

Servizio di chirurgia plastica
e ricostruttiva

Dopo la bruciatura



Opuscolo sulla cura e consigli pratici per il paziente vittima di ustioni in vista di un ritorno a domicilio. Durante la sua ospedalizzazione, avrà ricevuto numerosi consigli dalle differenti figure professionali della sanità in merito alle cure e alle precauzioni da prendere a partire dal rientro al proprio domicilio. Per strutturarle e offrirle una mini-guida pratica nella sua vita quotidiana a domicilio, gli argomenti principali trattati durante il suo ricovero sono ripresi in questo opuscolo:

<i>BENESSERE FISICO</i>	<i>4</i>
<i>IGIENE ALIMENTARE</i>	<i>5</i>
<i>IGIENE CORPOREA</i>	<i>8</i>
<i>PREVENZIONE E/O TRATTAMENTO DI LESIONI MINORI</i>	<i>10</i>
<i>USO CORRETTO DEI VESTITI COMPRESSIVI</i>	<i>12</i>
<i>MANUTENZIONE DELLE STECCHE DI ERGOTERAPIA</i>	<i>14</i>
<i>CICATRICI INESTETICHE</i>	<i>14</i>
<i>LE VOSTRE VISITE IN CONSULTAZIONE</i>	<i>15</i>
<i>TESTIMONIANZE – ASSOCIAZIONE “FLAVIE”</i>	<i>15</i>

Probabilmente non troverà tutte le risposte alle sue domande. In tal caso non esiti a contattarci, avremo sicuramente una soluzione da proporle e... collaborerà attivamente all'arricchimento di questo opuscolo.

Numero di telefono delle infermiere di reparto

021 / 314 28 63

Infermiera responsabile dell'elaborazione di questo opuscolo

Sonnay Maryline – Infermiera clinica

021 / 314 25 00

Chirurgo plastico di guardia

021 / 314 11 11

Fisioterapista

021 / 314 27 86

Buona lettura e buona convalescenza.

Il personale curante e medico del servizio di chirurgia plastica - CHUV.

BENESSERE FISICO

Tipo di vestiti consigliati

È consigliato indossare tessuti naturali non allergeni, come il cotone, la seta, il cuoio o il polyester-cotone.

Es.: T-Shirt, jogging.

Preferibilmente evitare la lana (provoca prurito) e il nylon (molto irritante). Le creme che utilizza rischiano di macchiare i suoi vestiti, di conseguenza, eviti di indossare abiti costosi ed eleganti.

Attività sportive

Se lei è un/una grande sportivo/a, riprenda progressivamente l'attività sportiva dopo averne discusso con il suo chirurgo o il suo fisioterapista (chinesiterapista).

Eviti gli sport violenti e di resistenza fisica. La sua pelle è ancora fragile (rischio di apertura nelle zone dove la sudorazione può provocare una macerazione) e rischio di ferirsi per la diminuita forza muscolare.

Riprenda progressivamente le sue attività e scelga piuttosto un'attività come le passeggiate a piedi (da considerare con il suo fisioterapista; questo dipende dallo stato delle sue ustioni e dallo stadio di evoluzione della cicatrizzazione).

ATTENZIONE
i movimenti ripetitivi in alcuni sport (tennis, bicicletta; aumentano i rischi di formazione di ritrazioni¹ della pelle sotto il ginocchio) e attività della vita quotidiana (stirare, aumenta il rischio di formazione di ritrazioni della pelle ascellare).

Praticate del nuoto solamente dal momento in cui la vostra pelle sarà interamente guarita, così da evitare ogni sorta di infezioni.

¹ Il rischio di un indurimento della pelle, si pone a partire dall'inizio della guarigione del trapianto cutaneo fino alla maturazione della pelle (tra 18 e 24 mesi).

IGIENE ALIMENTARE

Mangiate tutto ciò di cui avete voglia, soprattutto se il vostro peso è ancora al di sotto di quello che avevate prima del vostro incidente.

