

# DUREREA DE CAP ARE ZILE NUMARATE

*Cum, de ce si pentru cine acest calendar*

Calendarul naste din dorinta de a crea un instrument valid care ar insoti pe parcursul a tot anul pe ei ce sufera de *durere de cap*, dincolo de functia sa primara de simplu ceas al zilelor din viata si a anotimpurilor ce trec. Acesta colecteaza anecdote, sfaturi, curiositati, imagini, ganduri, chiar si caricaturi, totul in mod explicit fiind dedicat acestei maladii, Esso raccoglie aneddoti, consigli, curiosità, immagini, pensieri, persino vignette, tutto espressamente dedicato a questa patologia, atit de difuza incit sub valutata de acea parte de opinie publica care, din fericire, nu este atinsa in prima persoana. In particular, am dorit sa ne oprim asupra a atitora sfinti, mai mult sau mai putin cunoscuti, cui de dedicat pentru a fi protejati de ‘durerea de cap, povestind careva episod semnificativ din viata lor, si, in lunile in care Sfintii ‘au fost de acord’, la aceea la ce Natura si rimediile sale ne ofera pentru a ameliora *durerea de cap*. Este mai apoi rubrica lunara editata de catre scumpul prieten **Sergio Angeletti**, ideatorul iluminantului titlu al acestui calendar, in care, intre serios si umoristic, sunt tratate aspecte legate de cefalee si careva istorie de personaje, mitice sau nu, care au suferit de aceasta... Giove, Girolamo Cardano, Linneo. Nu putea sa lipseasca un spatiu de veselie, cu caricaturale realizate pentru ocazie de **Marco Fusi**, pentru ca cefalalgicii stiu inca sa glumeasca...in pofida la tot, si Gindurile preluate din forumul de sustinere din [www.cefalea.it](http://www.cefalea.it), moderat de mai mult de un deceniu de catre doamna **Lara Merighi** din Ferrara (mama lara). Calendarul va fi disponibil pentru download pe situl sus-mentionat si va fi trimis pe hirtie cretata tuturor aderentilor la **Alleanza Cefalgici, grupul Al.Ce. al Fondaziei CIRNA, Onlus de Cercetare Stiintifica de interes social**.

Almanahuri, almanahuri... nu doar un calendar, dar si o agenda, cuvint deja familiar atitor cefalalgici, dar inca necunosuta atitora altilor. Agenda cefaleei este primul, simplu ajutor cu care pacientul, prin intermediul auto-monitorizarii, poate initia sa faca cunoscuta propria durere de cap medicului de familie, neurologului si/sau altor specialisti competenti. Agenda devine pe parcursul anilor un insotitor caruia sa ii incredintam memoria succeselor si, din pacate, a insucceselor obtinute in lupta cotidiana contra acestei dureri invizibile. Este aceasta cea mai mare noutate a calendarului 2015: agenda prezenta pe verso a fiecarei luni, editata de catre **Neurologi ai Centrului de Cefalee de la Mondino, Universitatea din Pavia**, pentru a favoriza dialogul constant intre pacient si medicul curant. Demonstrind ca *durerea de cap* nu are virsta si nu ii salveaza nici pe cei mai mici, am dorit in sfarsi sa dam spatiu si desenelor realizate de unii studenti din scoala medie in lupta cu durerea de cap, care au reprezentat pe hirtie cum ‘vad raul care ii persecuteaza’, in cadrul proiectului pilot “*Cind cefalea se duce la scoala*”.

**Giuseppe Nappi – Prezident Onorar al CIRNA Onlus**