



ALBERTO PORRO

L'ESPERIENZA DEL COVID

Quello che non ti saresti aspettato

Risveglia il
senso di solitudine e di abbandono
che ci faceva vivere nel bisogno di
essere utili agli altri per essere riconosciuti.
Si guarisce con la gratitudine e l'affidarsi
riconoscendo la propria forza e il proprio valore.

UNA DOVEROSA PREMESSA

Osservando le televisioni, leggendo i giornali, o occupandosi delle notizie sui social media emerge, riguardo al virus Covid19 e alla conseguente malattia Sars-CoV2, uno stato di confusione potente con affermazioni spesso in contrasto tra loro. Così se da un lato si sono criticati i medici e gli operatori sanitari ed il loro modo di operare, sottolineando che non erano in grado di agire in modo corretto perché condizionati dalle case farmaceutiche, dall'altro si è cercato di mettere a tacere coloro che cercavano di contribuire ad un diverso approccio terapeutico e di intervento alla malattia affermando che non avevano competenza e non avevano un approccio scientifico. In mezzo c'era il cittadino confuso e disorientato, alla ricerca di risposte, che con queste differenti visioni antagoniste, non potevano certo arrivare, ma anzi richiedevano un partitismo che non aveva senso in una pandemia.

Da quando esiste la storia degli uomini, tutte le crisi sono servite a fare crollare qualche personaggio e a farne emergere altri, che sono riusciti ad approfittare del cambiamento indotto per poter ottenere dei vantaggi.

Ragionando in questo modo si può affermare che da un lato questa pandemia sicuramente è servita ad arricchire le case farmaceutiche e ad aumentare il controllo sul comportamento degli individui e a modificarne lo stile di vita, ma dall'altro appare evidente che la maggior parte delle persone era alla ricerca di qualcuno che risolvesse i loro problemi.

Così la paura ha generato da un lato persone disposte a qualsiasi comportamento o azione purché qualcun altro risolvesse il problema, e dall'altro persone piene di rabbia vedevano in ogni comportamento "del sistema" una prova che quest'ultimo aveva il solo scopo di distruggere la libertà e la salute di ogni individuo.

Non ho visto una serena collaborazione tra individui per trovare una soluzione ad un problema nuovo, bensì una continua guerra tra opinioni diverse.

COME L'HO VISSUTO

Il mio personale atteggiamento è sempre stato di osservazione, senza partitismo, ma con l'unico scopo di capire che cosa stava succedendo e, come naturopata, alla ricerca di rimedi e sostanze naturali o omeopatiche, che potessero sostenere l'individuo per impedire l'infezione e sostenere una risposta immunitaria corretta e non eccessivamente patologica. Ho studiato e mi sono informato molto e pertanto ero ottimista sulla possibilità di non infettarmi di non avere sintomi importanti. Non dico che sminuivo le opinioni degli spaventati, ma sicuramente ritenevo le loro reazioni eccessive. Adesso lo penso ancora, ma li comprendo di più.

Informandomi attraverso letture e conferenze di immunologi, virologi, medici, omeopati emergeva una sola cosa: non era assolutamente chiaro che come il Covid19 lavorasse davvero. Si sapeva che creava in casi gravi una polmonite interstiziale con l'interessamento dei capillari polmonari che venivano soggetti a trombosi ed impedivano lo scambio tra ossigeno dell'aria e sangue, portando nei casi gravi alla morte. Ma i sintomi del Covid19 non sono solo questi. C'è una pletera di sintomatologie notevole, che vanno da segnali molto lievi a quelli estremamente gravi, interessando praticamente tutti gli organi e le funzioni del corpo umano.

Elenco qui di seguito i sintomi della malattia e delle fasi post-infezione, scaricati da differenti siti internet e facilmente recuperabili.

