

CORONAVIRUS

1

Sono a letto nella sala di terapia intensiva, la notte è già avanzata.

Da quanto? Non lo so, ma mi pare da molto. È gennaio, estate piena, nell'emisfero sud.

Sono vestito col pigiama dai calzoncini corti e ho adottato una camicia al posto della maglietta di cotone, che mi faceva troppo caldo. Ho accostato le due metà sul petto, ma non le abbottono. Devono accompagnare con libertà l'oscillare della temperatura. La stanza ha, alla mia destra, una porta che affaccia sul pianerottolo delle scale esterne. Sulla sinistra c'è una finestra che si chiude solo in parte. Di tanto in tanto si alza un alito di vento che viene da fuori e mi pare una carezza rinfrescante, che mi rallegra col suo passeggero benessere. Non ho il lenzuolo di sopra. Uso solo due asciugamani che ho steso di lato e che mi coprono una piccola parte del corpo. So che poco prima dell'alba sentirò necessità di coprirmi meglio ed allora li tirerò su, finché ne avrò bisogno.

Questo è l'aspetto esteriore del mio habitat, che, col suo frequente variare, mi rallegra: questa è la periferia del mio esistere. Il centro è dentro, nell'aria che entra ed esce. Ogni secondo o due ho bisogno di respirare. Quanta nostalgia del tempo in cui l'aria pareva entrare ed uscire da sola! Ora no, non è più così. Uscire, esce da sola ancora, ma, per entrare, ci devo essere io! Se non la spingo con forza dentro il petto, aspirandola, non entra! Ogni secondo o due devo infilarmela dentro da solo!

Nel tardo pomeriggio è entrato l'infermiere di turno per dirmi che siamo rimasti momentaneamente senza bombole di ossigeno e che non si può sostituire quella in uso che sta per finire. Mi informa, poi, che i medici hanno deciso di aumentare il flusso di ossigeno con i mezzi disponibili. Saranno utilizzati due concentratori di O₂: uno sarà collegato alle cannule nasali, l'altro a una maschera facciale che copre bocca e naso. Verranno personalmente a montare il sistema.

Sono venuti, di fatto, molto gentili e con una carica di incoraggiamento, dicendo che anche senza bombola mi arriverà tutto l'ossigeno necessario.

All'ora di cena mi ha telefonato Andrea, mio fratello, per sentire come stavo. Ho sollevato la maschera facciale per poter parlare e l'ho informato dell'accaduto. M'è parso preoccupato, anche se ha cercato di nascondere. Ero già senza bombola e non mi sembrava che mi mancasse ossigeno, che mi sentissi in crisi. L'ossigeno come ossigeno, ossia come qualità di aria che entrava, era sufficiente. La mia preoccupazione era spingere l'aria dentro i polmoni. Mentre espiravo, il flusso continuo di ossigeno riempiva la maschera, così appena finito di buttare fuori l'aria dai polmoni, subito dovevo come inghiottire altro ossigeno.

Paradossalmente mi pareva che l'ossigeno mi soffocasse.

Per stare al pari del suo flusso invadente, dovevo fare un respiro forzato, usando i muscoli della respirazione intercostale, facendo andare la cassa toracica su e giù facendo così una enorme fatica.

Ci siamo salutati, dopo i suoi incoraggiamenti.

Più tardi è venuta l'infermiera di servizio per sciogliere la zanzariera dal soffitto e fissarla ai margini del letto.

È questo l'avvenimento che dà inizio ufficiale alla notte. Spinge la luce della stanza e rimane soltanto un'illuminazione parziale, che viene indirettamente dalle luci del pianerottolo, insieme ad un po' d'aria che entra dalla porta aperta sulle scale esterne. So che la notte sarà lunga ...

Chissà se mi riuscirò ad appisolare? Chiudo gli occhi ed ascolto il silenzio. Mi accomodo nella posizione più rilasciata, cercando di ritirare la coscienza dallo stato di vigilia piena, nella speranza di raggiungere un equilibrio a metà tra il sonno e il lavoro del respirare in automatico. Scopro che devo raggiungere uno stato di accettazione paziente e serena della mia situazione, non dando ascolto al malessere provocato dal dover faticare senza pausa. Passerò la notte in buona pace, accettando di "respirare in automatico". Sono riuscito a rasserenarmi un po', lasciando da parte ogni lamentela. Passerò così il tempo della notte. Capisco che dormire è impossibile, ma la stanchezza mi fa rilasciare tutti i muscoli del corpo, meno quelli del respiro e questo rilasciamento mi permette di entrare in uno stato di dormiveglia, come se fossi una foglia secca che galleggia sulla superficie dell'acqua viaggiando alla stessa velocità della corrente.

