacchi, ma fanno i conti senza l'oste.

Se lo regalassero la farebbero tutti dai 4 attacchi in su.

francesca63 Domenica, 02 Giugno 2019 20:48

MARGARET a dire il vero se tu leggi il foglietto illustrativo dell Aimovig di che che è indicato per la prevenzione dell emicrania in adulti con 4 episodi al mese. Se vuoi puoi leggerlo collegandoti a Codifa informatore farmaceutico...Aimovig....

Buonanotte a tutti

Margaret Domenica, 02 Giugno 2019 16:39

Ho visto su FB le foto del battesimo di Giulia e Lupo..Beh, ANNUCCIA.. tu e Roberto siete davvero belli..

Margaret Domenica, 02 Giugno 2019 16:38

Eccomi qui, grazie per le risposte! Vorei chiedere ancora qualcosa ..perdonatemi : se io ho 8 giorni di dolore invalidante ho accesso a questa terapia? E se certi mesi ne ho 6 o 7? La si deve pagare, quanto? GRAZIE:: lo sono rimasta a letto quasi tutto il giorno per la enorme stanchezza..La casa sembra una polveriera che sta per esplodere,. Adesso son dietro a sistemare gli armadi ma con calma. Fino a fine giugno mi aspetta di tutto e di più..E siccome sono la maga dell'ansia anticipatoria, sono qui che mi sto facendo mille problemi per le trasferte e per i 15 giorni in Scozia a luglio che con questa bestiaccia in agguato..non vorrei rovinare la vacanza a nessuno..Ieri sera ho detto a mio figlio maggiore che li gli uomini vanno col kilt senza mutande sotto..e che dovrà adattarsi anche lui a questo costume 😊 Ha detto che siamo una famiglia si matti e che lui non viene 😊

mamma_lara Domenica, 02 Giugno 2019 15:23

Willy, l'obiettivo è di raggiungere la grauità per i casi più gravi entro quest'anno. Si spera di farcela. poi a breve usciranno anche i farmaci sempre monoclonali delle altre case farmaceutiche, quindi potrebbe essere che anche il prezzo possa diminuire

Willy Domenica, 02 Giugno 2019 15:17

Ragazze sono passati ormai due mesi dalla prima fiala del vaccino monoclonale ed in effetti la riduzione degli attacchi c'è stata ma dopo 40 anni di delusioni e assunzione di decine e decine di farmaci diversi, voglio aspettare i tre mesi prima di tirare anche la minima conclusione. Giovedì faccio la terza e poi faccio confronto con medici del Mondino. Importante sarà ottenere la riduzione del costo, elevatissimo, delle fiale e magari anche la gratuita' per coloro che hanno la cefalea cronica e in futuro per tutti. Buona domenica e grazie a Lara ed a chi si occupa di noi e di chi soffre di mal di testa.

mamma_lara Domenica, 02 Giugno 2019 13:26

Vado da Emma

mamma_lara Domenica, 02 Giugno 2019 13:26

Lo dicevo proprio ieri ad una nostra amica che è venuta a trovarmi.
Non riesco a difendermi, perchè mi sento in grado di sopportare qualsiasi cosa, ma difendendo le persone a cui voglio bene difendo anche me stessa.

mamma_lara Domenica, 02 Giugno 2019 13:23

Che sia determinata stanne certa. Difendendo voi difendo anche me stessa.

mamma_lara Domenica, 02 Giugno 2019 13:20

Sta qui il fatto, credo sia aperto solo a 4 persone proprio perchè è privato questo incontro. Non so neppure se sia permesso fare video. Mi informerò

francesca63 Domenica, 02 Giugno 2019 13:04

LARA scusami ...vorrei presenziare per vederti. DETERMINATISSIMA COME SEMPRE quando devi difenderci. ...

mamma_lara Domenica, 02 Giugno 2019 11:55

Vado a fare la pappona.

Oggi ho qui Emma

mamma_lara Domenica, 02 Giugno 2019 11:53

Francesca, ma mandali a quel paese da parte mia.