Sintomi infezione da Covid19 (*) Sintomi residui post infettivi	Informazioni utili
<ul style="list-style-type: none"> • Febbre da 37,5 a 40 anche persistente e resistente agli antipiretici • Tosse secca * o più raramente grassa, solitamente irritativa con fiato corto e oppressione al torace. Può essere produttiva in caso di sovrainfezione batterica • Difficoltà respiratoria e fiato corto * • Oppressione e dolore al petto • Spossatezza * • Indolenzimento e dolori muscolari (mialgia)* • Dolori articolari (artralgia)* • Mal di gola * • Naso che cola e congestione nasale associato talvolta a riduzione e soprattutto alterazione del gusto e dell'olfatto * • Sensazione di gelo alla radice del naso • Diarrea e dolori addominali • Nausea a talvolta vomito * • Congiuntivite * • Mal di testa * • Vertigini, capogiri anche senza altri sintomi • Sintomi neurologici, crisi epilettiche, stati confusionali • Insonnia e agitazione, panico * • Confusione e stanchezza mentale, difficoltà di concentrazione, nebbia cognitiva * • Perdita della facoltà di parola e/o movimento • Perdita di gusto (ageusia) e olfatto (anosmia)* • Eruzione cutanea • Scolorimento dita mani e piedi • Infiammazione endotelio vasi sanguigni e trombotosi • Accidenti cerebrovascolari o ictus * • Sindromi legate al sistema nervoso periferico come Sindrome di Guillain-Barré (che interessa la mobilità degli arti) o di Miller-Fischer (che interessa i nervi cranici) * • Sindrome di ipercoagulabilità * • Alterazioni epatiche • Complicanze neurologiche e neuropsichiatriche • Riattivazione di patologie preesistenti (anche nei giovani senza alcuna forma sintomatica) • Palpitazioni e tachicardia (battito accelerato), senso di oppressione al torace o dolore alla bocca dello stomaco, sensazione di svenimento fino alla sincope • Crisi emotive importanti, ansia, angoscia senza motivi apparenti * 	<p>Una volta penetrato il virus ha un'ampia diffusione in tutti i distretti dell'organismo perché è in grado di colpire ogni distretto, organo o apparato dando luogo a forme infiammatorie multi-organo e anche danni localizzati.</p> <p>Fase acuta della malattia</p> <p>Nella fase acuta il virus colpisce apparato respiratorio e cardiovascolare e provoca una disregolazione importante del sistema emocoagulativo. Genera sintomi a livello sistemico con coinvolgimento del naso, orecchie e gola, problematiche gastrointestinali e sintomi che coinvolgono il Sistema Nervoso Centrale.</p> <p>Spesso si ha una riattivazione di patologie antiche che si credevano dimenticate o superate: herpes, citomegalovirus, dermatiti, traumi, ma anche depressioni, angosce, attacchi di panico, ecc.</p> <p>Fase post infettiva</p> <p>Quadro post infettivo a livello di analisi cliniche segnala un aumento degli enzimi epatici e fibrosi polmonare residua (funzionalità respiratoria ridotta). A livello sintomatologico mantiene la persistenza di sintomi respiratori, ma anche stanchezza, mal di testa e nausea, problemi neurologici (gusto, olfatto, cefalea, problemi cognitivi, sindromi depressive e ansiose con difficoltà di reinserimento nel tessuto sociale e lavorativo).</p> <p>Tutti questi sintomi possono cronicizzare se ci sono problematiche non risolte a livello fisico o emotivo generando una alterazione funzionale e danni che non si risolvono completamente. Forme come stanchezza intensa potrebbero essere fasi post-infiammatorie o residuo infiammatorio.</p> <p>Negativizzazione</p> <p>Non sempre il tampone si negativizza subito in soggetti guariti indice che il virus è diffuso anche se ormai non più infettivo (come le malattie esantematiche che hanno la fase infettiva precedente l'espressione delle sintomatologie dermatologiche). La negativizzazione può avvenire in un lasso di tempo che va da tre settimane a tre mesi.</p>

Conoscendo un po' di immunologia¹ e valutando gli studi sul Covid19 e sui suoi siti di attacco alle cellule pensavo che sarebbe stato facile evitare l'infezione, semplicemente prendendo dei rimedi che interferissero con il sito di attacco del virus, che nel mio caso erano i rimedi omeopatici *Eupatorium*, *Phosphorus* e *Arsenicum album*. Tuttavia non hanno funzionato come pensavo e vi racconterò più avanti della mia esperienza.