Cerco di fermare tutto il fermabile, meno il tempo, che vorrei volasse, per far spuntar il giorno quanto prima.

La notte! ... non che mi faccia paura, ma non mi riesce di misurarla. Da quando sono ricoverato, la passo senza riuscire ad addormentarmi. Stanotte mi va di assaporare la sensazione di essere la foglia secca che galleggia sulla superficie dell'acqua, viaggiando alla stessa velocità della corrente. Non dormo, ma ho perso lo stato di veglia. Sono fermo sull'acqua, cogli occhi chiusi, senza preoccuparmi del viaggio. Al viaggio ci pensa la corrente.

Mi sento toccare leggermente sul braccio destro, attraverso la zanzariera, fatta di una rete di nailon spessa. Non ci faccio caso. Mi sento toccare di nuovo: qualcuno mi tocca! Allora apro gli occhi. È l'infermiera della notte: "È l'ora della medicazione delle ventidue, dottore. Buona sera!" Una pillola rossa ed un misurino di sciroppo pieno fino a metà. Mi solleva il margine della zanzariera che era stato rimboccato sotto il materasso. Prima lo sciroppo e poi la pillola. Questa la prendo con un sorso d'acqua minerale dalla bottiglietta da mezzo litro che tengo sul materasso, accostata alla gamba sinistra, per trovarla sempre a colpo sicuro, quando di notte bevo qualche sorso. Alla fine mi rimbocca di nuovo la zanzariera, delicatamente. "Buona notte, dottore. Buon riposo."

Non mi nascondo un senso di delusione: sono appena le dieci di notte! Ora so dov'è arrivata la corrente. Mi ero illuso che potesse essere ben più avanti. Ma perché rammaricarmi? Mi torna in mente la frase di Gesù, che mi piace ripetere tanto spesso nelle conversazioni: "la verità vi farà liberi"!

La verità è che la durata della notte non la conosco in termini di ore, la conosco in termini di attesa dell'aurora. In altre parole, la notte non ha un aspetto di estensione, raffigurabile da una linea, ma quello di un evento che matura fuori dal mio controllo: devo mettere da parte il misurarla, la sua verità non sta nella sua categoria di quantità, ma in quella di una realtà distinta dal mio io, nella quale mi trovo come immerso e che ad un certo momento sboccherà producendo l'apparire della luce.

Mi viene in mente un racconto che scrissi tanti anni fa, dal titolo "O fiore notte!" La descrivevo come una creatura amabile da essere goduta nel suo misterioso fascino, la cui durata desideravo che potesse prolungarsi. Quante notti di lavoro ho passato con lei! Ed anche quante veglie di preghiera ... Ero giovane, allora, e le dedicaì persino una poesia, che serviva come titolo al racconto. L'imparai a memoria!

"Notte,
perché sei tanto breve?
Quando il sole si posa
e tu compari,
la brezza

mi trasporta i tuoi profumi.
 Forse son loro,
 o forse è la tua pace,
 o il tuo silenzio,
 che il profumo del fiore che tu sei,
 mi danno.

O fiore notte,
 eternità
 si chiama il tuo profumo.

Perché,
 quando l'eternità che tu ci porti
 quasi ci ha presi,
 perché, notte, finisci?
 Perché sei tanto breve?
 O fiore notte,
 perché anche tu appassisci?

Questo ricordo mi conforta. Mi ha riportato agli anni di gioventù, quando la notte era una compagnia gradita, quando poteva essere chiamata "o fiore notte".

2

Mi ritorno a sistemare nella posizione più favorevole, recupero il rilassamento, i muscoli del respiro intercostale ritornano ad essere gli unici a non riposare...

Capisco che non posso cedere il posto di comando. Nessuno mi può dare il cambio a spingere l'aria dentro i polmoni. Non posso però rimanere irritato da questa situazione, devo riuscire ad accettarla con quanta più pace possibile. Non posso cedere alla tentazione di misurare; devo appena aspettare l'aurora, galleggiando sulla corrente come foglia secca.

Ogni tanto, però, apro gli occhi, per vedere se il cielo ha cominciato a schiarirsi...

Lentamente sento che la vescica sta riempiendosi e comincia a chiedere di svuotarsi. Anche l'intestino pare svegliarsi ed esige prepotentemente di andare in bagno. Devo organizzarmi per alzarmi, ma sono totalmente dipendente dall'aiuto del personale di notte. Al cambio di turno delle diciannove vengono sempre a presentarsi quelli che smontano e quelli che entrano. Tutti i nuovi mi lasciano il nome ed il numero del cellulare per poter chiamare qualcuno per portarmi in bagno.

