

Το Ταξίδι του Πάσχοντα

Γεια σας, είμαι η Ιωάννα Πάλλα. Είμαι παντρεμένη, μητέρα δύο παιδιών. Εχω σπουδάσει σε δύο πανεπιστήμια, Φιλολογία και Νομική και αυτή την στιγμή ασκώ το επάγγελμα του δικηγόρου. Θα ήθελα να μοιραστώ μαζί σας το δικό μου ταξίδι. Παρά το ότι είμαι άτομο με ΡΚΥ, θεωρώ ότι έχω πετύχει πολλά πράγματα στη ζωή μου. Από πολύ μικρή θυμάμαι τον εαυτό μου να πρέπει να ακολουθώ συγκεκριμένη διατροφή, ενώ γενικά ήθελα τόσα να φάω (τυριά, αυγά κτλ) και τα στερούμουν. Τα άλλα παιδάκια έτρωγαν ότι ήθελαν, ενώ εγώ όχι. Δεν μπορούσα να καταλάβω το λόγο, ζήλευα και πάντα χαλούσα την διατροφή μου, είτε τρώγοντας κρυφά (πχ σηκωνόμουν τη νύχτα) είτε παίρνοντας από το κυλικείο του σχολείου κάτι που μου άρεσε.

Πάντα θυμάμαι τους γιατρούς και την διατροφολόγο να μου κάνουν παρατηρήσεις γιατί δεν έτρωγα σωστά. Οι γονείς μου βρίσκονταν σε μια μόνιμη κατάσταση ανησυχίας και άγχους μην τυχόν πάθω κάτι, αν φάω οτιδήποτε δεν επιτρεπόταν. Με παρακολουθούσαν μέρα με τη μέρα για το πώς θα αναπτυχθώ σωματικά και πνευματικά, αν θα είμαι ένα φυσιολογικό παιδί ή θα έχω κάποιο πρόβλημα νοητικό ή κάποια άλλη σωματική δυσλειτουργία.

Στην εφηβεία η μητέρα μου δε μπορούσε να με ελέγχει. Παρά το ότι δεν την άκουγα, είχα την τάση να προτιμώ τα λαχανικά. Συνέχιζα να παίρνω καθημερινά το σκεύασμα που με έκανε δυνατό οργανισμό και με κρατούσε χορτάτη στο σχολείο. Ομως, μου καθόταν βαρύ, δε μου άρεσε, με ανακάτευε, αλλά κατάφερα να βρω τρόπο να το κάνω πιο εύγευστο. Δυσκολευόμουν πιο πολύ γιατί είχα αρχίσει να συνειδητοποιώ ότι κάτι είχα.

Στην ηλικία των πανελληνίων δεν έκανα σωστά τη δίαιτα αλλά έπαιρνα το ειδικό σκεύασμα και πλέον το είχα συνηθίσει, νόμιζα ότι δεν μπορούσα χωρίς αυτό, γιατί ειλικρινά με έκανε να αισθάνομαι καλύτερα. Παρόλα αυτά κατάφερα να περάσω στο πανεπιστήμιο.

Αργότερα, θέλοντας να ζήσω μια “φυσιολογική φοιτητική ζωή” δεν πρόσεχα τον εαυτό μου διατροφικά, γιατί δεν ήθελα να μοιραστώ με κανέναν αυτό που είχα επειδή αισθανόμουν άσχημα. Κατάφερα έτσι να αποφύγω ερωτήσεις, όπως τι είναι αυτό που έχεις, τι παθαίνεις. Και έτσι τελείωσα δύο πανεπιστήμια σε οκτώ χρόνια.

Το σοκ ήρθε όταν συνειδητοποίησα ότι έπρεπε να ακολουθήσω αυστηρή διατροφή για να αποκτήσω παιδί. Απογοητεύτηκα. Ποτέ δεν είχα καταφέρει να κάνω αυστηρά και σωστά τη δίαιτα και αυτό μου δημιούργησε τρομερό άγχος και φόβο για το αν θα κατάφερα ποτέ να γίνω μητέρα.

