



# Choroby potrafią zatruć życie

Zdzisław Pilecki jest osobą pogodną i pełną życia. Jednak nie zawsze tak było. Bywały dni, kiedy był bliski załamania nerwowego. Towarzyszył temu wstyd i obawa przed spotkaniem z innymi ludźmi. Wszystkiemu winna była łuszczycza.

– Nie wiem, jak i gdzie nabawiłem się tej choroby, ale było to około piętnaście lat temu – mówi Zdzisław Pilecki ze Szczecina.

Choroba objawiała się popękaną skórą dłoni i stóp. Z pęknięć wyciekało osocze i krew. Łuszczycza bardzo utrudniła Zdzisławowi życie. Żona, Anna odsunęła go całkowicie od prac domowych. W kuchni pojawiła się zmywarka, bowiem kontakt dłoni z wodą był dla nich zabójczy. Woda wysuszała i powodowała pęknięcie na nowo ran. Wyjazdy wakacyjne również nie należały do najprzyjemniejszych. Wstydził się rozebrać na plaży, bał się ciekawskich spojrzeń na jego popękane i poranione stopy.

– Mam jedno takie zdjęcie z pobytu na Łazurowym Wybrzeżu. Siedzę zakopany po kostki w piasku, żeby nie pokazywać swoich stóp – wspomina Zdzisław. – To było bardzo przykre doświadczenie.

## Fizyka i Zillinger

Przez trzydzieści cztery lata uczył fizyki w różnych szkołach średnich w Szczecinie. Sądzi, że był surowym i wymagającym nauczycielem. Nie miał problemów z młodzieżą. Coś w rysunku jego ust mówi mi, że nie warto było mu się przeciwstawiać. Uczniowie też to wiedzieli. Zdzisław podejrzewa, że uczniowie przeżywali go Zillinger.

– A to dlatego, że w latach sześćdziesiątych był tylko jeden zbiór zadań z fizyki, Waldemara Zillingera – wspomina. – Uczniowie zawsze żartowali, że fizyki nauczył ich właśnie Zillinger. I stąd to podejrzenie.

Potrafił nauczyć swoich podopiecznych fizyki, bo sam ją uwielbiał. Jeszcze w podstawówce odkrył w sobie tę pasję. Później rozwijał ją na Uniwersytecie Adama Mickiewicza w Poznaniu. Miłością tą potrafił zarazić innych. Jak okazało się po latach, kilku jego uczniów również zostało fizykami.

– Jedna z moich uczennic przyznała mi się, że wzięła się za fizykę, bo miała sześć ocen niedostatecznych z tego przedmiotu. Teraz sama jest fizykiem – śmieje się. – Jak widać, złe oceny też mogą motywować.

Gdy łuszczycza na dobre rozgościła się w życiu Zdzisława, każde wyjście do szkoły czy w ogóle z domu poprzedzał swoisty rytuał. Najpierw dokładnie smarował dłonie i stopy maścią mocznicową. Następnie na dłonie nakładał foliowe rękawiczki, a stopy owijał folią. Na to wszystko jeszcze bawełniane rękawiczki i skarpetki. Tak „ubrany” szedł na dziesięć godzin lekcji. Przez to codziennie cierpiał męki nie tylko na ciele, ale i na duszy. Jednak wszystko tłumił w sobie. W szkole nigdy nie puszczały mu nerwy.

– Koledzy z pracy wiedzieli o mojej dolegliwości, a uczniowie nie dokuczali mi. Na którymś spotkaniu z absolwentami okazało się, że byli przekonani, że mam uczulenie na kredę.

Gdy po ciężkim dniu w szkole wracał do domu, nie było mu lekko. Musiał ściągnąć warstwy ochronne z dłoni i stóp. Razem z rękawiczkami schodziła mu skóra, rany były odparzone i popękane. Wtedy mył wszystko szarym mydłem i smarował maścią od nowa. Codziennie przeżywał piekło. Jak mówi, był bliski załamania nerwowego. Ale nie poddawał się. Była jeszcze rodzina.

## Warto słuchać żony

Zdzisław, chcąc utrzymać rodzinę, łapał się różnych zajęć. Oprócz tego, że był

nauczycielem fizyki, miał licencję pilota wycieczek zagranicznych. W każde wakacje jeździł z żoną i z córką, gdy ta już podrosła, do Bawarii, żeby pracować w posiadłości przyjaciół. Przez pewien czas miał też kiosk z warzywami. Wtedy to codziennie w nocy jeździł do Berlina do hurtowni, a rano szedł do szkoły na lekcje. Przez dziesięć lat, już na emeryturze, pracował jako agent ubezpieczeniowy. Taki tryb życia nie sprzyjał zdrowiu. Po pewnym czasie miał problemy z wejściem na trzecie piętro do własnego mieszkania. Bardzo szybko się męczył. Łatwo się denerwował. Do tego pojawiały się kłopoty z oddychaniem i pieczenie za mostkiem. Samochód mógł prowadzić nie dłużej niż dwie godziny bez przerwy. Nie wiedział, co się z nim dzieje. Martwili się o niego przyjaciele i żona. To ona kazała mu zrobić badania i zadbać o siebie. Dla świętego spokoju poszedł do lekarza. Okazało się, że ma problemy z układem krążenia. Dopadła go choroba wieńcowa. Diagnoza lekarzy była okrutna. Miał wtedy czterdzieści lat, a około 50% naczyń włosowatych było zatkanych.