TROVARE UNA CURA EFFICACE

Come avete potuto osservare la Sars-CoV2 è una patologia particolare, molto differente da quelle che abbiamo conosciuto finora, che può dare quasi qualunque tipo di sintomatologia ed è difficile da riconoscere (forse il sintomo chiave è la stanchezza estrema).

Tutte le medicine - omeopatiche, allopatiche, erboristiche, energetiche - in realtà si orientano, in modo anche molto differente, verso la cura del malato: la medicina allopatica lo fa attraverso il riconoscimento di una patologia; la medicina energetica o erboristica attraverso l'individuazione di un terreno; la medicina omeopatica attraverso un comportamento e di un modo di reagire di fronte all'ambiente. A modo loro ognuna ha una chiave di lettura che le fa scegliere il rimedio più adatto all'occasione e spesso possono interagire positivamente.

Nel caso del Covid19 tutto è differente; la patologia non è chiara, anzi è molto variabile, sia a livello fisico che comportamentale, per cui diventa difficile trovare un rimedio.

Proviamo ad analizzare i differenti punti di vista:

- la medicina allopatica in questo caso ha molte difficoltà a trovare un rimedio che agisca a livello biochimico bloccando, inibendo o stimolando una funzione: ce ne sono troppe. Cerca di orientarsi verso il virus e quindi propone il vaccino.

- la medicina energetica ed erboristica non sa come agire perché il virus indebolisce troppo le facoltà fisiche e mentali e di reattività dell'individuo: non c'è capacità reattiva né si riesce ben a capire il funzionamento metabolico dell'organismo; c'è una reattività immunitaria, ma non si capisce dove essa avvenga (ci sono una marea di sintomi), né come avvenga (ci sono casi asintomatici e casi mortali da iperreaazione immunitaria)

- la medicina omeopatica dovrebbe agire su una modalità reattiva individuale chiara e univoca, ma anche in questo caso il modo di reagire è estremamente variabile nel tempo, anche a livello emotivo e psichico.

Inoltre, a complicare il quadro sintomatologico, ci sono riattivazioni di vecchie patologie che confondono ulteriormente il quadro clinico, che diventa quindi difficile da decifrare.

LA MIA ESPERIENZA DELLA MALATTIA

Come vi ho accennato precedentemente, anche se pensavo che sarei stato al sicuro, mi sono

¹ Vedi il trattato presente in questo sito: "*Risposta immunologica in caso di infezione da virus Covid19 (sars-CoV2) o vaccinazione*"

ammalato. Non so da chi ho preso il virus, né mi interessa particolarmente saperlo. Forse da un asintomatico, o da un vaccinato o da qualcuno che in quel momento non mostrava segni di malattia, ma li ha manifestati dopo. Ma il virus è arrivato a me, e mi ha infettato. Non ho avuto sintomi gravi per fortuna, ma sono stati davvero significativi. Non potevano certo passare inosservati.

Come prima manifestazione ho avuto un senso di stanchezza terribile, mai provata prima, come se muoversi richiedesse uno sforzo immane. Facevo fatica a muovermi ed avevo solo il desiderio di coricarmi e dormire. Il giorno dopo stavo meglio e così è successo per tre giorni, in cui mi sembrava passato tutto. La stanchezza c'era, ma era nell'ambito della normalità, ed i sintomi praticamente erano assenti.

