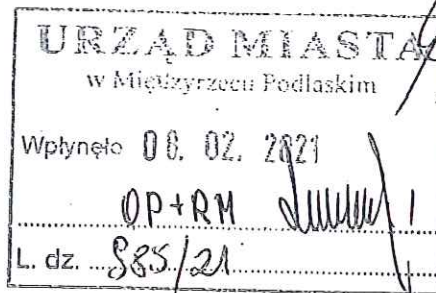


Temat: Fwd: PETYCJA skierowana do Samorządu Gminy  
Nadawca: Kamil Wysokiński <miasto@miedzrzec.pl>  
Data: 2021-02-08, 15:23  
Adresat: sekretariat@miedzrzec.pl



--- Treść przekazanej wiadomości ---

Temat: PETYCJA skierowana do Samorządu Gminy  
Data: Sat, 06 Feb 2021 19:17:37 +0100

Nadawca Wyłączenie jawności w związku z niewyrażeniem zgody.

Firma/Organizacja: o której mowa w art.4 ust.3 ustawy z dnia 11.07.2014 r. o petycjach

Adresat: [gmina@bialapodl.pl](mailto:gmina@bialapodl.pl), [sekretariat@bialapodlaska.pl](mailto:sekretariat@bialapodlaska.pl), [drelow@drelow.pl](mailto:drelow@drelow.pl), [ug@janowpodlaski.pl](mailto:ug@janowpodlaski.pl), [ug@koden.pl](mailto:ug@koden.pl), [sekretariat@ugkonstantynow.pl](mailto:sekretariat@ugkonstantynow.pl), [ug@lesnapodlaska.pl](mailto:ug@lesnapodlaska.pl), [ug@lomazy.pl](mailto:ug@lomazy.pl), [miasto@miedzrzec.pl](mailto:miasto@miedzrzec.pl), [urzad@miedzrzecgmina.pl](mailto:urzad@miedzrzecgmina.pl), [sekretariat@piszczac.pl](mailto:sekretariat@piszczac.pl), [starostwo@powiatbialski.pl](mailto:starostwo@powiatbialski.pl), [sekretariat@rokitno.pl](mailto:sekretariat@rokitno.pl), [gmina@rossosz.pl](mailto:gmina@rossosz.pl), [gmina@slawatycze.pl](mailto:gmina@slawatycze.pl), [sekretariat@sosnowka.pl](mailto:sekretariat@sosnowka.pl), [um@terespol.pl](mailto:um@terespol.pl), [sekretariat@gminaterespol.pl](mailto:sekretariat@gminaterespol.pl), [sekretariat@gminatuczna.pl](mailto:sekretariat@gminatuczna.pl), [gmina@wisznice.pl](mailto:gmina@wisznice.pl), [sekretariat@zalesie.pl](mailto:sekretariat@zalesie.pl), [sekretariat@ealeksandrow.pl](mailto:sekretariat@ealeksandrow.pl), [sekretariat@bilgoraj.pl](mailto:sekretariat@bilgoraj.pl), [biszczazgwrp.org.pl](mailto:biszczazgwrp.org.pl), [umframpol@frampol.pl](mailto:umframpol@frampol.pl), [poczta@goraj.eurząd.eu](mailto:poczta@goraj.eurząd.eu), [jozefow@ejojefow.pl](mailto:jozefow@ejojefow.pl), [info@ksiepol.pl](mailto:info@ksiepol.pl), [sekretariat@lukowa.pl](mailto:sekretariat@lukowa.pl), [sekretariat@obsza.pl](mailto:sekretariat@obsza.pl), [sekretariat@potokgorny.com.pl](mailto:sekretariat@potokgorny.com.pl), [sekretariat@bilgorajski.pl](mailto:sekretariat@bilgorajski.pl), [um@tarnograd.pl](mailto:um@tarnograd.pl), [gmina@terespol.pl](mailto:gmina@terespol.pl), [sekretariat@turobin.pl](mailto:sekretariat@turobin.pl), [ugbialopole@data.pl](mailto:ugbialopole@data.pl), [sekretariat@dorohusk.com.pl](mailto:sekretariat@dorohusk.com.pl), [gmina@dubienka.eurząd.eu](mailto:gmina@dubienka.eurząd.eu), [sekretariat@kamien.gmina.pl](mailto:sekretariat@kamien.gmina.pl), [lesniowice@zgwrp.org.pl](mailto:lesniowice@zgwrp.org.pl), [sekretariat@gmina.rejowiec.pl](mailto:sekretariat@gmina.rejowiec.pl), [info@rejowiec.pl](mailto:info@rejowiec.pl), [urzad@ug.rejowiec.pl](mailto:urzad@ug.rejowiec.pl), [sekretariat@ruda-huta.pl](mailto:sekretariat@ruda-huta.pl), [ug@sawin.pl](