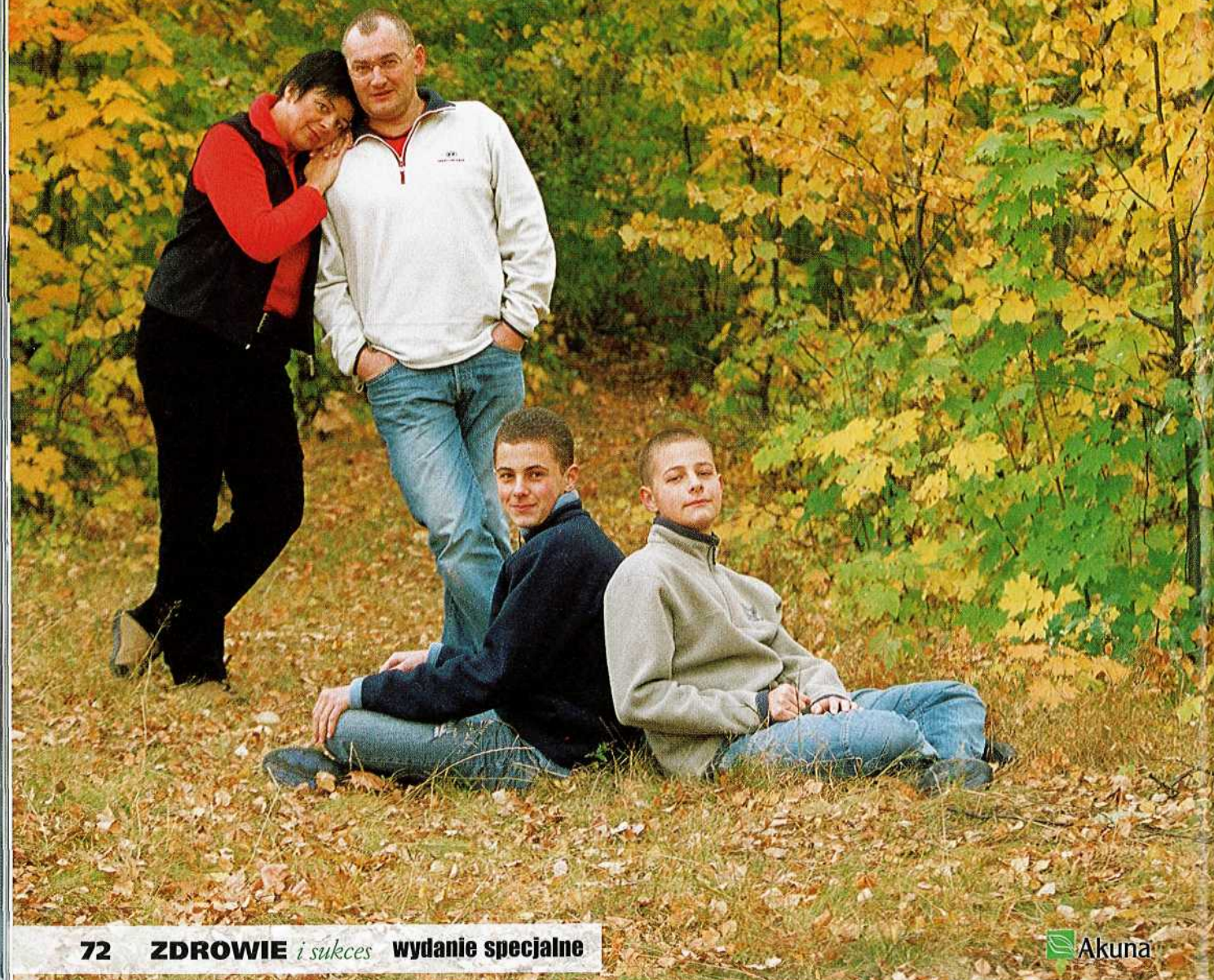


# Spokój to najcenniejszy skarb



Alergia u Pawła i Piotra ujawniła się w trzecim roku ich życia, ale zdiagnozowana została dopiero trzy lata później. Wcześniej, ze względu na błędną diagnozę, byli leczeni antybiotykami. Ponieważ kaszel nie ustępował, więc w okresie jesienno-zimowym brali jeden antybiotyk za drugim. Alergia doprowadzała do obrzęków krtani, duszenia się. Przyjmowali leki wziewne 8-9 miesięcy w roku. To jednak nie koniec. Chłopcy cierpieli też na tzw. alergię kontaktową, objawiającą się pokrzywką. Pojawiała się ona przy kontakcie z alergenem, np. pyłkiem kwitnącego drzewa. Była bardzo uciążliwa, swędziała i długo nie znikwała, nawet po podaniu wapna, leków przeciwhistaminowych czy smarowaniu maściami sterydowymi. Młodszemu synowi, Piotrkowi pod wpływem silnego mrozu puchły dłonie i swędziały go. Byli również uczuleni na niektóre pokarmy. Wystarczyła domieszka mleka krowiego lub jaja kurzego, a objawy się nasilały.

- Drobne ilości tych alergenów bardzo trudno wyeliminować z pożywienia, więc napady kaszlu przechodzącego w duszności zdarzały się bardzo często - wspomina Ewa.

Sporo czasu zajęto przede wszystkim skojarzenie i zaobserwowanie, że owe ataki powodowało spożycie konkretnych pokarmów. Kilka lat minęło, zanim zrozumieli na przykład, dlaczego po pobycie u babci dzieci po kilku godzinach spędzonych w domu zaczynały kaszleć.

- Po prostu jadły tam kogel-mogel, czyli jajko w czystej postaci, na które były uczulone - mówi Ewa.

Przed każdym posiłkiem chłopcy dostawali kapsułkę hamującą tak gwałtowne reakcje alergiczne, ale niestety lek zaburzał również wchłanianie potrzebnych substancji odżywczych.

