

GIGN			
USC	Urząd Miasta i Gminy w Radkowie		SM
OKIS			BP
MIKIPA	08-02-2021		PO
SKM	2492		PRWI
ISIND	SEKRETARIAT		GKIM
OA			
OSP			

Temat: PETYCJA skierowana do Samorządu Gminy

Nadawca: [REDACTED]

Data: 2021-02-06, 19:13

Adresat: umig@bardo.pl, um@um.bielawa.pl, bierutow@bierutow.pl,
 umig@bogatynia.pl, sekretariat@boguszow-gorce.pl,
 umboleslawiec@um.boleslawiec.pl, urzadgminy@gminaboleslawiec.pl,
 um@bolkow.pl, wojt@borow.ug.gov.pl, um@brzegdolny.pl,
 burmistrz@bystrzycaklodzka.pl, bok@chocianow.pl, um.sekretariat@chojnow.eu,
 urzad@gmina-chojnow.pl, sekretariat@cieplowody.pl, sekretariat@ug.cieszkow.pl,
 sekretariat@czarny-bor.pl, czernica@czernica.pl, gmina@gmina.dlugoleka.pl,
 ug@dobromierz.pl, sekretariat@dobroszyce.pl, sekretariat@gminadomaniow.pl,
 bp@duszniki.pl, urzad.gminy@dziadowakloda.pl, um@um.dzierzoniow.pl,
 sekretariat@ug.dzierzoniow.pl, ug@gaworzyce.com.pl,
 sekretariat@glogow.um.gov.pl, gmina@ugglogow.com.pl,
 sekretariat@gluszyca.pl, umig.kancelaria@gora.com.pl,
 sekretariat@grebocice.com.pl, gmina@gromadka.pl, sekretariat@gryfow.pl,
 gmina@janowicewielkie.eu, um@jawor.pl, urzad@jaworzyna.net,
 urzad@jedlinazdroj.eu, um.sekretariat@jelcz-laskowice.pl, wom@jeleniagora.pl,
 ugjemielno@poczta.onet.pl, sekretariat@jerzmanowa.com.pl,
 gmina@jezowsudecki.pl, ug@jordanowslaski.pl, gmina@kamienieczabkowicki.eu,
 sekretariat@kamiennagora.pl, urzad@gminakg.pl, kancelaria@karpacz.eu,
 urzad@katywroclawskie.pl, umklod@um.klodzko.pl, ug@gmina.klodzko.pl,
 info@ugk.pl, sekretariat@kondratowice.pl, gmina@kostomloty.pl, gmina@kotla.pl,
 bok@kowary.pl, sekretariat@ug.krosnice.pl, ug@krotoszyce.pl,
 kudowa@kudowa.pl, kunice@kunice.pl, umig@ladek.pl, kancelaria@legnica.eu,
 sekretariat@legnickiepole.pl, sekretariat@lesna.pl, urzad@lewin-klodzki.pl,
 boi.um@luban.pl, info@luban.ug.gov.pl, lubawka@lubawka.net.pl,
 kontakt@um.lubin.pl, sekretariat@ug.lubin.pl, ugim@lubomierz.pl,
 urzad@lwowekslaski.pl, gmina@lagiewniki.pl, sekretariat@malczyce.wroc.pl,
 gmina@marcinowice.pl, gmina@marciszow.pl, ug@mecinka.pl,
 urzad@mierzowice.pl, urzad@mietkow.pl, umig@miedzyborz.pl,
 urzad@miedzylesie.pl, urzad@miekinia.pl, info@milicz.pl,
 sekretariat@ugmilkowice.net, gmina@mirsk.pl, ug@msciwojow.pl,
 gmina@myslakowice.pl, urzad@niechlow.pl, sekretariat@um.niemcza.pl,
 miasto@um.nowaruda.pl, sekretariat@gmina.nowaruda.pl,
 urzad@nowogrodziec.pl, oborniki@oborniki-slaskie.pl, kancelaria@um.olesnica.pl,
 urzad@olesnica.wroc.pl, poczta@olszyna.pl, olawa@um.olawa.pl,
 sekretariat@gminaolawa.pl, info@osiecznica.pl, ug@paszowice.pl,
 gmina@peclaw.eu, sekretariat@piechowice.pl, sekretariat@pielgrzymka.biz,
 piensk@piensk.com.pl, um@pieszyce.pl, um@pilawagorna.pl,
 sekretariat@gminaplaterowka.pl, gmina@podgorzyn.pl, um@polanica.pl,
 kancelaria@ug.polkowice.pl, biuro@powiatboleslawiecki.pl,
 powiat@pow.dzierzoniow.pl, starosta.dgl@powiatypolskie.pl,
 sekretariat@powiatgora.pl, powiat-jawor@powiat-jawor.org.pl,
 sekretariat@powiat.jeleniogorski.pl, powiat@kamienna-gora.pl,
 bok@powiat.klodzko.pl, starostwo@powiat-legnicki.eu,
 sekretariat@powiatluban.pl, starostwo@powiat-lubin.pl,
 sekretariat@powiatlwowecki.pl, urzad@milicz-powiat.pl, biuropodawcze@powiat-
 olesnicki.pl, info@starostwo.olawa.pl, sekretariat@powiatpolkowicki.pl,
 starostwo@powiatstrzelinski.pl, sekretariat@powiat-sredzki.pl,
 starostwo@powiat.swidnica.pl, powiat@powiat.trzebnica.pl,
 sekretariat@powiat.walbrzych.pl, starostwo@powiatwolowski.pl,