Ho deciso che, per correttezza professionale avrei fatto il tampone in farmacia, e così è stato. Non me lo aspettavo, ma sono risultato positivo.

Così ho provato l'ebbrezza dell'isolamento in casa mia, chiuso in camera senza uscire, con i famigliari che mi passavano il cibo. Ho provato qualcosa che probabilmente avevo vissuto nella mia infanzia e riconoscevo molto bene: la solitudine e l'abbandono. Non erano sintomi fisici, ma emotivi, e colpivano molto in profondità.

Man mano che le ore passavano hanno cominciato a comparire dei sintomi anche fisici, non gravi ma significativi: mal di schiena, nausea, tosse un po' grassa e un po' secca a livello di gola, mal di testa, sensazione di gelo alla radice del naso, alterazione del gusto (che però all'inizio non sentivo perché il mangiare era l'ultima cosa che mi interessava). Tutti questi sintomi erano accompagnati da una stanchezza fisica terribile ed una totale incapacità di pensare e seguire dei fili logici: non riuscivo nemmeno a leggere un libro o svagarmi.

Dopo due giorni, avvisato il medico, siamo andati tutti in famiglia a fare il tampone molecolare e siamo risultati tutti positivi.

La cosa interessante è che una figlia ha cominciato a provare dei sintomi, quali angoscia, insonnia, ansia e dolori muscolari e articolari, mentre la moglie e l'altra figlia all'inizio non avevano nulla. Ma dopo due giorni anche a loro sono comparsi i sintomi: una figlia aveva mal di gola e rabbia, e la moglie tosse secca. Tutti questi sintomi erano accompagnati da stanchezza estrema. Non ci si poteva alzare dal letto o dal divano, né si aveva voglia di fare qualsiasi cosa se non stare sdraiati e dormicchiare.

A questo punto lascio le esperienze delle figlie e della moglie e mi soffermo sul mio sentito. La prima cosa a cui ho fatto caso è che questa infezione virale era differente da tutte le altre che avevo vissuto. Le influenze, l'herpes e le altre patologie infettive o non erano manifestazioni anche molto dolorose ma concentrate su un organo bersaglio. Ad esempio l'influenza, anche con 40° di febbre e stanchezza estrema, si manifestava nei polmoni, nei bronchi, nel naso, nell'intestino, nella pelle, nelle articolazioni, nei muscoli; era facile individuare l'organo bersaglio. Invece in questa infezione si sentiva che il virus era diffuso e i sintomi lo confermavano: la nausea si spegneva per far partire il dolore alla schiena, quindi questo diminuiva e compariva la rinite o il mal di testa e poi finito questo riprendeva il dolore o la nausea o il senso di solitudine. Non riuscivi a capire quale fosse l'organo bersaglio e percepivi che il virus era ovunque nel corpo e non poteva essere sconfitto da un rimedio o un farmaco, qualunque esso fosse. La prova era che sia io, che ho preso farmaci omeopatici, sia coloro che hanno preso farmaci allopatici, non hanno visto migliorare i loro sintomi. Entrambi i gruppi di farmaci permettevano solo di controllare che la patologia non peggiorasse. Nessun rimedio calmava i sintomi, e nessuno li migliorava. Tanto che alcuni medici suggerivano di non prendere nulla, se non un antidolorifico, perché così si sarebbe usciti prima dalla malattia, tenendo sempre sotto controllo la saturazione del sangue.

Io ho preso *R1* e *R6*, *defensol* e *antiCD13* come omeopatici e hanno fatto un buon lavoro, ma non hanno cambiato nulla del percorso patologico. Altri hanno preso cortisone, antibiotico ed eparina che hanno funzionato egregiamente, ma anche per loro non ci sono stati miglioramenti

sintomatologici significativi. Davvero strano rispetto a ciò a cui siamo abituati.