Rodzice próbowali rekompensować dzieciom brak mleka krowiego, m.in. podając mleko kozie - które wcale im nie smakowało. Zamiast jaj kurzych jedli przepiórcze. Później, kiedy silne symptomy alergii częściowo ustąpiły, Ewa i Mirek pilnowali, by pokarmów alergizujących nie było w nadmiarze - np. jajecznicę z kurzych jaj chłopcy jedli raz na miesiąc, żeby nie nastąpiła ponowna alergizacja. Daty spożycia pokarmów „zakazanych” zaznaczali w kalendarzu i skrupulatnie wyznaczali datę kolejnego posiłku. Oprócz dużej ilości warzyw i owoców podawali im jeszcze dodatkowo witaminy, żeby zrekompensować brak niektórych pokarmów.

## Walka

Przez lata żyli w lęku. Już drobne kasznięcie budziło w nich strach. Zazwyczaj tak się właśnie zaczynało; drobna infekcja, niewinne kasznięcie. Wiedzieli, że za dwie godziny u dzieci kaszel tak się nasili, że może spowodować duszność. Po godzinie kaszel się wzmacniał, zamieniał się niemal w ciągły. Ataki nasilały się po położeniu do łóżka i rozgrzaniu ciała. Początkowo, mimo że Mirek jest lekarzem, nie znając podłoża choroby, reagowali dopiero, kiedy stan był ostry. Wkraczali wówczas z silnym lekiem, np. dexavenem, podawanym domięśniowo, który w zasadzie stosuje się w warunkach szpitalnych.

**Strach i złość. Takie uczucia towarzyszyły Ewie i Mirosławowi Łyszczarzom z Pawłowic przez ponad osiem lat. Strach przed kolejnym napadem duszności ich synków i złość, że nie można im pomóc. Nie ma nic gorszego niż patrzeć na cierpienie własnych dzieci.**

Próbowali innych metod. Podawali leki hamujące kaszel, np. tiocodin, na bazie kodeiny. Przynosił ulgę tylko na chwilę, a potem następowało drastyczne pogorszenie. Później dochodziło do obrzęku i kaszel ze zwykłego zamieniał się w „szczekający”.

- Często zdarzało się, że ataki przychodziły dokładnie w czasie, kiedy mąż był na dyżurze. Zostawałam sama i ogarniała mnie czarna rozpacz, bo nie mogłam dziecku pomóc - opowiada Ewa.

Z czasem, jak każda mama alergika, nauczyła się przewidywać zbliżający się atak, przytykając głowę do klatki piersiowej dziecka i sprawdzając, czy oddech jest świszczący.

- Nie potrzebowałam nawet stetoskopu - mówi Ewa.

