Tumore al seno e qualità della vita

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica H. San Raffaele Resnati, Milano

Mi sono successe due cose, una tremenda e una meravigliosa. La prima è che a 38 anni mi sono trovata con un tumore alla mammella, molto aggressivo. Seppure di un solo centimetro, aveva già dato metastasi ai linfonodi. Di fatto, era già scappato dappertutto. Dopo un anno, metastasi epatiche. Chemioterapia, cortisone, immunoterapia. Faccio tutto scrupolosamente, i miei medici mi seguono bene, anche con simpatia umana. Ma ho la sensazione che l'orizzonte della mia vita si stia chiudendo. Come se avessi già perso la guerra. La mia migliore amica, che mi è stata vicina più di una sorella, un giorno mi guarda seria e mi dice: "Tu non combatti più, Emanuela. Senti, non si sa mai, nella vita, cosa può aiutarci davvero. Vieni a fare un corso di meditazione. Male non ti fa di sicuro... E magari ti aiuta a ripartire". Andiamo, solo perché lei mi vuole bene davvero. Io scettica. Ma al corso, io che pensavo di essere diventata invisibile, come donna, sciupata come'ero da chemio e compagnia, mi innamoro. Ricambiata!!! Da un uomo meraviglioso che era arrivato anche lui a quel corso dopo un periodo di piombo. Di meditazione, in quel posto magico, non ne ho fatta molta. Ma sono rifiorita. E, cosa ancora più sorprendente, all'ultimo controllo le metastasi al fegato sono un bel po' regredite. Anche l'oncologa, la stessa che mi ha fatto tutti gli esami precedenti, era stupita e contentissima. "Bene bene, finalmente le cure fanno effetto!" ha detto raggiante. E se invece fosse l'amore, dottoressa? So che lei è anche oncologa ed è di mente aperta. Lei pensa che l'amore possa aiutare, anche nella guerra contro un tumore? Sarebbe bellissimo poterci sperare...

Emanuela

Cara Emanuela, innanzitutto, mille e mille auguri di cuore! Sì: io, come lei, oso sperare che sì, l'amore abbia una grande capacità di cura, che potenzia le comunque necessarie terapie mediche. La scienza ufficiale è molto cauta, se non scettica, su questo punto. Io credo che l'amore intenso e felice, che riaccende la nostra voglia di vivere, dia le ali anche al nostro sistema immunitario. Ci sono ancora molte cose misteriose, nel modo in cui noi reagiamo alla malattia. Ho visto donne sopravvivere a forme aggressivissime, quando la loro voglia di vivere era riuscita a catalizzare tutte le difese. Ho visto donne morire, con forme diagnosticate in fase inicialissima e quindi con prognosi eccellente: ho avuto la sensazione che avessero gettato la spugna molto prima che gli esami rivelassero che il tumore era in progressione. Certo, sono casi individuali, che la scienza liquida come "aneddotici". Ho visto donne convivere con forme metastatiche documentate, ferme da anni. Certo, continuano a fare le loro cure per bene. E tuttavia, rispetto alle donne con lo stesso stadio di malattia, cui le stesse cure non bastano, potrebbero avere un aiuto in più da una diversa capacità di attivare, a livello emotivo, proprio le loro difese. A me piace pensarlo. E mi piace incoraggiare a vivere la vita con pienezza. A consentirsi l'amore con luminosa fiducia, anche se l'orizzonte di vita sembra restringersi. L'essenziale è invisibile agli occhi, diceva Antoine de Saint-Exupéry. Forse l'essenziale che viene meno, quando ci ammaliamo, o non ci difendiamo dalle malattie, è proprio la sensazione di essere amati. Oltre a potenziare le nostre difese immunitarie, e ad ottimizzare il nostro sistema

neuro-ormonale, l'amore felice ha un altro potere magico. Dà uno spessore e un sapore diverso al tempo, ad ogni minuto, lo riempie di colori, di musica, di emozioni positive. Il tempo scuro, scandito solo da eventi dolorosi – la data della prossima chemio, della radioterapia, il prossimo controllo, che ogni donna attende come si attende una sentenza – si riempie di luce. Nessuno di noi sa quanto tempo gli resta: e spesso viviamo banalizzando ogni minuto, perché crediamo, a torto, di avere ancora un'infinità di giorni davanti. La persona cui è stato diagnosticato un tumore aggressivo ha improvvisamente un altro senso del tempo. Può assaporare ogni istante, e farlo dilatare, e riempirlo di significato. O arrendersi in anticipo, come stava facendo anche lei, a un destino che non è mai del tutto scritto. Continui a sperare nella forza dell'amore, cara Emanuela, dell'amore che cura: nell'amicizia della sua saggia e preziosa amica, come nella forza che le viene da questo innamoramento nuovo. Le cure tradizionali le sembreranno meno pesanti. E con questa straordinaria sinergia, diventeranno anche più efficaci. Glielo auguro di cuore.