

LA MAIL

Data : 13 Settembre 2007

Mail di : Renata

Oggetto: Cerco di rispondere

Grazie per l'iscrizione. Ho tanto bisogno d'aiuto, la mia vita è sempre stata una sofferenza, sono angosciata specialmente di mattina.

Sono dieci anni che sono in cura al CSM della mia città prendendo antidepressivi, ansiolitici come: Anafranil, xanax, prazene e ho provato anche il prosac senza alcun risultato concreto.

Adesso vorrei provare il Laroxyl perchè sento che sono in una fase di depressione, la mia domanda è: ma che ci sto a fare a questo mondo?

E' difficile in due parole raccontare una vita di disagi sofferenze e poca autostima, ma perché? eppure mi sento normale. Mi sento sola, faccio fatica ad avere delle amicizie e facilmente durano poco perchè sento di essere sfruttata. Sfruttata anche sentimentalmente da uomini che oltre al sesso non chiedono e non danno altro.....

Sono sposata ma il mio matrimonio è stato un fallimento. Ho una figlia piena di problemi psicologici dovuto ai continui litigi ai quali ha dovuto assistere e al fallimento dell'attività di mio marito che ci ha portato al collasso totale.

Ho cercato di amare ma non sono stata capita e non ho capito forse che avevo trovato una persona a me congeniale ma purtroppo lo voluta perdere. Sono stanca e delusa...

Con questa persona lavoro ancora per necessità ma è un continuo litigare e non c'è nemmeno un minimo di comprensione da parte sua. Vorrei mollare tutto ma per il momento non mi è proprio possibile

Un consiglio un aiuto, è tutto così difficile.....

Renata

RISPONDE IL Dott. RIVA

Cara Renata,

La sua lettera, così come la sua vita, è carica di sofferenza e sembra davvero che al momento lei non sia in grado di trovare una via d'uscita.

La strada farmacologica non può però essere l'unica.

I farmaci possono permetterle di alleviare l'ansia e di migliorare il tono del suo umore sospendendo così per un po' la sua sofferenza ma, dagli accenni sulla sua vita che ci propone, sembra che certi meccanismi psicologici siano ormai ripetitivi e automatici.

Penso proprio che accanto ai farmaci, per i quali è essenziale che lei non li gestisca da sola, sia opportuno un percorso psicoterapeutico che l'aiuti innanzitutto a ritrovare un po' di autostima.

Informandoci sulla città in cui vive, potremmo fornirle dei nominativi di psicoterapeuti.

Un saluto.

Dott. Marco Riva