Taka obserwacja pozwoliła reagować, nim nastąpił ciężki stan. Gdy tylko pojawiały się pierwsze symptomy reakcji alergicznej, robili inhalację przy pomocy inhalatora ultradźwiękowego (wcześniej nawilżali cały pokój), który byli zmuszeni kupić, podawali też preparaty wziewne,

jak berodual, tilade, flixotide. Po podaniu leków następowały minuty oczekiwania, które wydawały się wiecznością. -To była loteria, nigdy nie byliśmy w stanie przewidzieć, jak ich organizmy zareagują. Czasami lek pomagał od razu i objawy wyciszały się i wówczas oddychaliśmy z ulgą. Innym razem reakcja alergiczna postępowała w błyskawicznym tempie, więc szukaliśmy innych sposobów, które pozwalały nam unikać tak ostrych reakcji-wspomina Mirek. Jakich? Na przykład pakowanie obu chłopaków do samochodu i wjeżdżanie na Równicę - szczyt w Beskidach o wysokości około 900 m n.p.m., jedyny, na który można wjeżdżać samochodem. Profesor-alerlogolog powiedział im, że szybka zmiana ciśnienia spowoduje poprawę w dolegliwościach oskrzelowych. Wjeżdżali więc (spacer trwałby zbyt długo, a tu chodziło o gwałtowną zmianę), tam spacerowali 15 minut, zjeżdżali na dół i znowu przechadzali się, cykl powtarzali kilka razy. Zdarzało się, że górę odwiedzali kilka razy dziennie.

-To dawało całkiem niezły efekt. Mieliśmy spokój kilka dni. Jesteśmy z Równicą emocjonalnie związani - żartuje Ewa. Tamte lata wspominają jako nieustające pasmo nerwów i niepewności.

## Stan niepewności

Alergia zmieniła życie całej ich rodziny. Niemożliwe stały się na przykład dalekie wyprawy rowerowe, które wszyscy tak bardzo lubili. Chłopcy szybko nauczyli się i już pojawiały się pierwsze drobne kasznięcia. By tego uniknąć, musieli albo często odpoczywać, albo wybierać krótsze trasy. Natomiast by poprawić wydolność płuc, chłopcy dużo pływali. Podczas wyjazdów, nawet wakacyjnych, Ewa i Mirek też nie mogli całkowicie się odprężyć. Gdziekolwiek przebywali, musieli zwracać uwagę na to, co jedzą synowie. Próbowali wjeżdżać w różne zakątki Polski i Europy, żeby sprawdzić, czy tam nie zmniejszą się objawy alergii - nie zmniejszały się. Na każdy wyjazd zabierali torbę leków, łącznie ze strzykawkami, z igłami, żeby w razie kryzysu od razu pomóc dzieciom.

Do szpitala trafili raz, kiedy jeden z synów nie zareagował na dexaven. Ponadto do duszności dołączyły się wymioty i dziecko zaczęło tracić świadomość.

- Nie miałem w domu nic poza tym zastrzykiem, nawet tlenu. Wystraszyłem się, że syn się udusi - mówi Mirek. Za każdym razem, kiedy podawali sterydy, wahali się. Mieli świadomość, że lek bardzo obciąża organizm, do końca



liczyli na poprawę. Ale na ogół zastrzyk był nieuchronną koniecznością.

- Sterydy mają dużo objawów ubocznych, m.in. kłopoty z utrzymaniem wagi, zaburzenia hormonalne. Nasi chłopcy mieli problemy z nadwagą. Zdawali sobie sprawę, że jest to konsekwencją podawanych leków, ale nie mieliśmy wyboru



alergia zdominowała ich egzystencję. Dzieci chodziły do szkoły, uprawiały sporty, bawiły się. Mirek pracował w szpitalu, Ewa w szkole jako nauczyciel biologii. Dwa lata temu Ewa napisała program autorski dla nauczycieli. Znajdują się w nim wskazówki dla gimnazjalistów - jak pielęgnować zęby, dbać o skórę, zdrowo odżywiać się, jeden rozdział dotyczy ruchu - niezbędnego składnika zdrowia. Podane są w takiej formie, że młodzież dostaje tylko bazę, analizuje materiał i rozwija później w formie pokazu czy treningu, który jest wspólnym dziełem, wszyscy mają szansę je obejrzeć. Szczególnie przyjęty się tematy dotyczące żywienia i higieny skóry w okresie dojrzewania. Program ma za zadanie przestrzec młodzież przed robieniem eksperymentów na własnym ciele, jak np. przebijanie wyprysków, co może spowodować potem ropienie, przetoki itp., które wymagają interwencji chirurgicznej.