Rimango cogli occhi aperti per spiare qualche movimento di personale notturno nel pianerottolo che dà sulle scale esterne. Non vedo nessuno, ma sento rumori, come di qualcuno che si muove. Ciò mi incoraggia. Tiro fuori da sotto il cuscino il cellulare e cerco il numero della prima delle due infermiere di servizio. Posso leggere l'ora: manca poco alla mezzanotte. Non fisso l'ora; penso solo tra me: "Non è ancora domani ..."

L'infermiera di servizio arriva subito, quasi di corsa. Accende la luce e mi saluta: "Sono qui dottore! È per andare nel bagno?" Solleva una metà della zanzariera e quando si accorge che sono collegato a due concentratori di ossigeno si allarma un po' e va a chiamare la sua collega che era nell'atrio fuori della porta.

Io le rassicuro, dicendo loro che anche con un solo collegamento avevo constatato che l'ossigeno era sufficiente. Mi tolgono la maschera facciale e mi accompagnano nel bagno: una mi sostiene per camminare e l'altra spinge il concentratore dietro di me, fin dentro il bagno. Lo stimolo era diventato imperioso e faccio

appena in tempo a sistemarmi seduto. Loro aspettano fuori e quando ho finito le chiamo per aiutarmi a lavarmi, asciugarmi e vestirmi. Impiego poco più di un minuto, ma quando restituisco l'asciugamano sono sfinito. Non riesco a parlare, ma faccio loro cenno che ho bisogno di recuperare il fiato stando seduto sul water chiuso. Dopo due o tre minuti di respiro affannoso mi sento recuperare e faccio cenno per aiutare ad alzarmi in piedi per tornare sul letto, che dista soltanto sette od otto passi. Appena seduto, connetto di nuovo la maschera facciale e tiro su i piedi per sdraiarmi in posizione orizzontale. Come appoggio la schiena sul materasso mi sento rinascere e l'affanno rapidamente si smorza. Una di loro mi mette il pulso ossimetro al dito e tutti guardiamo il monitor della saturazione di ossigeno. Segna a metà fra 80% e 90%. Man mano che il fiato ritorna, la saturazione sale fino ad arrivare a 93% o poco più. Ormai è fatta! Mi fanno sdraiare meglio, sistemano il guanciaie e chiudono la zanzariera, rimboccandola sotto il materasso. Le ringrazio con gratitudine, ma mi dicono che non devo ringraziarle: sono qui apposta per aiutarmi!

3

Ho riaperto gli occhi: dalla porta aperta sul pianerottolo entra un po' di luce. Una sagoma di rami di albero sta separandosi dal nero della notte per disegnarsi faticosamente su uno sfondo chiaro: sta sbocciando l'aurora! La notte è ormai finita! La fatica ad ogni respiro continua, ma l'apparire del giorno mi rallegra e mi fa sentire meglio. Un'ora o due fa ho avuto ancora bisogno di andare con urgenza nel bagno. Ero convinto che la notte stesse per finire e che, forse, al ritorno a letto avrei scorto lo schiarire dell'alba. Invece, no! Ancora buio pesto. Pazienza ...

Rimango cogli occhi aperti: potrò accorgermi subito se qualcuno comparirà nel pianerottolo, proveniente dalle scale esterne o arriverà dal corridoio del reparto. Il primo ad apparire è l'infermiere che sta finendo il turno di notte. Non ha il carrello della medicazione ma solo un vassoio, che appoggia sulla mensola ai piedi del letto. "Buon giorno dottore! Come ha dormito? come si sente? Sono venuto per registrare i parametri vitali." Mi infila il termometro sotto l'ascella e mi mette il bracciale dello sfigmomanometro per misurare pressione e polso. Alla fine, mentre me lo sfilava dal braccio, commenta: "Ah! Tutto bene!" e mi mostra lo schermo dell'apparecchio con massima, minima e polso perché li possa leggere anch'io. "Permette?" e si avvicina per togliermi il termometro e mostrarmelo: "Molto bene! Anche oggi senza febbre". Apre la cartella dei miei dati vitali e li annota diligentemente. Poi esce di corsa. "Buona giornata, dottore, ora passo dagli altri malati"

Il sole è spuntato dall'orizzonte ed illumina obliquamente la parete di fronte, entrando dalla finestra di sinistra: la frescura della fine della notte si dilegua in fretta: siamo in gennaio, nel pieno dell'estate!

Entra un secondo infermiere col carrello della medicazione, aspira vari medicinali in una batteria di siringhe e poi viene da me per osservare la vena canalizzata ed annunciarmi il nome di ogni medicamento.

