Urząd Gminy Trz...
2021 -02- 08
Wpłynęło L.dz. ...

Temat **PETYCJA skierowana do Samorządu Gminy**
Od Krzychu <www@antrejka.pl>
Do <umb@um.bochnia.pl>, <ug@bochnia-gmina.pl>, <gmina@drwinia.pl>, <gmina@lipnicamurowana.pl>, <ug@lapanow.pl>, <um@nowywisnicz.pl>, <powiat@bochnia.pl>, <gmina@rzezawa.pl>, <urzad@trzciana.pl>, <gmina@zegocina.pl> 191 więcej...
Data 2021-02-06 19:23
Priorytet Bardzo wysoki

PETYCJA skierowana do Samorządu Gminy

Szanowni Państwo,

w nawiązaniu do poprzedniej korespondencji zwracam się do Państwa z prośbą o przygotowanie jeszcze w pierwszej połowie lutego:

1. **Komunikatu/Uchwały,** której treść pokaże się w gminnych mediach społecznościowych, w tym na profilach radnych, na portalach gminnych i w lokalnej gazecie.
2. **Pakietu profilaktycznego,** dla wszystkich starszych osób, do których informacje internetowe nie docierają, lub nie są w stanie kupić sobie suplementów (brak pieniędzy lub samodzielności, inwalidztwo itd.).

Pakiet profilaktyczny oparty powinien być, po konsultacji z lekarzem, o suplementy z tabeli 5 tego opracowania, z tym, że ja osobiście nie nie dodałbym do pakietu i nie dodaje do swojego żelaza.
Wiele starszych osób ma początki chorób takich jak Alzheimer a żelazo im wtedy nie służy.
View of Naturalne metody wspomagania odporności w walce z koronawirusem | Wiedza Medyczna

Dlaczego tak ważny jest pośpiech?, bo okres zimowy a więc luty i pierwsza połowa marca to okres kiedy słońce jest tak słabe, że nie uzupełnia niedoborów, więc zdrowie starszych ludzi z niedoborami, będzie z każdym dniem dużo gorsze.

Żeby przyspieszyć pracę radnych przedstawiam projekt komunikatu, na podstawie informacji z mojego artykułu:
Poprawmy odporność tysiĘcy starszych ludzi w Polsce – apel do Samorządowców | antrejka.pl

---

KOMUNIKAT RADNYCH I BURMISTRZA/PREZYDENTA/WÓJTA GMINY

W związku z Apelem naukowców „Do wszystkich rządów, urzędników zdrowia publicznego, lekarzy i pracowników służby zdrowia" , który jest dostępny również w internecie na stronie: https://vitamindforall.org/letter.html
w którym czytamy:

„…Dowody naukowe pokazują, że:

Wyższe poziomy witaminy D we krwi są związane z niższymi wskaźnikami infekcji SARS-CoV-2.

Wyższe poziomy witaminy D wiążą się z mniejszym ryzykiem wystąpienia ciężkiego przypadku (hospitalizacja, OIT lub zgon).

Badania interwencyjne (w tym RCT) wskazują, że witamina D może być bardzo skutecznym leczeniem.

Wiele artykułów ujawnia kilka biologicznych mechanizmów, za pomocą których witamina D wpływa na COVID-19…"

Radni i Burmistrz zachęcają mieszkańców gminy do uzupełnienia niedoborów witaminy D, aż do osiągnięcia poziomu 40 ng/ml.

Jeśli Państwa lekarz nie zaleci inaczej proszę to robić zgodnie z zasadami opisanymi w tym artykule:

Zasady suplementacji i leczenia witaminą D – nowelizacja 2018 r. Vitamin D supplementation guidelines for Poland – 2018 update

https://www.researchgate.net/profile/Pawel_Pludowski/publication/330358708_ZASADY_SUPLEMENTACJI_I_LECZENIA_WITAMINA_D_-_NOWELIZACJA_2018_r_VITAMIN_D_SUPPLEMENTATION_GUIDELINES_FOR_POLAND_-_A_2018_UPDATE/links/5c3dc7ab458515a4c727ce9c/ZASADY-SUPLEMENTACJI-I-LECZENIA-WITAMINA-D-NOWELIZACJA-2018-r-VITAMIN-D-SUPPLEMENTATION-GUIDELINES-FOR-POLAND-A-2018-UPDATE.pdf

Proszę przekazywać tę informację wszystkim starszym ludziom, ludziom ze wskaźnikiem BMI > 30, ludziom z ciemną karnacją, oraz ludziom, którzy nie suplemetują tej witaminy w okresie zimowym.