– Ta wiadomość zwała mnie z nóg – opowiada Zdzisław. – Teraz wiem, że sam sobie na to zapracowałem. W owym czasie była tylko praca i nie miałem czasu myśleć o zdrowiu. Na szczęście robiła to za mnie Ania. To jej wszystko zawdzięczam. Obie choroby i łuszczyca, i wieńcówka (jak ją sam nazywa) wdarły się w jego życie mniej więcej w tym samym czasie. Były to lata dziewięćdziesiąte. Wtedy zaczął obawiać się o przyszłość rodziny, bo emerytura zbliżała się coraz to większymi krokami. Stres i życie w szybkim tempie, mała ilość snu nie służyły mu. Lekarze nie potrafili powiedzieć, co było przyczyną łuszczycy. Podejrzewano, że to właśnie stres do tego doprowadził. Chorobę wieńcową można było łatwiej wytłumaczyć. Powoduje ją między innymi nadciśnienie tętnicze (a to powstaje wskutek m.in. stresu) oraz nieregularny tryb życia. Posiłki byle jakie i byle kiedy sprawiły, że cholesterol zaczął odkładać się na wewnętrznych ścianach tętnic, doprowadzając do ich zwężenia. To wszystko utrudnia dopływ krwi do serca, co może grozić całkowitym zablokowaniem tętnicy wieńcowej przez skrzep krwi. Stąd już niedaleko do zawału serca.

### Zostałem sam

W 2001 roku Zdzisław przeżył tragedię. Zmarła jego żona Anna. Wspomina ją z czułością, gdy o niej mówi, odruchowo ścisza głos. Do tej pory nie może

pogodzić się z jej odejściem, choć żyje pełnią życia.

– W rok po śmierci żony robiłem badania. Okazało się wtedy, że miałem przechodzony zawał serca. Nic o tym nie wiedziałem, ale na pewno był on następstwem odejścia Ani. Było mi wtedy bardzo trudno.

### Życie z Alveo

Zdzisław w walce z chorobami chwycił się różnych sposobów. Kilkakrotnie z łuszczycą bój toczył w szpitalu, ale nadaremnie. Choroba powracała. Kupował najrozmaitsze maści i tabletki. Próbował najróżniejszych suplementów, ale nic nie pomagało. Do wszystkiego był nastawiony sceptycznie, ale próbował, nie poddawał się. Z wieńcówką walczył mniej zawzięcie. Nie zmienił trybu życia, a powinien. Regularny tryb życia, prawidłowa dieta i ruch na świeżym powietrzu sprzyjają leczeniu choroby wieńcowej. Nawet zawał go niczego nie nauczył. Tabletki brał nieregularnie. Po prostu zapomniał o nich. Przyznaje, że postępował nieodpowiedzialnie. Za to systematycznie robił badania i codziennie mierzył ciśnienie. Ale to nie wystarczało.

– W 2004 roku na jednym ze szkoleń w firmie ubezpieczeniowej podszedł do mnie mężczyzna i umówił się ze mną na spotkanie. Nie od razu powiedział, o co chodzi – wspomina Zdzisław. – Pamiętam, że przyjechał do mnie i powiedział mi o Alveo. Zainteresował mnie tym tematem. Wziąłem od niego cztery butelki. Jedną sam zacząłem pić. Szczerze

mówiąc, nie sądziłem, że coś się zmieni. Zdzisław po czterech miesiącach picia Alveo zauważył radykalne zmiany na dłoniach i stopach. Łuszczyca zaczęła ustępować. Dawno nie odczuwał takiej radości. Lata udreki miały się skończyć. Podejrzewa, że Alveo pomogło mu oczyścić organizm i doprowadzić go do równowagi, co w rezultacie przyniosło zaskakujące efekty w walce z chorobą. Teraz bez obaw wyciąga rękę do ludzi na powitanie. Już się nie wstydzi, bo nie ma czego.

– Zaczęłem się też dużo lepiej czuć. Mogę biegać, drobne prace nie męczą mnie tak, jak kiedyś. Bez problemu wchodzę na trzecie piętro do swojego mieszkania – mówi z uśmiechem na ustach. – Jazda samochodem jest dla mnie przyjemnością. Czuję się jak nowo narodzony.

Zdzisław nie poszedł do lekarza i nie zrobił badań. Kiedy poczuł się dobrze, po prostu przestał brać leki. Przyznaje, że nie było to mądre posunięcie.

– Mierzę regularnie ciśnienie i wszystko jest w porządku, nie mam już uczucia pieczenia w okolicy mostka, ale pójdę do lekarza i zbadam się – obiecuje. Zdzisław niemal codziennie jeździ na rowerze.

– Teraz to dla mnie nie problem. Mogę przejechać nawet dwadzieścia kilometrów – wyjaśnia.

■ Anna Wójcicka

foto: Paweł Traczyk