ATTENZIONE
eviti gli eccessi, malgrado vi è permessa un'alimentazione ricca in proteine, l'abuso di certi cibi (dolciumi, torte, dolci, snack, chips...) può provocare un aumento di peso troppo rapido che le può creare delle difficoltà nel portare gli indumenti compressivi (provocando per esempio ferite a livello delle articolazioni).

Gli alimenti sono stati suddivisi in 5 gruppi in funzione dei nutrimenti che essi contengono:

GRUPPI	ALIMENTI	APPORTI
Rosso	Carne Pesce Verdure Uova Tofu	Proteine Lipidi Ferro Vitamine
Blu	Latte Formaggi Latticini	Proteine Lipidi Calcio Vitamine
Marrone	Pane – pasta Cereali Legumi Patate	Glucidi Vitamine Minerali Fibre Proteine
Verde	Verdure Frutta	Vitamine Minerali Glucidi Fibre
Giallo	Olio Burro Panna	Lipidi Vitamine

Nessun alimento o gruppo di alimenti è completo a sé stesso. Ogni giorno, conviene attingere ai 5 gruppi nella maniera seguente:

- Rosso > 1 a 2 volte
- Blu > 2 a 3 volte
- Marrone > 3 a 4 volte
- Verde > 2 volte cotte e 2 volte crude
- Giallo > 1 volta

Al fine di favorire un rinnovo ottimale delle cellule della pelle, è importante mangiare equilibrato e apportare al suo organismo delle proteine in quantità sufficiente.

Nel caso in cui lei è vegetariano, rimpiazza la carne con un altro alimento del gruppo Rosso:

- pesce
- uova
- tofu o alimenti a base di tofu

Se non le piace nessun alimento del gruppo Rosso, li rimpiazza con un alimento del gruppo Blu:

- formaggio
- latte
- latticini

NB: gli alimenti del gruppo blu e rosso apportano proteine di buona qualità

Nel caso in cui lei è vegetariano o vegetariano, consumi durante lo stesso pasto dei cereali e legumi, ad esempio:

- un piatto di lenticchie con del riso
- un piatto di mais con dei cornetti rossi
- un piatto di cuscus: semola di cuscus con ceci.

Esempio di una giornata tipo:

COLAZIONE

- bircher alla frutta fresca
- pane integrale
- succo d'arancia
- burro, marmellata
- caffè
- succo d'arancia
- yoghurt alla frutta fresca
- tè
- (sue abitudini alimentari)

SPUNTINO

- barretta ai cereali
- pera
- yoghurt liquido
- bicchiere di latte bianco

PRANZO

- gnocchi di mais
- omelette ai funghi
- salsa ai fagioli rossi
- riso ai piselli
- insalata mista
- insalata di carote
- budino al caramello
- crostata di rabarbaro alle fragole

MERENDA

- frappé ai lamponi, alla banana

CENA

- involtini di pesce
- minestra di verdure
- patate al prezzemolo
- spaghetti alla bolognese
- fagioli verdi
- parmigiano grattugiato
- mela
- macedonia

Preveda degli spuntini ricchi in proteine

Latticini

- yoghurt, creme, budini, formaggi bianchi,
- bircher, pudding di semolino o di riso...

Bevande

- latte bianco aromatizzato alla frutta
- frappés, yoghurt liquidi, ecc...

Diversi

- sandwich al formaggio, al prosciutto, ecc...

Altre piccole astuzie per arricchire la sua alimentazione in proteine

- Aggiungete alle minestre
- formaggio fuso
- formaggio grattugiato
- verdura secca
- latte
- latte in polvere

Prepari dei gratins di verdura, di patate, di pasta con salsa besciamella e li cosparga di formaggio grattugiato.

Guarnisca le insalate con

- uova sode
- pezzetti di formaggio o di prosciutto
- lenticchie, fagioli rossi, verdura secca

La piramide alimentare

Attualmente, numerosi dietisti e nutrizionisti, consigliano di equilibrare la nostra alimentazione quotidiana secondo una ripartizione detta piramide.



Idratazione

Bevete acqua in grande quantità, da 1 a 2 litri al giorno.

Anche l'idratazione è molto importante per la sua pelle (mantiene l'equilibrio delle concentrazioni per gli scambi intracellulari).

