wprost.
NR 21 (36) CENA 10 ZŁ (W TYM 8% VAT)
2-8.10 2020 ISSN 0209-1747

Bitwa o łóżko



Gra planszowa ze świata snów



Wydawnictwo
NASZA KSIĘGARNIA

gry.nk.com.pl

sprzedaj.pl 89dd828872

Na początek



Szymon Krawiec
@SzymonKrawiec

Bitwa o łóżka

Niedawno w Toruniu chory na koronawirusa zmarł zanim udało się dla niego znaleźć miejsce na oddziale intensywnej terapii. Nie było dla niego łóżka w całym województwie kujawsko-pomorskim.

Parę dni temu media opisywały historię pacjenta z Włocławka. Poczuł się gorzej, więc poszedł do przychodni. Zrobiono mu prześwietlenie płuc. Wyniki

Ilustracja na okładce: Paweł Kuczyński

eprasa.pl 89dd828872

były na tyle niepokojące, że lekarz rodzinny wysłał go do szpitala do Włocławka. We Włocławku go nie przyjęli i odesłali do Lipna. Z Lipna do Rypina. Z Rypina znów do Włocławka. Tam po raz kolejny go nie przyjęli. Pojechał więc do szpitala zakaźnego w Bydgoszczy. Tam odesłali go do bydgoskiego centrum pulmonologii. Nie było dla niego miejsca. Pojechał więc do Grudziądza. W drodze zadzwonili z Bydgoszczy, że jednak miejsce się znalazło. Pacjent krążył tak między szpitalami dwa dni. Dzisiaj leży pod tlenem.

> *Najgorzej z wolnymi miejscami dla pacjentów chorych na koronawirusa jest* **NA ŚLĄSKU, MAZOWSZU, POMORZU,** *Lubelszczyźnie, w Kujawsko-Pomorskim i Łódzkiem.*

W Szpitalu Uniwersyteckim w Krakowie nie ma już miejsc na intensywnej terapii dla chorych na COVID-19. Dla pacjentów zakażonych koronawirusem zostało w sumie 14 łóżek. Tak źle jeszcze nie było.

eprasa.pl 89dd828872

Na początek

Dyrektor szpitala w Częstochowie: „Jesteśmy w przededniu niewydolności służby zdrowia”. Brakuje miejsc w szpitalach dla osób z COVID-19.

Zastępczyni dyrektora zakopiańskiego szpitala, Małgorzata Czaplińska: „Nie mamy miejsc dla chorych z koronawirusem”.

W całym województwie pomorskim jest tylko 10 łóżek z respiratorami dla pacjentów z COVID-19. Wszystkie są zajęte. Sytuacja jest dramatyczna. Nie ma, gdzie położyć pacjentów.

Ale zdrowotne problemy Polaków to nie tylko koronawirus. 300 osób każdego dnia umiera w Polsce z powodu raka. Tych danych w codziennych komunikatach Ministerstwo Zdrowia już nie podaje. W najnowszym numerze „Wprost” polecam tekst Katarzyny Pinkosz o zapaści w profilaktyce nowotworów. O tym, jak za dwa lata zobaczymy skutki epidemii strachu, która od początku towarzyszyła epidemii COVID-19.

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 89dd828872

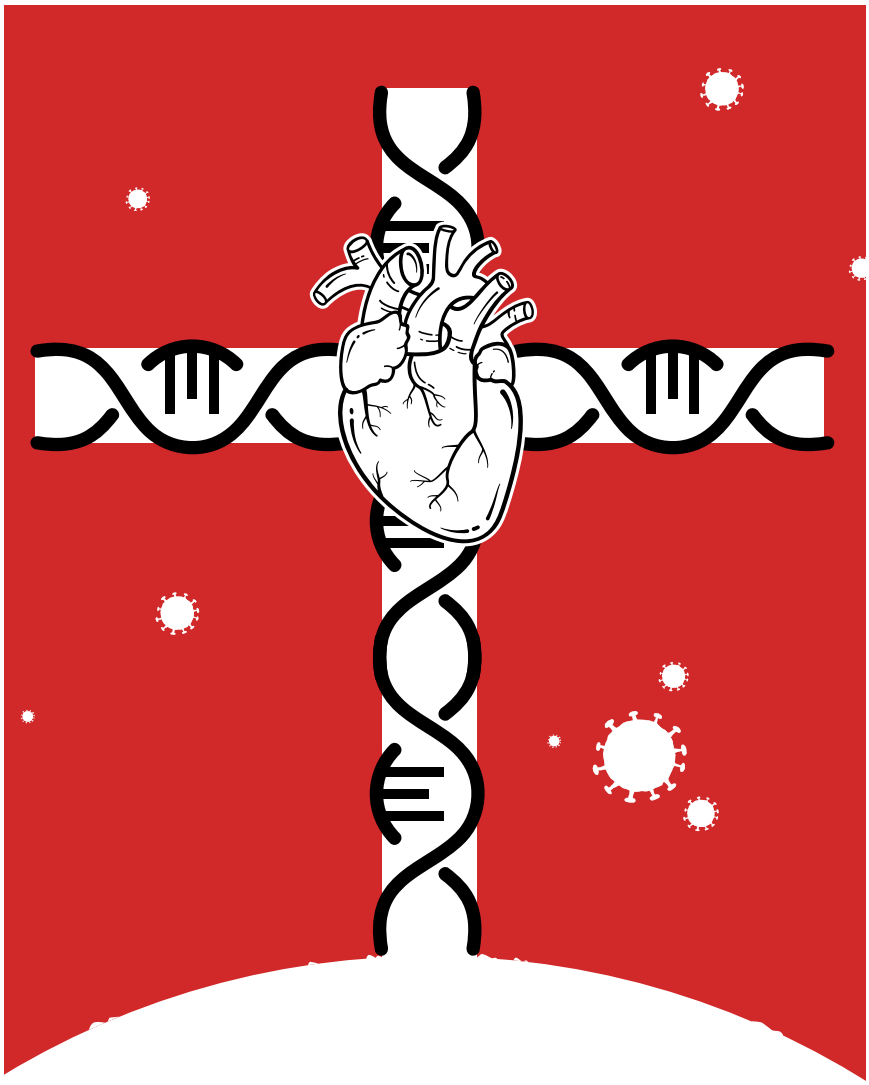
Credo: ***Tylko prawda jest ciekawa, piszemy o niej w p r o s t***



eprasa.pl 89dd828872

Nr 21 2-8 października 2020

Czytaj Wprost



72 EPIDEMIA STRACHU – KORONAWIRUS NIE JEST SAM

300 osób każdego dnia umiera w Polsce z powodu raka, ale takich danych codziennie nie podaje ministerstwo. Mamy zapaść w profilaktyce nowotworów, pacjentom nadal trudno dostać się do lekarza. Za dwa lata zobaczymy skutki epidemii strachu, od początku towarzyszącej epidemii COVID-19.

Fot. Shutterstock

KOLEJNE WYDANIE CYFROWEGO „WPROST" UKAŻE SIĘ W PIĄTEK O GODZ. 15. SZUKAJ NA WPROST.PL ORAZ WE WSZYSTKICH E-KIOSKACH ORAZ APLIKACJACH MOBILNYCH APP STORE I GOOGLE PLAY

eprasa.pl 89dd828872

12 **NIEDYSKRECJE PARLAMENTARNE**

KRAJ

22 **NIEPRAWIDŁOWOŚCI W KONFEDERACJI**



Konfederacja przyjmowała korzyści majątkowe o charakterze niepieniężnym, które przekroczyły dopuszczalny 1 proc. przychodu jej komitetu wyborczego. Choć sprawa budzi wątpliwości, PKW się nią... nie zajęła.

37 **JEST WYJŚCIE ZE ŚLEPEGO ZAUŁKA WOJNY Z LGBT**

Obóz rządzący mógłby zdjąć z Polski odium ksenofobicznego zaścianka, dręczącego mniejszości seksualne. Wystarczyłoby zalegalizowanie związków partnerskich.

49 **STARA GWARDIA PO W OPAŁACH**

W Platformie Obywatelsko wrze – PiS chce się dobrać do starszych liderów, młodzi szukaja nowej formuły, a nawet dopuszczają zmianę nazwy partii.

55 **BRONISŁAW KOMOROWSKI: JESZCZE NIE CZAS NA SANATORIUM**

Były prezydent Bronisław Komorowski z daleka przygląda się polityce. W rozmowie z „Wprost” tłumaczy, co Jarosław Kaczyński będzie robił w rządzie.

ZDROWIE

85 **TRUDNA JESIEŃ**

O tym, jak bardzo ministerstwo zdrowia nie przygotowało nas na jesienne uderzenie korona wirusa – mówi Andrzej Sośnierz.

Fot. Twitter

eprasa.pl 89dd828872

SPOŁECZEŃSTWO

101 **WOJNA TRWA**



– Ludzie nie są świadomi, że rak jest groźniejszy od koronawirusa – mówi dziennikarka Joanna Górska, która walczy z rakiem. W czasie choroby ważne jest wsparcie ukochanej osoby.

120 **DIETA A' LA WAŁĘSA. STUDIUM PORAŻKI**

Ostatni tydzień września, dla fanów Lecha Wałęsy był w mediach społecznościowych, jak odważne reality show w kilkudziesięciu odcinkach. Bez happy endu.

BIZNES

132 **NIE WSZYSCY ZAPŁACILI**

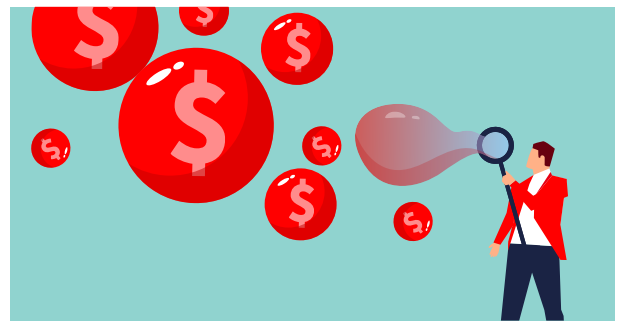
Według Polskiego Instytutu Ekonomicznego w 2018 r. wartość sztucznie wytransferowanych z Polski zysków firm to 17 mld zł.

140 **ZIMĄ OGRZEWANIE NIE POWINNO BYĆ DROŻSZE**

Po podwyżkach z przełomu ubiegłego roku w tym roku ceny nie muszą pójść w górę. Wszystko jednak rozegra się jesienią.

149 **PORADNIK PRZEDSIĘBIORCY**

Dlaczego bank odmawia ci restrukturyzacji?



Fot. Marta Rybicka, Shutterstock

eprasa.pl 89dd828872

ZAGRANICA

171 **CHIŃSKIE TAJEMNICE WATYKANU**

Im gorsze relacje między Watykanem i USA, tym papież Franciszek bardziej szuka porozumienia z Chinami.

185 **DEBATA TRUMP BIDEN TO APOGEUM DEMOKRACJI**

Starcie kandydatów na prezydenta USA pokazało, że wskoczyli ochoczo na falę prymitywnych zapasów w kisielu mediów społecznościowych.

192 **O CO TURCY I ROSJANIE WALCZĄ W KARABACHU**

Prezydent Erdogan jest obecnie w otwartym konflikcie z Putinem niemal na wszystkich polach. Konflikt nabrzmiał tak, że obie strony postanowiły upuścić sobie trochę krwi, wykorzystując stary spór Azerów i Ormian.



Fot. HANDOUT/AFP/East News

eprasa.pl 89dd828872

Czytaj Wprost

KULTURA

209 **PAMIĘĆ O PAMIĘCI**

Hanna Krall, królowa reportażu przygotowała nową książkę – jak zwykle znakomitą i jak zwykle intrygującą. Ważne wydarzenie, bo w towarzyszącym mu wywiadzie kategorycznie powiedziała: „nic nie muszę i nie napiszę nic więcej".

216 **TRUPY W SZAFIE**

Nowy serial o seryjnym mordercy, „Des", nie tylko celnie odbija brytyjskie społeczeństwo. Zostawia widzów z pytaniem, dlaczego tak bardzo ciekawią ich zbrodnie.

FELIETON

228 **MICHAŁ WITKOWSKI**

DODATEK

MEDYCYNA URODY



Fot. HBO

eprasa.pl 89dd828872

Niedyskrecje parlamentarne



Fot. 123RF

eprasa.pl/dd828872

To nieprawda, że...



Fot. 123RF

eprasa.pl 89dd828872

To nieprawda, że...





Joanna Miziołek
@JMiziolek

Eliza Olczyk

Już po kryzysie w Zjednoczonej Prawicy. Koalicjanci się dogadali, uśmiechnięci wystąpili razem na konferencji prasowej. Podobno mniejsi koalicjanci czyli Solidarna Polska Zbigniewa Ziobro i Porozumienie Jarosława Gowina wywalczyli bardzo dobre warunki dalszej współpracy. A nas dręczy

Fot. Arek Markowicz

eprasa.pl 89dd828872

jedno pytanie - czy teraz już ogon może kręcić psem? Czy też wcześniej wcale nie kręcił?

Ciekawe jest to, że posłowie PiS na razie nie wiedzą, co jest w porozumieniu koalicyjnym, zatem wbrew temu co powtarzają politycy Zjednoczonej Prawicy, nie jest ono zapięte na ostatni guzik. - Jest ustawa o bezkarności, ustawa o ochronie zwierząt wróci z Senatu, zobaczymy jak Ziobro się w tym wszystkim zachowa. Nie ulega wątpliwości, że zakręt był poważny, wydawało się, że Ziobro wyleci z rządu, a teraz wygląda na to że to Kaczyński się ugiął - komentuje polityk opozycji.

Z negocjacji z Jarosławem Kaczyńskim mniejsi koalicjanci mieli wyjść z tarczą. Jak ustalił „Wprost" - Zbigniew Ziobro i Jarosław Gowin wynegocjowali u prezesa PiS ustawowy podział subwencji dla partii. A to oznacza, że niebawem do Sejmu trafi ustawa o wtórnym podziale subwencji, bo w świetle obecnego prawa nie może się dzielić pieniędzmi

eprasa.pl 89dd828872

z koalicjantami, jeżeli startowali z listy partyjnej. - Sprytne gapy z tego Gowina i Ziobro - komentuje nasz informator. I dodaje, że w efekcie negocjacji koalicyjnych Zbigniew Ziobro, zaskakująco dużo sobie wywalczył jak na polityka, który wywołał kryzys koalicyjny.

Taka ustawa może być na rękę nie tylko Solidarnej Polsce i Porozumieniu ale także Wiośnie i Partii Razem, które choć współtworzą klub Lewicy, to muszą obejść się smakiem jeżeli chodzi o pieniądze budżetowe dla partii, bo te trzyma Włodzimierz Czarzasty, lider SLD. Ciekawe czy zechce się podzielić z Robertem Biedroniem i Adrianem Zandbergiem PIN-em do karty kredytowej?

Inny z naszych rozmówców twierdzi, że prezes PiS mógł jednym ruchem osłabić ministra sprawiedliwości odbierając z rąk Solidarnej Polski stanowisko Prokuratora Krajowego. - Gdyby Bogdana

eprasa.pl 89dd828872

Święczkowskiego na tym stanowisku zastąpił ktoś z PiS Ziobro byłby bezzębny - opowiada nasz rozmówca.

W PiS pojawiły się pogłoski, że Jarosław Kaczyński wycofuje się z pomysłu, by Mateusz Morawiecki został pierwszym wiceprzewodniczącego PiS na jesiennym kongresie partii. To by oznaczało, że pozycja premiera będzie bardzo słaba, szczególnie gdy prezes PiS wejdzie do rządu, o czym ciągle się słyszy.

Zabawną anegdotę o Jarosławie Gowinie opowiedział nam polityk Zjednoczonej Prawicy. - Kiedy do Gowina ostatnio podchodzą ludzie na ulicy i mu gratulują, albo złorzeczą, choć tych ostatnio jest zdecydowanie mniej, to Jarek jest zdezorientowany, bo nie wie, czy ci wyborcy, to zwolennicy PiS czy opozycji. - Wszystko przez manewr z majowymi wyborami, z powodu którego zasłużył się opozycji, a naraził PiS - śmieje się polityk Zjednoczonej Prawicy.

eprasa.pl 89dd828872

Tymczasem u największej partii opozycyjnej bez zmian - kroczy od porażki do porażki. Pięknie ilustruje to historia wotum nieufności dla ministra sprawiedliwości Zbigniewa Ziobro, jakie Borys Budka postanowił złożyć w Sejmie, korzystając z kryzysu w obozie rządzącym. - Posłowie Platformy Obywatelskiej masowo odmawiali podpisania się pod tym wnioskiem. Początkowo podpisanych było tylko 12 osób - opowiada nam polityk Platformy Obywatelskiej. I twierdzi, że na ostatniej Radzie Krajowej PO pomysł Budki został powszechnie skrytykowany.

W to zresztą nietrudno uwierzyć skoro już w ubiegłym tygodniu publicznie skrytykował ten pomysł marszałek Senatu Tomasz Grodzki z PO. O ironicznym wpisie Donalda Tuska, że opozycja nie powinna pomagać rządzącym gdy popełniają błędy, nie wspominając. - Ten wniosek nie jest taki zły jak się wydaje tylko uzasadnienie jest kiepskie - mówi

eprasa.pl 89dd828872

polityk KO. - Jeżeli to dobrze rozegramy, to możemy pokazać parę skandalicznych rzeczy, które się wydarzyły w ministerstwie sprawiedliwości - przekonuje nasz rozmówca.

Ale żeby nie było tylko źle o Platformie Obywatelskiej, to nasi informatorzy donoszą, że na Radzie Krajowej doszło do przełomu. - Po raz pierwszy od kilku lat pozwolono ludziom zadawać pytania członkom władz partii. Odpowiadali na nie: Tomasz Siemoniak, Borys Budka i Rafał Trzaskowski. Choć ten ostatni z samochodu, bo jak zwykle mu się spieszyło i jechał do Białegostoku. Ludzie zarzucali władzom, że nie interesują się partią w regionach, a tam struktury PO się sypią, działacze odchodzą - relacjonuje polityk PO, obecny na Radzie Krajowej.

Wybór Cezarego Tomczyka na szefa klubu w Platformie Obywatelskiej specjalnie nie był zaskakujący. Za to niektórych zadziwił wynik jaki

eprasa.pl 89dd828872

Tomczyk osiągnął. - Grzegorz Schetyna wiedział, że jego kandydatka, Urszula Augustyn, nie wygra starcia z Tomczykiem, ale nawiąże równorzędną walkę i w ten sposób zasygnalizuje Budce, że wciąż spora część ludzi w partii popiera byłego lidera. Tak się jednak nie stało, bo Tomczyk zdecydowanie wygrał walkę o stanowisko, w propozycji dwa do jednego - opowiada polityk Platformy Obywatelskiej.

Ciekawe jest dlaczego Borys Budka postawił właśnie na tego byłego rzecznika rządu Ewa Kopacz. Otóż poseł Koalicji Obywatelskiej twierdzi, że stało się tak dlatego, iż Rafał Trzaskowski forsował na to stanowisko Sławomira Nitrasa, do którego ma zaufanie. - Budka nie chciał popierać tego samego kandydata co Trzaskowski, stąd wziął się Tomczyk - mówi poseł. I dodaje: „Zobaczymy jak Tomczyk sobie poradzi. Autorytetu specjalnie nie ma, w partii zarzucają mu, że zawodowo nie robił niczego poza byciem posłem, że jego wypo-

eprasa.pl 89dd828872

wiedzi dla mediów są płytkie, pozbawione głębszej myśli, ale jest sprawny zatem może dać sobie radę.”

W promowanie Urszuli Augustyn na stanowisko szefowej klubu KO mocno zaangażowały się też posłanki Platformy m.in. Małgorzata Kidawa-Błońska i Iwona Śledzińska-Katarasińska. - Uznały, że najwyższy czas aby kobieta została szefową klubu i nie mogą się pogodzić z porażką - mówi polityk KO.

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 89dd828872

Kraj



NIEPRAWIDŁOWOŚCI W KONFEDERACJI

Fot. Twitter

Konfederacja **PRZYJMOWAŁA KORZYŚCI MAJĄTKOWE O CHARAKTERZE NIEPIENIĘŻNYM**, *które znacząco przekroczyły dopuszczalny 1 proc. przychodu jej komitetu wyborczego. Choć sprawa budzi wiele wątpliwości, Państwowa Komisja Wyborcza się nimi... nie zajęła. A do końca września Komisja ma ocenić kolejne, roczne sprawozdanie finansowe partii. Zważywszy na informacje, do których dotarliśmy, może ono jednak zostać odrzucone. To oznaczałoby dla Konfederacji utratę 6,8 mln zł rocznie z subwencji.*



Tekst: **Marcin Dobski**

eprasa.pl 89dd828872

Temat dotyczy kampanii przed wyborami do Sejmu i Senatu, które odbyły się 13 października ubiegłego roku. Z uchwały Państwowej Komisji Wyborczej z 7 lipca 2020 r. wynika, że mimo drobnych uchybień, Komisja postanowiła przyjąć sprawozdanie finansowe komitetu wyborczego Konfederacji. Nieprawidłowości są jednak znacznie większe, a Komisja, choć miała o nich wiedzę, nie pochyliła się nad nimi. „Wprost" postanowił przyjrzeć się sprawie. Co ciekawe, decyzja PKW została ogłoszona między pierwszą a drugą turą wyborów prezydenckich, gdy kandydaci PiS i Koalicji Obywatelskiej zabiegali o poparcie wyborców Krzysztofa Bosaka, jednego z liderów Konfederacji.

Duża skala nieprawidłowości

Na czym polega problem? Chodzi o setki wpisów w mediach społecznościowych (Twitter, Facebook, YouTube),

eprasa.pl 89dd828872

na profilach partii Wolność (aktualnie KORWiN) i Ruchu Narodowego, które dotyczą promocji kandydatów do parlamentu, zachęcają do zbiórki podpisów, a także zawierają prośby o finansowanie KW Konfederacja Wolność i Niepodległość. Kolejne wątpliwości to posługiwanie się w kampanii materiałami wyborczymi z wyborów do Parlamentu Europejskiego (wtedy komitet nazywał się Konfederacja KORWiN Braun Liroy Narodowcy). A także użyczanie lokali Konfederacji – przez Wolność i RN – bez stosownej umowy (partie nie startowały jako koalicja). Lekko licząc, jest to przynajmniej kilka razy więcej niż dopuszczalny 1 proc. przychodu komitetu. KW Konfederacja WiN uzbierał dokładnie 1 729 900,00 zł. Zatem korzyści majątkowe o charakterze niepieniężnym, które mogła przyjąć to niewiele ponad 17 tys. zł. Dodatkowo, wyżej wymienione korzyści, nie należą do tych dopuszczonych w przepisach.

eprasa.pl 89dd828872

> *Konfederacja tłumaczy się tym, że* **INNI TEŻ ŁAMALI PRZEPISY KODEKSU WYBORCZEGO,** *a partia nie ma kontroli nad promowaniem jej w innych kanałach niż opłaconych przez komitet. I nie może za to odpowiadać.*

– Zastosowanie przedstawionej logiki do rozliczenia sprawozdania finansowego musiałoby nieuchronnie prowadzić do odrzucenia wszystkich sprawozdań, a nie tylko sprawozdania Konfederacji – przekazał nam Michał Wawer, skarbnik Konfederacji.

