

# Mogę się kąpać w morzu nawet jesienią

Ciągłe uczucie zimna, zakatarzony nos i niemal nieustępujący kaszel towarzyszyły Kasi od wieku przedszkolnego. Żartem mówi, że nie było jej zimno jedynie w saunie. Potrafiła marznąć nawet na plaży. Nie choruje od dwóch lat – od momentu, kiedy zaczęła pić Alveo.

Gdy sięga pamięcią do okresu dzieciństwa, widzi siebie w łóżku, a wokół sterty chusteczek higienicznych. Na nocnym stoliku antybiotyki oraz gorące mleko z miodem i masłem. Mama Kasi do dziś wspomina, że kiedy córka chodziła do przedszkola, była zmuszona brać około 180 dni zwolnienia rocznie, by zajmować się chorą. Schemat zawsze był ten sam – infekcja zaczynała się katarem. Po kilku dniach pojawiał się kaszel, który trwał od 3 do 4 tygodni. Często choroba atakowała oskrzela, krtań lub płuca, więc nie obywało się bez antybiotyku. W szkole podstawowej odporność Kasi nie poprawiła się. – Do dziś pamiętam, jak moja klasa jechała na wycieczkę do Krakowa. Mieszkałam koło szkoły i obserwowałam wsiadających do autokaru. Mogłam im tylko pomachać na pożegnanie. Dzień wcześniej lekarz stwierdził u mnie zapalenie płuc – wspomina dziś 25-letnia Katarzyna Mazur z Gdyni.

## Dlaczego choruję?

Mama Kasi starała się zapobiegać infekcjom. Pilnowała, by córka ubierała się ciepło. Dbała, by jej dieta była bogata w warzywa i owoce. Podawała profilaktycznie czosnek. – Lekarze twierdzili, że jestem w grupie ryzyka – dziadek miał astmę, u mamy podejrzewają tę chorobę, więc pewnie i mi to grozi – mówi Kasia. Badania krwi i prześwietlenia płuc, robione regularnie dwa razy w roku, były w normie. Nie wskazywały więc na źródło choroby. Z testów wynikało też, że nie była alergiczka. Pamięta do dziś, jak z lękiem myślała o jesieni i zimie, jak czuła nadchodzące przeziębienie, kiedy przemoczyła nogi, kiedy owiało ją zimne powietrze z otwartego okna, gdy wykąpała się latem w morzu. Wystarczyło, że ktoś kichnął, na drugi dzień już miała katar. Na dodatek w kluczowych momentach życia: na maturze, na balu maturalnym, na egzaminie na studia miała bolesną opryszczkę.

– Na studiach po sesji egzaminacyjnej wszyscy w akademiku świętowali, a ja słuchałam z żalem dźwięków odbywającej się na korytarzu imprezy, leżąc w łóżku z 40-stopniową gorączką – opowiada. Kasia przyznaje, że brak odporności mocno dezorganizował jej aktywne życie. Podczas studiów, żeby nie tracić zajęć, chodziła na uczelnię zakatarzona, a kiedy przychodził kolejny atak kaszlu, wychodziła na korytarz, by nie przeszkadzać prowadzącemu. – Efekt był taki, że зараżałam innych, a przedzej czy później i tak musiałam chorobę odleżeć biorąc antybiotyki – dodaje.

## Antidotum na infekcje

Dwa lata temu, na czwartym roku studiów, oprócz powtarzających się przeziębień pojawiły się problemy z żołądkiem. Po każdym posiłku Kasia miała uczucie ciężkości, odczuwała bóle brzucha. Koleżanka poleciła jej Alveo. Robiąc wywiad z Lilą Gabryńską usłyszała o osobach, którym Alveo pomogło uporać się z problemami gastrycznymi. Zaczęła regularnie pić preparat. – To był listopad, a więc zwykle najcięższy dla mnie okres.

Nie myślałam jednak o tym – studia, praca, byłam wówczas bardzo zagoniona. Dopiero w kwietniu, kiedy miałam zrobić badania okresowe na uczelni, znalazłam moją książeczkę zdrowia i uświadomiłam sobie, że jest już wiosna, a ja ani razu nie byłam chora. Uwierzyłam, że nareszcie pozbędę się nękających mnie od dzieciństwa przeziębień – wspomina. Kasia od dwóch lat nie była chora. Bez obaw robi rzeczy, które wcześniej wywoływały infekcje: śpi przy otwartym oknie, kąpie się w morzu nawet we wrześniu, je lody, bierze zimny prysznic. Zniknęły też problemy żołądkowe.

■ Kamila Król

