

TRES MALALTIES RECENTS QUE S'ENCAVALQUEN

Fibromiàlgia
Dolor generalitzat en diversos punts del cos, sense proves i que compromet la vida laboral, social i personal

Fatiga crònica
Cansament inexplorable i persistent que el repòs no millora i coincideix amb **perdua de memòria**, ganglis, dolor muscular, de cap, malestar de 24 hores després de l'exercici i **son no reparador**

SQM
Com a reacció a la inhalació de productes ambientals es produeixen símptomes diversos: **nàusea**, confusió mental, debilitat muscular o **manca d'aire**

Junts
El 42% de casos de fatiga crònica també tenen SQM i el 6% fibromiàlgia

que provoquen la reacció en cadena "i, molt important, identificar els límits del propi cos, aprendre a dir que només arribo fins aquí".

El seu cas no és dels més durs, encara que a l'informe d'incapacitat laboral apareix, a més de la sensibilitat química múltiple, la fatiga crònica, que molt freqüentment s'encavalquen, les seqüeles d'un traumatisme cranial quan era estudiant i una malaltia autoimmunitària anomenada mixta de teixit connectiu. Els seus diferents diagnòstics barregen dolors i picors, esgotaments i confusió mental, "però crec que distingixo els que es deuen a una cosa i a una altra, perquè són dolors diferents". En la SQM, la reacció de dolor, confusió o ansietat es presenta de cop. "De sobte et picca tot el cos i sents una enorme ansietat sense motiu. I després hi ha tremolors, mareig fred...". No hi ha tractament. Només viure amb la malaltia de la millor

VIDA EXTERIOR
Laila va amb màscara al súper: "Cada vegada em miren menys, crec que s'hi acostumen"

VIDA INTERIOR
A casa es neteja amb vinagre i els amics no porten perfum ni suavitzant a la roba

QUÈ AJUDA
No exposar-se a olors que desencadenen la reacció i saber fins a on es pot arribar

manera possible. "He provat un munt de solucions més o menys màgiques. Hi ha gent formidable a tot arreu, però el més freqüent és topar amb un gran nivell d'ignorància i prepotència". És la gota malaia de la malaltia. Al patiment no li acompanya la compassió, que sovint és molesta, sinó la suspicàcia dels professionals sanitaris, la desconfiança dels professors dels fills, del botiguero de la cantonada, "fins i tot la burla dels nens que t'anomenen Michael Jackson per portar màscara".

La seva bombolla particular de bosc, platja i circuits controlats amb màscara compta amb un grup d'amics que ve a casa sense perfums i una xarxa familiar que suplèix les mancances de carrer. "Tots som de neteja amb vinagre i *ecobola* a la rentadora, i zero ambientadors i suavitzants. Treballar? Sé que no hi tornaré, però no penso parar: he començat a escriure una novel·la". ●



ANA JIMÉNEZ

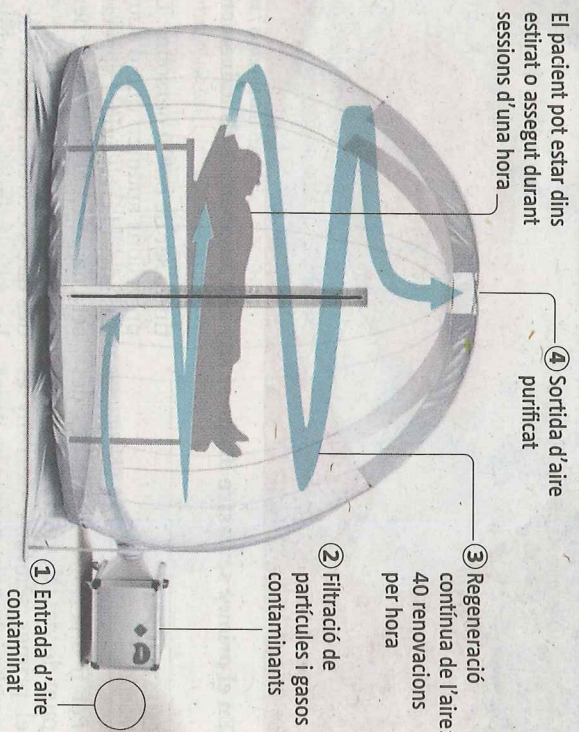
Una bombolla per respirar aire pur dosificat

Una unitat de Sanitas vol provar si realment es millora i per què

UNA CAMPANA D'AIRE PURIFICAT

La bombolla elimina partícules de fins a 0,2 micres i redueix la presència de compostos volàtils

El pacient pot estar dins estirat o assegut durant sessions d'una hora



FONT: ZONAIR3D

LA VANGUARDIA

A. MACPHERSON Barcelona

Si els pacients de sensibilitat química múltiple (SQM) milloren en respirar aire pur, es podria provar quin efecte tindria donar-se sessions d'aire purificat. Davant la possibilitat que fos un tractament de millora efectiva dels símptomes, encara que no tingüés cap efecte sobre la malaltia, un especialista, Antoni Fernández-Sola, una empresa fabricant de bombolles d'aire purificat per a ús mèdic, Romika (la divisió mèdica de Zonair3D), i una companyia d'assegurances sanitàries, Sanitas, van posar en marxa una unitat especial per a aquesta malaltia a Barcelona.

De moment han comprovat en sis pacients que no els fa mal i que segons la seva impressió subjectiva se senten millor i que aquesta sensació es prolonga durant algunes setmanes després, quan s'han sotmes a sessions setmanals d'aire pur durant un mes. Els resultats els van publicar a la revista de l'associació internacional de fibromiàlgia i fatiga crònica (Iacfs/em). Les racions d'aire pur es produeixen dins d'un globus plàstic on s'introdueix aïri doblement filtrat en el qual no hi ha partícules ni olors, on aquest aire pur circula de forma helicoidal per sortir purificat de components

que porti el pacient a sobre. Aquest tipus de bombolles es fa servir per instal·lar quíorfans d'emergència i comencen a ser comuns en instal·lacions esportives d'elit. Els esportistes la utilitzen sobretot després dels entrenaments intensos i es recuperen millor.

Els pacients amb sensibilitat química múltiple que van provar la bombolla van apreciar una reducció important dels símptomes més diversos. "La nostra hipòtesi és que pugui

Esportistes d'elit utilitzen el globus d'aire pur per recuperar-se després de l'entrenament

produir un efecte antiinflamatori", apunta Fernández-Sola. "Sabem tan poc de la malaltia que creiem que és una gran oportunitat per investigar i aprendre".

El principal inconvenient és haver d'anar fins allà i exposar-se a un ambient que els emmalalteix per donar-se una sessió d'aire pur. A més és car (alguns centenars d'euros les quatre sessions). "Potser si tingüés una a casa per quan comencen els símptomes...", apunta la pacient Laila Isach. ●