To nieprawda. Świadczą o tym cytowane przez nas poniżej przepisy, które regulują takie sytuacje. A także skala ewentualnych naruszeń kodeksu wyborczego i okoliczności. Wolność (teraz KORWiN) i Ruch Narodowy to nieprzypadkowe podmioty, tylko partie zarządzane przez liderów Konfederacji: Janusza Korwin-Mikkego i Roberta Winnickiego, a liczba

eprasa.pl 89dd828872

wpisów może świadczyć o celowości tych działań. W przypadku innych komitetów/partii podobne nieprawidłowości, jeśli do nich dochodziło, nie przekroczyły 1 proc. kwoty przychodu. Komitet SLD miał przychód 8,7 mln zł, PSL blisko 8,5 mln zł, Koalicja Obywatelska ponad 30 mln zł, a PiS ponad 31 mln zł.

Kodeks wyborczy obala argumenty Konfederacji

Co mówią przepisy? Wystarczy zajrzeć do art. 507 kodeksu wyborczego, który dotyczy przekazywania i przyjmowania niedozwolonych wartości niepieniężnych. Brzmi on tak: „Kto, w związku z wyborami, udziela komitetowi wyborczemu lub przyjmuje w jego imieniu korzyść majątkową o charakterze niepieniężnym inną niż nieodpłatne usługi polegające na rozpowszechnianiu plakatów i ulotek wyborczych przez osoby fizyczne, pomocy w pracach biurowych udzielanej przez osoby fizyczne, wykorzystanie przedmiotów i urządzeń, w tym pojazdów mechanicznych, udostępnianych nieodpłatnie przez osoby fizyczne, nieodpłat-

eprasa.pl 89dd828872

ne udostępnianie miejsc do ekspozycji materiałów wyborczych przez osoby fizyczne nieprowadzące działalności gospodarczej w zakresie reklamy – podlega grzywnie od 1000 do 100 000 złotych".

Zacytowany fragment dotyczy osób fizycznych, a Wolność (obecnie KORWiN) i Ruch Narodowy to zarejestrowane osoby prawne. Z przepisu wynika też jasno, że – wbrew argumentom Konfederacji – odpowiedzialność spoczywa też na przyjmującym niedopuszczalne korzyści.

Ekspert: PKW ma podstawy do odrzucenia sprawozdania

PKW też miała tę wiedzę, ale nie poddała jej analizie, choć powinna rozważyć odrzucenie sprawozdania finansowego komitetu. Mamy potwierdzenie odbioru przez Komisję zestawienia z wszystkimi wątpliwościami, które jest datowane na 30 marca 2020 r. (uchwała została wydana 7 lipca). W swoim dokumencie, Komisja wskazuje tylko na korzyść majątkową o wartości 307,50 zł przyjętą przez komitet

eprasa.pl 89dd828872

Kraj



Państwowa Komisja Wyborcza podejmuje decyzję **W SPRAWIE CAŁOROCZNEGO SPRAWOZDANIA FINANSOWEGO KONFEDERACJI.** *Pozostają wątpliwości, które opisujemy.*

Fot. Twitter

eprasa.pl 89dd828872

z naruszeniem przepisów. „Przyjęcie przez Komitet tego typu korzyści majątkowych niewymienionych w art. 132 § 5 Kodeksu wyborczego, w przypadku Komitetu Wyborczego Konfederacja Wolność i Niepodległość stanowi, zgodnie z art. 144 § 1 pkt 2 Kodeksu wyborczego, uchybienie niepowodujące odrzucenia sprawozdania finansowego Komitetu, albowiem łączna wartość środków przyjętych przez ten Komitet z naruszeniem przepisów Kodeksu wyborczego nie przekroczyła 1% ogólnej kwoty jego przychodów" – czytamy w uchwale PKW z 7 lipca.

Nasze wątpliwości konsultowaliśmy z ekspertami z dziedziny finansowania partii politycznych oraz kampanii wyborczych, a także ze specjalistami od mediów społecznościowych i przeprowadzania w nich promocji produktów. – Stawka 100-200 zł za jeden post i tak jest stosunkowo niska, jak na warunki rynkowe. Trzeba byłoby sprawdzić, ile takich postów było i pomnożyć – mówi nam ekspert, który prosi o anonimowość. Dodaje, że w przypadku zewnętrznej firmy pojawiłaby się trudność związana

eprasa.pl 89dd828872

z dotarciem do odpowiedniej grupy docelowej, a „tu zostało to podane na talerzu".

Taka promocja trwała również po ogłoszeniu wyników wyborów do Sejmu i Senatu. Obejmowała również prawybory w Konfederacji, w których wyłoniono kandydata partii na wybory prezydenckie.

– Jeśli chodzi o wartości niepieniężne, w przypadku wykazania takich okoliczności, **PKW MA PODSTAWY DO ODRZUCENIA** *sprawozdania finansowego.*

Pozyskiwanie w ten sposób środków jest traktowane jako pominięcie funduszu wyborczego. W tym zakresie Sąd Najwyższy jest jednoznaczny i podtrzymuje takie stanowisko PKW (ewentualne odrzucenie sprawozdania-red.) – mówi „Wprost" prof. Mariusz Bidziński z SWPS. – Są przesłanki, a Komisja powinna jedynie oszacować skalę tej promocji – dodaje ekspert, który zajmuje się zawodowo tematyką finansowania partii i kampanii wyborczych.

eprasa.pl 89dd828872

Konfederacja mogła naruszyć szereg przepisów kodeksu wyborczego, co byłoby wystarczającą przesłanką do odrzucenia jej sprawozdania finansowego. Art. 144. – [Badanie i ocena sprawozdania finansowego]: „odrzuca sprawozdanie w przypadku stwierdzenia": „e) przyjęcia przez komitet wyborczy partii politycznej albo koalicyjny komitet wyborczy korzyści majątkowych o charakterze niepieniężnym z naruszeniem przepisu art. 132 § 5". Zaś Art. 132 § 5. brzmi: „Komitetom wyborczym nie wolno przyjmować korzyści majątkowych o charakterze niepieniężnym, z wyjątkiem: nieodpłatnego rozpowszechniania plakatów i ulotek wyborczych przez osoby fizyczne; pomocy w pracach biurowych udzielanej przez osoby fizyczne; wykorzystania przedmiotów i urządzeń, w tym pojazdów mechanicznych, udostępnianych nieodpłatnie przez osoby fizyczne; nieodpłatnego udostępniania miejsc do ekspozycji materiałów wyborczych przez osoby fizyczne nieprowadzące działalności gospodarczej w zakresie reklamy".

eprasa.pl 89dd828872

Drugie podejście PKW

Do końca września PKW podejmie decyzję w sprawie całorocznego sprawozdania finansowego Konfederacji. Pozostają wątpliwości, które opisujemy. – Nic nie wskazuje, by pozytywne rozpatrzenie sprawozdania było w jakikolwiek sposób zagrożone – uważa skarbnik Konfederacji, Michał Wawer. Zamieszczamy obszerne wyjaśnienia skarbnika partii:

„Odnosząc się do merytorycznej strony Pańskiego zapytania, zwracam uwagę, że KW Konfederacja Wolność i Niepodległość oraz partia polityczna Konfederacja Wolność i Niepodległość nie miały żadnej kontroli nad promocją swoich materiałów w kanałach i mediach innych niż te, które zostały opłacone ze środków komitetu lub partii Konfederacja – w tym na kanałach wymienionych przez Pana partii politycznych. Komitet ani partia nie mogą odpowiadać za to, że podmiot trzeci bez wiedzy i zgody komitetu/partii prowadzi działania promujące Konfederację (niezależnie, czy jest to inna partia polityczna, czy

eprasa.pl 89dd828872

dowolny inny podmiot, np. indywidualny wyborca). Ani przepisy prawa, ani dotychczasowa linia orzecznicza sądów, ani interpretacje przyjęte przez Państwową Komisję Wyborczą nie widzą w tego typu sytuacji podstawy do odrzucenia sprawozdania finansowego. Nie widzę też przesłanek, by sytuację Konfederacji uznać za »precedensową« w jakikolwiek sposób.

Patrząc realistycznie, każdą większą partię można by uznać za »promowaną« w ten sposób przez cały czas w mediach społecznościowych, mediach tradycyjnych, a nawet w rozmowach prywatnych, przez setki tysięcy lub miliony osób (a w wielu wypadkach także i przez inne partie polityczne – np. wzajemna promocja w układach politycznych Solidarna Polska-Porozumienie-PiS, SLD-Wiosna-Razem, partie wchodzące w skład Koalicji Obywatelskiej). Próby wliczania równowartości tego typu »promocji« do wydatków wykazywanych w sprawozdaniu prowadziły by do absurdalnych rezultatów. Zastosowanie przedstawionej przez Pana Redaktora logiki do rozli-

eprasa.pl 89dd828872

czenia sprawozdania finansowego musiałoby nieuchronnie prowadzić do odrzucenia WSZYSTKICH sprawozdań, a nie tylko sprawozdania Konfederacji".

Decyzja PKW między turami, wyborcy Bosaka za Dudą

9 września zapytaliśmy Komisję o powyższe wątpliwości. Zwróciliśmy też uwagę na fakt, że powinny być one uwzględnione przy ocenie rocznego sprawozdania finansowego Konfederacji. Do czasu publikacji nie otrzymaliśmy odpowiedzi na nasze pytania.

Co warto podkreślić, uchwała Komisji dotycząca sprawozdania komitetu została opublikowana między pierwszą a drugą turą wyborów prezydenckich. Był to gorący okres, w którym walczący o prezydenturę Andrzej Duda i Rafał Trzaskowski, zabiegali przede wszystkim o głosy wyborców Krzysztofa Bosaka, które według komentatorów miały przesądzić o czyjejś wygranej. Przed pierwszą turą mówił on, że nie poprze kandydata PO.

eprasa.pl 89dd828872

W rozmowie z Robertem Mazurkiem w RMF FM, przed drugą turą, zostało mu to przypomniane. Wówczas kluczył, ale w końcu powiedział: – Ja zdania nie zmieniłem, ja po prostu odmawiam powtórzenia go, bo nie chcę żeby moje wypowiedzi były wykorzystywane przez polityków, z któregokolwiek sztabu – powiedział Bosak. Zostało to odebrane jako ciche poparcie Andrzeja Dudy. Ostatecznie – według sondażu Ipsos dla TVP, TVN i Polsat – 51,5 proc. z 1 317 380 wyborców Bosaka zagłosowało na Andrzeja Dudę, a 48,5 proc. sympatyków kandydata Konfederacji – na Rafała Trzaskowskiego.

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 89dd828872



JEST WYJŚCIE ZE ŚLEPEGO ZAUŁKA WOJNY Z LGBT

Fot. Shutterstock

eprasa.pl 89dd828872

Obóz rządzący mógłby zdjąć z Polski odium ksenofobicznego zaścianka, dręczącego mniejszości seksualne. Wystarczyłoby **ZDOBYĆ SIĘ NA ZALEGALIZOWANIE ZWIĄZKÓW PARTNERSKICH**. *Nie byłoby to żadne schlebianie radykalnej lewicy, tylko gest chrześcijańskiego miłosierdzia wobec bliźnich i wyraz typowo konserwatywnej troski o elementarną ludzką przyzwoitość.*



Tekst: **Jakub Mielnik**

Wielkich polityków poznaje się po śmiałych ruchach, idących często w poprzek oczekiwań ich zwolenników. Jeśli prezes Jarosław Kaczyński jest takim wizjonerem, za jakiego uchodzi, to na takie właśnie gest powinien się zdobyć w tej beznadziejnej wojnie, ubranej w hasło LGBT.

eprasa.pl 89dd828872

Nie przynosi ona nic dobrego nikomu poza hałaśliwymi grupkami wojowniczych fanatyków po obu stronach barykady. Każdy z nich przekonany jest o swojej decydującej roli w manichejskiej walce dobra ze złem, przypisywanym oczywiście wyłącznie przeciwnej stronie.

Najlepiej o tym świadczy choćby niedawne ocenzurowanie przez „Gazetę Wyborczą" tekstu jej własnego autora. Piotr Głuchowski próbował wykazać absurdalność akcji gejowskiego aktywisty Barta Staszewskiego, rozpowszechniającego w sieci zdjęcia z własnoręcznie wykonanymi, wielojęzycznymi tabliczkami z niesławnym hasłem „Strefa wolna od LGBT". W dawnych, zamierzchłych czasach taki tekst na ważki i aktualny temat byłby pretekstem do rzeczowej, prasowej polemiki.

Dziś jest pretekstem do cenzury w gazecie, której ponoć nie jest wszystko jedno do tego stopnia, że 40 rocznicę podpisania Porozumień Sierpniowych upamiętnia wielkim wywiadem z głównym propagandystą stanu wojennego, Jerzym Urba-

eprasa.pl 89dd828872

nem. Piszę to bez złośliwej satysfakcji, raczej ze smutkiem.

Bo jak tu cieszyć się z kolejnego przypadku represyjnych, plemiennych zachowań w obozie, szczycącym się swoją liberalną otwartością i tolerancją? Pycha jak zwykle kroczy przed upadkiem.

Łatwo zrzucać przy okazji takich zarzutów winę za własne grzechy na przeciwników. Szczególnie, że ci sami się chętnie podkładają. Wystarczy poczytać sprzyjające władzy media czy pooglądać TVP.

Szczujnia nie popłaca

Prowokacyjne działania aktywistów LGBT nie biorą się przecież z próżni. Władza spotyka się z reakcją na cyniczne wykorzystywanie tematu mniejszości seksualnych do politycznych rozgrywek. Nie da się niczym innym jak politycznym cynizmem wytłumaczyć paskudnych w swoim wydźwięku wypowiedzi członków sztabu wyborczego Andrzeja Dudy. Dziś o tej sprawie w Pałacu jakby ciszej, szlam został przykryty pałacowymi dywanami. Prominentni politycy

eprasa.pl 89dd828872

prawicy głośno zapewniają, że prawa mniejszości seksualnych nie są w Polsce naruszane, bo konstytucja gwarantuje wszystkim równość.

Trzeba by to jeszcze powiedzieć pryszczatym fanatykom z kółek różańcowych, którzy

> *cyniczne wyborcze gierki potraktowali śmiertelnie poważnie, jako* **WEZWANIE DO ŚWIĘTEJ WOJNY** *z seksedukatorami i całą resztą agentów cywilizacji śmierci.*

Równościowe zapewniania części rządzących do nich jednak nie trafiają, bo większy posłuch mają politycy, którzy z trądzikiem nie mają już problemów, za to widzą w szczuciu na LGBT swoją wielką szansę na zwiększenie wpływów i stanu posiadania.

Wojna z góry przegrana

Słyszymy od kilku dni, że Naczelnik Państwa, najwybitniejszy strateg, jakiego dała nam nasza młoda demokracja, wziął się na poważnie za wyduszanie

eprasa.pl 89dd828872

takich cynicznych graczy. Że polska prawica wreszcie wypływa na szerokie wody nowoczesności, odstawiając na boczny tor bogoojczyźniany zaścianek i małomiasteczkowych, zakompleksionych frustratów. Są poważne oznaki, że tak się dzieje, co widać choćby po radykalnym zwrocie w polityce energetycznej, czy całkiem udanej w porównaniu do okoliczności polityce rządu na forum UE.

Jeśli tak jest w istocie, jeśli cywilizujemy demonizowany przez liberałów ciemnogród polskiej prawicy, to co stoi na przeszkodzie, żeby powrócić do pomysłu, który już przewijał się w poprzednich latach? Była przecież od czasu do czasu mowa o uregulowaniu prawnym związków partnerskich, zarówno tych jedno-, jak i dwupłciowych. Czy nie jest to niezbędne minimum, które można by wykonać, żeby wyrwać się z zaklętego kręgu oskarżeń o bycie średniowiecznym skansenem Europy?

Jasne, że nie zadowoli to radykałów żadnej ze stron. Margot i jej lub jego dziewczyny będą krzyczeć o ochłapach, rzucanych przez faszystowską prawicę

eprasa.pl 89dd828872

nękanej mniejszości. Pryszczaci rycerze Niepokalanej i posłowie tradycjonaliści będą dławić się oskarżeniami o uleganie lewackiemu spiskowi i przegranej w cywilizacyjnej wojnie. I co z tego?

> *Jeśli wspiąć się na okopy Trójcy Świętej, usypane do obrony przez naporem cywilizacji śmierci, to widać zza nich, że* **TA WOJNA ZOSTAŁA JUŻ DAWNO PRZEGRANA.**

Przegrana dlatego, że dla doraźnych celów politycznych, ale także z powodu fanatycznego zacietrzewienia wyolbrzymiono do niebotycznych rozmiarów problem z definicji marginalny, bo dotyczący przecież nieznacznej mniejszości. Już dawno przeprosili się z tym czczeni na polskiej prawicy za ideowe pokrewieństwo konserwatyści brytyjscy czy republikanie w USA. Wynoszony przez polską prawicę pod niebiosa Donald Trump jest tutaj najlepszym przykładem.

eprasa.pl 89dd828872

Koniec dogmatów

Nie mam złudzeń, żeby polski obóz rządzący poszedł śladem brytyjskiej Partii Konserwatywnej czy niemieckiej CDU, legalizując małżeństwa jednopłciowe z prawem do adopcji dzieci. Politycznie byłoby to samobójstwo w ciągle tradycyjnym jednak kraju.

Pamiętajmy jednak, co się stało, gdy sztab Dudy, intencjonalnie, czy też, jak się twierdzi, przypadkiem zaczął szermować rzekomym homoseksualnym zagrożeniem. Wyborcy się zatrzymali a nawet wręcz wycofali, wyczuwając niestosowność tak cynicznych zagrań. Mitologizowana przez liberalnych radykałów jako bastion zaprzaństwa polska prowincja nie jest najwyraźniej tak straszna, jak się ją maluje. Jest więc pole do manewru dla Naczelnika, sygnalizującego przez swoich akolitów chęć budowy polskiej wersji CDU – wielkiej ludowej partii, zdolnej nie tylko bazować na tradycjonalistycznym twardym elektoracie, ale także przyciągać wyborców liberalnych i przez to rządzić praktycznie w nieskończoność.

eprasa.pl 89dd828872

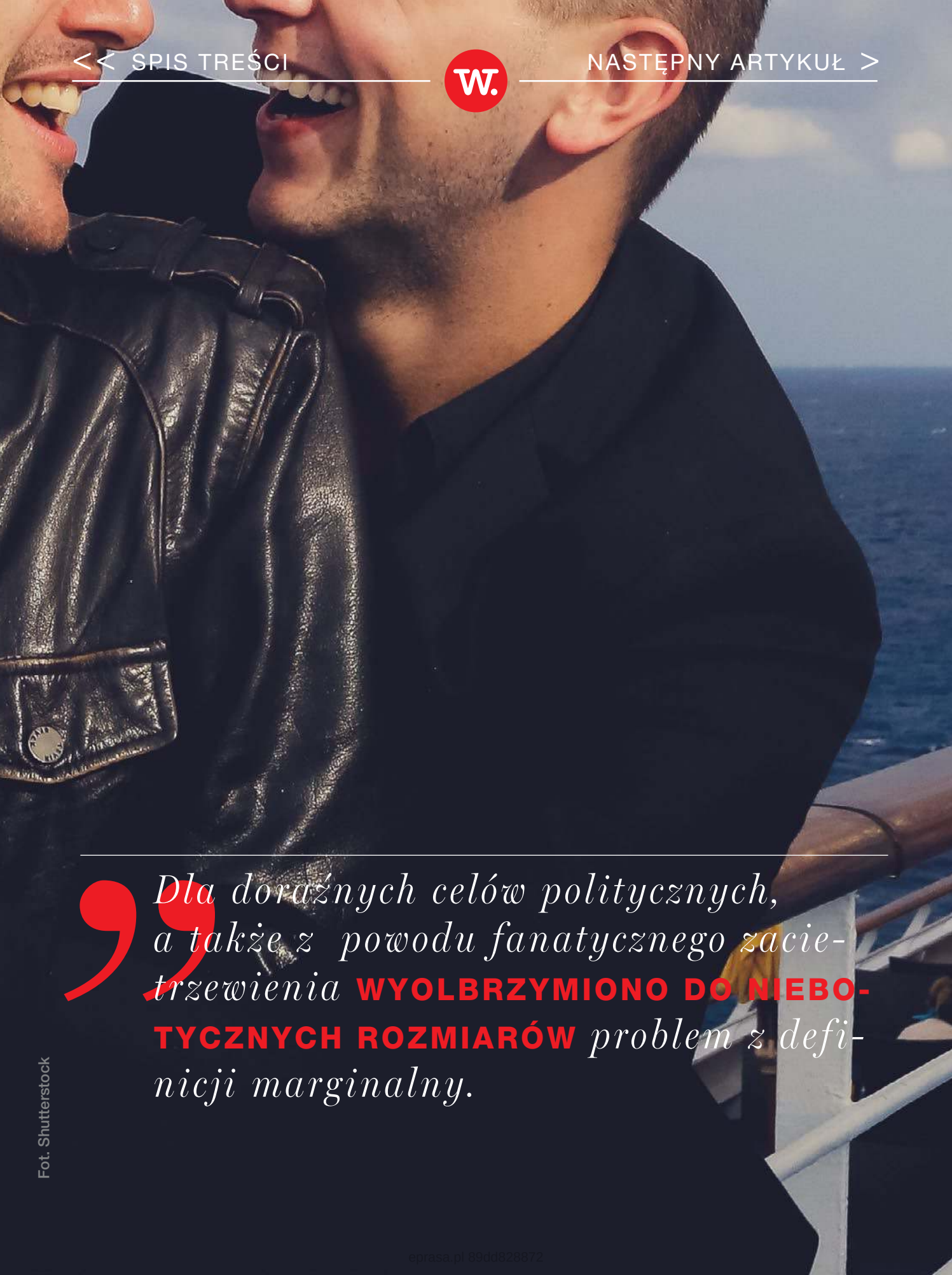
PiS idzie w te stronę, próbując z jednej strony pacyfikować rozgrywającego obyczajowy fanatyzm Zbigniewa Ziobrę, z drugiej zrywając z obowiązującymi na prawicy dogmatami, mówiącymi, że zmiany klimatyczne to wymysły lewaków a węgiel to dar Boży i świetlana przyszłość Polski.

W tym długim marszu po kolejne kadencje zmiana dogmatyki w sprawie LGBT byłaby także bardzo pożądana.

Gdzie jest prezydent?