Leggevo prima un messaggio che avevo scritto anni e anni fa e mi è scappato da ridere, a quel tempo ci mettevo un minuto per scrivere dove li mandavo e non pensare che fosse un vaffa perchè al tempo ero molto meno maleducata, consigliavo loro di andare in un posto dove ci sono persone che farebbero carte false per potervi andare ogni giorno regolarmente.

Grazie per il tuo messaggio. Sicuramente i tuoi dati vengono da fonti certe.
Poi a breve ci saranno anche altri farmaci di quel tipo.

Per Aifa sono 4 le persone che potranno presenziare e penso siano persone che rappresentino un po' tutte le figure che operano in Al.Ce.

Io rappresento i pazienti

Mi spiace carissima.

Però se rimane un posto libero puoi venire tu senza problemi.

E' a Roma l'incontro

francesca63 Domenica, 02 Giugno 2019 10:31

Scusate gli errori.

francesca63 Domenica, 02 Giugno 2019 10:30

Salve a tutti...

MARGARET sai che la mia tesi di laurea verte sui nuovi farmaci pwr le cefalee. Ebbene gli anticorpi monoclorale sono 4 e l'unico da noi approvato è Erenumab ossia Aimovig. Gli studi clinici sono risultati molto promettenti in particolare l'ultimi che aveva arruolato 3000 pazienti. La riduzione di numero di attacchi al mese è stata del 50 per cento. In alcuni pazienti del 75per cento!!!!Quindi molto entusiasmanti. Effetti avversi pari al placebo diversamente da tutti gli altri farmaci usati nella profilassi. .. cero in ballo ci sono i costi. Ed è auspicabile si eseguono altri studi pwr confermare i dati a disposizione. ..

Scusate non volevo tenere lezioni di alcun tipo...

Già qualcuno mi ha detto che ho fatto un lavoro personale. .

Credetemi mai ho menzionato di essere emicranica....

Ma è lo stesso

Ve ne parlerò a quattr occhi..

.Per quanto riguarda il progetto AIFA. ...

OK LARA.

Mi piacerebbe proprio presenziare....
Buona Domenica a tutti.

mamma_lara Domenica, 02 Giugno 2019 09:36

Margaret, le persone che ho sentito io con la nuova terapia hanno diminuito le crisi, alcune sono passate da 25 giorni a 10, altre invece le hanno diminuite fino ad arrivare a 6 giorni.

Però è ancora presto perchè le persone che la fanno sono pochissime.

Io sono convinta che ci si debba accontentare dei risultati quando si ottengono dei benefici.

Con la chetogenica ho ancora un po' di attacchi di emicrania e ho ancora shadows dovute alla grappolo, però mi accontento perchè penso che il MDT non possa mai essere sconfitto completamente e lui troverà sempre il modo di uscire se non faccio attenzione a come gestisco l'ansia e a come vivo la mia frenesia di voler fare tutto quello che mi passa per la testa.

Quando non riesco a gestire queste cose l'emicrania si ripresenta più spesso, li capisco che devo darmi una regolata. E' questa cosa a fare la differenza nel mio caso, devo riuscire a frenare.

Per la grappolo invece non influisce niente. Lei fa come le pare.

mamma_lara Domenica, 02 Giugno 2019 09:24

Nico, ma di che ne hai fatti dei metri.
Va la che ne hai anche tu un bel po' da fare.

mamma_lara Domenica, 02 Giugno 2019 09:23

Buongiorno a tutti.

Ho qui Emma da ieri sera 😊

Margaret Domenica, 02 Giugno 2019 08:28

Buongiorno..Volevo chiedere ai più informati i risultati della terapia monoclonale, in quale percentuale ha abbattuto le crisi..per esempio., la sua efficacia finora dimostrata.Altra domanda: dopo quanto tempo la chetogenica dovrebbe produrre i primi effetti benefici? Grazie e a più tardi

nico26 Domenica, 02 Giugno 2019 07:51

Buon 2 giugno a tutti noi 😊

Ragazze ieri 24500 passi 🏃 e oggi ho la doppia sianpranzo che cena 🍽

Vi abbraccio tutttteeeeeee 🤗

mamma_lara Sabato, 01 Giugno 2019 22:29

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

mamma_lara Sabato, 01 Giugno 2019 22:27

Carissimi, avrei bisogno della vostra collaborazione per una ricerca da presentare ad AIFA (Agenzia italiana del farmaco) e in ambito politico.