Gmina podejmie także próbę dotarcia do wszystkich "najsłabszych" mieszkańców gminy, nie obsługujących internetu, z pakietem profilaktycznym.

---

z poważaniem

Krzysztof Kukliński
62-023 Kamionki, ul. Szafirowa 109

Korespondencję w sprawie petycji proszę przesyłać na mój adres mailowy:
www@antrejka.pl

W dniu 2021-01-19 09:33, Krzychu napisał(a):

> Drodzy Samorządowcy
>
> Szanowni Państwo,
>
> Przekazuję Państwu informacje, które mogą uchronić zdrowie i
> życie tysięcy Polaków, mieszkających w każdej polskiej gminie.
>
> Proszę przekazać je wszystkim radnym, marszałkom, starostom,
> burmistrzom i prezydentom.
>
> Proszę przekazać je wszystkim lekarzom w Waszej gminie.
>
> Minęło już wiele dni od zapowiedzi Pana Prezydenta o kampanii
> informacyjnej na ten temat.
>
> https://www.prezydent.pl/aktualnosci/wydarzenia/art,2002,spotkanie-z-ekspertami-na-temat-odpornosci-w-obliczu-pandemii-covid-19.html
>
> Dłużej nie można czekać!!!
>
> Przykład Finlandii, pokazuje, że Państwo może wprowadzić
> profilaktykę niedoboru witaminy D i ludzie umierają tam rzadziej.
>
> W pierwszej kolejności należy to zrobić w domach opieki, bo nawet w
> krajach skandynawskich (jak Szwecja) może to wyglądać fatalnie:
>
> https://bmcgeriatr.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12877-017-0622-1
>
> Były już w Europie programy, które pomogłyby nam się przygotować
> do zwiększenia odporności podobnie jak to zrobiła Finlandia.
>
> https://arquivo.pt/wayback/20160421114710/http://www.odin-vitd.eu/public/116-european-wide-data-on-prevalence-of-vitamin-d-deficiency/
>
> Wykres korelacji poziomu witaminy D i śmierci na Covid-19 można
> znaleźć w tym badaniu:
>
> https://borsche.de/res/Vitamin_D_Essentials_EN.pdf
>
> Pani dr hab. n. med. Agnieszka Rusińska pozostawiła nam w spadku ten
> przewodnik po suplementacji witaminy D:
>
> https://www.researchgate.net/publication/330358708_ZASADY_SUPLEMENTACJI_I_LECZENIA_WITAMINA_D_-_NOWELIZACJA_2018_r_VITAMIN_D_SUPPLEMENTATION_GUIDELINES_FOR_POLAND_-_A_2018_UPDATE
>
> Pandemię COVID-19 poprzedziły w Europie badania naukowców, czy nie
> mamy w Europie pandemii niedoboru witaminy D:
>
> https://academic.oup.com/ajcn/article/103/4/1033/4662891
>
> W tej pracy udział brał także polski naukowiec. Warto korzystać z
> jego wiedzy przy podejmowaniu decyzji w najbliższym czasie.
>
> "Wpływ witaminy D na zdrowie układu mięśniowo-szkieletowego,
> odporność, autoimmunologiczne, choroby układu krążenia, raka,
> płodność, ciążę, demencję i śmiertelność -- przegląd
> ostatnich dowodów"
>
> https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1568997213000402?via%3Dihub
>
> Tłumaczenie Google:
>
> "...Wyniki
>
> Odpowiedni poziom witaminy D wydaje się chronić przed zaburzeniami
> układu mięśniowo-szkieletowego (osłabienie mięśni, upadki,
> złamania), chorobami zakaźnymi, chorobami autoimmunologicznymi,
> chorobami układu krążenia, cukrzycą typu 1 i 2, kilkoma typami
> raka, zaburzeniami neurokognitywnymi i chorobami psychicznymi i innymi
> choroby, a także bezpłodność oraz niekorzystne wyniki ciąży i
> porodu. Niedobór / niedobór witaminy D jest związany ze
> śmiertelnością z jakiejkolwiek przyczyny .
>
> Wnioski
>
> Odpowiednia suplementacja witaminy D i rozsądna ekspozycja na
> światło słoneczne, aby osiągnąć optymalny poziom witaminy D,

należą do głównych czynników profilaktyki całego spektrum zaburzeń. Wytyczne dotyczące suplementacji i populacyjne strategie zwalczania niedoboru witaminy D muszą zostać uwzględnione w priorytetach lekarzy, pracowników służby zdrowia i decydentów w dziedzinie opieki zdrowotnej..."

Jaki władza powinna z tej publikacji naukowej wyciągnąć wniosek ?