Wyobraźmy sobie taką inicjatywę ustawodawczą. Nie jest to przecież niemożliwe. Jarosław Kaczyński ostentacyjnie głosował przecież w poprzedniej kadencji za skierowaniem do prac w komisjach radykalnego projektu liberalizacji ustawy aborcyjnej, przeciwko któremu było wielu posłów liberalnej opozycji. Pamiętam te nagłówki w BBC: „Kaczyński poparł projekt ustawy aborcyjnej, odrzuconej przez opozycję". Po latach młotkowania świata informacjami o opresyjnych rządach katolickich konserwaty-

eprasa.pl 89dd828872



Dla doraźnych celów politycznych, a także z powodu fanatycznego zacietrzewienia **WYOLBRZYMIONO DO NIEBOTYCZNYCH ROZMIARÓW** *problem z definicji marginalny.*

Fot. Shutterstock

eprasa.pl 89dd828872

Dobicie opozycji

Mógłby to być projekt stworzony ze stuprocentowo konserwatywnych pozycji, pełen chrześcijańskiej miłości bliźnich, szacunku dla prawa i sprawiedliwości społecznej a także elementarnej ponoć na prawicy ludzkiej przyzwoitości. Byłoby przy tej okazji oczywiście wielkie larum, samozwańczy męczennicy przybijaliby się do krzyży. Kto wie, może nawet z zesłania wróciłby skazany przez Prezesa na infamię Antoni Macierewicz, by dodać trochę profetycznego blasku lamentom nad rychłym upadkiem świata, jaki znamy. Opozycja zawyłaby znów o rozpadzie koalicji, ale byłby to krzyk przedśmiertny. Inicjatywę PiS trzeba by było poprzeć, żeby nie narazić się na zarzut hipokryzji. Skutki byłyby gorsze niż przy innych finezyjnych manewrach Borysa Budki, układającego się z PiS w sprawie uposażeń poselskich, czy składającego wotum nieufności wobec Ziobry w chwili, gdy Kaczyński wykręcał mu ręce na plecach. Hałaśliwi radykałowie opozycję by porzucili z niesmakiem za

eprasa.pl 89dd828872

kolaborację, dającą jak zwykle za mało w stosunku do oczekiwań. Bardziej umiarkowani wyborcy być może uznaliby, że warto gdzie indziej niż dotąd lokować swoje sympatie, skoro prawica zaczyna dostrzegać potrzeby nie tylko swoje własne, ale i skrajnie przeciwnej strony.

Byłby to piękny scenariusz, zaświadczający o dojrzałości polskiej demokracji. Szkoda tylko, że może być zbyt piękny, żeby okazał się prawdziwy.

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 89dd828872



Fot. Robert Kowalewski / Agencja Gazeta, Wojciech Stróżyk/REPORTER, Krystian Maj / Forum

STARA GWARDIA PO W OPAŁACH

– W przypadku kampanii Kidawy na którą poszło prawie 8 milinów złotych **WSZYSTKIE DECYZJE PODEJMOWAŁ SŁAWOMIR NOWAK**. *Wielu w Platformie się zastanawia na co szły te pieniądze, z tego może być niezła afera – obawia się polityk PO.*



Tekst: **Joanna Miziołek**

W Platformie Obywatelskiej panuje przekonanie, że jedyne co mogłoby pogrążyć partię to duży skandal dotyczący starej gwardii PO. - Dziś kierownictwo PO zamarło. Nie ma pomysłów na nowe otwarcie, chce trwać w bezruchu, bo poparcie nie spada. A nie spada przez to, że Platforma jest największą partia opozycyjną wobec PiS-u. Popłoch w partii wzbudzają tylko doniesienia o kolejnych zatrzymaniach w sprawie Nowaka. Ludzie boją się, że pogrąży nas

eprasa.pl 89dd828872

tak duża afera, jak kiedyś SLD pogrążyła afera Rywina - mówi nasz informator. I twierdzi, że wstrząsem dla partii mogłoby być powiązanie wątpliwych interesów Sławomira Nowaka z Donaldem Tuskiem.

Budka boi się afery

– Nowak ma być dla PiS-u wyjściem na Tuska. Szukają czegoś na Donalda. Dlatego doszło do zatrzymań ludzi bliskich Tuskowi, takich jak były szef PKN Orlen. Poza tym sprawa dotyczy wręczania Sławomirowi Nowakowi korzyści majątkowych w czasie, gdy był on szefem gabinetu politycznego premiera Donalda Tuska oraz ministrem transportu i budownictwa w jego rządzie. Wszystkie drogi prowadzą do Tuska - twierdzi nasz rozmówca. Poza tym dziś politycy PO żałują, że pozwolili Sławomirowi Nowakowi kierować z zaplecza kampanią Małgorzaty Kidawy-Błońskiej.

- W przypadku kampanii Kidawy, na którą poszło prawie 8 milinów złotych wszystkie decyzje podej-

eprasa.pl 89dd828872

mował Sławomir Nowak. Wielu w Platformie się zastanawia na co szły te pieniądze, z tego może być niezła afera – obawia się polityk PO.

> *Według naszych informacji Borys Budka w związku z pojawiającymi się doniesieniami* **ZAMIERZA ODCIĄĆ SIĘ OD STAREJ GWARDII PO.**

– Budka widzi, że zaczyna się robić gęsto wokół byłych liderów Platformy: Nowaka, Tuska, być może niedługo Schetyny i chce to wykorzystać na swoją korzyść – słyszy się w Platformie. Przewodniczący partii zdaniem naszych rozmówców chce na tyle skutecznie odciąć się od dorobku swoich poprzedników, że poważnie rozważa zmianę nazwy ugrupowania. Zresztą na ostatniej radzie krajowej, na której wybrano na szefa klubu Cezarego Tomczyka, kandydata Borysa Budki, polityk umocnił swoją pozycję w partii.

eprasa.pl 89dd828872

Pozorowane ruchy Budki

A żeby pokazać, że różni się od swoich poprzedników, szef Platformy Obywatelskiej postanowił wykonywać pozorowane ruchy, które mają pokazać, że stawia na demokratyzację w partii. – Budka na radzie krajowej był otwarty na krytykę. Po raz pierwszy od kilku lat pozwolono ludziom zadawać pytania członkom władz partii. Odpowiadali na nie: Tomasz Siemoniak, Borys Budka i Rafał Trzaskowski. Choć ten ostatni z samochodu, bo jak zwykle mu się spieszyło i jechał do Białegostoku. Ludzie zarzucali władzom, że nie interesują się partią w regionach, a tam struktury PO się sypią, działacze odchodzą – relacjonuje polityk PO, obecny na Radzie Krajowej.

Nasz informator twierdzi, że otwarcie się na krytykę kierownictwa ze strony działaczy jest jedynie elementem politycznej gry ze strony Borysa Budki. – W tej sposób Budka chce pokazać, że pod jego przywództwem w PO dochodzi do debaty, a wcześniej za czasów Schetyny panował zamordyzm –

eprasa.pl 89dd828872

twierdzi. I przekonuje, że przewodniczący Platformy Obywatelskiej zamierza całkowicie zmarginalizować byłego lidera. – Jeśli rozwój epidemii nie powstrzyma wyborów PO w regionach, to Budka wytnie w nich wszystkich ludzi Schetyny. A ten ruch dokończy odmłodzenie partii, bo Schetyna jest ostatnim liderem PO ze startej gwardii – kwituje nasz rozmówca.

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 89dd828872

BRONISŁAW KOMOROWSKI: JESZCZE NIE CZAS NA SANATORIUM



Fot. Andrzej Sidor / Forum

eprasa.pl 89dd828872

Były prezydent Bronisław Komorowski spędza ostatnie miesiące z dala od Warszawy. Jak mówi, ucieka przed koronawirusem do swojego domu nad Czarną Hańczą i ma więcej czasu dla rodziny. Z daleka też przygląda się polityce. W rozmowie z „Wprost" tłumaczy, co Jarosław Kaczyński będzie robił w rządzie, kto wyszedł najbardziej poobijany z kryzysu w koalicji rządzącej, **PRZESTRZEGA PO PRZED KOLEJNYMI BŁĘDAMI** *oraz zdradza, czy kupiłby żonie futro.*



Rozmawiała **Agnieszka Niesłuchowska**

Jarosław Kaczyński wchodzi do rządu jako wicepremier i ma stanąć na czele komitetu bezpieczeństwa, by kontrolować kluczowe resorty – sprawiedliwości, obrony narodowej i spraw wewnętrznych. Spore zaskoczenie?

eprasa.pl 89dd828872

Przypomina mi się taki cytat z powieści „Lampart” Giuseppe Tomasi di Lampedusa: „Czasem trzeba wiele zmienić, żeby nic się nie zmieniło”. Prezes PiS ma od lat władzę nad rządem i premierem. Od teraz będzie ją sprawował jako wicepremier. To jakieś polityczne dziwactwo. Powstaną dodatkowe napięcia w rządzie. Ministrowie będą na posiedzeniu Rady Ministrów patrzyli nie na to, czy



Fot. Anna Rezulak / KFP/Reporter

Bronisław Komorowski

- historyk, w czasach PRL-u działacz opozycji demokratycznej (internowany w stanie wojennym). W latach 1991-2010 poseł na Sejm (był marszałkiem Sejmu VI kadencji). Wiceminister i minister obrony narodowej, Prezydent RP w latach 2010-2015.

eprasa.pl 89dd828872

Morawiecki kiwa głową na „tak”, ale jak kiwa głową Kaczyński. To mało zdrowe i niejasne. Normą jest to, że szef partii bierze pełną odpowiedzialność i tekę premiera. Tu – z niejasnych powodów – Kaczyński tego zrobić nie chce, woli tekę wicepremiera. Pan Morawiecki jako podwładny pana Kaczyńskiego po linii partyjnej będzie tylko formalnie jego szefem w rządzie.

Może chodzi o usprawnienie zarządzania bezpieczeństwem państwa?

Nie sądzę, bo gdyby faktycznie o bezpieczeństwo Polski chodziło, to w planowanym Komitecie znaleźliby się ministrowie od służb i spraw zagranicznych. Tu chodzi o utrzymania szczególnego nadzoru nad ministrem sprawiedliwości i prokuratorem generalnym, uzyskanie dodatkowej kontroli nad niesfornym Zbigniewem Ziobro i – co ważniejsze – nad prokuraturą krajową, która ostatnio bywała biczem nie tylko na opozycję, ale i dysponowała szczególną wiedzą i dowodami na szalbierstwa dokonywane przez polityków PiS. Kaczyński chce mieć kontrolę nad

eprasa.pl 89dd828872

dokumentami, które stawiają w złym świetle polityków PiS.

Na przykład?

Wiele afer utknęło w martwym punkcie. Sprawa Marka Chrzanowskiego, byłego szefa KNF, który złożył korupcyjną propozycję bankierowi Leszkowi Cz., sprawa budowy „dwóch wież”, gigantycznego wieżowca z korupcją w tle, który Kaczyński chciał postawić w Warszawie, czy bulwersujący temat finansów szefa NIK, Mariana Banasia. Prawdopodobnie operacja z ustawą o zwierzętach była zaplanowanym przez Kaczyńskiego działaniem na rzecz wywołania lekkiego kryzysu politycznego. Wywołał kryzys w koalicji, by postawić koalicjantów pod ścianą i przywrócić do uległości.

Co chciał w ten sposób osiągnąć?

Odwrócić uwagę opinii publicznej od narastającej pandemii, załamania gospodarczego, galopującej drożyzny, zagrożeń na rynku pracy a także – od roztrwonienia przez rząd 70 milionów złotych na wybory kopertowe.

eprasa.pl 89dd828872

Liczył pan na wcześniejsze wybory?

Nie. Przypominało mi to „grę w cykora". Polega ona na tym, że spragnieni doznań uczestnicy wsiadają do samochodów i ruszają pod prąd, pędząc na zderzenie czołowe. Założenie jest proste: słabszy, widząc nadjeżdżającego przeciwnika, skręca i ustępuje drogi. Ten o mocniejszych nerwach przejedzie prosto i wygrywa. Tak właśnie jechali Kaczyński z Ziobro. Z jedną różnicą – Kaczyński jechał ciężarówką, a Ziobro, małą osobówką.

Ziobro nie ugrał nic dla siebie? Przyznał pan na wstępie, że jako prokurator generalny, lider Solidarnej Polski ma asy w rękawie.

Sukces prezesa jest połowiczny. W rządzie pozostał Jarosław Gowin, którego Kaczyński chciał ukarać za odmienność w podejściu do majowych wyborów prezydenckich. Chciał go wymienić na Emilewicz i ostatecznie rozmontować Porozumienie, co też się nie udało. To samo było z Solidarną Polską, prezes PiS chciał odebrać ministerstwo a przede wszystkim prokuraturę, ale póki co nie ma tam mowy

eprasa.pl 89dd828872

o zmianach. Ta druga próba politycznej emancypacji Zbigniewa Ziobro skończyła się remisem. Trzecią próbę, moim zdaniem wygra Ziobro.

Kto wyszedł najbardziej poobijany?

Tu nie ma stuprocentowych wygranych ani przegranych.

> *Koalicja jako całość rozczarowuje coraz więcej swoich wyborców.* **UJAWNIAJĄ SIĘ PĘKNIĘCIA I KONFLIKTY WEWNĘTRZNE** *w sporze o stołki, szarpanina o to, kto ma więcej krewnych i znajomych w spółkach skarbu państwa.*

O dziwo, po tym wszystkim sondaże są łaskawe dla władzy. No, ale coś się wydarzyło. Mur władzy zaczyna się kruszyć.

Kto może być realną przeciwwagą dla rządów PiS?

Na konflikcie mogą skorzystać środowiska sąsiadujące z PiS – narodowcy Krzysztofa Bosaka, podbierając skrajnie prawicową klientelę PiS, a także Szy-

eprasa.pl 89dd828872

mon Hołownia, kierujący swój program do umiarkowanie konserwatywnych wyborców oraz PSL, które chce odzyskać wieś. Szarża Kaczyńskiego w sprawie zwierząt futerkowych i wołowiny hodowanej na eksport, wzbudziła zapewne dużą niechęć w mieszkańcach wsi.

Andrzej Duda głośno mówi, że zależy mu na polskich rolnikach. Wciąż jednak nie wiemy, jaką podejmie decyzję, gdy ustawa trafi na jego biurko.

Po takich deklaracjach wyborczych chyba powinien wkroczyć do gry. Nie może bezrefleksyjnie podpisać ustawy, która niesie sporo złych skutków ekonomicznych dla wsi. I choć została entuzjastycznie przyjęta w miastach, wywołuje złe skojarzenia na prowincji. Ale żeby się przeciwstawić Jarosławowi Kaczyńskiemu, prezydent musi mieć charakter. Obserwując go od pięciu lat i widząc jego relacje z prezesem, dostrzegam tu zasadniczą słabość. Pewnie więc jedynie zaznaczy, że ma dystans do problemu i wyśle ustawę do Trybunału Konstytucyjnego.

eprasa.pl 89dd828872

Hodowcy zwierząt futerkowych chcą iść do polityki. Powtórzą sukces Samoobrony sprzed lat?

Walczą o swoje interesy, ale jest ich za mało, by mogli stworzyć siłę polityczną. Nie mają innych postulatów programowych ani wizji Polski. Nie wróżę im sukcesu. Dziwi mnie jednak, że były premier Jarosław Kaczyński i obecny – Mateusz Morawiecki tak bezrefleksyjnie przechodzą do porządku dziennego nad ich dramatem utraty podstaw egzystencji. Przecież to tysiące rolników i przedsiębiorców. Ustawa zlikwiduje co najmniej 20% polskiego eksportu wołowiny. To problem większy niż fermy zwierząt futerkowych.

Jest pan zwolennikiem tej branży. Kupuje pan żonie futra?

Nie, bo to niemodne i drogie. Notabene w latach 70. skórka lisa kosztowała tyle, co miesięczna pensja nauczyciela. Dzisiaj jest już często bez wartości.

Ojciec Rydzyk, podobnie jak pan wspiera branżę futerkową. Zakonnik wielokrotnie mówił na antenie

eprasa.pl 89dd828872

Radia Maryja, że na zniszczeniu hodowców norek, skorzystają inne kraje. To chyba pierwszy raz, gdy mówicie jednym głosem?

Ja nikogo nie wspieram. Zwracam jedynie uwagę rządzącym na ekonomiczno-społeczne aspekty przyjętej ustawy. Chodzi też o ważenie racji – na przykład rolnictwa i ochrony środowiska. Jestem zwolennikiem rozwiązań kompromisowych. Radykalizm jest rzeczą zgubną w polityce. Trzeba mądrze poprawiać los zwierząt hodowlanych, dbając o los hodowców. Obywatele i wyborcy mają prawo do emocji, ale rządzący powinni dbać o racjonalność ekonomiczną wprowadzanych ustaw.

Jakie zapisy powinny pozostać w ustawie, a które należałoby wykreślić?

To zadanie parlamentu. Zresztą kto tę ustawę zna? Podobno posłom wrzucono ją w takim trybie, że nikt nie mógł jej dokładnie przeanalizować.

Wywodzi się pan z PO. Dziś słychać jednak coraz więcej krytycznych opinii o Platformie, nawet z jej środka.

eprasa.pl 89dd828872

Kraj



> *Swoje sympatie lokowałem zawsze w PO.* **WSPIERAŁEM TEŻ DĄŻENIE DO WSPÓŁPRACY** *wszystkich ugrupowań dzisiejszej opozycji demokratycznej.*

Fot. Andrzej Stok/Forum

eprasa.pl/89dd828872

PO została wybita z dobrego rytmu, w jaki weszła w czasie wyborów prezydenckich. Wysoki wynik Rafała Trzaskowskiego obudził nadzieje na lepsze, ale rytm został zakłócony przez parę wydarzeń – na przykład nieszczęsne głosowanie nad podwyżkami uposażeń polityków i awarię oczyszczalni ścieków „Czajka" w Warszawie. Z inicjatywą podwyżek wyszedł PiS, a jeśli chodzi o oczyszczalnię ścieków „Czajka", to decyzja o jej rozbudowie została podjęta za czasów, gdy prezydentem stolicy był Lech Kaczyński. Jednak obie sprawy mocno uderzyły w Platformę. A wracając do pytania to nadal pewne jest, że to PO pozostanie główną partią opozycyjną. Może to być jednak zbyt mało do wygrania z PiS.

Wyborcy odwrócą się od PO?

Duża część wyborców PO będzie lokowała nadzieje na zmiany nie tylko w Platformie, ale i w nowym ugrupowaniu Szymona Hołowni oraz w starym pomyśle na szerokie porozumienie partii opozycji demokratycznej. Trudno jednak liczyć,

eprasa.pl 89dd828872

by środowisko PO znalazło w sobie siłę przywrócenia tego, co było źródłem sukcesu w najlepszym jej okresie. Mam tu na myśli równowagę wewnętrzną między środowiskiem lewicowo-liberalnym a umiarkowanymi konserwatystami, do których również i ja należałem. Ta równowaga była źródłem największych sukcesów wyborczych PO w przeszłości.

Dlaczego?

Nastąpił przechył na lewo, będący następstwem rozpadu lewicy. Część polityków lewicy przeszła do PO (często są to zresztą bardzo wartościowe osoby), a za nimi poszli wyborcy. Zabrakło dociążenia prawej strony PO, tak aby została zachowana wewnętrzna równowaga. Ci bardziej prawicowi poszli do PSL, część odeszła z Gowinem, reszta się wykruszyła. Nie widzę dzisiaj determinacji ani chęci do wyrównania ideowych proporcji wewnątrz partii.

Polityka nie lubi próżni. Kto pozyska zniechęcony działaniami PO elektorat?

eprasa.pl 89dd828872

Szymon Hołownia, który wyraźnie celuje w środowiska umiarkowanie konserwatywne. Widać, że potrafi przyciągać uwagę ludzi, ale powinien odważniej formułować swój program by skuteczniej łowić wyborców.

Za trzy lata zagłosuje pan na Hołownię, jeśli w ogóle ta inicjatywa przetrwa?

Swoje sympatie lokowałem zawsze w PO. Zawsze też wspierałem dążenie do współpracy wszystkich ugrupowań dzisiejszej opozycji demokratycznej.

PO nie ma szczęścia do ludzi. Rafał Trzaskowski ma coraz więcej problemów w Warszawie. Po awarii w Czajce przyszły kolejne problemy. Warszawiacy zarzucają mu, że łupi kierowców, zwiększając w Warszawie ilość stref parkowania. Słusznie?

Prezydent każdego miasta może rozwiązywać problemy na miarę posiadanych środków. Rząd PiS pozbawił samorządy ogromnej części dochodów. Ponadto rząd przymusił je do wielkich wydatków z tytułu politycznych fanaberii władzy

eprasa.pl 89dd828872

na przykład reformy edukacji i likwidacji gimnazjów. Samorząd w Polsce znalazł się pod ścianą, więc trudno się dziwić, że szuka źródeł dochodów na przykład w systemie płatnego parkowania. Mieszkańcy Warszawy zapłacą więc nie tyle za decyzje władz miasta, ile za wcześniejsze decyzje rządu.

A może to zachęta, by warszawiacy przesiedli się na rowery?

Jest różnica między zachętą a wymuszeniem. Warszawa została zmuszona do niekorzystnych zmian. Jedni tłumaczą to ekologią, mówią o świeżym powietrzu i zdrowszym życiu, ale **PRAWDA JEST BRUTALNA - CHODZI O BRAK PIENIĘDZY.**

Pan się nie przesiądzie na rower?

Mam biuro pod górkę, w Śródmieściu. Jestem emerytem, mam swoje lata. Nie namówi mnie pani

eprasa.pl 89dd828872

ani na hulajnogę, ani rower. No chyba, że elektryczny. Rowerem jeżdżę u siebie na Suwalszczyźnie. Od marca chowam się tam przed koronawirusem, i tylko na dwa dni w tygodniu wracam do Warszawy.

Lech Wałęsa spędza ten czas w sanatorium. Pan też lubi tę formę relaksu?

Nigdy nie byłem w sanatorium. Póki mogę, preferuję aktywne formy odpoczynku. Życzę panu prezydentowi zdrowia i dobrego wypoczynku.

Nie odpowiada panu życie kuracjusza?

Póki co niekoniecznie. Na kąpiele borowinowe mam jeszcze czas. Zresztą obawiam się koronawirusa i zastanawiam się czy te ośrodki mogą teraz bezpiecznie funkcjonować?

Koronawirus pewnie panu pokrzyżował życie zawodowe i rodzinne.

Od marca jest trudniej, wiele wykładów odpadło, ciężko jest z wyjazdami zagranicznymi, co odczuwam finansowo. Częściowo rekompensuje to skutek uboczny pandemii – intensywniejsze

eprasa.pl 89dd828872

życie rodzinne. Przez parę miesięcy w moim domu nad Czarną Hańczą była cała rodzina plus trzy psy. Tam było miejsce pracy dzieci, które jak wiele osób wykonywały pracę zdalnie. Tam była też siłą rzeczy szkoła dla starszych wnucząt i przedszkole dla młodszych. Była też i jest nadal moja prawie 99-letnia mama. Czyli rodzina prawie w komplecie.