Eviti le bevande troppo zuccherate!!! (coca-cola, limonata, gazzosa, ecc..), preferisca tè aromatizzati alla frutta per esempio.

IGENE CORPOREA

Bagno o doccia?

La doccia presenta qualche piccolo vantaggio in più rispetto al bagno, che "rammollisce" la pelle. In effetti, con il getto d'acqua, oltre a lavarsi, si possono effettuare dei massaggi sulle regioni ustionate. La doccia permette di togliere la desquamazione e di conseguenza diminuire il prurito. In commercio sono disponibili diversi tipi di rubinetteria, ciascuno dispone di un getto d'intensità differente. In ogni caso, non si limiti ad una toilette al lavandino, la sua efficacia è molto limitata.

Eviti l'acqua troppo calda e opti piuttosto per l'acqua tiepida (e fredda!), la sua pelle sarà così più tonica.

Per le regioni ustionate che presentano ancora delle piccole ferite è importante utilizzare una lavette ed un asciugamano che non utilizzerà per le altre parti del corpo. Consigliamo di cambiarli frequentemente. Per asciugare la pelle, faccia attenzione a tamponare le zone operate (pelle fragile) e a non strofinarle.

Sapone, latte idratante, olii da bagno?

Fino alla scomparsa delle piccole ferite, utilizzi il sapone disinfettante che le sarà stato prescritto alla sua dimissione dall'ospedale (Lifoscrub®). In seguito, scelga un sapone a pH neutro (o sapone di Marsiglia). I saponi profumati possono essere irritanti per la sua pelle. Dopo aver eseguito la toilette, è importante risciacquarsi bene per eliminare ogni traccia di sapone, il quale secca la pelle.

Dopo ogni doccia, nutra la pelle con una crema idratante, la renderà più morbida e confortevole. L'idratazione cutanea è essenziale, in quanto garantisce un ottimo comportamento biomeccanico delle cicatrici nei movimenti spontanei.

Idrati le cicatrici al minimo 2 volte al giorno e le massaggi applicandovi la pomata prescritta dagli specialisti, come le è stato mostrato. (es. Nivea®, Cremol Ritter® lotion, Eubos®, Purriced® -Uriage-).

Non bisogna dimenticare le eventuali zone di prelievo chirurgico (prelevamenti di pelle: ustione artificiale evoluta spontaneamente). Eviti il talco che rende secca la pelle.

In tutti i casi, è indispensabile prevenire l'accumulo di crema sulla cicatrice, che può soffocare la pelle, di conseguenza evitare gli strati abbondanti di unguento... attendere che la crema sia penetrata spontaneamente prima di indossare il vestito compressivo.

Per l'uomo, consigliamo una rasatura elettrica, meno traumatica per la pelle cicatrizzante, senza utilizzazione di dopo-barba contenente alcool..

Per la donna è meglio evitare il trucco troppo pesante che può soffocare la pelle (cf capitolo "cicatrici inestetiche").

Depilazione: è consigliato utilizzare prodotti ipoallergenici da testare prima su piccole zone della pelle e di chiedere consiglio al suo farmacista.

Sudorazione abbondante

Nonostante che le zone operate non traspirano praticamente più, sembra prodursi un fenomeno compensatorio a livello delle regioni sane. Di conseguenza, una scelta adeguata di vestiti ed una doccia quotidiana saranno necessarie per ridurre questo disagio. Malgrado dopo aver eseguito la doccia suda e si sente a disagio, consulti il suo farmacista il quale le proporrà una crema o una lozione con un'efficacia che si prolunga nel tempo.

PREVENZIONE / TRATTAMENTO DI LESIONI MINORI

Esposizione al sole delle cicatrici

Delle misure severe s'impongono durante il primo anno:

- esposizione prolungata: proibita
- esposizione breve: con protezione (crema solare schermo totale + T-Shirt e cappellino)
- non fidarsi dei "falsi amici": l'ombrellone (gli UV passano!) e le sedute d'UV (solarium) prima dell'esposizione = CATASTROFE!

Prevenzione e trattamento delle flittene (fiacche)

Se porta dei vestiti compressivi, eviterà l'apparizione di piccoli flitteni che le daranno enormemente fastidio.