Ja wyciągnąłem taki, że kampania informacyjna o suplementacji powinna być połączona z akcją wystawiania recept i zaleceń przez wszystkich lekarzy podstawowej opieki zdrowotnej. Poprzedzone to powinno być skierowaniem na badania poziomu witaminy D, cynku, miedzi, magnezu i witaminy B12 (lista badań do modyfikacji przez ekspertów i lekarzy).

O to mam apel do wszystkich polskich lekarzy w Polsce. Pokażmy razem, że potrafimy wyjść z największego kryzysu zdrowotnego od czasów wojny!!! Zliwidujmy niedobór witaminy D wśród wszystkich osób, które odwiedzą lub zadzwonią do lekarzy w styczniu i lutym.

Apel naukowców "Do wszystkich rządów, urzędników zdrowia publicznego, lekarzy i pracowników służby zdrowia" jest dostępny również w internecie. Znajdą tam Państwo także nazwisko polskiego naukowca.

https://vitamindforall.org/letter.html

"...Dowody naukowe pokazują, że:

Wyższe poziomy witaminy D we krwi są związane z niższymi wskaźnikami infekcji SARS-CoV-2.

Wyższe poziomy D wiążą się z mniejszym ryzykiem wystąpienia ciężkiego przypadku (hospitalizacja, OIT lub zgon).

Badania interwencyjne (w tym RCT) wskazują, że witamina D może być bardzo skutecznym leczeniem.

Wiele artykułów ujawnia kilka biologicznych mechanizmów, za pomocą których witamina D wpływa na COVID-19…"

Apel był już szeroko propagowany:

https://www.ohmymag.co.uk/news/an-open-letter-urges-government-s-worldwide-to-use-vitamin-d-as-part-of-covid-response-strategy_art7698.html

To co przyciąga moją i mam nadzieję Państwa uwagę, to te fragmenty publikacji:

"...Finlandia jest jedynym krajem, w którym obowiązuje skuteczny program wzmacniania żywności witaminą D i ma jedną z najlepszych reakcji pandemicznych na świecie, z zaledwie 484 zgonami i 22 500 regeneracją [w czasie mówienia]..."

"...Japonia jest ciekawym przypadkiem. Jedzą tyle surowych ryb, jednego z niewielu naturalnych źródeł witaminy D w żywności, że ich dieta jest wystarczająco bogata, aby być wystarczająca w zimie. Japonia miała [około] 188.000 [coronavirus] przypadków, ale poniżej 3,000 zgonów. Jest to populacja, która ma taką samą szerokość geograficzną jak Włochy, ale dwa razy gęstsze zaludnienie..."

"...Witamina D jest znacznie bezpieczniejsza niż sterydy, takie jak deksametazon..."

"...Eksperci zalecają, aby u dorosłych ich spożycie witaminy D wzrosło do 2,000-4,000 IU dziennie w zależności od czynników, takich jak istniejące niedobory witamin i możliwość niedoborów witamin w tym u osób z ciemniejszymi odcieniami skóry i tych, którzy przebywają od wielu miesięcy w domach..."

Wiadomo, że witamina D jest niezbędna, ale większość ludzi nie ma jej wystarczająco dużo.

Korzystajcie proszę, drodzy Samorządowcy, z wiedzy naukowców!!!

Wszystkich Ludzi Dobrej Woli proszę bardzo, aby przekazywali informacje:

1. o tym, że pacjenci z niedoborem witaminy D mają większe kłopoty z chorobą COVID-19

2. o tym, że w okresie zimowym słońce może być za słabe, żeby uzupełnić niedobór i potrzebna jest suplementacja

3. o tym, że starsi ludzie, którym od roku zaleca się siedzenie w domu i latem nie przebywali na słońcu, mają prawie na pewno niedobór tej witaminy

4. o tym, że ludzie z ciemniejszą karnacją mogą mieć większy niedobór tej witaminy

5. o tym, że uzupełnianie niedoboru nie uda się od razu, organizm może przyjmować witaminę kilka dni, a uzupełnianie niedoboru może trwać znacznie dłużej, więc im wcześniej zaczniemy, nie czekając na koronawirusa, tym lepiej.

6. o tym, że produktami, które poprawiają przyswajanie witaminy D3 są np. magnez, witamina K2MK7 i olej w kapsułce lub kroplach.

Ratujmy ludzi!!!

#profilaktykaD3

z poważaniem

Krzysztof Kukliński

Kamionki

Analityk danych, IT. 60+. Obrońca praw człowieka. Od 16 lat walczę o zmniejszenie ekspozycji środowiska i ludzi na PEM. Od 6 lat rozpowszechniam informacje o profilaktyce zdrowia dla pokolenia 45+
--

--
.