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 89dd828872

Zdrowie

EPIDEMIA STRACHU – KORONAWIRUS NIE JEST SAM



Fot. KKinal/Shutterstock

eprasa.pl 89dd828872

300 osób każdego dnia umiera w Polsce z powodu raka, ale takich danych codziennie nie podaje ministerstwo. Mamy **ZAPAŚĆ W PROFILAKTYCE NOWOTWORÓW**, *pacjentom nadal trudno dostać się do lekarza. Za dwa lata zobaczymy skutki epidemii strachu, od początku towarzyszącej epidemii COVID-19.*



Tekst: **Katarzyna Pinkosz**

Konferencja ministra Adama Niedzielskiego: kolejne informacje o wzroście liczby zakażonych koronawirusem, przebywających w szpitalu, pod respiratorem oraz o kolejnych obostrzeniach w strefach żółtych i czerwonych. Nie pada słowo o pacjentach kardiologicznych, onkologicznych, z chorobami płuc, cukrzycą. Minister obiecuje jednak wkrótce ogłosić „recovery plan": uzdrowienia systemu ochrony

eprasa.pl 89dd828872

zdrowia, poważnie zainfekowanego przez koronawirusa. – Wczoraj przyjęliśmy do szpitala 57-latka z dużym zawałem serca. Przez kilka dni miał bóle w klatce piersiowej, diagnozowane przez różnych specjalistów w ramach teleporad. Zalecali mu pozostanie w domu. W końcu trafił do nas z „przechodzonym zawałem" – opowiada prof. Piotr Pruszczyk, kierownik Kliniki Chorób Wewnętrznych i Kardiologii Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego. „Przechodzony zawał" oznacza powikłania, choćby w postaci niewydolności serca.

Lekarze, którzy zajmują się leczeniem nowotworów, chorób serca, cukrzycy, przewlekłych chorób płuc podkreślają: COVID-19 nie spowodował, że inne choroby przestały istnieć, choć uwaga systemu ochrony zdrowia jest dziś nakierowana na COVID, a chorzy na raka, choroby serca, płuc „przegrywają" w walce o uwagę. – Codziennie dowiadujemy się, ile osób jest zakażonych, ile osób zmarło z powodu COVID-19, ale minister zdrowia nie występuje na konferencji prasowej i nie mówi, że 300 osób dzien-

eprasa.pl 89dd828872

nie umiera z powodu nowotworów – mówi prof. Tadeusz Pieńkowski kierujący Kliniką Onkologii i Hematologii Szpitala Klinicznego MSWiA w Warszawie. Gdyby codziennie informować, jak chronić się przed nowotworami (jak to się robi w przypadku COVID-19) i gdzie badać się profilaktycznie, większości z tych 300 zgonów dziennie dałoby się uniknąć. – Epidemia nie zlikwidowała innych chorób, one nadal są, a wiele z nich stanowi większe zagrożenie dla życia niż potencjalne zakażenie wirusem – zaznacza prof. Pieńkowski.

Jeszcze przed epidemią COVID-19 eksperci podkreślali, że ze względu na starzenie się społeczeństwa, do Polski nadciąga tsunami chorób nowotworowych. Wygląda na to, że jego fala będzie znacznie wyższa z powodu opóźnień w diagnozowaniu i trudności w dostępie do lekarza.

Zawał i udar w domu

– W okresie lockdownu o 30 proc. spadła liczba leczonych ostrych zawałów serca – mówi prof. Adam

eprasa.pl 89dd828872

Witkowski, prezes Polskiego Towarzystwa Kardiologicznego. Być może zawałów serca w tym okresie faktycznie było nieco mniej (mniejszy smog z powodu lockdownu), jednak faktem jest, że pacjenci, obawiając się zakażenia koronawirusem, nie dzwonili na pogotowie, nawet przy ewidentnych objawach zawału. – Śmiertelność przy nieleczonym zawale wynosi 40 proc., jest ośmiokrotnie wyższa niż wtedy, gdy zawał jest leczony – zaznacza prof. Witkowski. Nawet, jeśli pacjent przeżyje zawał w domu, skutkiem jest np. postępująca niewydolność serca.

Pacjenci często nie dzwonili też po pogotowie przy „lżejszych" objawach udaru. Zaburzenia mowy, drętwienie jednej strony ciała można „przeczekać", tyle że skutki nieleczenia udaru to niepełnosprawność, której często nie da się cofnąć.

W okresie lockdownu szpitale odwoływały większość planowych operacji. – Aż o 70 proc. zmniejszyła się liczba wykonywanych planowych operacji kardiologicznych – potwierdza prof. Adam Witkowski. A przecież odwlekanie planowych operacji (na które

eprasa.pl 89dd828872

pacjenci czekali już wcześniej miesiącami) to pogorszenie stanu zdrowia.

Nie #Zostańwdomu z zawałem, udarem i rakiem

Pacjenci, którzy już wcześniej mieli rozpoznany nowotwór, w większości byli leczeni nawet w okresie lockdownu: onkolodzy od początku apelowali, że leczenie nie może czekać. Programy lekowe, chemioterapia i radioterapia w większości przypadków było kontynuowane.

Gorzej z nowymi pacjentami: hasło #Zostańwdomu i strach przed COVID-19 spowodowały, że pacjenci nie zgłaszali się na badania profilaktyczne. Wiele przychodni zamknęło się i przestało je wykonywać. Liczba wykonywanych mammografii dramatycznie spadła: w okresie od początku marca do końca sierpnia wykonano ich o połowę mniej niż w tym samym okresie 2019 roku (dane NFZ). Liczba wykonywanych cytologii zmniejszyła się aż o 60 proc. To już zapaść, zwłaszcza że jeszcze przed epide-

eprasa.pl 89dd828872

mią zgłaszalność do obu programów profilaktycznych była słaba. Spadła też liczba wystawianych nowych kart DILO (szybkiej diagnostyki onkologicznej). Wg danych NFZ liczba wystawianych kart przez lekarzy pierwszego kontaktu spadła o 11 proc., a przez specjalistów - o 7 proc.

> *Zamknięcie poradni i szpitali spowodowało* **DRAMATYCZNY SPADEK LICZBY WYKONYWANYCH BADAŃ** *tomografii komputerowej, wydłużyły się także terminy sporządzania opisów badań radiologicznych*

– obecnie wynoszą one nawet 3-4 tygodnie. Wszystko to będzie miało wpływ na opóźnienie w diagnostyce.

– Widząc, co się dzieje, razem z Ministerstwem Zdrowia zorganizowaliśmy akcję NIE #Zostańwdomu z Zawałem, by nakłonić pacjentów do dzwonienia do lekarza i do szpitala, jeśli są objawy zawału serca – mówi prof. Witkowski. Również onkolodzy nama-

eprasa.pl 89dd828872

wiają do leczenia i do wykonywania badań profilaktycznych. – Problem w tym, że gdy apeluję w telewizji, żeby iść się badać, to dostaję potem masę pytań: „No dobrze, ale gdzie mam iść, skoro lekarz nie przyjmuje” – przyznaje prof. Pieńkowski.

Diagnoza przez telefon

Teleporady i e-recepty w marcu/ kwietniu ogłoszono największym sukcesem okresu pandemii. Faktycznie, dzięki teleporadom wielu pacjentów otrzymało receptę bez wizyty w przychodni, co było bardzo przydatne w pierwszym okresie lockdownu. Jednak system teleporad (w wydaniu rozmowy telefonicznej, a tak to zwykle wygląda) sprawdza się tylko w niektórych przypadkach, np. gdy trzeba przedłużyć receptę. Gdy pacjent czuje się gorzej, ma niestabilne nadciśnienie tętnicze, duszność, bóle brzucha, a generalnie: pogorszenie stanu zdrowia, rozmowa przez telefon nie wystarczy. Lekarz powinien pacjenta zobaczyć i zbadać, bo często jest konieczna zmiana lub intensyfikacja leczenia. – W przypadku chorób płuc,

eprasa.pl 89dd828872

takich jak choćby przewlekła obturacyjna choroba płuc, teleporada to błądzenie po omacku, leczenie na ślepo. Gdyby chociaż była wideorozmowa, to lekarz mógłby pacjenta zobaczyć, a jak to zrobić przez telefon? – pyta prof. Adam Antczak, kierownik Kliniki Pulmonologii Ogólnej i Onkologicznej UM w Łodzi.

W wielu przychodniach dostanie się na wizytę osobistą nadal jest mocno utrudnione. – Mama miała duszność, przez telefon od pani z rejestracji usłyszałam, że lekarz nie jeździ na wizyty domowe; kazała mi dzwonić po pogotowie. Na pogotowiu usłyszałam, żeby szukać nocnej pomocy lekarskiej, bo to nie jest zagrożenie życia. Dzwoniłam po prywatnych przychodniach, w trzeciej udało mi się ubłagać lekarza, żeby przyjechał – opowiada p. Danuta. Okazało się, że konieczny jest pilny pobyt w szpitalu. – Przed epidemią COVID-19 lekarze wystrzegali się teleporad, ja nawet rodzinie nie chciałem tak wystawiać recept, bo to ogromna odpowiedzialność, zawsze uważam, że trzeba zobaczyć pacjenta, żeby go zdiagnozować – mówi dr Paweł Basiukiewicz, kardiolog z Oddziału

eprasa.pl 89dd828872

Kardiologicznego Szpitala Zachodniego w Grodzisku Mazowieckim

Pacjenci, którzy **NIE MOGĄ DOSTAĆ SIĘ DO LEKARZA** *na osobistą wizytę, coraz częściej skarżą się do Rzecznika Praw Pacjenta.*

– Już w czerwcu Rada Ekspertów przy Rzeczniku Praw Pacjenta apelowała, że system ochrony zdrowia musi być bardziej otwarty i przyjazny pacjentowi, a badanie przez lekarza nie może być zastąpione teleporadą. To my, lekarze, musimy wiedzieć, jak zorganizować bezpieczną poradę i ona musi się odbyć. Część wizyt zamienić na teleporady, ale nie kosztem jakości leczenia – mówi prof. Bogusław Samoliński, specjalista zdrowia publicznego i alergolog z Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego.

W najtrudniejszej sytuacji są starsi pacjneci, którzy nie wiedzą, gdzie zgłosić się o pomoc, gdy lekarz odmawia wizyty osobistej, a nie stać ich na wezwa-

eprasa.pl 89dd828872

nie lekarza prywatnie. Z ankiety przeprowadzonej w sierpniu na ponad 1100 osobach powyżej 60. roku życia wynika, że co trzeci starszy pacjent przerwał leczenie z powodu problemów z dostępem do lekarza (raport Krajowego Instytutu Gospodarki Senioralnej).

Choroby bardziej zaawansowane

– Przychodnia, w której pracuję, musiała ograniczyć przyjmowanie potrzebujących pomocy pacjentów, gdyż dwóch specjalistów zostało skierowanych na kwarantannę z powodu kontaktów dzieci w szkołach z nauczycielem z dodatnim testem SARS-CoV-2. Nie otrzymają pomocy osoby z rozchwianą cukrzycą, nadciśnieniem tętniczym. Czy te sprawy mogą czekać i ile mogą czekać? – pyta dr Basiukiewicz.

Skutki strachu pacjentów i zamkniętych (z różnych przyczyn) przychodni już dziś są widoczne. – Liczba badań obrazowych spadła dramatycznie, podobnie jak liczba wykonanych operacji chirurgicznych. Z powodu opóźnień w diagnostyce, już dziś

eprasa.pl 89dd828872

pacjenci przychodzą z bardziej zaawansowanymi nowotworami. Nie można bagatelizować COVID-19, środki ochrony są konieczne, natomiast ludzie nie mogą być sparaliżowani strachem, bo nowotwór postępuje – mówi prof. Marek Wojtukiewicz, kierownik Kliniki Onkologii Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku.

Bardziej zaawansowany nowotwór oznacza znacznie większe koszty dla systemu ochrony zdrowia, a dla pacjenta być może utratę szansy na wyleczenie czy na dłuższe życie. Stąd apele, by pacjenci nie pozostawali w domu, a NFZ zaczął sprawdzać przychodnie podstawowej opieki zdrowotnej, na które skarżą się pacjenci, którzy nie mogą się dodzwonić lub umówić na wizytę osobistą.

Łóżka covidowe i zwykłe

Podczas ostatniej konferencji prasowej minister Adam Niedzielski zapewnił, że liczba łóżek covidowych będzie się zwiększać, z uwagi na wzrost liczby zakażonych. Lekarze podkreślają jednak, że „łóżko”,

eprasa.pl 89dd828872

czyli miejsce w szpitalu, to za mało. Takie „łóżko” trzeba obsłużyć: niezbędny jest wykwalifikowany personel, którego brakowało jeszcze przed pandemią. Zwłaszcza specjalistów chorób zakaźnych.

Pacjenci z ciężkim przebiegiem COVID-19 być może więc już wkrótce będą musieli walczyć o „łóżko” w szpitalu, w którym lekarze wiedzą, jak leczyć. O „łóżko” mogą być też zmuszeni walczyć pacjenci, których przez pół roku pandemiii nie leczono lub leczono niedostatecznie.

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 89dd828872

TRUDNA JESIEŃ Z KORONAWIRUSEM



Fot. Jacek Szydłowski / Forum

eprasa.pl 89dd828872

O tym, że **MINISTERSTWO ZDROWIA W SPOSÓB NIEUDOLNY I NIEKONSEKWENTNY PRZECIWDZIAŁA EPIDEMII** *i że nie przygotowało nas na jesienne uderzenie koronawirusa oraz że nie będzie brakowało mu Jadwigi Emilewicz, mówi* **ANDRZEJ SOŚNIERZ**, *poseł, polityk Porozumienia.*



Rozmawiała **Joanna Miziołek**

Walczymy z epidemią w nieudolny i niekonsekwentny sposób. To pana słowa. Z czego to wynika?

Już przed sześcioma miesiącami zaproponowałem uzupełnienie dotychczasowego sposobu walki z epidemią i przejście ze strategii defensywnej w ofensywną. Niestety, Ministerstwo Zdrowia całkowicie zignorowało ten plan, czego skutki widzimy dzisiaj, a można to było przewidzieć. Różne kraje w różny sposób walczą z epidemią z różnymi skutkami. Pro-

eprasa.pl 89dd828872

ponowałem, aby wziąć przykład z krajów, które odniosły sukces. Nie jest usprawiedliwieniem, że niektóre kraje też sobie nie dają radę. Czy my musimy być właśnie w tej grupie? Wykres przebiegu zachorowań plasuje nas wśród tych, którzy najgorzej w Euro-



Fot. Adrian Grycuk

Andrzej Sośnierz

- wieloletni poseł. W latach 90. był pełnomocnikiem regionalnym kasy chorych w Biurze Pełnomocnika Rządu ds. Wprowadzania Powszechnego Ubezpieczenia Zdrowotnego. Był też dyrektorem Śląskiej Regionalnej Kasy Chorych, gdzie monitorował program informatyzacji systemu ochrony zdrowia. Za wdrożenie rejestru usług medycznych kierowana przez niego kasa chorych została nagrodzona tytułem „Lidera informatyki 2002". Były szef Narodowego Funduszu Zdrowia. Obecnie poseł klubu parlamentarnego PiS, polityk Porozumienia.

eprasa.pl 89dd828872

pie radzą sobie z tym problemem, a mimo to co jakiś czas ogłaszamy jakieś iluzoryczne sukcesy. Trudno się tego słucha.

> *Od początku zwracałem uwagę, aby* **WZMOCNIĆ SANEPID,** *który ze względu na szczupłość kadr nie jest w stanie dobrze wykonywać swoich zadań.*

Niedawno minister Niedzielski oznajmił, że sanepid zostanie wzmocniony, bo zostaną kupione komputery. To brzmi jak kpina. Tam brakuje przede wszystkim ludzi.

Czyli co dziś idzie źle w walce z epidemią?

Po pierwsze nie nauczyliśmy się skutecznie identyfikować zakażonych. To jest najsłabszy element naszej walki z epidemią. Zgłasza się chory i jeśli dobrze pójdzie to dowiadujemy się o kilku jego kontaktach i to koniec. Nie prowadzimy konsekwentnego wywiadu epidemiologicznego, który wskazałby wszystkie osoby, z którymi chory miał kontakt.

eprasa.pl 89dd828872

Nauką, z której wniosków nie bierzemy pod uwagę było to, co się wydarzyło na Śląsku. Tam konsekwentnie przebadano górników i ich otoczenie i w tej chwili na Śląsku jest stosunkowo mało nowych przypadków zakażeń mimo, iż jest to jedno z najludniejszych województw w kraju. Pod tym względem województwo śląskie plasuje się na 5-6 miejscu w Polsce. A wszystko dlatego, że kilka miesięcy temu przeprowadzono tam skuteczną akcję identyfikowania wszystkich kontaktów z zakażonymi mniej więcej w taki sposób jak to proponowałem i w związku z tym nowych zakażeń jest tam mniej. Na Boga, czy nie możemy się uczyć z własnych doświadczeń? Gdyby nasza walka z COVID-19 w całym kraju wyglądała tak jak na Śląsku, mielibyśmy efekt wytłumienia epidemii.

Ale do tego trzeba większej ilości testów. A my ich robimy za mało.

Do tego trzeba wydolnego systemu laboratoryjnego, który mógłby wykonywać kilkadziesiąt tysięcy badań dziennie. Do tego nie potrzeba osiemdzie-

eprasa.pl 89dd828872

sięciu laboratoriów, które mamy zarejestrowane, ale wystarczy trzydzieści, z których każde wykonywałoby na przykład po 3 tys. badań dziennie. Identyfikowanie, wymazywanie i testowanie pozwoli sprawić, że epidemia zmniejszy się do takiego poziomu, że społeczeństwo będzie mogło normalnie funkcjonować, a przypadków nowych zakażeń będzie niewiele.

Póki co zakażeń jest bardzo dużo.

A nowy minister zdrowia podjął decyzje, aby nie testować bezobjawowych pacjentów, a przecież to oni są największym zagrożeniem, bo oni wychodzą do społeczeństwa i roznoszą wirusa. Objawowy pacjent nie stanowi największego zagrożenie, bo on się czuje źle i leży w łóżku.

Wszyscy życzymy dużo zdrowia Łukaszowi Szumowskiemu, który przechodzi koronawirusa.
W pierwszej chwili, kiedy się dowiedziałam, że choruje, pomyślałam, że nie ma jak się ustrzec przed wirusem, skoro dopadł nawet byłego ministra zdrowia.
A Pan co pomyślał?

eprasa.pl 89dd828872

To jest pewna ironia losu. Pan minister pojechał na wakacje, tam gdzie wirus jest najbardziej rozpowszechniony...

Z przecieków medialnych wynika, że zaraził się w Polsce.

A skąd my wiemy, gdzie się zaraził? Niedawno był przecież w Hiszpanii. Pal licho, gdzie się zaraził! Jeśli zaraził się w Polsce to stał się ofiarą nieskutecznej walki z epidemią, ale niezależnie od wszystkiego życzę mu wyzdrowienia. Na szczęście nie jest w wieku osób najbardziej zagrożonych złymi skutkami Covid-19.

Wielokrotnie wypowiadał się Pan na temat pracy ministra Szumowskiego, a jak ocenia Pan nowego ministra zdrowia?

Jeszcze za wcześnie na ocenę nowego ministra. Jako prezes NFZ dopuścił do dużego chaosu w funkcjonowaniu placówek medycznych, ale jego decyzja już w roli ministra o szerszym wykorzystaniu i włączeniu lekarzy rodzinnych do walki z epidemią, to dobra decyzja. Natomiast nie podoba mi się, że przy

eprasa.pl 89dd828872

okazji zdjęto szereg zadań ze stacji sanitarno-epidemiologicznych. Przecież to właśnie ta instytucja została do tego utworzona, aby walczyć z epidemiami, o czym mówi nawet jej nazwa. Lekarz rodzinny nie będzie prowadził wywiadu epidemiologicznego skutecznie, bo nie ma na to w swojej pracy czasu. To jest błędna decyzja, która wydłuża i utrudnia drogę pacjenta przez system. Minister Niedzielski nie różni się za bardzo od poprzednika, bo jego też negatywnie oceniam.

Czego spodziewa się Pan jesienią? Braku wolnych łóżek? Przecież musimy pamiętać też o innych pacjentach, nie tylko tych covidowych.

W kwietniu spotykałem się z głównymi politykami w Polsce, ostrzegałem przed jesienią. Teraz, niestety, mamy sytuację, że ilość zakażeń i zachorowań rośnie. **JESTEŚMY NIEPRZYGOTOWANI NA JESIEŃ!**

eprasa.pl 89dd828872

Od dawna rekomenduję, aby w rządzie utworzyć stanowisko pełnomocnika rządu ds walki z epidemią z szerokimi kompetencjami. A w tym czasie minister zdrowia powinien zajmować się tym, aby utrzymać dostępność opieki zdrowotnej dla pozostałych pacjentów, których jest przecież dużo więcej. Bo dziś inne choroby są zaniedbywane. Trzeba zachować wydolność całego systemu ochrony zdrowia dla pacjentów, którzy nadal chorują na przykład na raka, na różnego rodzaju nowotwory, tak jak chorowali. Nie każdy pacjent chory na COVID-19 musi leżeć w szpitalu. Może chorobę przebywać w domu. Może być w izolatorium. W dużej ilości przypadków organizm broni się przed tą chorą sam. Do szpitala powinni być przyjmowani jedynie ciężko chorzy pacjenci.

To na koniec zapytam o politykę, a dokładniej o Pana koleżankę. Będzie Panu brakowało Jadwigi Emilewicz w Porozumieniu?

Nie będzie mi jej brakowało, bo z panią poseł Jadwigą Emilewicz różniłem się w wielu sprawach. Byłem przeciwny wprowadzeniu podatku cukrowe-

eprasa.pl 89dd828872

go, który nie daje żadnych efektów zdrowotnych, nie ma żadnego wpływu na zmniejszenie otyłości i są na to badania. Poza tym w ogóle jestem przeciwny podnoszeniu podatków. Jadwiga Emilewicz postępowała wbrew programowi Porozumienia.

Czyli dobrze, że została niezależną posłanką w klubie PiS-u?

Programowo jest bliższa PiS-owi. Uczciwie się zachowała, że odeszła.

Czyli nie traktujecie państwo Jadwigi Emilewicz jako zdrajczyni, która was opuściła?

Ani my jej nie będziemy zmuszali do zmiany sposobu myślenia, ani ona nas. Czy poszła za stanowiskiem, nie poglądami, tego nie wiem, ale może niedługo się dowiemy. Ja żalu do niej nie mam.

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 89dd828872

CZEKANIE NA PRZERZUTY



Fot. GettyImages/CAVALLINI JAMES/BSIP

epiasa.pl 39bd328872

RAK GRUCZOŁU KROKOWEGO JEST NAJCZĘŚCIEJ WYSTĘPUJĄCYM NOWOTWOREM ZŁOŚLIWYM U MĘŻCZYZN. *Dlatego tak ważny staje się dostęp do nowoczesnego leczenia. Chorzy na nowotwór gruczołu krokowego apelują o dostęp do nowoczesnych terapii.*

Tekst: **Zofia Szkarłat**

Od kilku lat rak gruczołu krokowego jest najczęstszym nowotworem u mężczyzn. Wyprzedził pod tym względem raka płuca i wyraźnie przewodzi w tej niechlubnej statystyce. Każdego roku w Polsce diagnozuje się ponad 11 tys. nowych przypadków zachorowania na raka prostaty i stwierdza 4-4,5 tys. zgonów.