In caso di incidenti come la comparsa di piccole ferite, di dermoabrasioni o di flitteni, l'attitudine da adottare è di:

- cercare l'agente che ha causato l'incidente e neutralizzarlo
- non bucare le "fiacche", queste proteggono da un'infezione
- disinfettare la zona con un prodotto non alcolico, applicare una medicazione chiusa e consultare un medico specialista (centro ustionati).

Il prurito

Quest'ultimo è spesso associato alla cicatrizzazione. Se la disturba può:

- applicare un panno bagnato con acqua fredda
- consultare il suo medico che le prescriverà un medicamento specifico (in generale, all'uscita dall'ospedale le sarà prescritto un medicamento contro il prurito: Es.: Tavegil®, Claritine®).

Lavori manuali

Indossi dei guanti per lavare i piatti, per eseguire del giardinaggio, del bricolage e dello sport, così da evitare la comparsa di flittene e di sbucciature della pelle.

I rimedi "miracolo"

Numerose sono le credenze concernenti il trattamento delle ustioni. Se, in certi casi, il dolore sembra essere attenuato, nessun rimedio "miracolo" ha potuto ancora rimpiazzare l'efficacia del trattamento medico, in vista di ritrovare una struttura cutanea perfetta.

Non si lasci influenzare dalle numerose pubblicità concernenti i prodotti cosmetici. Rispetti rigorosamente i consigli dati dagli specialisti o da altri pazienti ustionati in passato

CORRETTO MANTENIMENTO DEI VESTITI COMPRESSIVI

Come conservare i vestiti compressivi?

Scopo del vestito:

La compressione evita il gonfiore, spessimento della pelle. La vascolarizzazione (formazione di piccoli vasi sotto la pelle) è così meglio organizzata. Non frizionare o massaggiare la pelle, al fine di evitare di l'arrossamento (eritema) come pure per sfuggire al prurito.

Se non lo si porta:

La cicatrizzazione diventa alterata e inestetica. Il processo di riadattamento-variazione della pelle dura più a lungo.

Per quanto tempo bisogna portare il vestito compressivo?

A seconda del tipo di pelle, questo lo si indossa 24/24 h per circa 10 – 24 mesi. A seconda dell'individuo e alla durata del processo di cicatrizzazione, il tempo di indossare l'indumento diminuirà progressivamente alla fine del trattamento.

Consideri questi vestiti come un indumento che apporta numerosi benefici. Le saranno fabbricati 2 vestiti, di conseguenza sarebbe opportuno sostituirli giornalmente.

Il lavaggio si effettua con sapone non forte, risciacquare abbondantemente e asciugare con un asciugamano. È consigliato di lavarli a mano. L'asciugatrice, il radiatore e l'esposizione al sole diretto sono da evitare, induriscono le fibre elastiche del vestito compressivo e ne diminuiscono l'efficacia.

Presti attenzione quando lo indossa, faccia sì che i vestiti o altri dispositivi compressivi siano indossati correttamente, senza pieghe nei punti d'appoggio inabituali!... i primi giorni che indosserete il vestito compressivo saranno spesso difficili, i tessuti cicatrizzanti devono prendere il loro posto in vestiti rimodellanti... che importunano! Certe persone rifiutano di portarli: il personale medico constata in loro una maggioranza di complicazioni delle cicatrici come la comparsa di indurimento della pelle e di cicatrici spesse, inestetiche e dolorose.

Porterà questi vestiti 24/24 h per un periodo da sei mesi a un anno. Questo lasso di tempo le sembrerà lungo e difficoltoso, ma i risultati compenseranno la sua pazienza. Quando osserverà che le sue cicatrici si saranno appiattite e che la pelle avrà quasi dappertutto la stessa colorazione: AVRÀ VINTO UNA BATTAGLIA SUPPLEMENTARE nelle differenti tappe della sua guarigione.

Conformatore del viso

Scopo

Il conformatore del viso è indicato nel caso in cui si ha un'ustione al viso. La sua funzione ha come scopo di evitare la comparsa dell'indurimento della pelle e delle formazioni di ispessimenti della pelle (per es.: intorno alla bocca, restringimento della pelle del collo).