AIFA ha invitato la nostra Associazione Al.Ce. a partecipare al tavolo permanente per i pazienti, in ottemperanza alle Linee Guida del Documento in materia di Governance farmaceutica.

In quella circostanza, vorrei portare alcune vostre testimonianze che mettano in evidenza le tante difficoltà che abbiamo quando non riusciamo a trovare alcuni farmaci che sembrano scomparsi dalle farmacie e non è raro che per procurarceli, siamo costretti a cambiare regione.

A tutto questo, in alcuni casi si aggiunge la difficoltà nel farci prescrivere l'ossigeno nonostante la Determina AIFA del 28 dicembre 2015 e la pubblicazione sulla Gazzetta Ufficiale della Repubblica Italiana del 16 gennaio 2016 pagina 14.

Questi ma anche tanti altri sono gli ostacoli che rendono difficile il nostro quotidiano, questo causa in noi un senso di incertezza che complica ancora di più la sofferenza che siamo costretti a vivere ogni giorno.

Tenuto conto che avrò a breve un appuntamento con la politica, fatemi sapere inoltre le vostre difficoltà nel prenotare una visita e il breve tempo hanno gli specialisti da dedicarvi quando la visita viene fatta in convenzione.

Nella consultazione riguardante il nuovo elenco dei Centri per la diagnosi e cura delle cefalee da pubblicare nel Sito della Fondazione alla quale avete partecipato, nelle vostre segnalazioni avete fatto cenno a tantissime difficoltà in questo ambito. Segnalatemi anche quelle per favore.

Ho bisogno di conoscere le vostre esperienze e le vostre difficoltà per poter dare loro la visibilità che meritano.

La nostra Associazione Al.Ce. fin dal lontano 2007 si è battuta affinché si arrivasse al tanto atteso riconoscimento della cefalea cronica come malattia sociale che attende solo l'approvazione del Senato per la sua realizzazione.

Ma il nostro impegno non è finito con questo riconoscimento, ci aspetta un altrettanto importante obiettivo, l'inserimento della cefalea cronica nei L.E.A. -Livelli Essenziali di Assistenza-.

Per questo Al.Ce. proseguirà la campagna che la vede sempre protagonista a favore di tutti noi pazienti.

Nell'attesa dei vostri messaggi vi mando un fortissimo abbraccio con l'affetto di sempre.

Lara

P.S.

Vi chiedo la cortesia di spedirmi i vostri messaggi con le segnalazioni in forma privata alla mia mail:

lara.merighi@gmail.com

paula1 Sabato, 01 Giugno 2019 15:01

Buon giorno a tutti...qui sole e caldo...dopo la lunga di ieri e stamattina in un reparto bello tosto in questo momento...finalmente stacco un po'.....mi riposo poi inizio il tour per la due giorni di concerti dove domenica sera suonerà anche Fausto....l'iniziativa si chiama " Land Rock Festival" e sarà in un parco in una frazione del comune di Pianoro e chissà.....magari passa anche Gianni Morandi a vedere... 😊😊😊😊😊 (abita lì vicino, ma credo sia in Sardegna a girare la fiction 😊)....io vado ad aiutare perchè l'avevo promesso....speriamo venga un po' di gente...

sarò a casa anche lunedì... 😊😊

è vero che ho perso qualche kilo, ma con una fatica immane e spesso (molto spesso) come una tigre in gabbia...specialmente nei pomeriggi che sono a casa..... 😊😊 mi piacerebbe provare la cheto, ma sono sicura di non farcela e poi è costosa....però proverò ad usare qualche suggerimento...ad esempio invece dei biscotti a colazione ho preso 3 ingredienti per fare i pancake...poi vi dirò come vengono... 😊😊

mamma_lara Sabato, 01 Giugno 2019 07:52

Margaret, che bel lavoro che fai anche se molto impegnativo.

Per il parlare in pubblico ti capisco, ma tu ne hai le capacità e fai sempre affidamento su questo.