#### Droga do zwycięstwa

Z Alveo zetknęli się półtora roku temu. Zanim poszli na prezentację, poczytali w Internecie o składzie preparatu.

- Dla mnie najważniejsza była kwestia synergicznego działania

zioł, to mnie przekonało. Słyszeliśmy też o skutecznym działaniu Alveo u osób cierpiących na alergię - mówi Mirek.

- Mnie zachęciło to, że tak naprawdę nie pomaga Alveo, ale to w nas są siły, które mogą zwalczyć choroby, a Alveo jedynie popycha nasz organizm i daje mu szansę odzyskania równowagi - dodaje Ewa.

Pierwsze półtora miesiąca picia Alveo dla chłopców było bardzo uciążliwe. Ich organizm silnie się oczyszczał. Pojawił się uporczywy efekt kichania i długotrwałe śaczenie wydzieliny z nosa. Pojawiły się też wypryski na skórze, będące efektem silnej detoksykacji.

- W przypadku Alveo ważna jest cierpliwość. Jeśli ktoś oczekuje, że preparat zadziała natychmiastowo jak antybiotyk, może czuć się zawiedziony - mówi z przekonaniem Ewa.

U dzieci alergicznych następuje na ogół zaburzenie odporności, tak było i w przypadku obu chłopców. Ewa i Mirek podawali im leki odbudowujące odporność, ale był to proces długotrwały, nie do końca skuteczny i bardzo kosztowny. Odporność z roku na rok co prawda się poprawiała, jednak infekcji i napadów

duszości nie udało się wyeliminować. W dodatku choroby trwały znacznie dłużej niż u innych dzieci. Kaszel nieraz ciągnął się miesiącami.

- Nigdy nie zapomnę karcącego wzroku pani w przedszkolu, kiedy przyprowadzałam kaszlące dziecko. Wiedziałam, że jest to kaszel alergiczny i że Paweł nikogo nie zarazi, a mimo to czułam się winna - wspomina Ewa. Alveo praktycznie rozwiązało problem infekcji.

#### Zwycięstwo

Od jedenastego roku życia powoli zmniejszali ilość podawanych leków. Ale nadal chłopcy przyjmowali je, szczególnie w czasie infekcji gardłowej. Mimo że objawy choroby były słabsze, dwa lata temu u Pawła pojawiła się silna pokrzywka. Drapał się, męczył, a zaczerwienienie, chociaż podawali maści sterydowe, nie chciało zniknąć. Sytuacja zmieniła się po kuracji Alveo. Z nadejściem wiosny u obu chłopców pojawiła się pokrzywka. Tym razem jednak nie trwała, jak zwykle, kilkanaście dni. Ustąpiła po kilku dniach po podaniu jedynie wapna. Nie było potrzeby podawania silniejszych leków.

Gdy nadszedł maj 2005 roku, Ewa i Mirek, jak zwykle, byli już w stanie pełnej gotowości. Zaczynał się tak trudny okres nasilonych ataków alergii.

- Ze zdziwieniem stwierdziliśmy, że mijają tygodnie, miesiące, a my nie podaliśmy synom żadnych leków. To była pierwsza spokojna wiosna i lato. Wszyscy odczuliśmy niesamowitą ulgę - wspomina Mirek.

U Piotrka, co prawda, pojawiła się infekcja, ale skończyła się jednodniową gorączką. Nie było mowy o kilkutygodniowym kaszlu, dusznościach. Potem nadeszła jesień i zima - zwykle kolejny trudny okres niekończących się infekcji. Ku ich zaskoczeniu infekcje, owszem, pojawiały się, ale trwały trzy, cztery dni. Nawet katar trwał mniej niż siedem dni. Podczas szkolnego ataku grypy Piotrek był w nielicznej gromadce dzieci, które chodziły do szkoły. Przestały mu też puchnąć ręce na mrozie.

