

GSO. 152. 4. 2021. MM.

Temat PETYCJA skierowana do Samorządu Gminy

Od

Do

um@aleksandrowkujawski.pl <um@aleksandrowkujawski.pl>, sekretariat@gmina-aleksandrowkujawski.pl <sekretariat@gmina-aleksandrowkujawski.pl>, sekretariat@badkowo <sekretariat.badkowo@wp.pl>, ratusz@ciechocinek.pl <ratusz@ciechocinek.pl>, ugczonek@koneck.eu <ugkoneck@koneck.eu>, um.nieszawa <um.nieszawa@nieszawa.pl>, sekretariat@aleksandrow.pl <sekretariat@aleksandrow.pl>, gmina@raciazek.pl <gmina@raciazek.pl>, ug.waganiec <ug.waganiec@wlo.pl>, ug.zakrzewoalex@pro.onet.pl <ugzakrzewoalex@pro.onet.pl>, ugb@data.pl <ugb@data.pl>, bobrowo@samorzad.org.pl <bobrowo@samorzad.org.pl>, umb@brodnica.pl <umb@brodnica.pl>, sekretariat@brodnica.ug.gov.pl <sekretariat@brodnica.ug.gov.pl>, ug.brzozie <ug.brzozie@brzozie.pl>, urzad@gorzno.pl <urzad@gorzno.pl>, sekretariat@jablonowopomorskie.pl <sekretariat@jablonowopomorskie.pl>, ug@gminaosiek.pl <ug@gminaosiek.pl>, starostwo@brodnica.com.pl <starostwo@brodnica.com.pl>, gmina@swiedziebnia.pl <gmina@swiedziebnia.pl>, gmina@zbiczno.pl <gmina@zbiczno.pl>, sekretariat@bialeblota.pl <sekretariat@bialeblota.pl>, urzad@um.bydgoszcz.pl <urzad@um.bydgoszcz.pl>, sekretariat@dabrowachelminska.lo.pl <sekretariat@dabrowachelminska.lo.pl>, dobrcz@dobrcz.pl <dobrcz@dobrcz.pl>, sekretariat@um.koronowo.pl <sekretariat@um.koronowo.pl>, kancelaria@nowawieswielka.pl <kancelaria@nowawieswielka.pl>, sekretariat@osielsko.pl <sekretariat@osielsko.pl>, info@powiat.bydgoski.pl <info@powiat.bydgoski.pl>, gmina@sicienko.pl <gmina@sicienko.pl>, solec@soleckujawski.pl <solec@soleckujawski.pl>, biuro.informacji <biuro_informacji@chelmno.pl>, urzad@gmina-chelmno.pl <urzad@gmina-chelmno.pl>, urzadgminy@kijewo.pl <urzadgminy@kijewo.pl>, urzadgminy@lisewo.com <urzadgminy@lisewo.com>, gmina@papowobiskupie.pl <gmina@papowobiskupie.pl>, starostwo@powiat-chelmno.pl <starostwo@powiat-chelmno.pl>, sekretariat@stolno.com.pl <sekretariat@stolno.com.pl>, gmina@unislaw.pl <gmina@unislaw.pl>, ciechocin@ciechocin.pl <ciechocin@ciechocin.pl>, um@golub-dobrzyn.pl <um@golub-dobrzyn.pl>, sekretariat@golub-dobrzyn.ug.gov.pl <sekretariat@golub-dobrzyn.ug.gov.pl>, urzad@kowalewopomorskie.pl <urzad@kowalewopomorskie.pl>, starosta.cgd <starosta.cgd@powiatypolskie.pl>, ugradomin@poczta.onet.pl <ugradomin@poczta.onet.pl>, bip@zbojno.pl <bip@zbojno.pl>, sekretariat@um.grudziadz.pl <sekretariat@um.grudziadz.pl>, ug@grudziadz.ug.gov.pl <ug@grudziadz.ug.gov.pl>, gruta@gruta.pl <gruta@gruta.pl>, umig@lasin.pl <umig@lasin.pl>, starosta.cgr <starosta.cgr@powiatypolskie.pl>, urzad@radzynchelminski.eu <urzad@radzynchelminski.eu>, info@rogozno.ug.gov.pl <info@rogozno.ug.gov.pl>, gmina@swiecienadosa.pl <gmina@swiecienadosa.pl>, urzad@lo.pl <urzad@lo.pl>, urzad@gniewkowo.com.pl <urzad@gniewkowo.com.pl>, urzad@inowroclaw.pl <urzad@inowroclaw.pl>, sekretariat@gminainowroclaw.eu <sekretariat@gminainowroclaw.eu>, janikowo@janikowo.com.pl <janikowo@janikowo.com.pl>, um@kruszwica.um.gov.pl <um@kruszwica.um.gov.pl>, um@pakosc.pl <um@pakosc.pl>, starostwo@inowroclaw.powiat.pl <starostwo@inowroclaw.powiat.pl>, rojewo@rojewo.pl <rojewo@rojewo.pl>, sekretariat@zlotnikujawskie.pl <sekretariat@zlotnikujawskie.pl>, sekretariat@ugbobrowniki.pl <sekretariat@ugbobrowniki.pl>, gmina@chrostkowo.pl <gmina@chrostkowo.pl>, dobrzyn@dobrzyn.pl <dobrzyn@dobrzyn.pl>, urzad@kikol.pl <urzad@kikol.pl>, sekretariat@umlipno.pl <sekretariat@umlipno.pl>, lipno@uglipno.pl <lipno@uglipno.pl>, starostwo@lipnowski.powiat.pl <starostwo@lipnowski.powiat.pl>, sekretariat@skepe.pl <sekretariat@skepe.pl>, ugtluchowo@pro.onet.pl <ugtlichowo@pro.onet.pl>, gmina@wielgie.pl <gmina@wielgie.pl>, ug.dabrowa@ug.dabrowa.pl <ug.dabrowa@ug.dabrowa.pl>, gmina@ug.jeziorawielkie.pl <gmina@ug.jeziorawielkie.pl>, burmistrz@mogilno.pl <burmistrz@mogilno.pl>, sekretariat@powiat.mogilno.pl <sekretariat@powiat.mogilno.pl>, miasto@strzelno.pl <miasto@strzelno.pl>, urzad@kcynia.pl <urzad@kcynia.pl>, urzad@mrocza.pl <urzad@mrocza.pl>, urzad@gmina-naklo.pl <urzad@gmina-naklo.pl>, starostwo@powiat-nakielski.pl <starostwo@powiat-nakielski.pl>, kancelaria@sadki.pl <kancelaria@sadki.pl>, um@szubin.pl <um@szubin.pl>, sekretarz@ugbyton.pl <sekretarz@ugbyton.pl>, urzad@ugdobre.pl <urzad@ugdobre.pl>, ug@osieciny.pl <ug@osieciny.pl>, piotrkowkujawski@samorzady.pl <piotrkowkujawski@samorzady.pl>, powiat@radziejow.pl <powiat@radziejow.pl>, radziejow@umradziejow.pl <radziejow@umradziejow.pl>, info@ugradziejow.pl <info@ugradziejow.pl>, kontakt@tdpolka.pl <kontakt@topolka.pl>, gmina@brzuze.pl <gmina@brzuze.pl>, sekretariat@powiatrypinski.pl <sekretariat@powiatrypinski.pl>, urogowo@rogowo.pl <ugrogowo@rogowo.pl>, rypin@rypin.eu <rypin@rypin.eu>, sekretariat@rypin.pl <sekretariat@rypin.pl>, gmina@skrwilno.pl <gmina@skrwilno.pl>, ug@wapielsk.pl <ug@wapielsk.pl>, sepolnow@pro.onet.pl <sepolnow@pro.onet.pl>, sekretariat@um.kamienkr.pl <sekretariat@um.kamienkr.pl>, sekretariat@gmina-sepolno.pl <sekretariat@gmina-sepolno.pl>, sekretariat@sosno.pl <sekretariat@sosno.pl>, umwiecbork@wiecbork.pl <umwiecbork@wiecbork.pl>, administracja@bukowiec.pl <administracja@bukowiec.pl>, wojt@dragacz.pl <wojt@dragacz.pl>, ug@drzycim.pl <ug@drzycim.pl>, sekretariat@ug-jezewo.lo.pl <sekretariat@ug-jezewo.lo.pl>, sekretariat@lniano.pl <sekretariat@lniano.pl>, nowe@gminanowe.pl <nowe@gminanowe.pl>, ug@osie.pl <ug@osie.pl>, sekretariat@csw.pl <sekretariat@csw.pl>, pruszcz@pruszcz.pl <pruszcz@pruszcz.pl>, sekretariat@swiecie.eu <sekretariat@swiecie.eu>, ug@swiekatowo.pl <ug@swiekatowo.pl>, gmina@warlubie.pl <gmina@warlubie.pl>, prezydent@um.torun.pl <prezydent@um.torun.pl>, um@chelmza.pl <um@chelmza.pl>, info@gminachelmza.pl <info@gminachelmza.pl>, info@czernikowo.pl <info@czernikowo.pl>, info@lubicz.pl <info@lubicz.pl>, gmina@lubianka.pl <gmina@lubianka.pl>, sekretariat@lysomice.pl <sekretariat@lysomice.pl>, obrowo@obrowo.pl <cbrowo@obrowo.pl>, starostwo@powiatatorunski.pl <starostwo@powiatatorunski.pl>, sekretariat@wielkanieszawka.pl <sekretariat@wielkanieszawka.pl>, ug@zlawies.pl <ug@zlawies.pl>, gmina@cekcy.pl <gmina@cekcy.pl>, gostycyn@las.pl <gostycyn@las.pl>, kesowo@kesowo.pl <kesowo@kesowo.pl>, ug@lubiewo.pl <ug@lubiewo.pl>, starostwo@tuchola.pl <starostwo@tuchola.pl>, gmina@sliwice.pl <gmina@sliwice.pl>, info@tuchola.pl <info@tuchola.pl>, starostwo@wabrzezno.pl <starostwo@wabrzezno.pl>, sekretariat@ugd.pl <sekretariat@ugd.pl>, sekretariat@gminaksiazki.pl <sekretariat@gminaksiazki.pl>, sekretariat@pluznica.pl <sekretariat@pluznica.pl>, poczta@gminarynsk.pl <poczta@gminarynsk.pl>, poczta@um.wloclawek.pl <poczta@um.wloclawek.pl>