Per il parlare in tedesco li sei un fenomeno. Emma lo sta studiando e quando parla per me è proprio arabo.

Per tuo papà mi spiace tantissimo, vedere i propri cari perdere la loro indipendenza fa veramente tanto male al cuore.

Anche a me aiuta leggere i vostri scritti, mi danno forza.

mamma_lara Sabato, 01 Giugno 2019 07:41

Willy, dita incrociate per la terza iniezione. Poi ci racconterai

mamma_lara Sabato, 01 Giugno 2019 07:41

Annuccia, oggi qui c'è un sole bellissimo, spero sia altrettanto bello anche a Parma così tu ti possa godere la tua festa

mamma_lara Sabato, 01 Giugno 2019 07:40

Monica, spero proprio che a te la menopausa porti sollievo, succede a tante donne.

Il MDT cambia in continuazione, almeno a me è successo così. Però il fatto che tu riesca a stare con un bel po' di giorni senza MDT mi sa sia un bel segnale.

mamma_lara Sabato, 01 Giugno 2019 07:35

Nico, che bello ci siano ancora paesi che organizzano queste manifestazioni. Grazie per avercelo detto

mamma_lara Sabato, 01 Giugno 2019 07:34

Mi viene da ridere quando dite che sono io quella che lavora, ma vi guardate?

Poi una volta che vi siete guardate, siete consapevoli di quello che fate?

Se ancora non siete arrivate a questo è meglio che un pochino ci ragionate su, perchè è un bel problema.

Ho appena finito di leggere i messaggi e mi sembra proprio che di lavoro ne fate tanto di più di quello che faccio io, la cosa è che io poi ve lo racconto, mentre voi non avete neppure il tempo di raccontarlo. Ha ragione Piera e grazie per averlo detto. Lei dice che fa molto più lei di quello che faccio io. Grazie Piera ♥

Detto con tutto l'affetto possibile

nico26 Sabato, 01 Giugno 2019 07:31

Buongiorno a tutti e tute da casa anche se saranno due giorni di fiera ma me ma sarà bellissimo in mezzo a giovani e over x un fine comune... il servizio verso il prossimo. Oggi a Modena vi è il gaypride e il mio paese ha dato il patrocinio per ribadire che la dignità umana non guarda l'orientamento sessuale ma entra nel animo dell'uomo e valorizza il suo essere qualsiasi esso sia 😊

mamma_lara Sabato, 01 Giugno 2019 07:31

Nico, pensa che il pesce mantiene intatto tutti i suoi valori nutrizionali solo se lo friggi. Quindi va bene così.

mamma_lara Sabato, 01 Giugno 2019 07:06

Buongiorno a tutti.

Finalmente sono riuscita a leggere tutte le mail, almeno mi sono messa a pari con questo. Poi piano piano mi metterò in regola anche con tutto il resto.

Margaret Sabato, 01 Giugno 2019 06:21

Volevo aggiungere che siete una bella compagnia per me, leggermi mi aiuta..quindi scrivete numerosi miraccomando 😊

Margaret Sabato, 01 Giugno 2019 06:20

WILLY, facci sapere come sta andando con la terapia. Un abbraccio a tutti e a più tardi, vado a prepararmi 😊

Margaret Sabato, 01 Giugno 2019 06:19

Buongiorno. Mi sono svegliata con la testa pesante..Sono molto agitata perchè devo presentare un power point per una formazione di nuovi volontari e devo farlo per buona metà in tedesco. Già parlare in pubblico mi atterra, figuriamoci in altra lingua. Alle 14 sarà tutto finito. Ieri ero da mio papà che in questi giorni ha fatto avanti e indietro dall'ospedale. Abbiamo dovuto prendere una sede a rotelle in affitto. Vediamo se tolto il nuovo farmaco che prendeva la situazione migliora. Il parkinson è davvero una bruttissima malattia. Ieri mi sembrava un bambino. E' buono come il pane, amabile...Fa molto male vederlo così..

mamma_lara Sabato, 01 Giugno 2019 00:04

Scusatemi se non scrivo sto sistemando l'incontro del 21 settembre e non sono neppure a metà.

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