Prima le iniezioni: ceftriaxone, desametasone, omeprazolo endovenoso, enoxiparina sottocutanea. Adesso compresse: azitromicina, cotrimoxazolo, multivitamine, zinco e sciroppo broncodilatatore. A questo punto gli chiedo di aiutarmi a prendere le medicine che ho portato con me da casa e che sono sulla mensola ai piedi del letto: due compresse di antiretrovirali e gocce di collirio. Appena esce, entra una infermiera di servizio con un sacchetto di plastica:

"È arrivata la colazione mandata dalle suore" e l'appoggia sul tavolo.

Il coronavirus ha attaccato la nostra comunità di padri dehoniani della Sagrada Família. Il padre Toller ha perso la vita e altri tre sono risultati positivi e si trovano in quarantena domiciliare. Il superiore p. Sandro ha chiesto alle suore Francescane Hospitaleras, che vivono a duecento metri dall'ospedale, il favore di aiutarmi con le refezioni e il cambio della biancheria. Sono loro molto grato.

Per le refezioni ho il problema che, in questi primi giorni, non mi va di mangiare. L'unica cosa che il mio stomaco accetta è minestra di verdura, yogurth e un succo di frutta da viaggio che si aspira con la cannuccia. Non riesco a stare seduto sul letto e quindi un'infermiera o un'inserviente mi imboccano da sdraiato con grande pazienza. Per alimentarmi devo togliere la maschera facciale e resto solo con l'ossigeno nei terminali nasali. Tutto si compie in pochi minuti e appena finisco, rimetto subito la maschera.

4

Dopo colazione resto solo. Passo ore in silenzio. Forse potrei usare il telefonino per recitare un po' di breviario, ma vedo che è uno sforzo troppo grande, non solo per sostenere il cellulare, ma soprattutto per la necessità di attenzione. D'altronde anche lo svolgere un semplice pensiero formale è fuori portata. Il centro della coscienza è prepotentemente trattenuto dall'esigenza del mio corpo: far entrare l'aria nei polmoni ad ogni respiro!

La mattina mi pare quasi che galleggi nella stanza, mentre coniuga con me un verbo solo: aspettare ...

Entra dalla porta con passo spedito un medico che sembra un astronauta, chiuso nella sua tuta che assomiglia ad uno scafandro. Le mani sono coperte dai guanti, la faccia è nascosta da due maschere sovrapposte, protette da una visiera trasparente ed il capo chiuso in una specie di cappuccio. Solo gli occhi sono ben visibili: osservano e sorridono al tempo stesso. "Buon giorno, dottor Marchesini, sono Alexandre, il medico di terapia intensiva dell'Ospedale Centrale, ma seguo anche i pazienti di covid-19 di questa infermeria, specie quelli più gravi. Mi scuso per il mio portoghese zoppicante. Sono arrivato da Cuba da pochi mesi ed ancora non parlo bene la lingua. Sono venuto per salutarla e rendermi conto di come sta. Ho già studiato la sua cartella con la sua storia clinica, ho visto gli esami, ed ora vorrei esaminarla."

Lo ringrazio di cuore per essere venuto: ho tutto l'interesse che mi esamini e mi dica la verità sulle mie condizioni. Mi ausculta con grande serietà e concentrazione, prima davanti, poi sui lati e dietro.

"Dr. Marchesini, si ascoltano rantoli e crepitazioni diffusi, sia nella parte alta che alle basi. Adesso si trova nella fase acuta della battaglia col covid-19. Però c'è di buono che non ha febbre, che la tosse sta diminuendo e che la saturazione dell'ossigeno, pur se aiutata con sonde nasali e maschera facciale, si mantiene di un po' sopra il 90%."

"Vorrei, dottore, che mi dicesse il suo parere sulla gravità del mio stato."

Si avvicina di più a me e mi guarda negli occhi.

"Il suo stato è riservato. L'infezione è forte, ma confido che sia in via di miglioramento. Tuttavia bisogna tenere in conto che ha una depressione immunitaria e soprattutto che ha un'età avanzata, settantanove anni. Non sappiamo fino a che punto queste condizioni possano influenzare l'evoluzione dell'infezione. Lei è medico: posso parlarle apertamente."

La franchezza delle parole del dottore, accompagnate però ad un incoraggiamento basato su alcuni aspetti positivi, come soddisfacente saturazione di ossigeno, mancanza di febbre e diminuzione della tosse, mi aiuta ad avere una conoscenza più dettagliata delle mie condizioni. Capisco che la mia situazione è abbastanza seria, ma con motivi di ottimismo. "Il suo stato è riservato" mi ha detto. Ciò mi sta, in certo modo, incoraggiando, fornendomi la giustificazione, le ragioni, della fatica senza pause che mi richiede il respirare e mi incoraggia a combattere con tutte le energie. Al tempo stesso contribuisce a rinforzare il mio sentire che questa battaglia non è destinata al fallimento. Sento dentro di me la convinzione che la posta in gioco non è la morte!