Una manutenzione costante è indispensabile

Ablazione e lavaggio più volte al giorno con acqua tiepida e saponata (evitare l'utilizzo di solventi chimici come l'acetone, irritante per la pelle).

- Per asciugarlo utilizzare un panno in cotone.
- Riposizionarlo sulla pelle asciutta, esente da crema non assorbita.
- Mantenere il conformatore lontano da ogni fonte di calore, così da conservare la sua forma e la sua stabilità d'azione.

MANUTENZIONE DELLE STECHE DI ERGOTERAPIA

Le differenti stecche che le sono state prescritte dai nostri medici e installate dai nostri ergoterapisti richiedono pure una manutenzione quotidiana come per il conformatore del viso:

- Lavaggio quotidiano con acqua tiepida saponata.
- Per asciugarle utilizzare un panno in cotone.
- NON ASCIUGARLE CON IL FOEHN o altra fonte di calore: rischia di deformare la stecca la quale non sarà più ergonomica e terapeutica per il suo caso.

CICATRICI INESTETICHE

Ogni individuo è differente quindi il processo di cicatrizzazione varia da persona a persona. Di conseguenza, per diversi mesi la sua pelle resterà fragile e può presentare delle cicatrici dovute a una disorganizzazione di sviluppo cellulare secondario all'ustione.

Il fatto di portare quotidianamente il vestito compressivo è essenziale per ritrovare una struttura cutanea più omogenea e un aspetto meno rossastro. Per correggere eventuali cicatrici esistono numerose possibilità (circa un anno dopo il trattamento finale).

Il fatto d'imparare a truccarsi in modo corretto può far sì che si senta più a suo agio per quanto riguarda l'immagine di sé. Attualmente esistono differenti marche di cosmetici che propongono dei prodotti di camuffamento e di trucco ipoallergenico. Il CHUV mette a disposizione dei rappresentanti di prodotti che si propongono volentieri per una dimostrazione pratica di trucco correttore (su appuntamento).

APPUNTAMENTI ALLA CONSULTAZIONE

Alla consultazione, ritroverà i medici che l'hanno curata durante l'ospedalizzazione. Un'infermiera della Chirurgia Plastica e Ricostruttiva (CPR) è a vostra disposizione per rispondere alle sue domande e ad eventuali bisogni sorti al suo ritorno a domicilio.

Dal momento che ritorna a domicilio, l'infermiera della CPR la contatterà per telefono, per assicurarsi che il seguito del vostro trattamento si svolga nelle migliori condizioni possibili.

Se ha bisogno di rifare certificati e/o ricette mediche (fisioterapia, ergoterapia, medicinali, materiale per la medicazione e vestiti compressivi) non esiti a farne richiesta al medico al momento dell'appuntamento alla consultazione.

ASSOCIAZIONE "FLAVIE"

L'associazione è nata nel marzo 2003, grazie all'iniziativa di pazienti che sono stati vittime di ustioni in passato, di curanti del Centro Ustionati e dal dipartimento di Chirurgia Plastica del CHUV, a Losanna.

Quando è stato dimesso dall'ospedale, ha ricevuto un prospetto concernente questa associazione.

Qui di seguito leggerete le esperienze di pazienti vittime di ustioni. Essi sono attualmente membri dell'associazione.



FLAVIE – Associazione svizzera romanda
per le vittime di ustioni – CHUV
Chirurgia plastica e ricostruttiva
BH-14 Nord – Rue du Bugnon 46
1011 Lausanne
Tel. +41 (0)21 314 25 00
Info@flavie.ch
www.flavie.ch

PASCALE TISSOT

La mia storia,

5 maggio 2002... Una nuova partenza nella mia vita! Ho deciso di partire per un viaggio "sacco in spalla" attraverso il sud-est asiatico. Ho percorso differenti paesi quali la Thailandia, la Malesia, Singapore, la Cambogia, il Laos, il Vietnam per infine terminare il mio percorso in Indonesia, più precisamente a Bali.

Bali, l'isola degli dei, dove pensavo che niente mi poteva capitare... E invece no!!