Dzieje się tak między innymi ze względu na zmiany demograficzne: żyjemy coraz dłużej, a wraz z wie-

eprasa.pl 89dd828872

kiem rośnie liczba zachorowań. Choroba najczęściej dotyka mężczyzn po 60. roku życia, ale w grupie ryzyka znajdują się również dużo młodsi. I choć większość chorych nie umrze z powodu raka prostaty, to niestety w krajach takich jak Polska, gdzie nie ma formalnego screeningu, nadal u ok. 20 proc. osób choroba rozpoznana w stadium zaawansowanym stanowi zagrożenie życia.

Dogonić świat

Dzięki postępowi medycyny nawet chorzy, u których rak prostaty został zdiagnozowany już na etapie choroby zaawansowanej (z przerzutami) lub przerzuty pojawiły się później, mają szasnę na kontrolowanie choroby. Bardzo często stosuje się wówczas leczenie hormonalne (antyandrogenowe). Niestety, po pewnym czasie pojawia się na takie leczenie oporność. Ratunkiem są wówczas leki antyandrogenowe nowej generacji. W Polsce są one dostępne jednak dopiero, gdy pojawią się przerzuty. Chorzy z rakiem prostaty co kilka miesięcy wykonują więc badania obrazowe,

eprasa.pl 89dd828872

sprawdzają, czy nie ma przerzutów. Dopiero, gdy się pojawią, mogą zostać wdrożone nowoczesne leki antyandrogenowe, takie jak enzalutamid, apalutamid czy darolutamid.

> *– Pacjenci za granicą mają dostęp do leczenia na każdym etapie choroby,* **TAKŻE TYM WCZESNYM.** *My musimy czekać, aż nam się pogorszy – mówi Bogusław Olawski.*

Przewodniczący Sekcji Prostaty Stowarzyszenia „UroConti" dodaje: – Ja mieszkam w Krakowie. Wystarczyłoby przeprowadzić się kilkadziesiąt kilometrów dalej, do biedniejszej od nas Słowacji, i korzystać ze wszystkiego, co oferuje współczesna medycyna. A w Polsce jako pacjent z zaawansowanym rakiem stercza, ale bez przerzutów, musiałbym czekać aż się pojawią. Dopiero wtedy mógłbym starać się o leczenie, które nie tylko opóźnia o dwa lata wystąpienie przerzutów, ale także wpływa na

eprasa.pl 89dd828872

wydłużenie całkowitego przeżycia nawet o kilkanaście miesięcy!

Nie generować kosztów

Rak gruczołu krokowego zwykle dotyka mężczyzn w starszym wieku, ale coraz częściej zdarzają się zachorowania wśród młodszych mężczyzn – czterdziestolatków prowadzących aktywne życie osobiste i zawodowe. Dzięki odpowiedniemu leczeniu nie musieliby oni z takiego życia rezygnować. Terapia ma więc również wymiar ekonomiczny.

– Nowoczesne terapie hormonalne nie tylko wydłużają życie, ale także znacząco poprawiają jego jakość – tłumaczy Bogusław Olawski. – W naszym Stowarzyszeniu znane są przypadki panów, którzy już praktycznie byli na wózkach, a enzalutamid pozwolił im nie tylko z tych wózków wstać, ale i i wrócić do pracy. Zamiast więc obciążać państwo kosztami rent i zwolnień lekarskich, mogą oni korzystać z życia, pracować i wytwarzać PKB.

eprasa.pl 89dd828872

Pod koniec maja pacjenci z „UroConti” wysłali do Ministra Zdrowia apel, w którym postulowali m.in. poszerzenie programu lekowego o możliwość leczenia pacjentów z zaawansowanym rakiem prostaty bez przerzutów.

Sekwencyjne leczenie

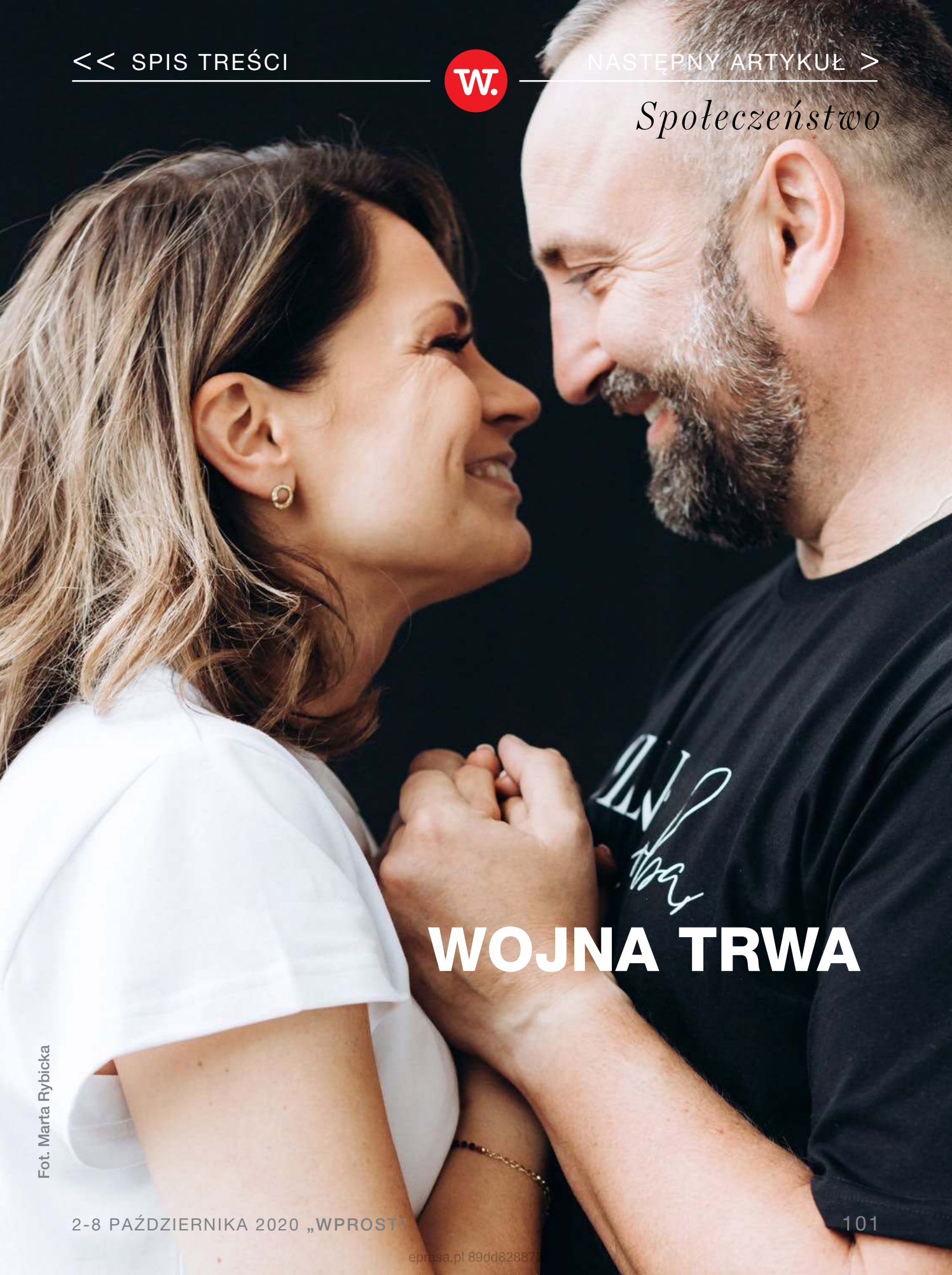
Poza postulatem dostępu do leczenia dla pacjentów już opornych na hormonoterapię, u których jeszcze nie wystąpiły przerzuty, członkowie Stowarzyszenia apelują także o zniesienie zakazu sekwencyjnego podawania leków. Dziś jeśli pacjenci leczyli się jednym z leków, który przestał być skuteczny, to w myśl obowiązujących zapisów, nie ma możliwości leczenia innymi lekami, chyba, że sami będą za nie płacić.

– Z doniesień naukowych wynika, iż sekwencyjność jest skuteczna dla około 30 proc. chorych. To jedna trzecia całej populacji – mówi Bogusław Olawski.

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 89dd828872

Społeczeństwo



WOJNA TRWA

Fot. Marta Rybicka

eprasa.pl 89dd82887

– Można sobie wyobrazić, że dziś ok. 19 tysięcy osób w Polsce żyje z rakiem, o którym nie wie. Ludzie nie są świadomi, że **RAK JEST GROŹNIEJSZY OD KORONAWIRUSA – MÓWI JOANNA GÓRSKA. – TYMCZASEM WCZESNE WYKRYCIE, TO ŻYCIE, CZEGO PRZYKŁADEM JEST ASIA – DODAJE ROBERT SZULC**, *podróżnik, jej partner. Wspólnie napisali książkę „Dziad. On silny, my silniejsi. O naszej walce z rakiem". W rozmowie z „Wprost" mówią o syndromie stresu pourazowego, seksie w czasie leczenia i tym, jak w czasie chorowania ważne jest wsparcie ukochanej osoby.*



Rozmawiała **Paulina Socha-Jakubowska**

eprasa.pl 89dd828872

Słowo „dziad” na dobre weszło do waszego języka?

Joanna Górska: Nie wiem skąd ono się wzięło. Nie zastanawiałam się nad tym. Biopsja cienkoigłowa dawała tylko informacje o tym, że są komórki nowotworowe nieokreślonego typu, wiedzieliśmy, że jest nowotwór, ale nie wiadomo było jaki. Kiedy więc dostałam wyniki biopsji gruboigłowej, wydruk z informacją, że to guz trójujemny, który jest zagadką dla medycyny i że kilka lat temu kobiety z jego powodu po prostu umierały i że agresywność tego nowotworu wynosi 95 procent, a lekarz dodał, że biologia guza jest bardzo zła, że takie przypadki ciężko się leczy, pomyślałam sobie: „Tak? Taki jesteś silny? Ja jestem silniejsza. Wypierdalaj dziadu”.

Nie wiem, skąd mi się to wzięło, skąd ten „dziad”... nie „raczek”, nie „guzek”, tylko „dziad” z całym negatywnym wydźwiękiem, ciężarem tego słowa. Potem, na zasadzie złości i wypieprzania „dziada”, działałam przez wszystkie miesiące leczenia.

„Dziad” był potworny, wyprowadzał mnie z równowagi, chciał mnie dobić, ale to ja dobijałam go

eprasa.pl 89dd828872

chemią. Strzelałam z armaty, choć wytaczane przeze mnie działa trafiały także we mnie. Pocieszałam się, że jeśli mnie boli, to jego też. Że go niszczę.

Robert Szulc: Mieliśmy swojego „dziada”, z którym musieliśmy się zmierzyć. Jest wiele osób, które oswajają raka, my tego nie robiliśmy. Przyjęliśmy, że to nasz wróg.



Fot. Aneta Zamielska

Joanna Górska

Od 2009 roku związana z telewizją Polsat News, jest gospodynią programu „Nowy dzień”. W 2017 roku zdiagnozowano u niej raka piersi. Przeszła 16 wlewów chemioterapii, operację oszczędzającą i 25 naświetleń radioterapii. Leczenie zakończyła 27 kwietnia 2018 roku, obecnie jest w remisji. Wraz z partnerem, Robertem Szulcem, napisała książkę „Dziad. On silny, my silniejsi. O naszej walce z rakiem”, której premierę zaplanowano na 30 września.

eprasa.pl 89dd828872

J.G.: Gdy dostawałam chemię, zaczynałam widzieć czerwony płyn płynący w moich żyłach, pokazywałam środkowy palec i mówiłam na głos, przy obcych ludziach: „wypierdalaj”.

R.S.: Teraz z „dziadem” rozprawiamy się w książce („Dziad. On silny, my silniejsi. O naszej walce z rakiem” wyd. Burda Książki – red.). Żegnamy się z nim. Pokazujemy, że silni sobą stoczyliśmy bój.



Fot. Aneta Zamielska

Robert Szulc

Politolog, przedsiębiorca, podróżnik. Autor bloga „Świat na raty – moja podróż dookoła świata”. Zwiedził ponad 120 państw na sześciu kontynentach, zdobył najwyższe szczyty trzech kontynentów, przebiegł maraton w Sztokholmie i na jemeńskiej Sokotrze, z fundacją Rak’n’Roll jako ambasador akcji społecznej przejechał rowerem Niemcy, Szwajcarię i Liechtenstein.

eprasa.pl 89dd828872

Choć przecież wciąż nie można powiedzieć, że Asia jest zdrowa. Jest w remisji. Mamy dużo pokory do tej choroby.

J.G.: Stoczyliśmy bitwę. Wojna trwa.

Co powiedziałabyś kobiecie, która dziś zaczyna chemię?

J.G.: Żeby zabrała ze sobą koc. Bo płyn, którego temperatura wynosi nieco ponad 20 stopni, rozlewający się po całym ciele sprawia, że człowiek w czasie chemioterapii potwornie marznie. Sama nie wiem, kto mi o tym kocu powiedział, ale uważam, że to była cenna informacja.

Powiedziałabym, żeby zabrać ze sobą słuchawki, by móc się odciąć od tego, co wokół i aby nie słyszeć pomp i tego jak na wlew reagują inni pacjenci, a bywa różnie. Nie wszędzie są kotary między fotelami, w Warszawie nie ma. Najlepiej jest więc posłuchać muzyki, zamknąć oczy i zamknąć się w swoim świecie.

Warto wziąć coś do jedzenia, ale najlepiej coś, co swoją wonią nie drażniłoby innych. Ludzie w trakcie

eprasa.pl 89dd828872

chemii są naprawdę wyczuleni na zapachy. Ja zawsze miałam przy sobie pokrojone owoce, aby nie drażnić innych głośnym gryzieniem. Trzeba brać też poprawkę na to, że chemia jest moczopędna. By skorzystać z toalety, trzeba szybko poprosić o odłączenie wlewów i pójść do toalety. Ale nie ma sensu krępować się, zwlekać bo później możemy nie zrobić nawet kroku... Jest jeszcze jedna rzecz: mocz po czerwonej chemii jest ... czerwony. Warto wiedzieć, żeby się nie przestraszyć.

> *Takiej dziewczynie, która zaczyna powiedziałabym też, że* **TO WSZYSTKO JEST DO PRZEJŚCIA** *i że to wszystko minie.*

R.S.: Pamiętam pierwszą chemię Joasi i to, jaka była głodna po jej zakończeniu. Zanim poszliśmy do domu, wstąpiliśmy do restauracji, w naszym bloku, na dole. Chcieliśmy się najeść na zapas. Wiedzieliśmy, że będzie kryzys i złe samopoczucie,

eprasa.pl 89dd828872

ale nie myśleliśmy, że tak szybko. Asia, która z chemii wyszła pełna energii, w restauracji nagle zaczęła słabnąć, jakby ktoś nacisnął jakiś przycisk. Do windy musiałem ją prowadzić, a po wjechaniu na 10. piętro – wnieść do domu.

A propos chemii, pamiętam jeszcze święta Bożego Narodzenia, tuż po kolejnym wlewie. Asia była przekonana, że to będą jej ostatnie święta. Dobę po chemii stanęła w kuchni i mimo nadwrażliwości na zapachy, zaczęła gotować świąteczne potrawy. Przygotowała mnóstwo jedzenia, a dom na te święta ozdobiony był jak dom rodziny Griswoldów z amerykańskiego filmu. Lampki, świeczki, wszystkiego wszędzie pełno. Chciała abyśmy te święta zapamiętali.

Opowiadam o tym dlatego, że trzeba być przygotowanym na różne reakcje na chemię, leczenie. Bo one mogą być irracjonalne.

J.G.: Byłam wykończona i wyniszczona chemią. Naprawdę nie miałam siły na nic, myślałam, że lepiej byłoby, gdybam sobie odeszła. Byłam w najgłębszym dole, z którego nie widziałam wyjścia.

eprasa.pl 89dd828872

R.S.: Dlatego obecność osoby, która odgoni te myśli, postawi do pionu, spowoduje, że chorującemu będzie się znów chciało walczyć, jest tak ważna. Albo nawet kluczowa w takich momentach.

Mówiłaś, że gdy usłyszałaś diagnozę, to Robert robił notatki, bo ty nie byłaś w stanie. To ty odpowiadałeś za nowotworowy fact-checking, logistykę?

R.S.: Joasia zaraz po diagnozie była w malignie. Wziąłem na siebie notowanie, sprawdzanie, umawianie wizyt, pilnowanie terminów badań.

J.G.: Robert prowadził mnie za rękę, bo diagnoza była dla mnie jak solidne uderzenie w głowę. Ale potem szybko zaczęliśmy szukać rozwiązań. Zanim dostałam pierwszą chemię, odbyliśmy pielgrzymkę po gabinetach. Trafialiśmy na różnych lekarzy, z różnym podejściem do nas i do choroby. Szukaliśmy ludzi, którym byśmy byli w stanie zaufać na tysiąc procent. Znaleźliśmy dr Katarzynę Pogodę i dr Aleksandra Grousa, to ich ręce oddaliśmy moje życie i los naszej rodziny.

eprasa.pl 89dd828872

Społeczeństwo

Dziś przejmujemy się tylko tym, na co mam wpływ. **ROBIMY WSZYSTKO, BY NIE MARNOWAĆ CZASU,** *dbać o relacje z ludźmi, którzy nas wspierają, kochają.*



Fot. Anna Zawadzka

eprasa.pl 89dd828872

#SilniSobą

Ruszyła akcja #SilniSobą, którą Joanna Górska i Robert Szulc realizują we współpracy z fundacjami: Rak'n'Roll, DKMS, OnkoCafe i Alivia. W projekcie udział wzięło 9 par, które mają za sobą ciężkie przeżycia (nowotwory piersi, prostaty, krwi, przewlekłą cukrzycę) i dziś pokazują, jak ważne w procesie powrotu do zdrowia jest wsparcie drugiej, kochającej osoby.

R.S.: Zaufanie jest najważniejsze. Zanim wybraliśmy lekarzy, ongologa klinicznego i chirurga onkologa, spotkaliśmy się z wieloma specjalistami. To, co wprowadziło dezorientację na samym początku, to propozycje różnych rodzajów terapii. Jedni mówili „najpierw ciąć, potem chemia", inni odwrotnie. Ustalenie, która z tych metod będzie lepsza, było dla nas ogromnym obciążeniem.

Poza tym rak to taka choroba, w czasie której potrzebujesz indywidualnego podejścia, chciałbyś, by lekarz widział w tobie nie tylko pacjenta, ale też człowieka.

eprasa.pl 89dd828872

J.G.: Spotkaliśmy bardzo różnych lekarzy. Z jednej strony takich, którzy nie poświęcali nam wystarczająco uwagi, z drugiej takich, którym towarzyszył jakiś dziwny poziom ekscytacji tym moim „dziadem". Na zasadzie „fajny przypadek w karierze". Dało się to wyczuć .

Kiedy pierwszy raz pomyśleliście, że poszliście właściwą drogą?

R.S.: Gdy okazało się, że „dziad" reaguje na chemię, że się zmniejsza. To dało motywację do działania.

Czy pandemia jakoś wpłynęła na twoje wizyty kontrolne, jakieś badania?

R.S.: Wykrywa się teraz 25 proc. mniej nowotworów, co nie znaczy, że ich nie ma. Tymczasem wczesne wykrycie, to życie, czego przykładem jest Asia.

J.G.: Można sobie wyobrazić, że dziś ok. 19 tysięcy osób w Polsce żyje z rakiem (o tyle mniej wydano kart DILO niż rok temu), o którym nie wie. W końcu trafią do lekarza, ale przy dużej agresywności raka może się okazać, że kobieta usłyszy coś, czego na

eprasa.pl 89dd828872

szczęście ja sama nigdy nie usłyszałam: „Gdyby pani trafiła do nas 4 miesiące temu, mielibyśmy większe szanse na powodzenie”.

To zatrważające, że sytuacja dziś tak wygląda i że ludzie nie są świadomi, że rak jest groźniejszy od koronawirusa. Zresztą od zawsze pokutowało myślenie, że „nie ma sensu się badać, bo jeszcze coś się wybada”, kobiety od zawsze myślały o wszystkich innych, na końcu o sobie, a teraz do tych czynników, które oddalają wizytę u lekarza, doszedł strach przed koronawirusem.

Wracając do twojego pytania: Szczęśliwie wyrobiłam się z badaniami w kwietniu, już w rzeczywistości covidowej, ale badałam się prywatnie.

A kobiety, które leczą się „na NFZ”, sygnalizowały ci problemy?

J.G.: Tak i wtedy odpowiadałam, że nie ma co oglądać się na system, czekać na kolejną teleporadę, trzeba iść prywatnie, wydać na USG w zależności od miasta 100, 120 czy 150 złotych, postawić na swoim i mieć spokój. Jeśli intuicja ci podpowiada,

eprasa.pl 89dd828872

że coś się dzieje, trzeba natychmiast to sprawdzić. Jeśli nie w ramach NFZ, to prywatnie. Śmiem twierdzić, że jeśli kobietę w ciągu miesiąca stać na spódnicę i kosmetyki lub cokolwiek innego, co kupuje, by sprawić sobie przyjemność, stać ją także na badanie. Nie ma nic ważniejszego od zdrowia.

Lęk przed nawrotem ci jeszcze towarzyszy?

J.G.: Codziennie. Jeszcze nie było dnia, w którym bym o tym nie myślała. Na szczęście już po leczeniu byłam na psychoterapii i mam narzędzia do pracy nad własną głową.

> *O ile w czasie leczenia był plan do zrealizowania, działanie, dobijanie „dziada", to* **PROBLEMY ZACZĘŁY SIĘ PÓŹNIEJ.**

Kończąc terapię usłyszałam tylko, że za pół roku mam przyjść na mammografię. Pytanie tylko jak mam te pół roku przeżyć i nie zwariować ze strachu

eprasa.pl 89dd828872

przed nawrotem. To są emocje, z którymi człowiek może sam nie dać sobie rady.

Co dała ci terapia?

Miałam syndrom stresu pourazowego. Reagowałam panicznie na czerwone płyny, różne zapachy, dźwięki. W najmniej oczekiwanych momentach zaczynałam płakać, byłam roztrzęsiona.

Nauczyłam się pracować na wyobraźni, pracować oddechem. Kiedy teraz dopadają mnie czarne myśli, wiem co z nimi robić.

Robert, a jak u ciebie z lękiem?

Tak, jest jakaś forma strachu, ale to nie jest strach obezwładniający. Choć wypieram myśl, że rak mógłby wrócić, to z tyłu głowy mam świadomość, że jednak może. Jestem pokorny. Ale wiem też, że jesteśmy już w tym sprawdzeni. Przeżyliśmy raz, przeżylibyśmy drugi. Choć jeszcze raz to powtórzę: nie chcę o tym myśleć.

Nie chciałbym, by ten lęk nas w jakiś sposób ograniczał. Najważniejsze jest to, by żyć normalnie, jak lubimy, jak chcemy, jak do tej pory to robiliśmy.

eprasa.pl 89dd828872

Uważasz, że pomoc psychologiczna dla partnerów osób chorujących na raka jest potrzebna?

