

## focus

## «Ho ritrovato la mia qualità di vita.»

**Gianfranco Foglia\* era un contabile felice. Dormiva poco e lavorava molto. Finché 12 anni fa ha chiuso con i conti a causa della bronco pneumopatia cronica ostruttiva, la BPCO. Bilancio intermedio di un percorso disseminato di eventi dolorosi, che si è trasformato in una storia di successo personale.**

Elenchi, tabelle e numeri – questo è il mondo di Gianfranco Foglia. La sua malattia viene documentata per iscritto in ogni dettaglio, parlarne invece gli riesce più difficile. Oggi, lui e sua moglie hanno fatto un'eccezione.

Prima che Gianfranco Foglia cominci a raccontare la sua storia, si sistema meglio gli occhialini nasali perché parlare lo affatica. I suoi occhi vispi parlano da soli: quest'uomo ha vissuto molte esperienze dure eppure, malgrado tutte le sue limitazioni, sembra non aver perso il suo spirito combattivo. Impresione quest'ultima, che sarà confermata dal suo racconto.

Fino a 12 anni fa, Gianfranco Foglia conduceva una vita intensa. Lavorava parecchio, praticava atletica leggera e faceva molto anche per la sua famiglia. Poi com-



L'ossigeno liquido permette a Gianfranco Foglia di respirare più facilmente.

parvero i primi segnali che qualcosa non andava. Lui li ignorò. «La nebbia autunnale mi creava difficoltà di respirazione e d'inverno ero spesso raffreddato», ricorda. Durante un'escursione a piedi in compagnia di alcuni amici, arrivò d'improvviso un chiaro segnale: Gianfranco Foglia era completamente senza fiato.

#### La diagnosi fu uno shock

Il medico curante fu il primo a palesare il suo sospetto: BPCO. «Era la prima volta che sentivo quelle quattro lettere», racconta Renata Foglia. Infine la diagnosi definitiva: un duro colpo per tutta la famiglia. La dispnea, l'infiammazione progressiva delle vie respiratorie e la con- ►►

Avete domande da porre sui polmoni e sulle vie respiratorie?  
I nostri medici vi risponderanno

**PNEUMOTÉL 0800 404 800**

Ogni mercoledì, dalle ore 17 alle ore 19. Servizio gratuito in francese.



**LEGA POLMONARE**



Grazie alla bicicletta elettrica Gianfranco Foglia può di nuovo fare delle escursioni.

sapevolezza che il decorso della malattia non può essere fermato, ma solo rallentato, furono notizie assolutamente terribili. «Abituarmi all'idea che la BPCO non è guaribile, mi ha sconvolta», racconta Renata Foglia.

Alla diagnosi ha fatto seguito l'anno più difficile di tutta la storia della malattia. Gianfranco Foglia è stato costretto a la-

## «Era la prima volta che sentivo quelle quattro lettere: BPCO.»

sciare il suo posto di lavoro poiché la ditta aveva dichiarato fallimento. Il nuovo percorso professionale è stato molto lungo. Oltretutto, soffriva di disturbi respiratori a causa dei vapori della pittura provenienti dalla ristrutturazione del nuovo posto di lavoro. Per lui, dato il suo stato di salute, questa situazione era insostenibile. Ha dovuto mettersi in malattia, trovandosi così

di colpo estromesso dal mondo del lavoro. Confrontato quindi con una situazione finanziaria incerta, Gianfranco Foglia all'età di 59 anni si è sentito sprofondare in un buco nero. «L'idea di essere malato prese il sopravvento e mi rinchiuse in casa, cosa che rese tutto più difficile», racconta. Di tanto in tanto riusciva a malapena a fare dieci passi alla volta. A Gianfranco Foglia mancava l'energia per intraprendere qualsiasi cosa. Tuttavia poi lentamente si riprese.

### La bici, la nostra speranza

«Ho spinto Gianfranco a comprare una bicicletta. Non una bici normale, che sarebbe stata eccessivamente stancante, bensì una elettrica», afferma Renata Foglia. Suo marito aveva ritrovato la gioia di muoversi all'aperto. Nel frattempo – a tre anni precisi dalla diagnosi – dipendeva 24 ore su 24 dall'ossigenazione artificiale. Renata Foglia ha costruito un apposito sostegno di legno per non fargli mai mancare, neanche in bici, la bombola di ossigeno portatile, di vitale importanza per lui. «Inizialmente era difficile fare gite lunghe perché

lungo il tragitto non c'era alcuna stazione di rifornimento di ossigeno, ma nel frattempo la situazione è cambiata e questo oggi non è più un problema», aggiunge lui. E traspare il suo entusiasmo per la bicicletta elettrica. Inoltre, appena ritornato ad essere una persona attiva, sono subito arrivate conferme positive anche dal contesto familiare. «Sin dall'inizio i bambini hanno accettato abbastanza bene la malattia. Però, vederlo di nuovo attivo e stimolato è stato un sollievo per tutti noi», ricorda sua moglie.

### Il conto torna

Gianfranco e Renata Foglia di solito programmano la giornata in modo spontaneo – in base alle condizioni meteorologiche e allo stato di salute. L'ossigenoterapia 24 ore su 24 e altre misure terapeutiche scandiscono rigorosamente l'orario di Gianfranco Foglia. Il programma prevede una volta a settimana la fisioterapia per la riabilitazione polmonare offerta dalla Lega polmonare. Due volte l'anno c'è il controllo degli apparecchi. Inoltre egli partecipa agli eventi organizzati dalla Lega polmo-



Alla stazione di rifornimento di ossigeno, Gianfranco Foglia fa il pieno dell'apparecchio portatile.

nare – ad esempio alle Giornate delle boccate d'aria a Weggis. «Mia moglie deve venire con me: non voglio trascorrere le vacanze da solo», ridacchia lui. «In effetti, anche per me è l'occasione per staccarmi dalla quotidianità», aggiunge Renata Foglia. «Sono entusiasta dell'assistenza professionale, e anche per i familiari che accompagnano i pazienti esiste un programma interessante, oltre all'opportunità non meno importante di scambiarsi le esperienze.»

