



Temat: PETYCJA skierowana do Samorządu Gminy

Nadawca:

Data: 2021-02-06, 19:17

Adresat: gmina@bialapodl.pl, sekretariat@bialapodlaska.pl, drelow@drelow.pl, ug@janowpodlaski.pl, ug@koden.pl, sekretariat@ugkonstantynow.pl, ug@lesnapodlaska.pl, ug@lomazy.pl, miasto@miedzyrzec.pl, urzad@miedzyrzecgmina.pl, sekretariat@piszczac.pl, starostwo@powiatbialski.pl, sekretariat@rokitno.pl, gmina@rossosz.pl, gmina@slawatycze.pl, sekretariat@sosnowka.pl, um@terespol.pl, sekretariat@gminaterespol.pl, sekretariat@gminatuczna.pl, gmina@wisznice.pl, sekretariat@zalesie.pl, sekretariat@ealeksandrow.pl, sekretariat@bilgoraj.pl, biszcza@zgwrp.org.pl, umframpol@frampol.pl, poczta@goraj.eurzad.eu, jozefow@ejozefow.pl, info@ksiezpol.pl, sekretariat@lukowa.pl, sekretariat@obsza.pl, sekretariat@potokgorny.com.pl, sekretariat@bilgorajski.pl, um@tarnogrod.pl, gmina@terespol.pl, sekretariat@turobin.pl, ugbialopole@data.pl, sekretariat@dorohusk.com.pl, gmina@dubienka.eurzad.eu, sekretariat@kamien.gmina.pl, lesniowice@zgwrp.org.pl, sekretariat@gmina.rejowiec.pl, info@rejowiec.pl, urzad@ug.rejowiec.pl, sekretariat@ruda-huta.pl, ug@sawin.pl, gmina@siedliszcze.pl, ugwierzbica@ugwierzbica.pl, urzad@zmudz.gmina.pl, sekretariat@dolhobyczow.pl, ug@horodlo.pl, um@miasto.hrubieszow.pl, sekretariat@hrubieszow-gmina.pl, gmina@mircze.pl, starostwo@hrubieszow.pl, gmina@trzeszczany.pl, sekretariat@uchanie.pl, ug@werbkowice.pl, sekretariat@batorz.gmina.pl, gmina@chrzanow.eurzad.eu, ugdzwola@mbnet.pl, sekretariat@godziszow.pl, sekretariat@janowlubelski.pl, sekretariat@modliborzyce.pl, gmina@potokwielki.pl, sekretariat@powiatjanowski.pl, sekretariat@fajslawice.eu, gmina@gorzkow.eu, ugizbica@mbnet.pl, miasto@krasnystaw.pl, wojt@krasnystaw.ug.gov.pl, sekretariat@krasniczyn.gmina.pl, urzad@lopiennikgorny.pl, starostwo@krasnystaw-powiat.pl, urzad@rudnik.gmina.pl, siennicarozana@gmail.com, sekretariat@zolkiewka.pl, sekretariat@annopol.eurzad.eu, urzadgminy@dzierzkowice.pl, poczta@goscieradow.pl, sekretariat@krasnik.eu, sekretariat@gminakrasnik.pl, sekretariat@powiatkrasnicki.pl, sekretariat@gminaszastarka.pl, sekretariat@trzydnikduzy.pl, gmina@urzedow.pl, gmina@wilkolaz.pl, gmina@zakrzowek.pl, gmina@abramow.pl, sekretariat@firlej.pl, gmina.jeziorzany@jeziorzany.eu, sekretariat@ugkamionka.pl, kock@kock.pl, poczta@um.lubartow.pl, ug@gmina-lubartow.pl, sekretariat@michow.eurzad.eu, poczta@niedzwiada.pl, ostrowlubelski@lubelskie.pl, sekretariat@ostrowek.pl, starostwo@powiatlubartowski.pl, ug@serniki.eurzad.eu, uscimow@lubelskie.pl, gmina@belzyce.pl, ug@borzechow.eu, um@bychawa.pl, ug@garbow.pl, sekretariat@glusk.pl, gmina@jablonna.lubelskie.pl, poczta@jastkow.pl, sekretariat@konopnica.eu, sekretariat@krzczonow.mbnet.pl, info@niedrzwicaduza.pl, info@niemce.pl, starostwo@powiat.lublin.pl, gmina@strzyzewice.lubelskie.pl, info@wojciechow.pl, wolka@bazagmin.pl, ug@ugwysokie.lbl.pl, ug@zakrzew.eu, urzad_miasta@lublin.eu, Gmina_Cycow@ugcycow.pl, ludwin@lubelskie.pl, info@um.leczna.pl, sekretariat@milejow.pl, poczta@powiatleczynski.pl, puchaczow@lubelskie.pl, gmina@spiczyn.pl, adamow@adamow.pl, sekretariat@gminakrzywda.pl, sekretariat@um.lukow.pl, sekretariat@lukow.ug.gov.pl, sekretariat@starostwolukow.pl, sekretariat@gminaserokomla.pl, stanin@stanin.pl, miasto@stoczek-lukowski.pl, gmina@stoczeklukowski.pl,