mailto:ug@sawin.pl), [gmina@siedliszcze.pl](mailto:gmina@siedliszcze.pl), [ugwierzbica@ugwierzbica.pl](mailto:ugwierzbica@ugwierzbica.pl), [urzad@zmudz.gmina.pl](mailto:urzad@zmudz.gmina.pl), [sekretariat@dolhobyczow.pl](mailto:sekretariat@dolhobyczow.pl), [ug@horodlo.pl](mailto:ug@horodlo.pl), [um@miasto.hrubieszow.pl](mailto:um@miasto.hrubieszow.pl), [sekretariat@hrubieszow-gmina.pl](mailto:sekretariat@hrubieszow-gmina.pl), [gmina@mircze.pl](mailto:gmina@mircze.pl), [starostwo@hrubieszow.pl](mailto:starostwo@hrubieszow.pl), [gmina@trzeszczany.pl](mailto:gmina@trzeszczany.pl), [sekretariat@uchanie.pl](mailto:sekretariat@uchanie.pl), [ug@werbkwice.pl](mailto:ug@werbkwice.pl), [sekretariat@batorz.gmina.pl](mailto:sekretariat@batorz.gmina.pl), [gmina@chrzanow.eurząd.eu](mailto:gmina@chrzanow.eurząd.eu), [ugdzwola@mbnet.pl](mailto:ugdzwola@mbnet.pl), [sekretariat@godziszow.pl](mailto:sekretariat@godziszow.pl), [sekretariat@modliborzyce.pl](mailto:sekretariat@modliborzyce.pl), [gmina@potokwielki.pl](mailto:gmina@potokwielki.pl), [sekretariat@powiatjanowski.pl](mailto:sekretariat@powiatjanowski.pl), [sekretariat@falslawice.eu](mailto:sekretariat@falslawice.eu), [gmina@gorzkow.eu](mailto:gmina@gorzkow.eu), [ugizbica@mbnet.pl](mailto:ugizbica@mbnet.pl), [miasto@krasnystaw.pl](mailto:miasto@krasnystaw.pl), [woit@krasnystaw.ug.gov.pl](mailto:woit@krasnystaw.ug.gov.pl), [sekretariat@krasniczyn.gmina.pl](mailto:sekretariat@krasniczyn.gmina.pl), [urzad@lopiennikgorny.pl](mailto:urzad@lopiennikgorny.pl), [starostwo@krasnystaw-powiat.pl](mailto:starostwo@krasnystaw-powiat.pl), [urzad@rudnik.gmina.pl](mailto:urzad@rudnik.gmina.pl), [siennicarozana@gmail.com](mailto:siennicarozana@gmail.com), [sekretariat@zolkiewka.pl](mailto:sekretariat@zolkiewka.pl), [sekretariat@annopol.eurząd.eu](mailto:sekretariat@annopol.eurząd.eu), [urzadgminy@dzierzkowice.pl](mailto:urzadgminy@dzierzkowice.pl), [poczta@goscieradow.pl](mailto:poczta@goscieradow.pl), [sekretariat@krasnik.eu](mailto:sekretariat@krasnik.eu), [sekretariat@gminakrasnik.pl](mailto:sekretariat@gminakrasnik.pl), [sekretariat@powiatkrasnicki.pl](mailto:sekretariat@powiatkrasnicki.pl), [sekretariat@gminaszastarka.pl](mailto:sekretariat@gminaszastarka.pl), [sekretariat@trzydnikduzwy.pl](mailto:sekretariat@trzydnikduzwy.pl), [gmina@urzedow.pl](mailto:gmina@urzedow.pl), [gmina@wilkolaz.pl](mailto:gmina@wilkolaz.pl), [gmina@zakrzówek.pl](mailto:gmina@zakrzówek.pl), [gmina@abramow.pl](mailto:gmina@abramow.pl), [sekretariat@firlej.pl](mailto:sekretariat@firlej.pl), [gmina.iejorzany@iejorzany.eu](mailto:gmina.iejorzany@iejorzany.eu), [sekretariat@ugkamionka.pl](mailto:sekretariat@ugkamionka.pl), [kock@kock.pl](mailto:kock@kock.pl), [poczta@um.lubartow.pl](mailto:poczta@um.lubartow.pl), [ug@gmina-lubartow.pl](mailto:ug@gmina-lubartow.pl), [sekretariat@michow.eurząd.eu](mailto:sekretariat@michow.eurząd.eu), [poczta@niedzwiada.pl](mailto:poczta@niedzwiada.pl), [ostrowlubelski@lubelskie.pl](mailto:ostrowlubelski@lubelskie.pl), [sekretariat@ostrowek.pl](mailto:sekretariat@ostrowek.pl), [starostwo@powiatlubartowski.pl](mailto:starostwo@powiatlubartowski.pl), [ug@serniki.eurząd.eu](mailto:ug@serniki.eurząd.eu), [uscimow@lubelskie.pl](mailto:uscimow@lubelskie.pl), [gmina@belzyce.pl](mailto:gmina@belzyce.pl), [ug@borzechow.eu](mailto:ug@borzechow.eu), [um@bychawa.pl](mailto:um@bychawa.pl), [ug@garbow.pl](mailto:ug@garbow.pl), [sekretariat@glusk.pl](mailto:sekretariat@glusk.pl), [gmina@jablonna.lubelskie.pl](mailto:gmina@jablonna.lubelskie.pl), [poczta@jastkow.pl](mailto:poczta@jastkow.pl), [sekretariat@konopnica.eu](mailto:sekretariat@konopnica.eu), [sekretariat@krzczonow.mbnet.pl](mailto:sekretariat@krzczonow.mbnet.pl), [info@niedrzwicaduza.pl](mailto:info@niedrzwicaduza.pl), [info@niemce.pl](mailto:info@niemce.pl), [starostwo@powiatlublin.pl](mailto:starostwo@powiatlublin.pl), [gmina@strzyzewice.lubelskie.pl](mailto:gmina@strzyzewice.lubelskie.pl), [info@woiciechow.pl](mailto:info@woiciechow.pl), [wolka@bazagmin.pl](mailto:wolka@bazagmin.pl), [ug@ugwysokie.lublin.pl](mailto:ug@ugwysokie.lublin.pl), [ug@zakrzew.eu](mailto:ug@zakrzew.eu), [urzad\\_miasta@lublin.eu](mailto:urzad_miasta@lublin.eu), [Gmina\\_Cycow@ugcycow.pl](mailto:Gmina_Cycow@ugcycow.pl), [ludwin@lubelskie.pl](mailto:ludwin@lubelskie.pl), [info@um.leczna.pl](mailto:info@um.leczna.pl), [sekretariat@milejow.pl](mailto:sekretariat@milejow.pl), [poczta@powiatleczynski.pl](mailto:poczta@powiatleczynski.pl), [puchaczow@lubelskie.pl](mailto:puchaczow@lubelskie.pl), [gmina@spiczyn.pl](mailto:gmina@spiczyn.pl), [adamow@adamow.pl](mailto:adamow@adamow.pl), [sekretariat@gminakrzywda.pl](mailto:sekretariat@gminakrzywda.pl), [sekretariat@um.lukow.pl](mailto:sekretariat@um.lukow.pl), [sekretariat@lukow.ug.gov.pl](mailto:sekretariat@lukow.ug.gov.pl), [sekretariat@starostwolukow.pl](mailto:sekretariat@starostwolukow.pl), [sekretariat@gminaserokomla.pl](mailto:sekretariat@gminaserokomla.pl), [stanin@stanin.pl](mailto:stanin@stanin.pl), [miasto@stoczek-lukowski.pl](mailto:miasto@stoczek-lukowski.pl), [gmina@stoczeklukowski.pl](mailto:gmina@stoczeklukowski.pl), [sekretariat@trzebieszow.gmina.pl](mailto:sekretariat@trzebieszow.gmina.pl), [urzad\\_gminy@woicieszkow.pl](mailto:urzad_gminy@woicieszkow.pl), [urzad@wolamyslowska.com.pl](mailto:urzad@wolamyslowska.com.pl), [sekretariat.chodel@eurząd.eu](mailto:sekretariat.chodel@eurząd.eu), [sekretariat@gminajozefow.pl](mailto:sekretariat@gminajozefow.pl), [sekretariat@poczta.karczmiska.pl](mailto:sekretariat@poczta.karczmiska.pl), [sekretariat@gminalaziska.pl](mailto:sekretariat@gminalaziska.pl), [sekretariat@opolelubelskie.pl](mailto:sekretariat@opolelubelskie.pl), [sekretariat@um.poniatowa.pl](mailto:sekretariat@um.poniatowa.pl), [starostwo@opole.lublin.pl](mailto:starostwo@opole.lublin.pl), [wilkow@gminawilkow.pl](mailto:wilkow@gminawilkow.pl), [sekretariat@debowakloda.pl](mailto:sekretariat@debowakloda.pl), [ugjablon@jablon.pl](mailto:ugjablon@jablon.pl), [gmina@milanow.pl](mailto:gmina@milanow.pl), [sekretariat@parczew.com](mailto:sekretariat@parczew.com), [ug@podedworze.pl](mailto:ug@podedworze.pl), [powiat@parczew.pl](mailto:powiat@parczew.pl), [administrator@siemien.pl](mailto:administrator@siemien.pl), [sosnowica@sosnowica.pl](mailto:sosnowica@sosnowica.pl), [gmina@gminabaranow.pl](mailto:gmina@gminabaranow.pl), [gmina@janowiec.pl](mailto:gmina@janowiec.pl), [um@umkd.pl](mailto:um@umkd.pl), [ugkonskowola@post.pl](mailto:ugkonskowola@post.pl), [kurow@lubelskie.pl](mailto:kurow@lubelskie.pl), [gmina@markuszow.pl](mailto:gmina@markuszow.pl), [um@naleczow.pl](mailto:um@naleczow.pl), [starostwo@pulawy.powiat.pl](mailto:starostwo@pulawy.powiat.pl), [um@um.oulawy.pl](mailto:um@um.oulawy.pl), [sekretariat@pulawy.gmina.pl](mailto:sekretariat@pulawy.gmina.pl), [gmina@wawolnica.pl](mailto:gmina@wawolnica.pl), [ugzryzyn@post.pl](mailto:ugzryzyn@post.pl), [borki@borkiradzynskie.pl](mailto:borki@borkiradzynskie.pl), [gmina@czemierniki.eu](mailto:gmina@czemierniki.eu), [gmina@kakolewnica.lublin.pl](mailto:gmina@kakolewnica.lublin.pl), [komarowka@home.pl](mailto:komarowka@home.pl), [starostwo.radzyn@pra.pl](mailto:starostwo.radzyn@pra.pl), [sekretariat@radzyn-podl.pl](mailto:sekretariat@radzyn-podl.pl), [ug@radzynpodlaski.pl](mailto:ug@radzynpodlaski.pl), [ug@ulanmajorat.pl](mailto:ug@ulanmajorat.pl), [wohyn@home.pl](mailto:wohyn@home.pl), [poczta@um.deblin.pl](mailto:poczta@um.deblin.pl), [gmina@kloczew.pl](mailto:gmina@kloczew.pl), [sekretariat@nowodwor.eurząd.eu](mailto:sekretariat@nowodwor.eurząd.eu), [starostwo@ryki.powiat.pl](mailto:starostwo@ryki.powiat.pl), [ryki@ryki.pl](mailto:ryki@ryki.pl), [sekretariat@stezyca.eurząd.eu](mailto:sekretariat@stezyca.eurząd.eu), [gmina@ulez.eurząd.eu](mailto:gmina@ulez.eurząd.eu), [melgiew@melgiew.pl](mailto:melgiew@melgiew.pl), [um@piaski.pl](mailto:um@piaski.pl), [poczta@powiatwidnik.pl](mailto:poczta@powiatwidnik.pl), [urzad@rybczewice.pl](mailto:urzad@rybczewice.pl), [urzad@e-swidnik.pl](mailto:urzad@e-swidnik.pl), [trawniki@trawniki.pl](mailto:trawniki@trawniki.pl), [gmina@belzec.pl](mailto:gmina@belzec.pl), [ug@gmina-jarczow.pl](mailto:ug@gmina-jarczow.pl), [ugkrynica@krynica.com.pl](mailto:ugkrynica@krynica.com.pl), [gmina@lubycza.pl](mailto:gmina@lubycza.pl), [sekretariat@laszczow.pl](mailto:sekretariat@laszczow.pl), [starostwo@powiat-tomaszowski.com.pl](mailto:starostwo@powiat-tomaszowski.com.pl), [sekretariat@rachanie.gmina.pl](mailto:sekretariat@rachanie.gmina.pl), [gmina@susiec.pl](mailto:gmina@susiec.pl), [gmina@tarnawatka.pl](mailto:gmina@tarnawatka.pl), [gmina@telatyn.pl](mailto:gmina@telatyn.pl), [umtomaszow@tomaszow-lubelski.pl](mailto:umtomaszow@tomaszow-lubelski.pl), [sekretariat@tomaszowlubelski.pl](mailto:sekretariat@tomaszowlubelski.pl), [tyszowce@tyszowce.pl](mailto:tyszowce@tyszowce.pl), [gmina@