URZĄD GMINY
WIELGIE

Wpl.
dnia 06. 02. 2021

Nr 953102120211P
Zal.

sekretariat@brzesckujawski.pl <sekretariat@brzesckujawski.pl>, gmina chocen <gmina.chocen@chocen.pl>, urzadz@chodecz.pl <urzadz@chodecz.pl>, gmina@fabianki.pl <gmina@fabianki.pl>, urzadz@izbicakuj.pl <urzadz@izbicakuj.pl>, kowal@kowal.eu <kowal@kowal.eu>, urzadz@gmina-kowal.pl <urzadz@gmina-kowal.pl>, lubanie@lubanie.com <lubanie@lubanie.com>, sekretariat@lubienkujawski.pl <sekretariat@lubienkujawski.pl>, urzadz@lubraniec.pl <urzadz@lubraniec.pl>, starostwo@powiat.wloclawski.pl <starostwo@powiat.wloclawski.pl>, sekretariat@gmina.wloclawek.pl <sekretariat@gmina.wloclawek.pl>, sekretariat@barcin.pl <sekretariat@barcin.pl>, ug@gasawa.pl <ug@gasawa.pl>, urzadz@um-janowiecwlpk.pl <urzadz@um-janowiecwlpk.pl>, urzadz@labiszyn.pl <urzadz@labiszyn.pl>, powiat@znin.pl <powiat@znin.pl>, gmina@rogowo.paluki.pl <gmina@rogowo.paluki.pl>, kontakt@gminaznin.pl <kontakt@gminaznin.pl>, punkt informacyjny <punkt.informacyjny@kujawsko-pomorskie.pl>

Data sobota 6 lutego 2021 19:35:12

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, 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 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:

[Wzmacniamy odporność tysięcy starszych ludzi w Polsce - apel do Samorządowców | antrejka.pl](#)

KOMUNIKAT RADNYCH I BURMISTRZA/PREZYDENTA/WÓJTA GMINY

W związku z Apielem naukowców „Do wszystkich rządów, urzędników zdrowia publicznego, lekarzy i pracowników służby zdrowia”, który jest dostępny również w internecie na stronie:

<https://vitaminforall.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_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

W dniu 2021-01-19 09:12, 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://bmjgeniatr.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12877-017-0522-1>

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/320358708_ZASADY_SUPLEMENTACJI_I_LECZENIA_WITAMINA_D_NOWELIZACJA_2018_P_VITAMIN_D_SUPPLEMENTATION_GUIDELINES_FOR_POLAND_-_A_2018_UPDATE

Pandemii COVID-19 poprzedziły w Europie badania naukowców, czy nie mamy w Europie pandemii niedoboru witaminy D:

<https://academic.oup.com/ajcn/article/103/4/1033/4652891>

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 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://vitaminforalli.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.ohnymag.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..."

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

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+

--

--