

La mia storia con la Depressione

Felicemente sposato,
due figli, un buon lavoro,
tanti amici;
la mia storia
inizia nel 1992.
Sin allora c'erano

tutti gli elementi necessari per pensare ad una vita tranquilla e serena.

Un giorno nel Gennaio del 1992, torno a casa dopo il lavoro e trovo mia moglie ancora a letto, uno sguardo spento, come perso nel vuoto e piangeva, non sapeva dirmi perché. Io pensai subito a qualche problema con la sua famiglia o a qualche cosa che io involontariamente avevo potuto fare.

Niente, non sapeva dirmi perché, io la guardavo incredulo, cercavo una spiegazione e anche i miei figli, che all'epoca avevano 8 e 6 anni, la guardavano stupiti.

Quella prima serata passò così, io preparai la cena e dopo andammo a letto.

La mattina dopo quando pensavo che ormai tutto fosse passato, mi stavo preparando per andare al lavoro, lei si aggrappa a me e mi esorta a non uscire, "non ce la faccio" diceva in continuazione "dammi la forza" mi ripeteva.

Incominciai a preoccuparmi seriamente, non sapevo cosa fare, se era meglio insistere per andare al lavoro oppure no. Accanto ai dubbi su quello che avrei dovuto fare, cominciarono ad insorgere anche i primi sensi di colpa. Sarà colpa mia, mi dicevo, non sono stato un buon marito, non sono troppo affettuoso e pian piano che questi pensieri mi assillavano, vedevo lei sempre più spenta, addirittura più magra, non aveva voglia di lavarsi, voleva solo starsene a letto avvolta fra le coperte e voleva che io le stessi vicino tenendole la mano. **Mentre la stringevo a me lei mi diceva "voglio sentirmi viva", "mi**

manca la vita".

Come è possibile, mi chiedevo, la sua vita si è spenta così, come un interruttore che si gira e la cosa che più mi tormentava era non riuscire a capire il motivo, come può essere? Con il passare del tempo la situazione purtroppo peggiorava e con l'aiuto di sua sorella ci rivolgemmo ad uno psichiatra, pensavamo ad un leggero esaurimento, chi ne capiva niente.

Finalmente arriva il giorno della visita, "Depressione endogena" questa la diagnosi, lo specialista dichiara subito che lui non usa farmaci ma cura solamente con terapia psicanalitica.

Non sapendo neanche di cosa si stesse parlando, accettai subito con la speranza di una veloce guarigione ma il dottore mi disse che la strada sarebbe stata lunga e che ci sarebbero voluti diversi mesi prima di vedere qualche risultato e anche parecchi soldi. La notizia della lunga attesa mi scoraggiò moltissimo.

Passai dei mesi infernali, due volte a settimana, a volte in condizioni pietose, accompagnavo mia moglie dal terapeuta, nessun risultato, anzi le cose andavano sempre peggio al punto che, non sapendo più che pesci pigliare, il dottore cominciò a prescrivere farmaci. La situazione non cambiava, la notte, quando mia moglie riusciva a dormire un poco, mi alzavo e giravo per casa, mi fermavo vicino al letto dei nostri figli e, guardandoli dormire così indifesi e abbandonati, scoppiavo in pianti interminabili, una sofferenza atroce e, per non gridare dal dolore, mi chiudevo la bocca con qualche asciugamano e piangevo.

Erano passati ormai diversi mesi e nonostante le cure farmacologiche i risultati tardavano ad arrivare...una sera il "miracolo".

Ero a letto e guardavo alla televisione un programma di Minoli, Mixer, si parlava di Depressione con il Prof. Cassano.

La mia attenzione cresceva sempre più, sembrava parlassero di mia moglie tanto erano simili i sintomi che descrivevano, non potevo credere, **per la prima volta in quei terribili mesi sentivo parlare di tutte le nostre sofferenze e la cosa più bella era che se ne stava parlando come di una "normale" malattia da cui si può guarire.**

La mattina dopo ero già al telefono con il Policlinico di Pisa e, chiamando da Napoli, mi consigliarono di recarmi da un medico psichiatra di Bari. La settimana successiva ero a Bari e dopo circa 10 giorni, con le nuove cure farmacologiche, mia moglie cominciava a migliorare, dopo un mese e mezzo stava bene.

Da allora chiaramente non abbiamo mai più lasciato quelle cure farmacologiche, mia moglie è ritornata quella di prima e il nostro rapporto ne è uscito, può sembrare assurdo, anche migliorato.

Se tutto ciò si è reso possibile devo dire grazie a Dio, grazie alle cure giuste e un grazie particolare alla Fondazione IDEA di cui oggi faccio parte come volontario.

Questo mio racconto spero possa essere di aiuto a tutte quelle persone che in questo momento vivono la sofferenza e il dolore della Depressione, il mio vuole essere un monito a non fermarsi mai, ma continuare, anche di fronte a qualche insuccesso perché **....dalla Depressione si guarisce.**