Il giorno dopo il mio ricovero si era sentito male anche il padre Toller. Aveva fatto il tampone ed era risultato positivo al covid-19. Erano arrivate due agenti di servizio nella mia stanza coi lenzuoli per preparare il letto accanto al mio. “Sta arrivando un padre grave, per occupare questo letto”. Ma nessun padre arrivò. Nella mia condizione di isolamento per coronavirus ero rimasto fuori da ogni comunicazione con il mondo esterno. Solo più tardi, addirittura il giorno dopo, fui informato che si trattava del padre Toller, che aveva perso la vita. La morte mi aveva sfiorato. Di questa malattia si moriva! E colla fatica che facevo a respirare mi immaginai cosa doveva aver provato il mio confratello. Avevo avvertito la minaccia, ma sentivo che non era ancora il mio turno. Non ora, in un altro momento. Ne sarei uscito fuori, ma era solo un rinvio. Sarebbe, un giorno, toccato anche a me. Non erano pensieri formulati, ma sentimenti. Non ero capace di pensare, ma solo di sentire e quel sentimento mi turbava, senza cenno di lasciarmi. Il pensiero è capace di scorrere nella mente, ma il sentire rimane, nel centro del cuore...

La prima notte dopo la notizia del padre Toller la passai immerso in uno stato di turbamento. La sua morte era come una realtà, una specie di oggetto, di cui non sapevo distinguere la forma e la dimensione che rimaneva sospesa di fronte a me, spostata sul lato destro. La mia coscienza non era lucida, vivevo uno stato di confusione, popolato di impressioni che mi avvolgevano, provenienti da quella specie di oggetto senza forma e dimensioni che aleggiava su di me, spostato sul lato destro. Io ero sempre la stessa foglia secca che galleggiava sulla corrente della notte, ma una sottile angustia si era aggiunta: la corrente si era fermata! Mantenevo gli occhi chiusi, raccolto nella fatica di infilare l’aria dentro i polmoni...

Fu accesa la luce della stanza. “Buon giorno dottore!, ha dormito bene? Disturbo se comincio con le pulizie?” Dalla porta sul pianerottolo i rami dell’albero si distinguevano già sul fondo ormai chiaro del cielo. Anche oggi stava sbocciando l’aurora!

5

I miei due medici curanti, Dr. Samuel e Dr. Fortunato entrano insieme.

“Buon giorno, dr. Marchesini, come va oggi? È riuscito a dormire un po’?”

“Non va molto bene. La dispnea non passa. La fatica è grande”

“Sentiamo i polmoni. Dovrebbero aver cominciato a migliorare”

Mi auscultano con grande concentrazione, tutti e due.

“Si sentono ancora rantoli e crepitazioni, ma rispetto a ieri la parte alta dei polmoni è più libera. È un buon segno. C’è un inizio di miglioramento. Ci vorranno ancora alcuni giorni, poi la dispnea andrà sparendo. Abbiamo visto molti pazienti in questi mesi. L’evoluzione è sempre così. I rumori respiratori cominciano a migliorare e poi vanno diminuendo ogni giorno di più. Vedrà che a metà della prossima settimana starà molto meglio e potrà stare in piedi da solo fuori dal letto. Abbiamo una buona notizia da darle. Abbiamo ricevuto dieci bombole di ossigeno e la prima la stanno già portando qui.”

Si sentono rumori nel pianerottolo ed entra un infermiere con una bombola, che sistema accanto al mio letto. Montano la connessione per il tubo e mi applicano la maschera. Sento arrivare un soffio poderoso nella maschera ad una percentuale ben più alta di quella del secondo concentratore di ossigeno.

Mi mantengono i terminali nasali del primo concentratore. La dispnea c’è ancora, ma la fatica è diminuita.

Rimangono con me per farmi compagnia, parlando anche degli altri ricoverati. La maggior parte sono in condizioni di una certa difficoltà respiratoria, ma ce ne sono alcuni che non hanno bisogno di maschera. Alla fine mi salutano: “Coraggio, Dr. Marchesini, deve aver pazienza ancora qualche giorno, ma poi passerà tutto.”