sekretariat@trzebieszow.gmina.pl, urzadz_gminy@wojcieszkow.pl,
urzadz@wolamyslowska.com.pl, sekretariat.chodel@eurzad.eu,
sekretariat@gminajozefow.pl, sekretariat@poczta.karczmiska.pl,
sekretariat@gminalaziska.pl, sekretariat@opolelubelskie.pl,
sekretariat@um.poniatowa.pl, starostwo@opole.lublin.pl, wilkow@gminawilkow.pl,
sekretariat@debowakloda.pl, ugjablon@jablon.pl, gmina@milanow.pl,
sekretariat@parczew.com, ug@podedworze.pl, powiat@parczew.pl,
administrator@siemien.pl, sosnowica@sosnowica.pl, gmina@gminabaranow.pl,
gmina@janowiec.pl, um@umkd.pl, ugkonskowola@post.pl, kurow@lubelskie.pl,
gmina@markuszow.pl, um@naleczow.pl, starostwo@pulawy.powiat.pl,
um@um.pulawy.pl, sekretariat@pulawy.gmina.pl, gmina@wawolnica.pl,
ugzyrzyn@post.pl, borki@borkiradzynskie.pl, gmina@czemierniki.eu,
gmina@kakolewnica.lublin.pl, komarowka@home.pl, starostwo.radzyn@pra.pl,
sekretariat@radzyn-podl.pl, ug@radzynpodlaski.pl, ug@ulanmajorat.pl,
wohyn@home.pl, poczta@um.deblin.pl, gmina@kloczew.pl,
sekretariat@nowodwor.eurzad.eu, starostwo@ryki.powiat.pl, ryki@ryki.pl,
sekretariat@stezyca.eurzad.eu, gmina@ulez.eurzad.eu, melgiew@melgiew.pl,
um@piaski.pl, poczta@powiatwidnik.pl, urzadz@rybczewice.pl, urzadz@e-swidnik.pl,
trawniki@trawniki.pl, gmina@belzec.pl, ug@gmina-jarczow.pl,
ugkrynice@krynice.com.pl, gmina@lubycza.pl, sekretariat@laszczow.pl,
starostwo@powiat-tomaszowski.com.pl, sekretariat@rachanie.gmina.pl,
gmina@susiec.pl, gmina@tarnawatka.pl, gmina@telatyn.pl,
umtomaszow@tomaszow-lubelski.pl, sekretariat@tomaszowlubelski.pl,
tyszowce@tyszowce.pl, gmina@ulhowek.eurzad.eu, gmina@gminahanna.pl,
gmina@hansk.pl, starostwo@powiat.wlodawa.pl, ug@starybrus.lublin.pl,
sekretariat@urszulin.eu, info@wlodawa.eu, kancelaria@gmina-wlodawa.pl,
wolauhruska@lubelskie.pl, sekretariat@wiryki.eu, poczta@adamow.gmina.pl,
gmina@grabowiec.pl, poczta@komarow.pl, um@krasnobrod.pl,
uglabunie@labunie.com.pl, gmina@miaczyn.eurzad.eu, ug@nielisz.pl,
starostwo@powiatzamojski.pl, sekretariat@gminaradecznica.pl,
ugsitno@sitno.gmina.pl, skierbieszow@zgwrp.org.pl, gmina@staryzamosc.pl,
ug@sulow.pl, um@szczebrzeszyn.pl, gmina@zamosc.org.pl, boi@zamosc.pl,
um@zwierzyniec.info.pl, info@lubelskie.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 dodaję 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 wspomaganie 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 Apellem 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 suplementują tej witaminy w okresie zimowym.

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

z poważaniem

Korespondencję w sprawie petycji proszę przysyłać na mój adres mailowy:

W dniu 2021-01-19 09:28, 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 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 wnioski ?

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 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..."

"...Ekspert 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

Analitik 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+

--

.

--

.