## «Sono entusiasta dell'assistenza professionale alle Giornate delle boccate d'aria.»

«Conosco molte persone affette dalla BPCO che non si allontanano mai da casa. All'inizio, ero così anch'io. Col tempo però mi sono abituato alle circostanze e la cosa più importante è aver ritrovato la mia

qualità di vita», spiega Gianfranco Foglia. Che i giorni spensierati siano rari lo sa anche lui. Infatti, nonostante il buon andamento della terapia soffre ancora di dispnea. Però, adesso, durante queste ricadute sa gestirsi bene da solo: ha sempre con sé un elenco di medicinali e disposizioni per l'assistenza. «Si deve restare positivi», dichiara lanciando un'occhiata complice a sua moglie. «Ci godiamo la vita, fintanto che dura», rinalza lei. E con questo atteggiamento nei confronti della vita è certo che in futuro il conto tornerà per entrambi. ✕

Foto: Roland Blattner, fotografo, Jegenstorf

\* I nomi sono stati cambiati dalla redazione

### Giornate delle boccate d'aria

Le persone affette da insufficienza respiratoria, i malati polmonari e i loro congiunti possono fare il pieno di energia e godere di giorni spensierati alle Giornate delle boccate d'aria. Un team specializzato con esperienza pluriennale assiste i pazienti sul posto, inoltre è organizzato il rifornimento dell'ossigeno liquido. Il programma offre ogni giorno diverse attività: dalla terapia respiratoria alla ginnastica fino alle escursioni nei dintorni. Nel 2012 sono in programma le seguenti Giornate delle boccate d'aria:

- 11–25 maggio 2012, Spotorno, Italia
- 27 agosto – 8 settembre 2012, Weggis
- 20 settembre – 4 ottobre, Spotorno, Italia

### Maggiori informazioni:

[www.legapolmonare.ch](http://www.legapolmonare.ch) o  
allo 031 378 20 50

### Stazioni di ossigeno liquido

Grazie alla rete di distributori estesa in tutta la Svizzera ora anche i pazienti che necessitano di ossigenoterapia possono allungare i loro viaggi. Le stazioni di ossigeno liquido sono ubicate in posizioni centrali.

**Elenco delle ubicazioni e maggiori informazioni:** [www.legapolmonare.ch/ossigenoliquido](http://www.legapolmonare.ch/ossigenoliquido)

### Gruppi di autoaiuto

Una malattia cronica spesso rende difficile l'integrazione nella vita sociale. I gruppi di autoaiuto o di scambio di esperienze costituiscono una buona occasione d'incontro. Lo scambio di vedute con altri pazienti e ritrovarsi insieme può essere di aiuto.



### Sintomi tipici per la BPCO: espettorazione, tosse, dispnea

La BPCO si manifesta con la tosse mattutina e accorcia la vita. Sono già 400 000 le persone in Svizzera che soffrono di questa malattia. La BPCO comunemente è chiamata polmone del fumatore perché nel 90 per cento dei casi è provocata dal fumo. La Lega polmonare anche nel 2011, nel mese di novembre, vuole informare sulla BPCO con spot TV e pubblicità online nell'intento di promuovere il riconoscimento precoce della malattia. Infatti, questa affezione polmonare si sviluppa in modo subdolo, restando ignorata spesso per diversi anni. La BPCO non è guaribile. Se però essa viene riconosciuta presto e diagnosticata con un test della funzione polmonare, è possibile rallentare il decorso della malattia e alleviare i disturbi che comporta.

**Test di rischio online e altre informazioni:** [www.test-bpco.ch](http://www.test-bpco.ch)



## Il medico online

**Avete domande sulla BPCO o su altre malattie polmonari o delle vie respiratorie?**

Lo pneumologo Prof. Dott. med. Roland Keller è a vostra disposizione dal 1° al 30 novembre per rispondere alle vostre domande specifiche: [www.test-bpco.ch](http://www.test-bpco.ch).



**IMPRESSUM** vivo<sub>2</sub> viene pubblicato sei volte all'anno per pazienti, soci, donatori della Lega polmonare svizzera. Quota annua abbonamento CHF 5.- inclusi nella quota socio e benefattore. **Edizione e redazione:** Lega polmonare svizzera, Südbahnhofstrasse 14c, 3000 Berna 14, tel. 031 378 20 50, fax 031 378 20 51, [info@lung.ch](mailto:info@lung.ch), [www.legapolmonare.ch](http://www.legapolmonare.ch) **Grafica/impaginazione:** Typopress Bern AG, Berna. **Stampa:** Ziegler Druck- und Verlags-AG, Winterthur.

### Ordino:

- Il nuovo opuscolo gratuito «BPCO. Scoprirla presto – per un trattamento efficace»
  - italiano
  - francese
  - tedesco
- L'opuscolo gratuito «Respirare liberamente – 100 consigli»
  - italiano
  - francese
  - tedesco

### Ordinazioni per posta, fax o e-mail a:

Lega polmonare svizzera  
Servizio informazioni  
Südbahnhofstrasse 14c  
3000 Berna 14  
Tel. 031 378 20 50  
Fax 031 378 20 51  
E-mail [info@lung.ch](mailto:info@lung.ch)  
[www.legapolmonare.ch](http://www.legapolmonare.ch)  
c/c solidarietà: CP 30-882-0

Cognome

Nome

Via

NPA/località

Telefono

Fax

E-mail