Comprendo che devo adeguarmi al ritmo lento dell'evoluzione della malattia. La maggior parte del tempo la passo da solo. Uso la maschera facciale e i terminali nasali. Per parlare devo togliermi la maschera e lo faccio solo quando ho bisogno. L'occasione più frequente è quella di chiedere aiuto per andare in bagno. Ciò mi accade parecchie volte: sei o sette nelle 24 ore. La necessità sorge quasi all'improvviso, il più delle volte dopo una refezione. Ho sempre con me la lista dei due infermieri e delle due inservienti che sono di turno. Se uno o l'altro non risponde ho il numero di emergenza con la dicitura "infermeria covid-19", che suona in tutti i telefoni. Quando risponde, posso spiegare a voce il motivo e ci intendiamo su come fare. Andare in bagno è caratterizzato da due sensazioni. La prima è l'urgenza: sto sulle spine finché non entra chi mi aiuterà, per altro sempre gentilissimo; la seconda è la fatica a mantenere la posizione eretta, per entrare, poi per pulirmi e lavarmi e quindi per ritornare a letto. Ad un certo punto devo sedermi per alcuni minuti per calmare l'affanno del respiro.

Tempo passato

Un'altra attività marca lo scorrere del tempo e sono le refezioni. Nei primi giorni l'unico alimento che mi andava di prendere era una minestra di verdura, tre o quattro volte al giorno, frutto della premura e gentilezza delle suore francescane "Hospitaleiras", che oltre alle minestre di verdura mi rifornivano di numerosi yogurt e succhi di frutta piccoli, da prendere con la cannuccia. Anche le bottigliette d'acqua da mezzo litro me le rifornivano loro. Le tenevo sul materasso, accanto a me, a portata di mano per berle sia di giorno che di notte. Non riuscivo a sedermi sul letto: ogni refezione mi era servita con un cucchiaino, da sdraiato, infilato con garbo nella bocca.

La mia dipendenza dagli altri era totale, per cui le occasioni di contatto con qualcuno erano abbastanza frequenti. Tuttavia restavo da solo per ore di seguito. Nei primi giorni la mente non riusciva a funzionare, impegnata solo a spingere con forza l'aria nei polmoni.

Poi, col tempo, cominciarono ad arrivare messaggi di sms nel telefono, con frasi di auguri ed anche immagini e piccoli video di incoraggiamento. Scoprii una posizione in cui non mi affaticava il sostenere il telefono davanti agli occhi. Cominciai a rispondere e notai che l'attenzione che mi occorreva per comporre una frase mi distraeva dall'impegno oppressivo del respirare. Ciò mi rallegrò e contribuì a migliorare la mia resistenza.

Tenendo il telefono in mano ed avendo recuperato l'attenzione, pensai che avrei potuto cominciare a recitare il breviario, leggendo i salmi che erano facilmente reperibili. Avevo a disposizione un tempo senza limiti. Cominciai a recitare il primo salmo, lentissimamente. Una frase o l'altra era proprio bella. Meritava sostare per ripeterla e gustarla. Non mi importava finire il salmo: avevo a disposizione tutto il tempo che volevo. Com'era differente pregare il breviario con tanta nuova libertà per sostare, ripetere, gustare! Durante i miei tanti anni di vita religiosa avevo quasi sempre recitato le lodi ed i vesperi in coro, con gli altri membri della comunità. Recitare in coro esigeva pronunciare insieme ogni parola; ed una volta detta, si andava sempre avanti. Bastava una piccola distrazione per perdere il filo del pensiero: non era possibile fermarsi e ripetere.

Ora, invece, costretto com'ero a restare sdraiato a letto dalla mattina alla sera, scoprii una libertà che non avevo ancora sperimentato. Se non mi fossi ammalato in questa forma, non mi sarebbe stato facile gustare così la preghiera dei salmi. Stavo scoprendo che la mia situazione, che per molti versi mi faceva soffrire, nascondeva in sé una grazia della bontà di Dio. Pregare meditando i salmi, assaporarli, fermarmi a gustare un'espressione, lasciando il tempo scorrere liberamente, non mi affaticava. Mi affezionai a questa maniera di pregare, che riprendevo più volte lungo la giornata.

Ogni tanto qualche collega che lavorava con me in ospedale riusciva ad avere il permesso di vestirsi con tuta anti coronavirus, maschera, cuffia in testa e visiera davanti alla faccia e guanti nelle mani. Entravano

nella stanza fermandosi a distanza di sicurezza e chiedendomi di indovinare chi fossero. Quando ci riuscivo, la soddisfazione era grande sia per me che indovinavo, sia per loro, che erano riconosciuti.

L'unica parte visibile del corpo erano gli occhi. Queste visite mi rallegravano, per l'affetto che trasmettevano e per l'interesse che mostravano. Era piena estate, con temperatura abbondantemente sopra i trenta gradi, e mi rendevo conto del sacrificio che avevano dovuto affrontare per entrare da me.

