

Temat: PETYCJA skierowana do Samorządu Gminy

Data: 2021-02-06 19:28

Od: Krzychu <[REDACTED]>

Do: urząd.miejski@urząd.augustow.pl, gmina-augustow@gmina-augustow.eu, barglow@barglow.dt.pl, gmina@lipsk.pl, ugnowinka@poczta.onet.pl, sekretariat@plaska.pl, powiat.augustowski@home.pl, ugsztabin@sztabin.ug.gov.pl, urząd@choroszcz.pl, um@czarnabialostocka.pl, kancelaria@dobrzyniewo.pl, sekretariat@grodek.pl, sekretariat@juchnowiec.gmina.pl, sekretariat@um.lapy.pl, sekretariat@michalowo.eu, poswietne@data.pl, starostwo@st.bialystok.wrotapodlasia.pl, um@suprasl.pl, umsuraz@zetobi.com.pl, sekretariat@turosnkoscielna.pl, sekretariat@umtykocin.pl, kancelaria@wasilkow.pl, um@zabludow.pl, sekretariat@zawady.pl, prezydent@um.bialystok.pl, burmistrz@bielsk-podlaski.pl, gmina@bielskpodlaski.pl, sekretariat@gminabocki.pl, um.bransk@bransk.podlaskie.pl, sekretariat@ug.bransk.wrotapodlasia.pl, ugorla@orla.pl, starostwo@powiatbielski.pl, ugrudka@op.pl, ug_wyszki@post.pl, sekretariat@um.grajewo.pl, uggrajewo@onet.pl, starostwograjewo@poczta.onet.pl, sekretariat@gminaradzilow.pl, gmina@umrajgrad.pl, um@szczuczyn.pl, wojt@gminawasosz.pl, sekretariat@ug.bialowieza.pl, gmina@czaremcha.pl, ugczyze@ugczyze.pl, gmina@dubicze-cerkiewne.pl, hajnowka@hajnowka.pl, gmina@gmina-hajnowka.pl, sekretariat@um.kleszczcele.wrotapodlasia.pl, narew@narew.gmina.pl, sekretariat@ug.narewka.wrotapodlasia.pl, starostwo@powiat.hajnowka.pl, sekretariat@grabowo.pl, sekretariat@kolno.home.pl, ugkolno@gminakolno.pl, ugmplock@malyplock.pl, poczta@powiatkolno.pl, sekretariat@stawiski.pl, sekretariat@turosl.pl, ratusz@um.lomza.pl, burmistrz@jedwabne.pl, sekretariat@gminalomza.pl, gmina.miastkowo@gmail.com, umnowogrod@wp.pl, ugpiatnica@gminapiatnica.pl, starosta.blm@powiatypolskie.pl, gmina@przytuly.powiatlomzynski.pl, sekretariat@sniadowo.pl, wizna@wizna.pl, ugzbojna@lo.home.pl, kancelaria.um@goniadz.pl, gmina@jasionowka.pl, gmina@jaswily.iap.pl, um@knyszyn.pl, ugkrypno@podlaskie.pl, sekretariat@um-monki.pl, starostwo@monki.pl, trzcianne@trzcianne.pl, wojt@giby.pl, ugkras@op.pl, biuro@powiat.sejny.pl, ug_punsk@pro.onet.pl, sekretariat@um.sejny.pl, sekretariat@gmina.sejny.pl, um@drohiczyn.pl, ugdziadkowice@post.pl, ug@gminagrodzisk.pl, gmina@mielnik.com.pl, gmina@milejczyce.pl, ug_nurzecst@zetobi.com.pl, ug@perlejewo.pl, powiat@siemiatycze.pl, urząd@siemiatycze.eu, sekretariat@gminasiemiatycze.pl, dabrowab@beep.pl, gmina@janow.com.pl, sekretariat@korycin.pl, kancelaria@krynki.pl, sekretariat@kuznica.ug.gov.pl, ugnowydwor@gmail.com, starostwo@sokolka-powiat.pl, ug_sidra@zetobi.com.pl, kancelaria@sokolka.pl, sekretariat@suchowola.pl, sekretariat@szudzialowo-gmina.pl, urząd@bakalarzewo.pl, sekretariat@filipow.pl, ug_jeleniewo@pro.onet.pl, sekretariat@powiat.suwalski.pl, ug_przerosl@op.pl, ug@raczki.pl, sekretariat@ug.rutkatartak.wrotapodlasia.pl, sekretariat@gmina.suwalki.pl, ug_szypliszki@pro.onet.pl, wizajny@su.home.pl, org@um.suwalki.pl, info@ciechanowiec.pl, sekretariat@umczyzew.pl, ug@klukowo.pl, kobylinb@wp.pl, sekretariat@kuleszek.pl, urząd@nowepiekuty.pl, powiat@wysokomazowiecki.pl, sekretariat@sokoly.pl, um@szepietowo.pl, sekretariat@wysokiemazowieckie.pl, gminawysokiemazowieckie@gmwm.pl, gminakolaki@op.pl, starosta@powiatzambrowski.com, sekretariat@gminarutki.pl, szumowo@szumowo.pl, burmistrz@zambrow.pl, ugz@ugzambrow.pl, kancelaria@wrotapodlasia.pl

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 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 [1]

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 [2]

----- 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_WITAMINY_D_-_NOWELIZACJA_2018_r_VITAMIN_D_SUPPLEMENTATION_GUIDELINES_FOR_POLAND_-_A_2018_UPDATE/links/5c3dc7ab458515a4c727ce9c/ZASADY-SUPLEMENTACJI-I-LECZENIA-WITAMINY-D_-_NOWELIZACJA_2018_r_VITAMIN_D_SUPPLEMENTATION_GUIDELINES_FOR_POLAND_-_A_2018_UPDATE

NIA_WITAMINA_D_-_NOWELIZACJA_2018_r_VITAMIN_D_SUPPLEMENTATION_GUIDELINES_FOR_POLAND_-_A_2018_UPDATE/links/5c3dc7ab458515a4c727ce9c/ZASADY-SUPLEMENTACJI-I-LECZENIA-WITAMINY-D_-_NOWELIZACJA_2018_r_VITAMIN_D_SUPPLEMENTATION_GUIDELINES_FOR_POLAND_-_A_2018_UPDATE

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

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

z poważaniem

[Redacted signature]

Korespondencję w sprawie petycji proszę przysyłać na mój adres mailowy:

[Redacted email address]

W dniu 2021-01-19 09:38, 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-dat
a-on prevalence-of-vitamin-d-deficiency/](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

3

> 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_WI
TAMINA_D_-
_NOWELIZACJA_2018_r_VITAMIN_D_SUPPLEMENTATION_GUIDELINES_FOR_POLAND_-_A_2
018_UPDATE](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%3
Dihub](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 chorobami, a także

> bezpłodność oraz niekorzystne wyniki ciąży i porodu. Niedobór /

> niedobór witaminy D jest związany ze śmiertelnością z jakiegokolwiek

> 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

4

> 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!!! Zliwujemy 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 wystarczającą 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..."

5

>
> 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
>
> [REDACTED]
>
> [REDACTED]
>
> 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+
> --
> .

--

.

Links:

[1]

https://wiedzamedyczna.pl/index.php/wm/article/view/52/22?fbclid=IwAR0h5rUH0IYARx_NmpwRLqEfHzLY7qkWFf_g6F08Fqlo7RI8L2al4syaGqlw

[2]

<https://antrejka.pl/2021/01/poprawmy-odpornosc-tysiacy-starszych-ludzi-w-polsce-apel-do-samorzadowcow/>