È il 12 ottobre 2002, un sabato sera... Quel giorno avevo deciso di andare a festeggiare, come tutti i giovani turisti in viaggio...

Erano più o meno le 23.00 (ora locale), mi trovavo in un bar di Sari, dove stavo tranquillamente bevendo qualcosa. Quando di colpo ...BOOM... e ancora una volta BOOM... Il botto era talmente forte che sono volata e mi sono ritrovata a terra con la gente che mi calpesta.. Non sapevo cosa fosse successo... La gente urlava e chiedeva aiuto. Ero appena stata vittima di un attentato terroristico. Dopo essermi fatta trasportare in motoretta da una giovane donna, mi sono ritrovata in un ospedale a Denpasar... I turisti arrivavano uno dopo l'altro, era una vera "carneficina"... In quel preciso momento, non mi rendevo conto della gravità delle mie ferite. Ero ustionata, sì ustionata... ma dove? Molto, poco, su quale parti del mio corpo? Non ne ero ancora al corrente.

Dopo diverse ore di sofferenza, eccomi rimpatriata in Svizzera grazie alla Rega.

È il 16 ottobre 2002, la mia famiglia è accanto a me al CHUV... Ero in cure intense in coma indotto... e... ustionata al 60% della mia superficie corporea. Mi attendeva un lungo cammino attraversato da insidie... Ma, un giorno, il 7 aprile 2003, cominciavo a intravedere la luce in fondo al tunnel... la mia uscita dall'ospedale.

La felicità di ritrovare la mia famiglia, i miei amici...

Oggi, ho il mio appartamento, vivo con il mio compagno e sono felice, cerco di rivivere come prima ma non dimenticherò mai quella notte del 12 ottobre 2002.

La mia storia, il mio vissuto, le mie sofferenze, la mia nuova vita.



SEBASTIEN MAILLARD

Mi chiamo Sébastien Maillard, sono nato nel 1977. Il mio incidente è successo il 1° maggio 2000 in un garage dove lavoravo come meccanico di mezzi pesanti. E dire che l'anno 2000 doveva essere una grande annata: cambiamento del posto di lavoro, matrimonio, trasloco e viaggio. Tutti questi bei progetti sono stati naturalmente annullati o rinviati.

Nel momento in cui stavo avvicinando il serbatoio di un camion, una scintilla è scoppiata e di conseguenza il serbatoio ha cominciato a bruciare. Conteneva per errore della benzina. Mi sono ustionato il 92% della mia superficie corporea. Oltre al mio aspetto, nell'operazione ho perso le orecchie, il naso, 5 dita e la mobilità delle altre. Per fortuna, ho mantenuto una vista eccellente.

Dopo 5 mesi passati al Centro Ustionati del CHUV, grazie al sostegno della mia compagna Karine, della mia famiglia e dei miei amici che sono stati favolosi, ho ricominciato a mangiare, camminare e soprattutto parlare. Il mio trattamento fisioterapico ed ergoterapico sono stati lunghi e intensi (all'inizio più di 5 ore al giorno week-end compresi) ma ne valeva la pena visto che ho recuperato quasi la totalità delle ampiezze senza alcun intervento chirurgico. Grazie ai fisioterapisti ed ergoterapisti per la loro pazienza e perseveranza! È stato dopo un anno e mezzo che ho potuto lasciare il CHUV.

Il mese di febbraio 2001 quando ero ancora in ospedale uno dei progetti di quel famoso anno 2000 si è potuto finalmente concretizzare. Karine ed io ci siamo sposati. Nel luglio 2002 mia moglie ha dato alla luce una bimba, Katline. Posso di nuovo andare a sciare, in roller, andare a correre, in bicicletta e fare tutte le attività della vita quotidiana.

Malgrado la sfortuna che ho avuto quel giorno, tutto ha potuto sistemarsi e posso di nuovo vivere come prima. Essendo positivo di natura, ho subito accettato il mio handicap, ciò mi ha permesso di andare avanti e rilanciarci a fondo nella mia vita. Ho cominciato nell'agosto 2003 un reinserimento professionale nell'informatica.