Un altro evento, che cercavo che si svolgesse ogni sera, era costituito dalla cena, che arrivava attorno alle sei. C'era bisogno di trovare un infermiere o una agente che mi imboccasse e mi aiutasse a lavare i denti. Doveva venire accanto al letto con un catino di plastica e un bicchiere. Mi metteva il dentifricio sullo spazzolino e poi versava l'acqua.

Alle sette di sera c'era il cambio di turno ed io desideravo poter finire di mangiare ed aver tempo per lavarmi i denti senza interferire con i preparativi per uscire. La pulizia della bocca era per me una specie di rito indispensabile per poter dormire "pulito".

6

I giorni della dispnea passavano lenti, ma l'informazione che la grande battaglia col virus sarebbe durata ancora una settimana e poi il virus avrebbe esaurito la sua aggressività, mi aiutava a tener duro. Il primo segnale che le cose stavano andando meglio fu quando notai che nel tempo in cui mi toglievo la maschera e restavo solo con i terminali nasali, la dispnea diminuiva sensibilmente. Ne parlai con i dottori quando passarono la visita. Pensarono che rimanere senza maschera mi toglieva la difficoltà di respiro provocato dalla maschera stessa. Ricevere l'ossigeno a pressione, esigeva uno sforzo positivo più forte per spingerlo giù ai polmoni. In altre parole, l'ossigeno a pressione della maschera esigeva uno sforzo respiratorio maggiore. Mi misurarono la saturazione di ossigeno senza maschera: era 95%. La conclusione fu che i terminali nasali erano sufficienti per ossigenarmi bene.

"Dottor Marchesini, può restare senza maschera e ciò renderà più facile la respirazione." Continuai bene tutto il resto del giorno. Tuttavia, per sicurezza, i medici fecero lasciare una bombola di ossigeno nel bagno, per potermi aiutare in caso di crisi, al momento dello sforzo di alzarmi in piedi per pulirmi. Se mi sentissi mancare l'aria, bastava collocare la maschera, che restava collegata al manometro, e applicarmela sulla faccia. Il concentratore di ossigeno, restava sempre collegato e mi seguiva nei miei spostamenti al bagno.

Il sollievo che ricevetti in quel giorno meritava di essere fissato nella memoria! Era l'undici di febbraio. Feci i conti dei giorni passati con dispnea: avevo iniziato ad usare la maschera con la bombola il secondo giorno del mio ingresso, cioè il 26 gennaio, in totale 16 giorni. Nell'impegno della memoria per non dimenticare quella data, mi ricordai all'improvviso che era il giorno della festa della Madonna di Lourdes, il giorno mondiale dei malati. Mi sentii molto grato verso la Madonna ed interpretai come una sua grazia il miglioramento della mia condizione, proprio nel suo giorno.

Tutto il personale, infermieri ed agenti di servizio, si congratularono con me per questo passo avanti e anche il mio morale ne ebbe un grande beneficio.

La prima novità fu provare a sedermi nel letto con i piedi penzoloni. Feci la prova con l'aiuto di un'infermiera. Non mi girava la testa e riuscivo a respirare senza troppo sforzo. Quando arrivò l'ora del pranzo provai a mangiare da solo. Stesi l'asciugamano sulle ginocchia e vi appoggiai sopra un piatto normale. Collocai lì il recipiente con la minestra di verdura e cominciai a mangiare col cucchiaino senza aiuto. Riuscivo a mantenermi dritto senza appoggiare le mani sul materasso e a respirare senza affanno. Quando

finii, capii che dovevo sdraiarmi per riposarmi. Avrei voluto mangiare uno yogurt, ma chiesi a chi mi assisteva che me lo desse, infilandomelo in bocca col cucchiaino.

Dovevo allenarmi per guadagnare più resistenza, perciò continuai a mangiare da solo coi piedi fuori dal letto. In quella posizione l'appetito migliorava. Oltre alla minestra, le suore cominciarono ad aggiungere anche due fette di pane in cassetta con formaggio o un uovo fritto e una porzione di purè.

Ormai iniziavo a muovermi meglio e i medici cominciarono a prescrivere fisioterapia respiratoria e anche muscolare, braccia e gambe, tutte cose che si potevano fare senza scendere dal letto.