J.G.: Ona jest wręcz niezbędna, bo te osoby dźwigają ogromny ciężar. Nie można się na to przygotować, dlatego wiele związków rozpada się w czasie chorowania.

R.S.: Często pojawiają się problemy ze zrozumieniem sytuacji, z tym, jak postępować, jak się zachować, że nie wiadomo, jak pomóc. Faceci w swojej prostej konstrukcji myślą przede wszystkim zadaniowo, ale muszą wiedzieć co zrobić, by jakiś cel móc osiągnąć.

J.G.: Widziałam, że Robert się męczy, ale zarówno ja, jak i przyjaciele sądziliśmy, że jest silny i da sobie radę. Przez całą chorobę to ja byłam w centrum uwagi, Robert orbitował wokół, aby odreagować robił treningi, wychodził na 10-kilometrowy spacer i krzyczał, przeklinał w samotności. Tak radził sobie z emocjami, przeczytałam o tym w jego części naszej książki, nigdy nie mówił mi o swoich słabszych momentach.

eprasa.pl 89dd828872

Dziś, z perspektywy czasu wiemy, że za mało uwagi poświęcaliśmy jemu, a przecież on-partner ciężko chorej kobiety, też znalazł się w bardzo trudnym momencie życia.

Jak wygląda życie seksualne w czasie leczenia? Wiem, że wielu mężczyzn, których partnerki chorują, zadaje sobie to pytanie.

R.S.: U nas w czasie leczenia po prostu go nie było.

> *Bo jak uprawiać seks z kobietą, która cierpi, którą wszystko boli, która po chemii dochodzi do siebie przez kilka dni. Wtedy* **NIE MA CZEGOŚ TAKIEGO JAK ŻYCIE SEKSUALNE.**

Trzeba to zaakceptować, podejść do tego na zasadzie: seks był, chwilowo go nie ma, ale wróci.

Wiesz, nie chodziło mi o seks tuż po wlewie. Raczej o to, jak wyglądają relacje w trakcie leczenia, chyba zainteresowanie seksem nie wraca z dnia na dzień, jak za dotknięciem czarodziejskiej różdżki?

eprasa.pl 89dd828872

J.G.: To bardzo trudne sytuacje. Znam pary, które prowadziły życie seksualne mimo chemioterapii, leczenia. U nas tego nie było, ale było bardzo bogate życie intymne, dawaliśmy sobie dużo czułości, zasypialiśmy zawsze przytuleni, było całowanie po głowie. Ten rodzaj intymności nam wystarczał. Poza tym, kiedy kobieta jest w menopauzie farmakologicznej, libidio naprawdę szoruje po dnie. Tak było w moim przypadku. Kiedy boli cię wszystko, nawet paznokcie, masz zapalenie jamy ustnej, ostatnią rzeczą, o jakiej myślisz, jest seks. Chcesz po prostu wtulić się w swojego faceta, zaznać poczucia bezpieczeństwa i przeczekać to wszystko.

Jak wasze życie wygląda dzisiaj?

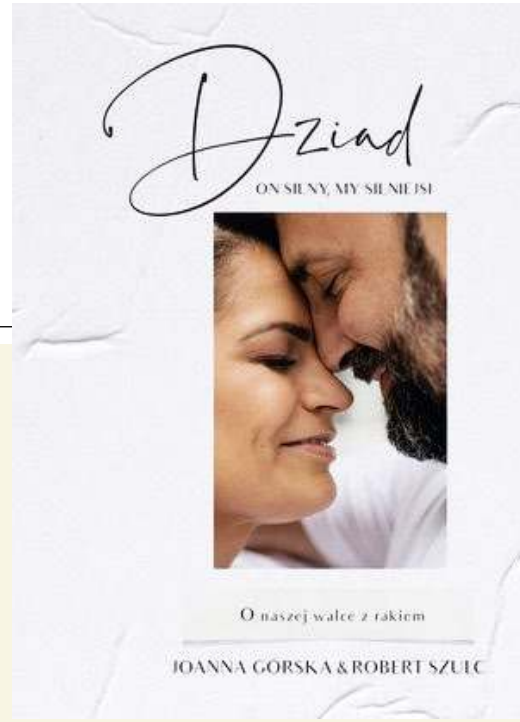
J.G.: Dziś przejmujemy się tylko tym, na co mamy wpływ. O tyle nasze życie jest inne. Zastanawiam się, co będzie następnego dnia, ale tłumaczę sobie, że gwarancji jutra nie ma nikt, kogo mijam na ulicy. Staram się odganiać czarne myśli, żeby to mnie nie zjadało. Robimy wszystko, by nie marnować czasu, dbać o relacje z ludźmi, którzy nas wspierają, kochają... Wiele

eprasa.pl 89dd828872

znajomości nowotwór zweryfikował. Nie mamy już w swoim otoczeniu tzw. wampirów energetycznych.

R.S.: Niektórzy z naszych znajomych nie dźwignęli choroby Joasi. Ale poznaliśmy wiele osób w czasie chorowania, zbudowaliśmy niezwykle cenne relacje, w ramach których wymieniamy się pozytywną energią. Obiecaliśmy sobie, że będziemy żyli jak najpiękniej. Chcemy się razem zestarzeć.

© Wszelkie prawa zastrzeżone



Joanna Górska, Robert Szulc

Dziad. On silny, my silniejsi. O naszej walce z rakiem

Burda Książki

eprasa.pl 89dd828872

DIETA A' LA WAŁĘSA. STUDIUM PORAŻKI

Fot. Facebook

prasa.pl 89dd828872

Były prezydent na basenie, pływający, korzystający z biczów wodnych, w hotelowej restauracji pozujący do zdjęć z talerzem spaghetti z cukinii i chwalący się szybkim spadkiem wagi – **OSTATNI TYDZIEŃ WRZEŚNIA, NAWET DLA FANÓW LECHA WAŁĘSY PRZYZWYCZAJONYCH JUŻ DO DUŻEJ OTWARTOŚCI POLITYKA W MEDIACH SPOŁECZNOŚCIOWYCH, BYŁ JAK ODWAŻNE REALITY SHOW W KILKUDZIESIĘCIU ODCINKACH.** *I tak jak w większości programów tego typu, po chwilowej euforii i wzroście zainteresowania głównym bohaterem, efekt końcowy okazał się mizerny.*



Tekst: **Dariusz Grzędziński**

eprasa.pl 89dd828872

Społeczeństwo

Lech Wałęsa nie jest pierwszym politykiem, który po rozbracie z czynnym uprawianiem swojego zawodu, postanowił zmienić nawyki, poprawić stan zdrowia i zgubić zbędne kilogramy. Przykład z ostatnich miesięcy to Bartłomiej Misiewicz. Dawny ulubieniec Antoniego Macierewicza, który w czasach pracy w ministerstwie obrony wyróżniał się głównie butą i pucołowatym obliczem, dziś jest wziętym biznesmenem (niedawno opowiadał o nowym życiu na łamach „Wprost") i warszawskim bon vivantem. W sieci prawie codziennie lądują nowe zdjęcia Misiewicza, na których nową, odchudzoną sylwetkę prezentuje w modnych ubraniach od popularnych projektantów.

Innym byłym politykiem PiS, którego drogi z partią się rozeszły jest Adam Hofman. Były partyjny rzecznik również realizuje się w biznesie, ale czasami można wręcz odnieść wrażenie, że ten jest tylko dodatkiem do pasji, o której Hofman mówi znacznie chętniej – biegania. Tu także efekty są powalające i utrzymują się już od dobrych kilku lat.

eprasa.pl 89dd828872

Z nadmiarem kilogramów próbuje też walczyć były partyjny kolega wymienionej dwójki i dawny szef MSZ. Witold Waszczykowski niedawno opowiadał w wywiadach, że zgubny wpływ na jego sylwetkę miał siedzący ministerialny tryb życia i teraz musi sobie odmawiać ulubionego kabanosa zanurzonego w majonezie.

Spaghetti z cukinii i waga w dół

Metamorfoza musiała zamarzyć się też Lechowi Wałęsie. Tuż przed 77 urodzinami (świętował 29 września) pierwszy niekomunistyczny prezydent rozpoczął tygodniową kurację w Lądku Zdroju, a jej przebieg śledziła niemal cała Polska. Przynajmniej ta jej część, do której dociera internet. Wałęsa dokumentował wszystko – pozował roznegliżowany na basenie, a wszystko co lądowało na jego talerzu, już po chwili można było oglądać w mediach społecznościowych. Spaghetti z cukinii, kiwi, zupa minestrone czy „bigosik doktor Dąbrowskiej". Były też masaże, kuracje torfowe i spraw-

eprasa.pl 89dd828872

dzanie na własnej skórze dobroczynnych skutków kąpieli siarkowych.

Fani polityka na bieżąco dowiadywali się, że początkowa waga 96,5 kg szybko spada, by ostatniego dnia pobytu dojść do imponującego poziomu 91,7 kg. Wystarczył zatem tydzień, żeby legendarny dowódca Solidarności schudł prawie 5 kg. „Prawda 7 dnia – 91,7 kg, ubyło 4,8 kg" – cieszył się odchudzony. Odtrąbienie sukcesu okazało się jednak przedwczesne.

Fiasko. „Dieta cud nie istnieje"

„Tragedia. Powrót do domu, po pierwszej kolacji wyniki stare powracają. Powrót do leków" – poinformował na Facebooku Wałęsa, tuż po powrocie z tygodniowego pobytu w sanatorium w Lądku Zdroju. Dlaczego Lechowi Wałęsie nie udało się to, co wcześniej udało się innym politykom? – Dlaczego diety cud nie działają? Mamy kilka aspektów, odchudzanie to złożony proces – tłumaczy w rozmowie z „Wprost" Justyna Salamonowicz-Gustaw, dietetyk i health

eprasa.pl 89dd828872



Fot. Facebook

eprasa.pl 89dd828872

coach, twórczyni metody Kod Równowagi. – Aby osiągnąć stałe rezultaty potrzebna jest zmiana nawyków. Krótkoterminowe przejście na inny sposób żywienia, nie niesie ze sobą nauki. Nadal nie wiemy jak mamy się odżywiać w codziennym życiu, przez co wracamy do starych przyzwyczajeń. Poza tym diety niskokaloryczne są często komponowane poniżej podstawowej przemiany materii (ilość energii potrzebna do prawidłowej pracy narządów). Powodują szybką utratę kilogramów, jednak nie jest to utrata tłuszczu wiscelarnego, czyli takiego który otłuszcza nasze organy. Zamiast tego z kilogramami najpierw tracimy wodę i glikogen mięśniowy. Kiedy zaczynamy jeść jak wcześniej, waga wraca.

– Dodatkowo bardzo restrykcyjne diety czy głodówki nie zawierają wystarczającej ilości składników odżywczych organizmu jak białko czy witaminy i minerały – dodaje nasza rozmówczyni. Salamonowicz-Gustaw wskazuje też, że w trakcie odchudzania ważne jest ustalenie nie tylko fizycznych, ale i psychicznych przyczyn nadwagi. – Problemy z wagą mogą wiązać się nie tylko

eprasa.pl 89dd828872

z tym co jemy, ale jak i kiedy jemy, jaki mamy stosunek do jedzenia i motywację. Poza tym dieta powinna być dopasowana indywidualnie. Aby uzyskać sukces i trwale schudnąć oraz poczuć się lepiej polecam wziąć pod uwagę wszystkie aspekty – wylicza ekspert i wyraźnie podkreśla, że żadne błyskawiczne diety cud nie istnieją i mogą być skuteczne, a w przypadku Wałęsy właśnie z taką wiarą i brutalnym zderzeniem z rzeczywistością mieliśmy do czynienia. – Biorąc pod uwagę przyczyny nadwagi chudnięcie na pełnowartościowej , dopasowanej do osoby diecie, w zdrowym tempie (2-4 kg miesięcznie) jest najlepszą strategią – mówi Justyna Salamonowicz-Gustaw.

Nieudany influencer

Na kolejne fiasko 7-dniowej kuracji Lecha Wałęsy zwraca uwagę inny pytany przez nas specjalista. Wojtek Kardyś, ekspert ds. mediów społecznościowych i wykładowca akademicki, uważa, że byłej głowie państwa bardzo szkodzi nadmierna otwartość i aktywność w internecie.

eprasa.pl 89dd828872

– Personal branding Lecha Wałęsy w internecie jest absolutnie tragiczny. Na praktycznie każdym zdjęciu pozuje w koszulce „Konstytucja” (a często i bez jakiegokolwiek ubrania), chodzi w absurdalnych okularach, zaś ostatnie zdjęcia wołają o pomstę do nieba.

> *Może i to byłoby zabawne, gdyby nie to, że mówimy tutaj o byłym prezydencie Polski – to najważniejsza funkcja w państwie. Co więcej,* **TO NIE BYŁ ZWYKŁY PREZYDENT, TO CZŁOWIEK-IKONA.**

Obecnie, Lech Wałęsa stał się karykaturą, memem z Wykop.pl, heheszkiem – Kardyś nawiązuje do stałego elementu garderoby Wałęsy, który z koszulką „Konstytucja” rozstaje się tylko na basenie, a niektóre jego zdjęcia, np. z ręcznikiem na głowie, zaraz pojawiają się w sieci w nowej formie. Ostatnio obok Wałęsy internauci umieścili bohaterów „Gwiezdnych

eprasa.pl 89dd828872

Wojen", o czym poinformował... sam zainteresowany. Oczywiście poprzez media społecznościowe.

Naszemu byłemu prezydentowi Kardyś przeciwstawia kolegę po fachu z USA. – Barack Obama, po zakończeniu swoich dwóch kadencji, zajął się produkcją filmów dokumentalnych dla Netflixa, razem z żona prowadzą podcast, zaś social media (od których ma swoich zaufanych ludzi) są wykorzystywane skromnie i zawsze w potrzebnym bądź słusznym celu. Lech Wałęsa pozuje, bez koszulki, w basenie czy podczas masażu. Te posty nie mają żadnego merytorycznego wkładu. Nie mają wręcz sensu. Stają się żartem. Lech Wałęsa mógł być ważnym głosem w dzisiejszych czasach. Niestety, z człowieka, który był ikoną, stał się zabawnym memem w internecie. I to jest najsmutniejsza rzecz jaką ostatnio napisałem. – gorzko komentuje Wojtek Kardyś.

Pytany o to, w jaki sposób odwrócić ten fatalny dla Wałęsy obrót spraw, mówi o specjalistach, którzy powinni pomóc, „zaopiekować się starszym człowiekiem, który dopiero uczy się mediów społecznościo-

eprasa.pl 89dd828872



Fot. Facebook

egzemplarz 89[illegible]72

wych”. – Tak, Lech Wałęsa jest influencerem. Ma duży zasięg i dla wielu osób jego zdanie dalej jest ważne. Tylko co z tego, jeżeli nie potrafi swoimi zasięgami i nazwiskiem „grać” w Internecie – podsumowuje nasz rozmówca.

W jednym z ostatnich wpisów z pobytu na kuracji, Lech Wałęsa dziękował personelowi za uśmiech, profesjonalizm i opiekę, a wpis zakończył słowami, że „warto być w Lądku Zdroju”. A może równie warto schować legendarne ego i bardziej otworzyć się na głosy tych, którzy dla byłego prezydenta chcą dobrze?

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 89dd828872

Biznes



NIE WSZYSCY ZAPŁACILI

Fot. 123rf

eprasa.pl 89dd828872

W ubiegłym roku wpływy z podatku CIT wyniosły 51 mld zł. Wartość luki w CIT z roku na rok się zmniejsza, ale według danych Polskiego Instytutu Ekonomicznego tylko w 2018 r. **WARTOŚĆ SZTUCZNIE WYTRANSFEROWANYCH Z POLSKI ZYSKÓW FIRM SIĘGNĘŁA 17 MLD ZŁ**. *W 2019 roku najwięcej podatku od osób prawnych zapłaciły banki. Część firm nie zapłaciło podatków z różnych względów, a część tylko ułamek swojego urobku.*



Tekst: **Paweł Bednarz**

W lipcowym raporcie Polski Instytut Ekonomiczny wskazuje, że dochody z CIT w Polsce w ostatnich kilku latach rosną wyraźnie szybciej niż PKB. W latach 2014-2019 wartość nominalna dochodów z CIT zwiększyła się aż o 72 proc. – z 30 do 51 mld zł.

eprasa.pl 89dd828872

W tym czasie PKB w cenach bieżących wzrosło o 32 proc. W konsekwencji udział dochodów z CIT w PKB wzrósł prawie o jedną trzecią – z 1,7 do 2,2 proc. Mimo tego wzrostu dochody z CIT wciąż stanowią niewielką część całkowitych dochodów publicznych w Polsce – mniejszą niż w większości państw UE. W 2018 r. odpowiadały one za 5 proc. dochodów państwa. Średnio w państwach UE udział tego podatku to 7 proc. Podobna różnica między Polską a innymi państwami UE występuje w zakresie udziału dochodów z CIT w PKB. W 2018 r. średnio w państwach UE udział ten wyniósł 2,9 proc. – o prawie 40 proc. więcej niż w Polsce.

PIE wskazuje ponadto, że w 2018 r. luka CIT wyniosła 22 mld zł, a to o 35 proc. mniej niż w 2014 r. W relacji do PKB jej wartość spadła w latach 2014-2018 dwukrotnie – z 2,0 do 1,0 proc. Spadkowi luki sprzyjała dobra koniunktura gospodarcza w badanym okresie, a także poprawa ściągalności tego podatku, będąca efektem licznych działań uszczelniających podjętych przez Ministerstwo

eprasa.pl 89dd828872

Finansów. W swojej analizie instytut wskazuje, że coraz większym wyzwaniem jest zjawisko sztucznego transferowania zysków przez przedsiębiorstwa za granicę. Wartość wytransferowanych z Polski zysków w 2018 r. wyniosła 17 mld zł. To przełożyło się na ponad 3 mld zł strat dla budżetu państwa i samorządów.

– Co więcej, w odróżnieniu od całkowitej luki CIT, ubytek wynikający z transferowania zysków za granicę był w badanym okresie coraz wyższy – w 2014 r. wynosił 2,3 mld PLN (0,13 proc.PKB), a w 2018 r. już 3,2 mld PLN (0,15 proc. PKB). Największa część zysków sztucznie transferowanych z Polski trafia do Irlandii, Luksemburga i Niderlandów - czytamy w analizie.

Masz stratę - nie płacisz podatku

Z opublikowanych we wrześniu przez resort finansów indywidualnych danych podatników CIT widać, że nie wszyscy zapłacili w 2019 roku podatek. Wybraliśmy kilka firm, kierując się wielkością przychodu

eprasa.pl 89dd828872

(z pominięciem FIZ) i zapytaliśmy, z czego to wynika. Okazuje się, że sytuacja przedsiębiorców jest skomplikowana i ma różny koloryt. Spółka Cinkciarz.pl miała w ub. roku 19 mld zł przychodu, ale nie wykazała przy tym żadnego dochodu. Kamil Sahaj odpowiedział nam, że

> *spółka, „jako fintech prowadzi projekty badawczo-rozwojowe, co* **DAJE SPÓŁCE MOŻLIWOŚĆ KORZYSTANIA Z BENEFITÓW USTAWOWYCH** *dla podatników podatku dochodowego”.*

8,5 mld zł przychodu zanotował należący do Leszka Czarneckiego Getin Noble Bank, ale również nie wykazał zysku. Przedstawiciele banku odpowiedzieli nam, że podatek nie był należny, bo bank odnotował stratę podatkową. Podobnie wygląda sytuacja z Idea Bankiem (6,5 mld zł przychodu).

- Idea Bank w 2019 roku zanotował stratę na poziomie wyniku finansowego, co przełożyło się

eprasa.pl 89dd828872

również na wynik podatkowy Banku i zanotowaną stratę podatkową w tym okresie. W związku z tym nie powstało zobowiązanie podatkowe Banku z tytułu podatku CIT w 2019 roku - czytamy w oświadczeniu.

Podobna sytuacja spotkała Towarzystwo Ubezpieczeń Aegon, które w związku z sytuacją na rynku ubezpieczeniowym i finansowym w 2019 roku nie osiągnęło dochodu do opodatkowania. Nieco inaczej wyglądało to w Signify (6,7 mld zł przychodu). Elco van Groningen ze spółki wyjaśnił nam skąd taki stan rzeczy.

- Signify zawsze działa zgodnie z lokalnymi przepisami i regulacjami podatkowymi. W Polsce odnotowaliśmy historyczne straty podatkowe, które zostały przeniesione i odliczone w 2019 roku na podstawie polskiego prawa podatkowego. W 2020 roku zaczęliśmy już płacić podatek dochodowy od osób prawnych - podkreślał.

CIT-u nie zapłacił również Empik. Powód był podobny jak w przypadku Signify. Przedstawiciele

eprasa.pl 89dd828872

firmy wyjaśnili nam, że w 2019 roku – podobnie jak w poprzednich latach – Empik nie zapłacił podatku CIT z powodu rozliczania znaczącej kwoty strat podatkowych z lat ubiegłych. Dodali także, że w 2020 roku kwota strat do rozliczenia z pewnością się powiększy z powodu zamknięcia sklepów w galeriach handlowych w związku z ograniczeniami epidemicznymi.

Sporo, szczególnie przy powracającym jak bumerang temacie opodatkowania sklepów wielkopowierzchniowych, mówi się o płaceniu podatku przez sieci handlowe. Najwięcej podatku CIT zapłacił Jeronimo Martins - 624 mln zł. Zanim uplasował się Lidl - 97 mln zł, Carrefour - 40 mln zł i Tesco - 5,6 mln zł.

Kto najwięcej zapłacił?

Największy podatek zapłacił PKO BP. Zostawił w budżecie 1,37 mld zł. Tuż za nim uplasował się bank ING, który zapłacił 776 milionów złotych, a ostatnie miejsce na podium zajął Santander Bank z wynikiem 751 mln złotych. Za czołówką znalazły

eprasa.pl 89dd828872

się m.in. bank Pekao - 746 mln złotych oraz Orlen - 736 mln złotych.

Sporo do kasy państwa wpływa od producentów używek. Jeśli chodzi o branżę alkoholową, to największym płatnikiem CIT jest Kompania Piwowarska, która zasiliła kasę państwa kwotą 146 mln zł. Na drugim miejscu znalazła się Grupa Żywiec z wynikiem 46,4 mln zł CITu oraz Carlsberg Polska - 27,8 mln zł. Warto tutaj podkreślić, że państwo zarabia znacznie więcej na producentach używek, bo ich towary podlegają dodatkowym podatkom.

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 89dd828872

ZIMĄ OGRZEWANIE NIE POWINNO BYĆ DROŻSZE

Fot. 123rf

Nadchodząca zima, nie musi być wcale gorsza od poprzedniej. Po podwyżkach z przełomu ubiegłego roku **W TYM ROKU CENY NIE MUSZĄ PÓJŚĆ W GÓRĘ. WSZYSTKO JEDNAK ROZEGRA SIĘ JESIENIĄ.** *Wówczas to będzie kolejne okienko na składanie wniosków o podwyżkę taryf.*



Tekst: **Paweł Bednarz**

Urząd Regulacji Energetyki pisze nam, że procesy taryfowe dotyczące cen energii i gazu toczą się przeważnie jesienią. Wtedy wszystko się wyjaśni. Dotychczas, jeśli chodzi o ceny prądu dla odbiorców w gospodarstwach domowych, prezes URE zatwierdzał je w grudniu 2019 i styczniu 2020 roku. W pierwszym kwartale tego roku wszyscy czterej sprzedawcy złożyli do URE

eprasa.pl 89dd828872

wnioski o zatwierdzenie nowych bądź zmianę obowiązujących taryf, jednak prezes URE odmówił tym firmom zmian cen.