Non ringrazierò mai abbastanza i medici che hanno fatto tutto il possibile per rimettermi in salute e il personale che mi ha curato e sostenuto durante tutti i mesi di ospedalizzazione.



RODRIGUEZ SUSANNA E TONY

È stato rientrando dalle nostre vacanze che un incidente d'auto ha radicalmente cambiato il corso della nostra vita. La mia bimba aveva preso posto sul sedile posteriore. Il mio amico guidava ed io ero seduta accanto a lui. Mia figlia era felice, avrebbe ritrovato i suoi amici. Era tardi, entrambi stanchi e ci siamo assopiti.

Improvvisamente nel mio sonno percepisco un rumore violento e mi sono ritrovata a lottare contro le fiamme senza realizzare che avevamo avuto un incidente.

Risvegliata in cure intense dopo 3 settimane di coma indotto, mi ricordo delle voci accanto a me. Qualcuno mi chiama: "Signora Rodriguez! Signora Rodriguez! Sa dove si trova?" "Certo che so dove sono: in vacanza in Spagna", "no, è in ospedale, gravemente ustionata e la vostra bambina è ancora in Francia, non è stato possibile trasferirla a causa della gravità del suo stato di salute".

Ho subito capito che la situazione era grave e che dovevo uscire il più presto possibile perché la mia bambina aveva bisogno di me.

A poco a poco ho cominciato a realizzare tutto quello che avevo perso e mi chiedevo se non mi avessero messa in asciugatrice perché avevo la sgradevole sensazione di essermi ristretta dappertutto, incapace di muovermi, a parte un dito. Non ero che una ferita vivente con molti dolori fisici e morali indescrivibili. Tuttavia in questo momento, le sofferenze non sono così importanti come la speranza di rivedere mia figlia al più presto possibile. Il personale curante del centro ustionati mi hanno detto che probabilmente dovevo rimanere 5 mesi in cure intense per far sì che le mie ferite guarissero.

Mi dicevano che il processo di guarigione dipendeva anche dal mio stato psicologico. La mia motivazione e partecipazione alle cure hanno permesso di far nascere una bella complicità con il personale curante. All'inizio della terza o quarta settimana sono stata trasferita dalle cure intense al reparto di chirurgia plastica e ricostruttiva al quattordicesimo piano. Mi sono ritrovata in una camera all'inizio del corridoio e mi angosciava il fatto di sentirmi brutalmente sola, senza la presenza costante degli infermieri. E mi chiedevo se gli infermieri della CPRH sarebbero stati in grado di curarmi, se avessero le conoscenze e competenze per effettuare le cure ai pazienti ustionati.

Il giorno dopo, ho capito che era una nuova tappa da affrontare per la mia guarigione. Dovevo ricominciare a vivere come se fossi un neonato che sta uscendo dalla pancia della mamma. Per coronare il tutto, ho dovuto indossare dei vestiti compressivi, malgrado non ero ancora abituata a convivere con la mia nuova pelle. In questo momento ci fu lo shock: la sensazione era talmente orribile che avevo voglia di strappare tutto, anche la mia pelle che mi impediva di muovermi e mi strozzava. Mai avrei sopportato tale supplizio e pensavo che non ne sarei mai uscita. Il personale curante mi dicevano con tanto amore che dovevo abituarli. Questi discorsi per me erano come "la cilegina sulla torta". Come potevano dirmi che ce la potevo fare mentro ero disperata. Dubitavo che loro avevano ragione. La prima volta che sono uscita dall'ospedale CHUV, mi sono recata alla place de l'ours e ci ho messo ben un'ora e mezza, mentre oggi, come tutti, ce la faccio in dieci minuti...



Fonti

Opuscoli di cure e di consigli pratici | CHUV | CB,
Losanna 1993. A. Vandervale

Colloqui con l'équipe pluridisciplinare del Centro Ustionati
e Chirurgia Plastica e Ricostruttiva al CHUV di Losanna,
dicembre 2003.

Maryline Sonnay, infermiera clinica in CPR, dicembre 2003
2^e version juillet 2008

foto > Jurg Donatsch | grafica > Numa Luraschi
CEMCAV - CHUV | 081760