- Osobom, które opacznie rozumieją wpływ Alveo na podniesienie odporności, tłumaczymy, że nie chodzi o to, żeby wcale nie chorować, bo reagując na infekcje nasz organizm uodparnia się na różne drobnoustroje. Chodzi o to, że umiemy się bronić przed chorobami,

chorujemy krócej i nie mamy tak silnych objawów - tłumaczy Ewa. Jest jeszcze jedna pozytywna zmiana; chłopcy mają więcej siły, są bardziej wytrzymali. Na rowerach, podobnie jak tata, mogą pokonywać długie trasy, nie męcząc się tak, jak kiedyś. Piotrek zaczął regularnie biegać - może pokonać dystans nawet kilku kilometrów, a wcześniej czuł się zmęczony po 500-600 m. W ubiegłe wakacje, podczas wyprawy z dziadkami w góry, chłopcy bez problemu sforsowali ostry szczyt.

- Nigdy tego nie zapomnę. W pewnym momencie spojrzałam na Piotrka z lękiem, sądząc, że jak kiedyś, zaczyna się dusić. On tymczasem spokojnie przyznał, że zwyczajnie jest zmęczony. Odetchnęłam z ulgą - wspomina Ewa. Ataki duszności ustąpiły całkowicie, a chłopcy nareszcie mogą jeść potrawy przez tyle lat „zakazane”.



#### Spokój

Działanie preparatu odczuła też Ewa. Od wielu lat cierpiała na migreny, ataki zdarzały się cztery, pięć razy w miesiącu. Napady były tak silne, że nie pozwalały jej normalnie funkcjonować. Zdarzało się, że ból trwał przez trzy dni z drobnymi przerwami. Schemat się powtarzał; na kilka godzin przed atakiem odczuwała irracjonalny, niczym nieuzasadniony niepokój. Pojawiała się wówczas nadwrażliwość skóry - tak, jakby uległa poparzeniu słonecznemu. Zapach perfum, smażonej potrawy powodował silne mdłości. I jeszcze plamki przed oczami, najpierw drobne, potem coraz ciemniejsze. Wreszcie pojawiał się ból, zazwyczaj prawej strony czoła. Tak silny, że miała wrażenie, jakby od spodu ktoś naciskał jej oko. Potem wymioty.

Koszmar. Jeśli nie zdążyła na samym początku bólu położyć się i zasnąć albo zażyć w odpowiednim momencie leków, ból trwał cały dzień. Powodem było głównie niedospanie, ale jak spać, kiedy trzeba w nocy czuwać nad dziećmi? Ból pojawiał się po bardzo długiej podróży samochodem, po zjedzeniu niektórych pokarmów, np. pomarańczy.

- Gdziekolwiek jechałam, zabierałam ze sobą ketonal. Z jednej strony wiedziałam, że nie powinnam nadużywać tak silnych leków, bo to może mieć duże skutki uboczne, z drugiej lęk przed całonocnym cierpieniem był tak silny, że nie potrafiłam obejść się bez tabletki - opowiada Ewa.

Już w kwietniu, po trzech miesiącach picia Alveo, napady migreny praktycznie się nie zdarzały. Ewa przyznaje, że miewa bóle głowy, ale są sporadyczne i nieporównywalnie słabsze.

Mirek miał problem z jelitami, rozpoznawał u siebie początki wrzodziejącego zapalenia jelita grubego, na które chorowała jego mama.

Starał się stosować odpowiednią dietę, a jeśli to nie pomagało, zażywał leki. Teraz praktycznie nie ma potrzeby przyjmowania leków, a dolegliwości bólowe czy biegunki nie zdarzają się Alveo zaczął pić też ojciec Mirka. Bez przekonania, raczej za namową syna, dla towarzysztwa. Pierwszym symptomem przemiany w jego organizmie było wydalanie kamienia nerkowego, po sześciu tygodniach picia Alveo.

- Wiedzieliśmy o tym kamieniu już od trzech lat. Zaklinował się w lewym moczowodzie. Było dla nas wielkim zaskoczeniem, że organizm sam się go pozbył. W ten sposób tata uniknął operacji i nareszcie pozbył się też ataków bólu - mówi Mirek.

Gdy zaobserwowali efekty działania Alveo u siebie, zdecydowali się polecać preparat znajomym. Ewa pamięta, jak ktoś zapytał ją, gdzie dla niej jest granica między biznesem a zdrowiem. Doszła do wniosku, że oboje z mężem tej granicy nie widzą.

- I tak powinno być. Zaczęliśmy pić dla zdrowia, a efekty finansowe przyszły później - zapewnia Ewa.

- Gdyby ktoś dwa lata temu powiedział mi, że nasze życie tak bardzo się zmieni, nie uwierzyłbym, a jednak ... - dodaje Mirek.

• Anna Szulc