Vincere il dolore cronico: il percorso può essere lungo, ma la luce esiste

Prof.ssa Alessandra Graziottin
Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica
H. San Raffaele Resnati, Milano

Racconti di sofferenza, resilienza e guarigione

Per la prima volta mi sono sentita vista. Compresa. Creduta. Arrivai da lei dopo tre anni di peregrinazioni tra chi non sapeva cosa fare e chi liquidava tutto con un «devi stare tranquilla». Ero terrorizzata. Mi vergognavo profondamente del fatto di non avere mai avuto rapporti sessuali. Mi sentivo sbagliata. Difettosa. E soprattutto senza più speranza. La professoressa Graziottin non vide soltanto una diagnosi. Vide me. Mi prese letteralmente per mano e mi accompagnò nel percorso più duro della mia vita.
La diagnosi era complessa: vulvodinia e vaginismo severo. Mi parlò con sincerità. Mi disse che sarebbe stato un cammino lungo, difficile, senza tempi certi. Ma nei suoi occhi, nella sua voce ferma, nella sua competenza, c'era qualcosa che nessun altro medico mi aveva mai trasmesso: la sensazione che non fossi più sola. E così decisi di affidarmi a lei. Il percorso è stato estenuante. Ci sono stati momenti in cui facevo un passo avanti e due indietro.
Momenti in cui sembrava di precipitare di nuovo nel buio. Periodi in cui la vulvodinia si placava ma il vaginismo restava invalicabile. E poi le riacutizzazioni improvvise, violente, scoraggianti. Ma la professoressa aveva sempre un'arma nel camice: una nuova strategia, una nuova possibilità, una nuova strada terapeutica da adattare alla persona che aveva davanti. E aveva anche un'altra arma, ancora più potente: la sua umanità. Non mi ha mai lasciata sola nella disperazione. Mai. Impreziosiva le visite con tante riflessioni sulla vita. Sembrano dettagli piccoli, ma per chi vive nel dolore cronico diventano appigli vitali. In lei ho visto incarnato ciò che avevo studiato nei libri di medicina: la vera cura della persona nella sua interezza.
Perché la professoressa Graziottin non cura soltanto il corpo. Si prende cura dell'anima ferita delle sue pazienti. Con un approccio integrato, multidisciplinare, profondamente umano, ha coinvolto nel mio percorso anche altri straordinari specialisti, costruendo intorno a me una rete di cura che mi ha permesso, lentamente, di tornare a vivere. Dopo sette anni di battaglia sono riuscita a mettere a tacere il dolore della vestibolite. E, per la prima volta nella mia vita, ho potuto avere rapporti sessuali. Ci sono sofferenze che cambiano per sempre il modo di guardare il mondo. Questa malattia ha cambiato il mio modo di vivere, di amare, di relazionarmi agli altri. Ma soprattutto ha cambiato il mio modo di essere medico.
Per me la professoressa Graziottin non è soltanto il medico che mi ha aiutata a uscire dal tunnel. E' il modello di medico che ogni paziente meriterebbe di incontrare almeno una volta nella vita: competente, rigorosa, instancabile, ma soprattutto profondamente umana. So che oggi ci sono ancora tantissime donne intrappolate nello stesso tunnel in cui sono stata io. Donne che convivono con il dolore, con la vergogna, con il senso di incomprensione, con la paura di non guarire mai. Questa testimonianza è soprattutto per loro. Per dire che il tunnel può sembrare infinito. Che il percorso può essere lungo, durissimo, pieno di cadute. Ma che la luce esiste. E se

© 2026 - Fondazione Alessandra Graziottin - www.fondazionegraziottin.org

oggi, dopo undici anni, riesco a scrivere queste parole con il cuore finalmente leggero, respirando la felicità semplice del profumo dei fiori di gelsomino, allora significa che dal tunnel si può uscire davvero. GRAZIE PROF!