Ho capito che questo virus era qualcosa di completamente nuovo perché mi ha dato dei sintomi che non avevo mai provato prima, e soprattutto la percezione che fosse diffuso in tutto l'organismo e non localizzato in un organo. Mi sono reso conto che a me solo spettava decidere come lo avrei combattuto o come lo avrei accettato, prendendo i rimedi per tenerlo sotto controllo. Ho scelto di accettarlo ed è stata una scelta positiva perché dopo poco i sintomi si sono molto ridotti.

Ho quindi compreso che le reazioni immunitarie al virus variano a seconda di come ogni individuo decide di affrontare questa patologia. I sintomi infatti sono legati alla risposta del sistema immunitario individuale e non al virus in sé, e questo spiega l'estrema variabilità dei sintomi fisici ed emotivi².

La scelta di lasciare lavorare il virus senza oppormi, ma soltanto tenendolo sotto controllo, ha fatto sì che i primi quattro-cinque giorni esprimessero una sintomatologia significativa: niente di estremamente grave, ma i sintomi si sentivano eccome, ed erano relativamente forti. Poi dopo il quinto giorno sono andati scemando via via di più; è tornata la fame, la voglia di leggere e la lucidità mentale. È diminuita la stanchezza ed è tornata la voglia di agire e reagire.

Ma qualcosa si è modificato dentro di me. Mi sono reso conto che durante la fase acuta si erano riattivate delle antiche patologie: una dermatite di 40 anni prima, una rinite di tipo allergico, un senso di rabbia e di frustrazione che avevo fin da bambino ma non avevo mai riconosciuto. Mi sono accorto che il virus aveva riattivato, sia a livello fisico, che a livello mentale ed emotivo, le antiche sofferenze della mia vita. Ho sentito una profonda rabbia dentro, un senso di ingiustizia e mi è apparso chiaramente che avevo passato tutta la vita per fare contenti gli altri, non occupandomi mai dei miei veri bisogni, e per fare ciò avevo creato un sacco di situazioni di frustrazione e avevo puntato tutto per reazione al mio successo personale. È stato come un colpo di fulmine!

Così ho capito che il Covid19 è una grande sofferenza, ma può essere anche una grande opportunità. Ottunde le risposte fisiche e mentali costringendoti a sentire che cosa veramente c'è nel profondo del tuo cuore e tirandoti fuori le tue emozioni più antiche e nascoste. Certo può essere anche uno shock che non tutti sono in grado di sopportare, ma può anche essere la nostra grande occasione.

I SINTOMI POST INFETTIVI

Adesso sto vivendo la fase post infettiva. Mi sto osservando. Credo di aver fatto un gran lavoro sia fisico che emotivo e mi sento stanco. O meglio mi sto accorgendo che la mia resistenza è molto più bassa. Faccio le cose che facevo prima, ma mi stanco più facilmente e recupero con più difficoltà. Inoltre si manifestano sintomatologie fastidiose ed irritanti, che tendono a riaccendere il mio stato di rabbia e malumore. Tutto questo succede ad ondate: ci sono momenti in cui sono felice e pieno di allegria e momenti in cui sono stanco, rabbioso e con i sintomi.

Cercherò di capirne il significato, ma al momento mi sembra che sia un processo relativamente naturale di un individuo che ha fatto un faticoso percorso ed ha voglia di riposarsi. L'attività in questo caso è malvista o troppo faticosa: deve recuperare le forze.

² L'omeopatia, agendo sulla risposta individuale alle situazioni, è in grado di interagire con la modalità e l'intensità della reazione immunitaria riducendo l'infiammazione e la sintomatologia e favorendo l'azione dei linfociti T-regolatori.

Il corpo quindi credo che gli dia dei segnali chiari, chiedendoti di non farlo muovere troppo in fretta e consumare energia, dandoti dei sintomi sia fisici che emotivi che non possono essere ignorati.

Vedremo cosa succede.