Warto podkreślić, że ceny taryfowe zatwierdzane przez prezesa URE dotyczą 63 proc. odbiorców (zaś 37 proc. z ofert wolnorynkowych). W liczbach bezwzględnych – przedstawia – jest to ok. 9,7 mln odbiorców (klienci Enei, Energii, Tauronu i PGE), a 5,6 mln z cennika wolnorynkowego sprzedawców prądu.

Jeśli zaś chodzi o gaz, to w tym roku mieliśmy już jedną obniżkę w czerwcu. URE wskazuje, że w tej chwili w Urzędzie nie ma żadnych postępowań taryfowych, które skutkowałyby zmianami cen dla odbiorców w gospodarstwach domowych.

Podwyżki już były

W grudniu ub. roku prezes Urzędu Regulacji Energetyki zatwierdził taryfy na sprzedaż energii dla Tauronu, Enei i Energa Obrót. Wskutek nowych taryf rachunki odbiorców energii w gospodarstwach

eprasa.pl 89dd828872

domowych (grupa G11) poszły w górę o ok. 9 złotych miesięcznie. Taryfy zostały zatwierdzone na okres wnioskowany przez przedsiębiorstwa; tj. taryfa Enei - do 31 marca 2020 r., natomiast taryfy Energa Obrót i Tauron Sprzedaż - do końca 2020 roku. W styczniu 2020 roku zatwierdzono podwyżkę dla PGE. Tam zaakceptowano podwyżkę na poziomie 11,6 proc.

> *Warto przypomnieć, że w 2019 roku* **CENY ENERGII DLA GOSPODARSTW DOMOWYCH BYŁY ZAMROŻONE** *na poziomie z poprzedniego roku.*

Od stycznia 2020 r. uregulowane ustawą z grudnia 2018 roku ceny prądu już nie obowiązują. URE w październiku wezwał tzw. sprzedawców z urzędu - cztery największe firmy prowadzące sprzedaż energii elektrycznej - do przedłożenia wniosków taryfowych na 2020 rok. Wnioski od spółek obrotu PGE, Enei, Energi i Taurona wpłynęły 15 listopada.

eprasa.pl 89dd828872

Sytuacja wygląda nieco inaczej jeśli chodzi o ciepłownictwo. Tam stawki opłat za ogrzewanie ustalają administratorzy i zarządcy, właściciele nieruchomości wielolokalowych, którzy obierają je od producentów. Bogusław Regulski, wiceprezes Zarządu Izby Gospodarczej Ciepłownictwo Polskie podkreśla, że czynników cenotwórczych jest wiele. W tym roku jednak należy się spodziewać lekkiego wzrostu cen.

- Nie jest tajemnicą, że rosną ceny ciepła dostarczanego z systemów ciepłowniczych. Jest to efekt znaczących zmian kosztów działalności przedsiębiorstw ciepłowniczych, wywołanych najpierw sytuacją na rynku węgla, która wywołała podwyżkę jego cen oraz od drugiej połowy roku 2018 drastycznym wzrostem cen uprawnień do emisji CO_2. Zatwierdzane przez prezesa URE ceny i stawki opłat za ciepło uwzględniają, chociaż z pewnym opóźnieniem, te zmiany. Stąd też biorą się ich wzrosty, które nadal będziemy odczuwać w roku 2020 – mówi Bogusław Regulski.

eprasa.pl 89dd828872

Dodaje też, że w raporcie prezesa URE „Energetyka cieplna w liczbach 2019" można znaleźć informację, że skumulowany wzrost kosztu jednostkowego energii w węglu pomiędzy rokiem 2017 a 2019 wzrósł o ponad 26 proc.

> *W tym samym czasie koszt jednostkowy, bilansowania emisji CO_2 dla produkcji ciepła, wynikający z cen rynkowych uprawnień,* **SKOCZYŁ PRAWIE CZTEROKROTNIE.**

- To przełożyło się w tym okresie na ponad 8-procentowy wzrost cen ciepła i niestety na spadek rentowności działalności sektora do poziomu prawie 3 procent poniżej zera. Wzrost kosztów bilansowania emisji CO_2 jest pochodną polityki klimatycznej. W naszych warunkach, gdzie dominującym paliwem w systemach ogrzewania jest węgiel, te dwa elementy generalnie wpływają na poziom kosztów przedsiębiorstw ciepłowniczych. Przed nami wyzwania euro-

eprasa.pl 89dd828872

pejskiej polityki klimatycznej wiążące się z ogromnym wysiłkiem inwestycyjnym. To też będzie generować koszty. Trudno jednak na dzisiaj powiedzieć, jaki będzie ich wpływ na ceny ciepła- mówi Bogusław Regulski.

Co z węglem?

Węgiel wciąż króluje w polskich piecach. Jest to ewenementem, jeśli chodzi o kraje Unii Europejskiej. Z danych GUS wynika, że jego rola jednak spada, a liczba gospodarstw domowych zużywających paliwa stałe zmniejszyła się w okresie 2002-2018 o 7,2 proc. Tylko pomiędzy 2015 a 2018 rokiem udział gospodarstw domowych używających węgla do ogrzewania pomieszczeń spadł z 40,4 proc. do 36,5 proc. Paliwo to ustępowało tylko wykorzystywanemu przede wszystkim w blokach ciepłu z sieci (40,4 proc.). Największy spadek w tej kategorii zaliczyło drewno opałowe (z 41,7 proc. na 28,8 proc.).

Łukasz Horbacz prezes Izby Gospodarczej Sprzedawców Polskiego Węgla w rozmowie z „Wprost”

eprasa.pl 89dd828872

mówi, że w tym roku ceny będą się kształtować na poziomie z roku ubiegłego. – Dotychczas nie widać większych podwyżek – mówi.

Jesienią ub. roku Izba zaprezentowała swoje badanie przeprowadzone przez Kantar. Wynikało z niego, że najchętniej Polacy spalają tzw. sortymenty średnie, czyli groszek oraz ekogroszek, co według autorów raportu wskazuje na stopniowe wymienianie przestarzałych kotłów na nowe. Według badania koszt ogrzewania domu węglem wyniósł przeciętnie 2800 zł za cały okres palenia w piecu. Było to o 4 proc. więcej niż jeszcze w rok wcześniej. Ponadto, ogrzewanie węglowe stanowi znaczne obciążenie dla domowego budżetu. 34 proc. ankietowanych przez Kantar osób przyznało, że na zakup węgla wydaje więcej niż jedną dziesiątą swoich dochodów. Oznacza to, że w takiej sytuacji jest ponad 1,5 mln gospodarstw domowych, czyli ok. 4,5 mln osób.

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 89dd828872



eprasa.pl 89dd828872

Biznes



DLACZEGO BANK ODMAWIA CI RESTRUKTURYZACJI?

Poradnik przedsiębiorcy

Fot. Shutterstock

eprasa.pl 89dd828872

„Ludzie nie powinni widzieć, jak robi się kiełbasę i politykę" – miał ponoć powiedzieć Otto von Bismarck. Bankowcy chętnie dorzuciliby do tej grupy także swoją dziedzinę. W wiadomym celu: aby **PRZYKRYĆ PIĘKNYM PI-AREM LICZNE PRZEKRĘTY**, *często dokonywane na ogromną skalę. Dziś właśnie o takim przypadku.*



Tekst: **Krzysztof Oppenheim**

Odwołam się najpierw do własnych doświadczeń. Pierwszy raz zetknąłem się zawodowo z bankowością w marcu 1993 roku. Wtedy właśnie rozpocząłem pracę w krakowskim Banku Przemysłowo–Handlowym, gdzie zostałem zatrudniony na stanowisku specjalisty ds. promocji. Nie mając żadnej wiedzy w dziedzinie bankowości, wprost zapytałem głównego księgowego: a na czym

eprasa.pl 89dd828872

się w banku najlepiej zarabia? Jak to na czym – usłyszałem w odpowiedzi – na kredytach!

Gdybym dziś na podobne pytanie miał odpowiedzieć, w sumie odpowiedź byłaby prawie taka sama. Ale, jak wiadomo, „prawie" robi czasem różnicę. Jak więc ta odpowiedź wygląda, wedle stanu na dziś? O tak: Banki najlepiej zarabiają na niespłacanych kredytach

Zaraz, zaraz – pewnie usłyszę – chyba się Pan pomylił? Nie, proszę Państwa, nie myli się mistrz taki (to tylko cytat z polskiej klasyki, nie jestem aż tak bardzo



Krzysztof Oppenheim

Ekspert finansowy, związany z bankowością od 1993 r. Specjalizuje się także m.in. w antywindykacji, pomocy frankowiczom oraz w upadłości konsumenckiej. Założyciel Fundacji Praw Dłużnika „Dłużnik Też Człowiek"

eprasa.pl 89dd828872

nieskromny – przyp. aut.). Mam więc wyjaśnić o co chodzi? No problem. Więc znowu przeskakujemy w czasie, tym razem do września 2008 roku.

Pewnego pięknego dnia (za to, że był piękny głowy nie dam – przyp. aut.), dokładnie był to 15. dzień września roku 2008, dowiedziałem się z mediów, że właśnie upadł rynek kredytów hipotecznych w USA. Znaczy zbankrutował Lehmann Brothers, ale zostało to tak zinterpretowane w naszym kraju, iż nastąpiła plajta amerykańskich „hipotek".

Jako, że siedziałem w tym czasie w kredytach hipotecznych bardzo mocno (tj. od 1998 roku), pierwszą moją myślą było, że coś tu nie gra. Bo jeśli faktycznie „przesilenie" w hipotekach nastąpiło w dnu 15. września 2008, to już 5-6 lat temu ten rynek był bardzo, bardzo zgniły. A przecież mamy ciągły monitoring stanu kredytów w każdym banku. Na dodatek w każdym kraju są odpowiedniki naszego KNF-u, czy też inne instytucje nadzorcze. Zatem słabość rynku „hipotek" nie mogła przez tak długi czas być niezauważona! A jednak to się wydarzyło.

eprasa.pl 89dd828872

Ale jak???

Z bankowego Archiwum X ...

W ten sposób, krok po kroku, zbliżamy się do skrzętnie ukrywanej, wielkiej tajemnicy współczesnej bankowości. Ja dotarłem do tej wiedzy dopiero w 2015 roku, kiedy sam doświadczyłem (na własnej skórze) absurdalności działań jednego z banków. Sporo mnie to kosztowało.

Otóż bankowcy wpadli na iście genialną metodę, jak można skutecznie – i zgodnie z prawem – ukrywać prawdziwe wyniki akcji kredytowej przed opinią publiczną. Pozwalają na to systemy księgowania, które prawie 100 lat temu wymyślono na Wall Street. Obecnie są w bankach stosowane powszechnie. Także w Polsce.

Konkretnie: w USA od lat 30. ubiegłego wieku, bankowa księgowość zaczęła działać na bazie amerykańskich standardów rachunkowości pod piękną nazwą Generally Accepted Accounting Principles. W skrócie GAAP.

eprasa.pl 89dd828872

Tylko gapy nie wykorzystują możliwości GAAP-y

Na co zatem pozwala system GAAP? Przede wszystkim na skuteczne ukrycie faktycznego wolumenu niespłacanych kredytów. Otóż, choć może wydawać się to zupełnie niewiarygodne, banki mogą wpisywać do rachunku wyników, wirtualne „przychody" z niespłacanych kredytów!

Krótko mówiąc: tam, gdzie powinna widnieć w wyniku finansowym strata, pojawia się dochód. Jak ładnie tę kwestię wyjaśniają bankowcy? Można na przykład w ten sposób:

„Możliwość wpisywania odsetek od niespłacanych kredytów wynika z zasady wyceny kredytu metodą zamortyzowanego kosztu. Wirtualne zyski z tego tytułu powinny być równoważone rzetelną kalkulacją odpisów".

Prawda, że brzmi to mądrze i wiarygodnie? Gdzie zatem tkwi sztuczka? Otóż wpisywanie „zysków" z niespłacanych kredytów to święte

eprasa.pl 89dd828872

prawo banków. Natomiast wykazywane, przyszłe straty z tego tytułu, mogą być dokonywane uznaniowo.

> *Daje to bankom* **MOŻLIWOŚĆ ZNACZĄCYCH ZAFAŁSZOWAŃ** *rzeczywistej skali strat ponoszonych na akcji kredytowej.*

W przypadku kiedy kredytobiorca przestaje spłacać kredyt, bank może podejrzewać stratę z tego tytułu. Wysokość tej straty (przy dobrym zabezpieczeniu nie jest 100 proc. niespłaconego kapitału) trzeba uwzględnić w księgowości. Nazywa się to „tworzeniem rezerw".

Niemniej jednak, skoro pozostawiono bankom dowolność w ocenie przyszłych strat, banki ochoczo z tej opcji korzystają, znacząco je zaniżając. W ten sposób bankowcy kreują zupełnie fikcyjną rzeczywistość. Oczywiście: korzystną dla siebie, tj. ukrywając faktyczny stan braków kasy w kasie.

eprasa.pl 89dd828872

Tu odwołam się do znakomitego filmu „Big Short" z 2015 roku, w którym pokazane jest jak to wygląda w praktyce. W jednej ze scen widzimy spotkanie bankowej śmietanki, co ma miejsce podczas konferencji w Las Vegas. Bankowcy oficjalnie przyjęli poziom strat z udzielanych na wielką skalę trefnych hipotek na 5 proc. wolumenu kredytów. Podczas gdy faktycznie wynosiła ona blisko... 50 proc. Co odkrył wcześniej i obnażył na forum owej konferencji jeden z bohaterów filmu – Mark Baum. Jest to zresztą jedna z najpiękniejszych scen z tego obrazu.

Zamieniał wodę w wino? I to ma być wielkie halo???

Ze Stanów ów iście „genialny" wynalazek został zaimplementowany w Europie. Potem także i w Polsce: tu zaczął obowiązywać od stycznia 2005 roku, tj. wkrótce po wejściu naszego kraju do Unii. Wówczas ten system został wprowadzony pod nazwą MSR 39 i był obowiązkowy dla wszystkich banków notowanych na giełdzie. Było to narzędzie narzucone Polsce

eprasa.pl 89dd828872

przez UE, gdzie ten standard księgowości działał pod nazwą IAS (skrót od: International Accounting Standards).

Jak się Państwo pewnie domyślają, w systemie MSR 39 także w pełni legalne było księgowanie „zysków" z niespłacanych kredytów. Wraz z jednoczesną własną, subiektywną oceną przyszłych strat z tego tytułu. Z początkiem 2018 roku, MSR 39 został zastąpiony systemem MSSF 9. Jednak możliwość robienia przez bankowców cudów, polegających na zamianie straty w zysk, pozostawiono w nowym systemie.

Jak zatem powyższa wiedza ma się do wielkiej niechęci bankowców do restrukturyzacji? Jest tajemnicą poliszynela, że najważniejszym i jedynym celem banków współczesnych jest zysk. Dodajmy: zysk wykazywany. Bo tego prawdziwego pewnie nie zna nikt... W rachunku zysku i strat niespłacany kredyt wychodzi korzystniej od takiego zobowiązania, które jest obsługiwane terminowo. Obecnie mniejsze są te różnice, ale jeśli cofniemy się np. 10 lat wstecz i poli-

eprasa.pl 89dd828872

czymy to na przykładzie kredytów „frankowych", widać czemu nie było chęci ze strony banków do rozwiązania tego problemu. Dochód na takim kredycie, jeśli był spłacany w walucie, było to zwykle od 2 do 4 pkt. proc. (odsetki w skali roku). Ale jeśli klient zaprzestał spłaty, bank miał prawo naliczać odsetki karne, które dochodziły nawet do 20 procent! Dodatkowym „zyskiem" na takim kredycie były inne opłaty, np. za monity.

> *Oczywiście z podobnymi „korzyściami" banków spotkamy się przy kredytach w rodzimej walucie. Bowiem zawsze* **PRZY BRAKU SPŁATY, BANK MOŻE NALICZYĆ SOBIE NAJWYŻSZE ODSETKI** *(karne) oraz dodatkowe koszty.*

Dlatego też bankowcy tak ustawiają procedury przy ewentualnej restrukturyzacji, aby bardzo trudno było przez nie przejść dłużnikowi. Prawie jak wielbłądowi przez ucho igielne...

eprasa.pl 89dd828872

Bank nie chce zwrotu kredytu, czyli z życia wzięte...

Inny przykład jak się powyższe przekłada na relację bank – kredytobiorca. Żeby nie szukać daleko: kilka dni temu miałem spotkanie z klientem, Panem Jarosławem, który przez parę miesięcy miał poważne problemy z płynnością finansową (został oszukany przez kontrahenta na duże pieniądze). Z tego powodu był zmuszony zaprzestać spłaty kredytu hipotecznego. Kiedy już Pan Jarosław się „odkuł", tj. odzyskał możliwość spłaty rat i zgłosił się do banku o powrót do regularnej spłaty, bank robi z tym ogromne problemy. Żąda m.in. udokumentowania sytuacji finansowej, kiedy jest jasne, że ostatni okres – czyli wtedy, gdy klient wpadł w dołek finansowy – w papierach wychodzi fatalnie.

Z treści pisma od banku jasno wynika, że kredytodawcy wcale nie zależy na zwrocie pożyczonej kasy. Można by więc uznać, że po drugiej stronie trafiliśmy na idiotów. Ale jeśli przeczytałeś uważnie treść

eprasa.pl 89dd828872

tej części Poradnika już wiesz, że bank robi to dla zwiększenia dochodów. Tych wykazywanych. Tak zostały ustawione procedury w tym banku, aby maksymalnie utrudnić kredytobiorcy zawarcie porozumienia w zakresie restrukturyzacji.

Moim skromnym zdaniem: jest to największy bankowy przekręt, na dodatek ogólnoświatowy. Co ciekawe, winowajców nie można w żaden sposób ukarać, bo działają zgodnie z prawem. Tyle, że sami je sobie wymyślili i ustanowili. Pewnie z pomocą sponsorowanych przez sektor finansowy, chciwych polityków (aczkolwiek ci pewnie i tak z tego nic nie rozumieją).

Dlatego też – nie bójmy się nie spłacać kredytów. Wszak dzięki temu bank więcej zarobi, więc jakby idziemy kredytodawcy na rękę! Nie oznacza to, że w każdym przypadku należy ignorować zobowiązania wobec instytucji finansowych. Jeśli bowiem dana osoba wzięła kredyt, nie jest to lichwa, ani toksyczna hipoteka frankowa i mamy środki na kolejne raty – jak najbardziej zalecam spłatę zobowiązań. Ale są też

eprasa.pl 89dd828872

inne sytuacje, o których opowiem już za tydzień w kolejnym odcinku Poradnika, który ukaże się pt.

W jakich sytuacjach odradzam spłatę kredytu?

© Wszelkie prawa zastrzeżone



Fot. Shutterstock

eprasa.pl 89dd828872

SUBSKRYBUJESZ ZYSKUJESZ!

WPROST PREMIUM W SUPER CENIE
+ TIDAL PREMIUM W PREZENCIE!

PEŁNY DOSTĘP

DO NAJLEPSZYCH TREŚCI WPROST
ORAZ MILIONÓW UTWORÓW
I TELEDYSKÓW TIDAL
TERAZ NA WYCIĄGNIECIE RĘKI!

W.

TYLKO
139 zł/rok
~~199 zł~~

TIDAL

SPRAWDŹ NA
CYFROWY.WPROST.PL





50 NAJBOGATSZYCH Polek

Ilustracja: Justyna Kisielewicz

eprasa.pl 89dd828872

PRAWDZIWE MILIONERKI

Najbogatsze Polki to nie te wystrojone w kreacje od Coco Chanel z torebką Louis Vuitton na ramieniu. Z dala od ścianek, fleszy i całego blichtru rozwijają **BIZNES, WART MILIONY, JAK NIE MILIARDY ZŁOTYCH**. *Kim są najzamożniejsze kobiety w kraju i jak dorobiły się swoich fortun?*



Tekst: **Szymon Krawiec**

Co roku pojawia się ten sam zarzut, że bogatych kobiet w Polsce nie ma. Że ta pięćdziesiątka z naszego rankingu to tak naprawdę liga żon. Pań, które bogato wyszły za mąż, odziedziczyły fortunę w spadku albo sprytnie wzięły rozwód. My mamy dowody na to, że jest inaczej.

Fot.

eprasa.pl 89dd828872

50 NAJBOGATSZYCH POLEK

Dzisiaj kobiecy biznes to nie tylko szminki, biustonosze i wstrzykiwanie botoksu. Kobiety z naszej listy tworzą prototypy ogniw fotowoltaicznych, produkują systemy przytwierdzania szyn kolejowych, pracują nad systemami do autonomicznego kierowania pojazdów. Tak, takie firmy są w Polsce prowadzone przez kobiety, nie mężczyzn.

Próg wejścia

Żeby w tym roku zyskać tytuł jednej z najbogatszych Polek, trzeba było mieć przynajmniej 53 mln zł. To o okrągły milion więcej niż przed rokiem. Taką kwotę uzbierały dwie panie, które zajmują ostatnie miejsca w rankingu. W sumie wszystkie bohaterki mają majątek wart ponad 28 mld zł. Niby to najwięcej w historii, ale wprowadzając taką kwotę na orbitę globalnych miliarderów, wychodzi, że 50 najbogatszych Polek ma mniej więcej taki sam majątek, jak jeden amerykański George Lucas,

eprasa.pl 89dd828872

znany producent filmowy, twórca „Gwiezdnych wojen".

Wśród najbogatszych Polek są znane nazwiska: dr Ireny Eris, Barbary Inglot, Grażyny Kulczyk, Elżbiety Grycan. Ale pojawiło się też sporo nowych kobiet, o których jeszcze parę lat temu mało kto słyszał.

Kremy i jedzenie

W jakich branżach panie mogą najszybciej dorobić się dużych pieniędzy? Można popatrzeć na branże, które najczęściej pojawiają się w naszym zestawieniu, a to przede wszystkim: artykuły spożywcze i kosmetyki. Teresa Mokrysz od cappuccino z Mokate. Barbara Komorowska od jogurtów Bakoma. Ewa Lechowska od przypraw Prymat. Urszula Siecińska od łososia Suempol. Elżbieta Grycan czy siostry Koral od lodów. Powiedzmy, że to już znane marki z tradycjami, ale we własną żywność zaczęły inwestować przecież nie od tak dawna Anna Lewandowska

eprasa.pl 89dd828872

i Ewa Chodakowska. Dwie propagatorki zdrowego trybu życia wypuściły na rynek produkty spożywcze sygnowane swoim nazwiskiem.