starostwo@powiatwroclawski.pl, starostwo@zabkowice-powiat.pl,
boi@powiat.zgorzelec.pl, sekretariat@powiat-zlotoryja.pl,
prochowice@prochowice.com, prusice@prusice.pl, p.info@przemkow.pl,
sekretariat@przeworno.pl, sekretariat@radkowklodzki.pl,
sekretariat@radwanice.pl, sekretariat@rudna.pl, ug@ruja.pl,
biuro@umsiechnice.pl, ug@siekierczyn.pl, urzad@sobotka.pl,
starakamienica@starakamienica.pl, urzad@starebogaczowice.ug.gov.pl,
gmina@stoszowice.pl, gmina@stronie.pl, strzegom@strzegom.pl,
umig@strzelin.pl, ug@sulikow.pl, urzad@sycow.pl, promocja@szczawno-zdroj.pl,
szczytna@szczytna.pl, boi@szklarskaporeba.pl, urzad@scinawa.pl,
um@srodaslaska.pl, um@um.swidnica.pl, urzad@gmina.swidnica.pl,
swiebodzice@swiebodzice.pl, um@swieradowzdroj.pl, urzad@swierzawa.pl,
sekretariat@um.trzebnica.pl, ratusz@twardogora.pl, ug@udanin.pl,
urzad@walim.pl, um@walbrzych.eu, urzad@wartabol.pl,
urzad@wadrozewielkie.pl, wasosz@dolnyslask.pl, wegliniec@wegliniec.pl,
urzad@wiazow.pl, sekretariat@winsko.pl, ug@wiszniamała.pl,
sekretariat@wlen.pl, miasto@wojcieszow.pl, umwd@dolnyslask.pl,
sekretariat@wolow.pl, kum@um.wroc.pl, ugzagrodno@zagrodno.eu,
urzad@zawidow.eu, urzad@zawonia.pl, urzad@zabkowiceslaskie.pl,
urzad@zgorzelec.eu, gmina@gmina.zgorzelec.pl, urzad@ziebice.pl,
um@zlotoryja.pl, gminazlotoryja@zlotoryja.com.pl, um@zlotystok.pl,
burmistrz@um.zarow.pl, urzad@zmigrod.com.pl, urzad@zorawina.pl,
gmina@zukowice.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 Apielem 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



W dniu 2021-01-19 09:23,
Drodzy Samorządowcy

(a):

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

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

<https://academic.oup.com/ajcn/article/103/4/1033/4662891>

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 chorobami, a także bezpłodnością 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!!! Zliwudujmy 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..."

"...Eksperti 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