Όταν γνώρισα τον άντρα μου ήμουν διστακτική. Του μίλησα μόνο όταν ένωσα έτοιμη και προς μεγάλη μου έκπληξη το αντιμετώπισε με κατανόηση, λέγοντάς μου ότι “μαζί θα προσπαθήσουμε και θα τα καταφέρουμε”. Ήταν η πρώτη φορά στη ζωή μου που ένωσα όμορφα συζητώντας το πρόβλημά μου, με τον άνθρωπο που αποφάσισα να χτίσω τη ζωή μου.

Όταν απευθυνθήκαμε στην κα Σκαρπαλέζου μου εξήγησε ότι πρέπει να λαμβάνω ορισμένη ποσότητα φαιнуλαλανίνης, ώστε τα επίπεδά της στο αίμα μου να κυμαίνονται 1 με 2 ή 2,5 προκειμένου να έχω ένα υγιέστατο μωρό. Γνώριζα, ότι έπρεπε να διατηρώ την φαιнуλαλανίνη μου σε χαμηλά επίπεδα, αλλά επειδή επρόκειτο για μένα ρίσκα με την επιπολαιότητα της τότε ηλικίας μου. Όταν όμως συνειδητοποίησα, ότι από αυτό εξαρτάται η υγεία του παιδιού μου είπα τέρμα τα ψέματα και οι ατασθαλίες, δεν αφορά πια μόνο εμένα, αλλά το παιδί μου. Αποφάσισα, λοιπόν, ότι ήμουν διατεθειμένη να κάνω τα πάντα για να είναι ΥΓΕΙΕΣ το μωρό μου. Ξεκίνησα να αγωνίζομαι κάθε μέρα. Λάμβανα καθημερινά τα ακριβή χιλιοστά χωρίς να παρεκκλίνω. Αν γινόταν ένα λάθος μιλούσα με την κα Σκαρπαλέζου και μου έδινε λύσεις ή με ενημέρωνε τι έπρεπε να κάνω π.χ. αν μια μέρα είχα φάει λίγο παραπάνω από λάθος, την άλλη μέρα έτρωγα λίγο λιγότερο για να το αντισταθμίσω.

Συγκεκριμένα, έφτιαχνα από την προηγούμενη μέρα με ακρίβεια τα γεύματα που θα έτρωγα. Τα ειδικά τρόφιμα με βοήθησαν πολύ ώστε να φτιάχνω διάφορες συνταγές και να μην επαναλαμβάνω συνέχεια τις ίδιες. Επιπλέον, δούλευα σε δικηγορικό γραφείο από το πρωί ως το βράδυ, ήταν δύσκολο για μένα να κατανείμω τα γεύματά μου όπως έπρεπε, αλλά τελικά βρήκα τρόπο και έπαιρνα μαζί μου τα ειδικά σκευάσματα και φαγητό μετρημένο σε μπολ. Η μητέρα μου μαγειρεύει. Εγώ, ο άντρας μου και η μαμά υπολογίζαμε μαζί τα χιλιοστά για αποφυγή λάθους. Το αίμα μου έφτασε σε χαμηλά επίπεδα χιλιοστών, όμως δε μπορούσα να φτάσω το 2 με 2,5, αγωνιούσα και αγχωνόμουν. Πέρασε το 1^ο τρίμηνο και λύγισα, πίστεψα πως δεν θα τα καταφέρω γιατί δεν έπεφταν τα χιλιοστά. Μετά από ένα εξάμηνο η κα Σκαρπαλέζου μου επέτρεψε να μείνω έγκυος έστω με 3,5 αίμα γιατί ήταν αρκετά χαμηλό. Έκανα με ακρίβεια τη δίαιτα αλλά το άγχος με είχε κυριεύσει και δεν έμενα έγκυος. Και σ' αυτό το σημείο με στήριξε η οικογένειά μου, και φυσικά η κα Σκαρπαλέζου, η οποία ήταν δίπλα μου οποιαδήποτε στιγμή τη χρειαζόμουν και με ενθάρρυνε.