ulhowek.eurząd.eu](mailto:gmina@ulhowek.eurząd.eu), [gmina@gminahanna.pl](mailto:gmina@gminahanna.pl), [gmina@hansk.pl](mailto:gmina@hansk.pl), [starostwo@powiatwlodawa.pl](mailto:starostwo@powiatwlodawa.pl), [ug@starybrus.lublin.pl](mailto:ug@starybrus.lublin.pl), [sekretariat@urszulin.eu](mailto:sekretariat@urszulin.eu), [info@wlodawa.eu](mailto:info@wlodawa.eu), [kancelaria@gmina-wlodawa.pl](mailto:kancelaria@gmina-wlodawa.pl), [wolauhruska@lubelskie.pl](mailto:wolauhruska@lubelskie.pl), [sekretariat@wryki.eu](mailto:sekretariat@wryki.eu), [poczta@adamow.gmina.pl](mailto:poczta@adamow.gmina.pl), [gmina@grabowiec.pl](mailto:gmina@grabowiec.pl), [poczta@komarow.pl](mailto:poczta@komarow.pl), [um@krasnobrod.pl](mailto:um@krasnobrod.pl), [uglabunie@labunie.com.pl](mailto:uglabunie@labunie.com.pl), [gmina@miaczyn.eurząd.eu](mailto:gmina@miaczyn.eurząd.eu), [ug@nielisz.pl](mailto:ug@nielisz.pl), [starostwo@powiatzamojski.pl](mailto:starostwo@powiatzamojski.pl), [sekretariat@gminaradecznica.pl](mailto:sekretariat@gminaradecznica.pl), [ugsitno@sitno.gmina.pl](mailto:ugsitno@sitno.gmina.pl), [skierbieszow@zgwrp.org.pl](mailto:skierbieszow@zgwrp.org.pl), [gmina@staryzamosc.pl](mailto:gmina@staryzamosc.pl), [ug@sulow.pl](mailto:ug@sulow.pl), [um@szczeszczyn.pl](mailto:um@szczeszczyn.pl), [gmina@zamosc.org.pl](mailto:gmina@zamosc.org.pl), [boi@zamosc.pl](mailto:boi@zamosc.pl), [um@zwierzyniec.info.pl](mailto:um@zwierzyniec.info.pl), [info@lubelskie.pl](mailto: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 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 tysiący 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](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 "najsiabszych" mieszkańców gminy, nie obsługujących internetu, z pakietem profilaktycznym.

-----  
z poważaniem

Wyłączenie jawności w związku z niewyrażeniem zgody,  
o której mowa w art.4 ust.3 ustawy z dnia 11.07.2014 r. o petycjach

Korespondencję w sprawie petycji proszę przesyłać na mój adres mailowy:

Wyłączenie jawności w związku z niewyrażeniem zgody,  
o której mowa w art.4 ust.3 ustawy z dnia 11.07.2014 r. o petycjach

W dniu 2021-01-19 09:28, ...

Droży 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://bmjgeriatr.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>

Wyłączenie jawności w związku z niewyrażeniem zgody,  
o której mowa w art.4 ust.3 ustawy z dnia 11.07.2014 r. o petycjach

Pa... 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](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 many 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 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!!! 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 ziemie. 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

Wyłączenie jawności w związku z niewyrażeniem zgody,  
o której mowa w art.4 ust.3 ustawy z dnia 11.07.2014 r. o petycjach

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+