Il prossimo passo era il più importante: ridurre progressivamente l'apporto di ossigeno che arrivava ai terminali nasali. All'inizio il flusso di ossigeno era di 8 litri al minuto, poi fu diminuito fino ad arrivare in pochi giorni a 5 litri al minuto e via via sempre meno fino a due litri e poi a uno solo. Un pomeriggio il medico di terapia intensiva Alexandre mi propose di restare una mezz'ora a respirare solo l'aria ambiente. Mentre me lo diceva, sollevò delicatamente i tubicini nasali ed io rimasi a respirare come se niente fosse, senza più ossigeno. Era la prima volta da quando mi ero ammalato! Come avevo sognato questo giorno! Dopo un po' mi ricollegò con l'ossigeno ed anche questa volta non notai differenza. Fu la controprova di conferma.

Concordammo di cominciare il giorno dopo a fare a meno dell'ossigeno fin dal mattino e rimetterlo solo per la notte, per maggior sicurezza. La bombola dell'ossigeno restava sempre pronta al mio lato, ma da quando avevo tolto la maschera non l'avevo più usata. Ora restavo col concentratore di ossigeno accanto al letto, ma spento. Lo usavo solo quando dovevo andare in bagno. La dispnea che mi assaliva a pulirmi, lavarmi e asciugarmi, ritto in piedi, mi metteva sempre in crisi di fame di aria. Dovevo sedermi e recuperare per alcuni minuti, prima di tornare a letto.

7

Ormai rimanevo a letto sempre senza ossigeno, anche di notte. Solo una volta o due mi ricollegai da solo per poter dormire meglio, perché sentivo un po' di fatica a respirare.

I medici cominciarono a dirmi che ormai ero pronto per andare a casa. Io ci rimasi male, perché non mi sentivo ancora pronto. Non ero mai sceso dal letto se non per andare in bagno, e sempre accompagnato e sostenuto da un infermiere. Il motivo principale per loro era che ormai avevo passato oltre un mese di ricovero e mi potevo considerare guarito dalla polmonite. Il coronavirus non era più attivo nel mio corpo e perciò il prolungare la permanenza mi metteva a rischio di infettarmi con qualche altro germe presente in ospedale. In casa sarei stato accompagnato da un infermiere nei primi tempi, che mi avrebbe dato un'assistenza completa, aiutandomi in tutto, specialmente quando mi dovevo alzare per andare in bagno. Mi avrebbero dato anche un concentratore di ossigeno, da tenere accanto al letto per aiutarmi in caso di necessità. Avevo già cessato ogni trattamento con iniezioni ed avrei terminato quello orale alla fine della prima settimana, sotto il controllo dell'infermiere. Si era già offerto di venire con me l'infermiere Acácio che, in verità, non era propriamente infermiere ma tecnico di medicina generale.

I miei due medici curanti Dr. Samuel e Dr. Fortunato promisero di venire a visitarmi nei primi giorni per assicurarsi che tutto andasse bene, senza complicazioni.

Capii che non c'era pericolo ad andare a casa, che tutte le precauzioni erano state prese e quindi cominciai a prepararmi per la partenza. Questa avvenne il giorno dopo, nel primo pomeriggio.

Mi feci aiutare a riunire tutte le cose sparse per la stanza: il cambio di biancheria, gli asciugamani nel bagno, le medicine che mi ero portato da casa, un libro o due e chiesi di aprire il sacchetto coi calzoni e le scarpe

per potermi vestire. Entrò un agente di servizio con una sedia a rotelle, salutai e ringraziai tutti, si affiancò a me il tecnico di medicina, Acácio che mi avrebbe assistito a casa, come mio infermiere personale.

Ci avviammo lungo il corridoio del primo piano e scendemmo per la rampa esterna fino in fondo dove aspettava l'ambulanza. L'amministrativo Mulaleia della chirurgia era lì in attesa.

Il mio primo problema fu quello di salire sull'ambulanza: il gradino era troppo alto per le mie gambe. Mi sollevarono di peso e mi sdraiai sulla barella, poi partimmo per le strade di Quelimane verso la nostra casa. L'ambulanza fece manovra per accostare col retro alla veranda davanti alla porta d'entrata del giardino, dove il padre Sandro era in attesa. Sbucò dalla cucina il signor Antonio nostro giardiniere e guardiano. Come mi scorse, si mise a piangere dalla commozione di rivedermi ed accompagnò il piccolo corteo dalla porta d'entrata fino alla stanza dove mi avevano preparato il letto. Ero molto instabile sulle gambe e quei dieci o quindici metri mi parvero molto lunghi. Mi sostenevano sotto le ascelle: cinque o sei passi e poi una sosta per riprendere fiato, altri cinque o sei ed una nuova sosta. Poi l'ultimo tratto fino al letto.

Mi tolsi le scarpe e mi sdraiai coi calzoni sopra il lenzuolo: ormai ero tornato a casa!

Quelimane, Maggio 2021

A handwritten signature in cursive script, appearing to read 'Odo'.