Μετά από 6 μήνες περίπου κατάφερα να μείνω έγκυος . Θεώρησα αμέσως ότι ο στόχος μου κατά το ήμισυ είχε επιτευχθεί. Τώρα πάση θυσία έπρεπε να κρατήσω το μωρό υγιές. Επεσα με δύναμη ψυχής στον αγώνα. Έκανα δίαιτα άψογη στα χιλιοστά, αλλά φοβόμουν μην αρρωστήσω για αυτό πρόσεχα υπέρ του δέοντος. Δεν έβγαίνα, δεν έκανα ατασθαλίες. Η μητέρα μου τα πρόσφερε όλα στα χέρια. Εστελνα κάθε βδομάδα αίμα. Εφτασα σε σημείο να βρίσκομαι συχνά σε γεύματα με κόσμο χωρίς να επηρεάζομαι. Βρήκα τόση δύναμη μέσα μου, ποτέ δεν ζήλεψα ό,τι έτρωγαν οι άλλοι και ήμουν απόλυτα προσηλωμένη στον στόχο μου. Η ιδέα ότι μπορεί να πάθει κάτι το μωρό ήταν η δύναμή μου. Υπήρχαν στιγμές που έκλαιγα επειδή δεν χόρταινα στην αρχή της εγκυμοσύνης, αλλά βρήκα τρόπο και το ξεπέρασα τρώγοντας κάτι τελείως ελεύθερο.

Ο έρπης που έβγαλα στην εγκυμοσύνη ανέβασε τις τιμές στο αίμα μου. Αγχωνόμουν μην έχει πάθει κάτι το μωρό μου και σε συνεργασία με την κα

Σκαρπαλέζου ρίξαμε τα χιλιοστά πολύ γρήγορα. Επίσης τους τελευταίους μήνες της εγκυμοσύνης που το μωρό παίρνει βάρος, ανέβαζα όλο και περισσότερο τα χιλιοστά και είχα φτάσει ως τα 1000 ΦΑ, έτρωγα τόσο πολύ που δυσκολευόμουν και πιεζόμουν. Και πάλι όμως ήμουν απόλυτα πιστή στο πρόγραμμα που ακολουθούσα.

Στην 2^η εγκυμοσύνη, είχα πια την εμπειρία και ρύθμισα αμέσως το αίμα μου μέσα σε 1 βδομάδα, το κράτησα δύο μήνες σταθερό και έμεινα αμέσως έγκυος. Ηξερα πως και τι έπρεπε να κάνω. Την απόλαυσα χωρίς ανησυχία και άγχος. Ήταν απλός περίπατος για μένα πλέον.

Η ισχυρή μου θέληση και η στήριξη της οικογένειάς μου και της κα Σκαρπαλέζου έφεραν το θαύμα στην αγκαλιά μου, δύο μωρά. Η τέλεια διαίτα που ακολούθησα στις εγκυμοσύνες με έκανε να καταλάβω ότι έκανα λάθος που δεν ακλουθούσα σωστά τη διατροφή τόσα χρόνια, γιατί σωματικά και πνευματικά πέταγα κυριολεκτικά. Δεν είχα πλέον νεύρα. Αισθανόμουν τόσο καλά, το σώμα μου, το δέρμα μου, το κεφάλι μου ελαφρύ στους ώμους μου. Ενιωθα δυνατό τον οργανισμό μου. Επίσης, δεν χρειάστηκε να πάρω κάποια βιταμίνη γιατί τα ειδικά σκευάσματα κάλυπταν απόλυτα τις ανάγκες του μωρού και τις δικές μου. Πέτυχα το στόχο μου και κατάφερα να φέρω στον κόσμο δυο υγιέστατα παιδιά.

Είμαι περήφανη για όσα έχω καταφέρει και πλέον δεν έχω κανένα πρόβλημα να μοιραστώ το ταξίδι της ζωής μου.

Μετά απ' όλα αυτά δεν θεωρείτε ότι η υγεία μας και η απόκτηση ενός θαύματος αξίζει κάθε αγώνα και κάθε θυσία

Κλείνοντας επιθυμώ να ευχαριστήσω ακόμη, μια φορά αυτόν τον άνθρωπο που παρά τα προβλήματα, που μπορεί να αντιμετώπιζε, ήταν ανά πάσα στιγμή δίπλα μου. ΣΑΣ ΕΥΧΑΡΙΣΤΩ κα. Σκαρπαλέζου, χωρίς τη βοήθεια σας αναρωτιέμαι αν θα τα είχα καταφέρει. ΕΥΧΑΡΙΣΤΩ!!!