> *Dużą kategorię bogactwa stanowią też* **PANIE Z BRANŻY KOSMETYCZNEJ.** *Są weteranki naszej listy, które były na niej już od samego początku,*

jak dr Irena Eris od kremów, Barbara Inglot od makijażu czy Dorota Soszyńska od dermokosmetyków AA. Ale są też inne bohaterki, które reprezentują całkowicie nową gałąź gospodarki pod roboczą nazwą: „Robienie paznokci". To na przykład Magdalena Malaczyńska z Indigo Nails, która w parę lat zbudowała potężny biznes, a swoje lakiery sprzedaje już na czterech kontynentach. Kamila Błażejewska, która została jedną z największych dystrybutorek lakierów hybrydowych w naszej części Europy. Jest

eprasa.pl 89dd828872

Sylwia Gołębiewska, nazywana polską królową manicure, która prowadziła własny program w TVN Style, gdzie wzorem „Kuchennych Rewolucji" Magdy Gessler nie naprawia restauracji, a gabinety kosmetyczne. W biznesie jest współwłaścicielką spółki Nesperta od znanych paznokciowych marek Semilac i HyHybrid.

Ciężki kaliber

Jest też wiele pań, których firmy zarabiają miliony, a założę się, że mało kto o nich w ogóle słyszał. Nie udzielają wywiadów, nie pozują na ściankach, nie opowiadają, za ile kupiły sobie torebkę. Kto słyszał o Iwonie Przybyło, która jest jednym z największych sprzedawców elektroniki w naszej części Europy? O Zofii Mikołuszko, której firma buduje drogi i mosty oraz sprzedaje domy modułowe Skandynawom? Ewie Sałek handlującej częściami do samochodów ciężarówek czy maszyn budowlanych?

eprasa.pl 89dd828872

50 NAJBOGATSZYCH POLEK

Pieniądze kochają kobiety i dzisiaj biznes robią na wszystkim. Budują elektrownie wiatrowe, montują szyny, odlewają aluminium. Historie 50., tych które odniosły największy sukces w specjalnym wydaniu „Wprost”.



eprasa.pl 89dd828872



eprasa.pl 89dd828872

Zagranica

CHIŃSKIE TAJEMNICE WATYKANU



Fot. Kyodo News Stills via Getty Images

28872

Im gorsze relacje między Watykanem i USA, tym **PAPIEŻ FRANCISZEK BARDZIEJ SZUKA POROZUMIENIA Z CHINAMI**. *Pekin przygląda się temu z dystansu*



Tekst: **Agaton Koziński**

Jeśli komuś się wydaje, że ambasador USA w Warszawie Georgette Mosbacher nadmierne wtrąca się w polską politykę, to znaczy, że nie wie, jak daleko są w stanie posunąć się Amerykanie w połajankach pod adresem innych. Ostatnio przekonał się o tym Watykan. Wystarczyło, żeby pojawiła się informacja, że Stolica Apostolska planuje przedłużyć obowiązywanie porozumienia podpisanego dwa lata temu z Chinami, by natychmiast rozległy się głosy krytyki ze strony USA. I to krytyki naj-

eprasa.pl 89dd828872

cięższego kalibru – bo zgłoszonej przez Departament Stanu.

„Święta Stolica ma wyjątkową okazję do tego, by skupić uwagę świata na pogwałceniu praw człowieka, szczególnie przez takie totalitarne reżimy jak chiński. Pod koniec XX wieku siła Kościoła jako świadka moralności inspirowała tych, którzy wyzwolili Europę Środkowo-Wschodnią od komunizmu. (...) Ta sama siła świadka moralności powinna zostać teraz użyta przeciwko Chińskiej Partii Komunistycznej" – napisał Mike Pompeo, sekretarz stanu USA, w artykule opublikowanym przez katolicki miesięcznik „First Things".

Cały artykuł jest dość długi i utrzymany w tonie mocno krytycznym. Pompeo wymienia w nim przykłady ataków na poszczególne grupy religijne ze strony chińskich władz wskazując, że prześladowania dotykają też chrześcijan. Dowodzi, że podpisane w 2018 r. porozumienie z Pekinem w żaden sposób nie poprawiło losu katolików w Państwie Środka. I kończy apelem wzywającym Kościół do tego,

eprasa.pl 89dd828872

by walczyły z tyranią oraz stawiały Boga ponad autokratycznymi władzami.

Trudno sobie wyobrazić ostrzejsze sformułowania. One były tak mocne, że Watykan – tradycyjnie bardzo oszczędny w słowach – odpowiedział na nie, zarzucając Pompeo próbę wciągnięcia papieża do kampanii wyborczej w USA. Odrzucono także jego prośbę o audiencję u Franciszka. Amerykański sekretarz stanu pod koniec września był w Rzymie, jednak papieża nie zobaczył. Oficjalnie Watykan argumentował, że ojciec święty nie zwykł spotykać się z politykami walczącymi w wyborach. Tyle że Pompeo nigdzie nie kandyduje.

Jednocześnie Stolica Apostolska podkreśliła, że **NIE ZAMIERZA KIEROWAĆ SIĘ SUGESTIAMI PŁYNĄCYMI Z USA.** *Wszystko wskazuje na to, że wygasające 22 października porozumienie między Chinami i Watykanem zostanie przedłużone.*

eprasa.pl 89dd828872

„To sprawa, która nie ma nic wspólnego z amerykańską polityką. To sprawa między Kościołami i nie powinna być wykorzystywana do innych celów” – komentował krytykę kard. Pietro Parolin, watykański sekretarz stanu, jeden z architektów porozumieniami z Chinami.

Wyraźnie widać, że Watykanowi bardzo zależy na tej umowie. Bardziej niż Pekinowi. Skąd ta determinacja u papieża Franciszka?

Do Chin? Choćby jutro

Najpierw kilka słów osadzających tę umowę w kontekście historycznym. Chiny i Watykan nie utrzymują stosunków dyplomatycznych od 1951 r. – de facto od momentu, gdy w Pekinie zainstalował się komunistyczny reżim Mao Zedonga. Od tamtej pory na linii Rzym-Pekin wiało chłodem. Władze chińskie wszelką aktywność katolików w swoim kraju traktowali jako działalność szpiegowską. Wielu chrześcijan zostało zamordowanych. Sprawowane mszy było (do 1978 r.) zakazane. W 2000 r. Jan

eprasa.pl 89dd828872

Paweł II kanonizował 120 chińskich katolików – co władze w Pekinie jednoznacznie odebrały jako gest wrogi wobec nich.

> *Ale w XXI wieku* **STOLICA APOSTOLSKA ZACZĘŁA PRÓBY OCIEPLENIA TYCH RELACJI.** *Politykę uśmiechu prowadzi przede wszystkim papież Franciszek.*

W 2014 r. – lecąc do Korei z podróżą apostolską – wysłał z pokładu samolotu telegram do chińskiego prezydenta Xi Jinpinga o następującej treści: „Wlatując do chińskiej przestrzeni powietrznej, przekazuję najlepsze życzenia Jego Ekscelencji i jego rodakom i proszę o błogosławieństwo pokoju i dobrobytu dla narodu". W wywiadach podkreślał, że bardzo chętnie by przybył z pielgrzymką do Pekinu. „Czy chcę pojechać do Chin? Ależ oczywiście! Choćby jutro! Szanujemy naród chiński" – mówił Franciszek w czasie wizyty apostolskiej na Filipinach w 2015 r.

eprasa.pl 89dd828872

Równoległe rozwijała się dyplomacja między dwoma stolicami na niższym szczeblu. Jej efektem było podpisanie porozumienia dwa lata temu. Nie była to klasyczna umowa o przywróceniu stosunków dyplomatycznych, bardziej układ regulujący sposób funkcjonowania biskupów w Chinach. Innymi słowy, podpisano umowę techniczną, będącą dwuletnią próbą, jak wzajemne relacje między stolicami mogłyby wyglądać. I trudno uznać tę próbę za szczególnie udaną. W Chinach dalej prześladowano katolików, chińscy hakerzy atakowali watykańskie strony internetowe, prawami człowieka władze w Pekinie przejmowały się po podpisaniu umowy z Watykanem dokładnie tak samo jak przed nim.

Papież Franciszek w 2018 r. argumentował, że celem tymczasowym jest „utrzymanie i rozwój głoszenia Ewangelii w Chinach oraz odbudowanie pełnej i widzialnej jedności Kościoła". Trudno uznać te postulaty za spełnione. Sytuacja chińskich katolików jest tak trudna, że boją się oni przychodzić modlić do już istniejących kościołów

eprasa.pl 89dd828872



Amerykański sekretarz stanu był w Rzymie, ale **PAPIEŻA NIE ZOBACZYŁ.** *(Musiało mu wystarczyć spotkanie z Pietro Paolim – zdjęcie z 1.10.2020).*

Fot. VATICAN MEDIA / Reuters / Forum

w ich kraju – bo boją się, że w ten sposób wyda się to, jaką religię wyznają i będą z tego powodu prześladowani.

A jednak wyraźnie widać, że Stolica Apostolska jest gotowa przedłużyć obowiązywanie umowy. Ba, że bardzo jej na tym zależy. Chce to zrobić, mimo że trudno dostrzec jakikolwiek jej efekt. „To można było przewidzieć od początku. Przy tej umowie wszystko wygląda źle" – komentuje je na łamach „Foreign Policy" Benedict Rogers, brytyjski ekspert od Dalekiego Wschodu i wolności religijnych.

Annus Horribilis

Sama treść umowy jest tajemnicą. Wiadomo, że ogólnie porządkuje ona kwestię mianowania biskupów – w jej wyniku odbywa się to po uzgodnieniach z Watykanem (wcześniej Pekin decydował o tym, kto może być biskupem w Chinach nie czekając na decyzje podejmowane za Spiżową Bramą). Podpisanie tego porozumienia sprawia, że w Państwie Środka istnieje spójny system zarządzania chińskim Kościołem,

eprasa.pl 89dd828872

respektowanym przez władze w Pekinie oraz przez biskupa Rzymu.

Ale czy jest w niej coś więcej? Nie wiadomo. Wiadomo natomiast, że ten

> **DOKUMENT OBRÓSŁ TYLOMA NIEDOPOWIEDZENIAMI I DOMYSŁAMI,** *że nawet jak na standardy watykańskie ich stężenie jest wyjątkowo wysokie.*

I tym bardziej budzi spekulacje, o co tak naprawdę chodzi w tym porozumieniu.

Bo też trzeba pamiętać o sytuacji, w której dochodziło do jego podpisania. Doszło do tego w 2018 r. – roku, który powszechnie w Watykanie określany jest jako Annus Horribilis. W jednym momencie nałożyły się na siebie skandale z najróżniejszych stron świata. Raport Wielkiej Ławy Przysięgłych Pensylwanii wykazał ogromną skalę molestowania nieletnich przez duchownych oraz próby tuszowania tego przez hierarchów. W tym samym roku wybuchł skandal

eprasa.pl 89dd828872

pedofilski w Chile, który zmusił Franciszka do wymuszenia dymisji wszystkich biskupów w tym kraju. Także w 2018 r. światło dzienne ujrzał raport opisujący ogromną skalę nadużyć seksualnych ze strony duchownych w Niemczech.

Papież musi ustąpić?

Nic dziwnego, że w tej powodzi fatalnych informacji Watykan starał się mieć jakiś sukces. Przełom w relacjach z Chinami mógł spełnić taką rolę. Oddzielna sprawa, że atmosfera jego podpisania daleka była od tonu triumfalizmu.

I nie chodzi tylko o sam fakt podpisania tej umowy. Także o okoliczności. Bo jednym z hierarchów ją negocjujących był amerykański kardynał Theodore McCarrick. Złożył on (w ciągu 20 lat) przynajmniej osiem wizyt w Pekinie jako wysłannik Watykanu, rozmawiając o tym porozumieniu. Problem w tym, że w międzyczasie pojawiały się wobec niego poważne oskarżenia o pedofilię – tak poważne, że McCarrick już w 2006 r. zrezygnował z funkcji

eprasa.pl 89dd828872

arcybiskupa Waszyngtonu i otrzymał polecenie z Watykanu wycofania się z wszelkiej działalności publicznej. Późniejsze śledztwo w jego sprawie wykazało tak ogromną skalę nadużyć, że w 2018 r. został w ogóle wydalony ze stanu duchownego.

Zanim do tego jednak doszło (ale już po jego zawieszeniu), McCarrick latał do Pekinu i angażował się w negocjacje w tamtejszymi władzami. Abp Carlo Viganò postawił otwarcie zarzut (doszło do tego także w roku 2018), że McCarrick działał bezpośrednio z polecenia kard. Parolina. Zresztą w głośnym liście Viganò posunął się dużo dalej w oskarżeniach i wezwał papieża Franciszka do ustąpienia, zarzucając mu tuszowanie przestępstw, do których McCarrick dopuścił się w USA.

Zarzuty Viganò odbiły się głośnym echem w Kościele. Znany watykanista Andrea Tornielli (dziś dyrektor wydawniczy mediów watykańskich) w książce „Dzień sądu” niemal wprost oskarżył Viganò o wykorzystywanie tej sprawy do walki o władzę w łonie Kościoła. Akurat ta sprawa niewiele

eprasa.pl 89dd828872

wspólnego miała z umową z Chinami, dotyczyła przede wszystkim innych koncepcji roli Kościoła we współczesnym świecie (biskupi amerykańscy często zarzucają Franciszkowi, że proponowana przez niego doktryna jest zbyt „miękka"), ale nie zmienia to faktu, że w jednym roku doszło w Watykanie do kumulacji zdarzeń rzadko spotykanej. I nie dziwi, że Stolica Apostolska bardzo chciała wtedy osiągnąć jakikolwiek sukces – nawet tak kontrowersyjny jak porozumienie z Pekinem.

Dlaczego Watykan dalej idzie tą drogą? Tym bardziej, że

> *wyraźnie widać, że* **POROZUMIENIE Z PEKINEM JEST ASYMETRYCZNE** *w tym sensie, że jednej stronie mocniej na nim zależy niż drugiej.*

Dla Stolicy Apostolskiej jej podpisanie i przedłużenie to sygnał, że jest ona w stanie prowadzić samodzielną politykę, bez kierowania się opiniami innych.

eprasa.pl 89dd828872

Strona watykańska argumentuje też, że stara się być mostem między Chinami i Zachodem, że próbuje w ten sposób przezwyciężyć wzajemny brak zaufania, będący konsekwencją wzajemnej historii. Być może tak jest. Gdyby Franciszkowi udało się zrealizować swój wielki cel i złożyłby wizytę w Chinach, pokazałby, że jest nie tylko liderem duchowym, ale też politykiem umiejącym konsekwentnie realizować własną wizję.

Ale póki co jest od tego bardzo daleki. I wystawia się na ryzyko takich słów, jakie skierował pod adresem Watykanu Mike Pompeo.

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 89dd828872



Fot. OLIVIER DOULIERY/AFP/East News

DEBATA TRUMP BIDEN TO APOGEUM DEMOKRACJI

Zagranica

W Europie na żenujące starcie kandydatów na prezydenta USA patrzymy z politowaniem. Dwóch starców wyzywających się bez ładu i składu jak sztubaki w piaskownicy to przecież najlepszy dowód na to, że Ameryka się skończyła. Jest dokładnie przeciwnie. Obaj panowie wskoczyli ochoczo na falę prymitywnych zapasów w kisielu mediów społecznościowych, pokazując **KIERUNEK, W KTÓRYM ZMIERZA CAŁA ŚWIATOWA POLITYKA**.



Tekst: **Jakub Mielnik**

Dyżurne chamy i pieniacze polskiej polityki powinni poczuć się dowartościowani. Bo skoro ludzie rywalizujący o najważniejszy urząd w najważniejszej i najwspanialszej demokracji świata zachowują się jak podwórkowi krzykacze, to w czym gorsze są nasze polityczne

eprasa.pl 89dd828872

spektakle? Donald Trump i Joe Biden, obaj w sędziwym wieku, sugerującym coraz mniejszy kontakt z rzeczywistością, okazali się pionierami nowego gatunku politycznej debaty. Wycisnęli co się dało z umierającej formuły poważnych, wyważonych i kulturalnie moderowanych publicznych dyskusji o losach świata. Oni o losach świata oczywiście debatowali, ale nie był to świat wielkich idei i złożonych politycznych planów. Te już od dawna nie mają wielkiego znaczenia. Liczą się wyłącznie emocje, dlatego Trump i Biden dostarczyli nam emocjonującego widowiska na miarę czasów, w których pierdnięcie w tzw. mediach społecznościowych urasta do rangi politycznego wydarzenia. Tam nie było właściwie żadnych treści, były tylko emocje. Dla ich spotęgowania, zredukowano wszelkie niuanse i ozdobniki do niezbędnego minimum, zwartego w iście szekspirowskiej ripoście Joe Bidena, mówiącego do swojego rozwrzeszczanego rywala po prostu: zamknij się, człowieku!

eprasa.pl 89dd828872

Znikający punkt odniesienia

Dziś europejski salon prycha z wyższością nad zwierzęcym prymitywizmem, lejącym się zza oceanu. To niestety bardzo niebezpieczne zjawisko. Szczególnie w naszej części Europy, gdzie USA zawsze były jakimś punktem odniesienia do meandrów europejskiej polityki. Dla UE Ameryka to coraz bardziej strategiczny rywal niż sojusznik, ale w Europie Centralnej amerykańska sprawczość ciągle postrzegana jest jako przeciwwaga dla europejskiego kunktatorstwa. Amerykańskie stawianie spraw jasno i czasem na ostrzu noża jest ciągle przeciwieństwem nieskończonego maglowania na gładko spraw trudnych, praktykowanego z upodobaniem w Europie. Dość wspomnieć Nord Stream 2, czy mocno niejednoznaczny stosunek UE do agresywnej polityki Rosji.

Jeśli więc, jak widzi to kulturalna i dystyngowana Europa, amerykańska demokracja upada, pogrążając się w żenujących politycznych widowiskach,

eprasa.pl 89dd828872

to gdzie jest ten punkt odniesienia? Ano znika on bezpowrotnie, nie pozostawiając alternatywny dla europejskiego stylu myślenia, ze wszystkimi wadami, które skłaniały nas dotąd do szukania światła za oceanem.

Koniec reguł

A co jeśli to światło wcale nie słabnie? Jeśli

> *dwa geriatryczne koguty, szarpiące się o Biały Dom nie tylko* **DOPASOWAŁY SIĘ ZRĘCZNIE DO ERY TWITTERA I FACEBOOKA,**

ale wręcz zaadaptowały dla potrzeb demokracji praktyki, przypisywane dotąd tylko autokratom pokroju Putina czy chińskiego prezydenta Xi?

Trumpa i Bidena oskarża się obecnie w USA o złamanie świętych reguł demokratycznych debat i sprowadzenie demokratycznych procesów do żenującego poziomu ulicznej bójki.

eprasa.pl 89dd828872

Tylko czy ktoś jeszcze przestrzega jakiś reguł? Przecież powszechnie respektowanych zasad już właściwie nie ma. Wszystko dziś wolno, pod warunkiem, że odpowiednio się swoje działania przedstawi lub zakrzyczy. Stąd awantury o praworządność między UE a rządami Polski i Węgier, w których każda ze stron wytacza własne, równoprawne argumenty. Stąd strategia Wielkiej Brytanii, której rząd na ostatniej prostej negocjacji brexitowych z UE oświadcza, że nie będzie respektować podpisanych wcześniej z Brukselą porozumień. A co z Rosją, atakującą z bezczelną otwartością ościenne państwa, wspierającą otwarcie agresywne reżimy i mordującą w biały dzień swoich politycznych przeciwników? I co z samą UE, plączącą się w swoich demokratycznych i wolnościowych ideałach za każdym razem, gdy kolidują one z wielkim apetytem na oderwanie się od tej paskudnej Ameryki i zbudowanie z Rosją wielkiej, gospodarczej wspólnoty od Normandii po Władywostok?

eprasa.pl 89dd828872

Nowy Dziki Zachód

Dlatego na debatę Donalda Trumpa z Joe Bidenem należy patrzeć nie jako na klęskę, tylko wielki przełom w polityce szeroko rozumianego Zachodu. Konwenanse idą na bok. Można już przy stole pierdzieć i bekać, można przestać dyskutować i zacząć walić się po twarzach, choć na razie jeszcze nie na odlew, pięścią w ryj, tylko tak delikatnie, z przysłowiowego liścia. Na przykład wiążąc unijnej budżety z przestrzeganiem reguł, które sami bardzo wybiórczo w różnych sytuacjach stosujemy. Tak to się będzie teraz działo. Jeśli Zachód jest utożsamiany z demokracją, to dziadkowie Donald i Joe zrobili nam piękne wprowadzenie do nowego Dzikiego Zachodu.

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 89dd828872

Zagranica

O CO TURCY I ROSJANIE WALCZĄ RĘKAMI AZERÓW I ORMIAN W KARABACHU



Tekst: **Jakub Mielnik**

Fot. HANDOUT/AFP/East News

eprasa.pl 89dd828872





TOFIK BABAYEV/AFP/East News, HANDOUT/AFP/East News

eprasa.pl 89dd828872





TOFIK BABAYEV/AFP/East News (2)

turasa.pl 89d1828872





VAHRAM BAGHDASARYAN / Reuters / Forum, Brendan Hoffman/Getty Images

Pogłoski o tym, że Turcja zdradziła NATO i zawarła dozgonną przyjaźń z Moskwą okazały się mocno przesadzone. Prezydent **ERDOGAN JEST OBECNIE W OTWARTYM KONFLIKCIE Z PUTINEM** *niemal na wszystkich polach, od Libii i Syrii, po strategiczne dla UE projekty energetyczne na Morzu Czarnym i Śródziemnym. Konflikt nabrzmiał tak, że obie strony postanowiły upuścić sobie trochę krwi, wykorzystując stary spór Azerów i Ormian w Górskim Karabachu.*

Dziesiątki zabitych i setki rannych po obu stronach. Trwające od kilku dni w Górskim Karabachu walki między armiami Armenii i Azerbejdżanu nie wyglądają na starcie, które szybko się zakończy. Jego gwałtowności nie tłumaczą także w żaden sposób opowieści o zamrożonym konflikcie z czasów rozpadu ZSRR, który

eprasa.pl 89dd828872

podzielił podbite kiedyś przez Rosję narody Ormiański i Azerski. W konflikcie o ormiańską enklawę Karabach, odebraną Azerom w krwawej wojnie w latach 90. nic nigdy nie działo się bez zaangażowania głównych patronów skłóconych krajów. Owszem, od czasu do czasu dochodziło do drobnych utarczek granicznych, ale decyzję o tak zmasowanych walkach, jak te trwające obecnie obie armie i oba rządy zawsze konsultowały z sojusznikami. W przypadku Armenii sojusznikiem tym jest Moskwa, połączona historycznymi więzami z prawosławnymi Ormianami. W przypadku Azerbejdżanu jest to Turcja, wspierająca pokrewny językowo, etnicznie i religijnie naród.

To, że na Południowy Kaukaz wojna wróciła w pełnej skali nie jest więc żadnym wypadkiem przy pracy czy spiętrzeniem lokalnych problemów Armenii i Azerbejdżanu. Należąca do NATO Turcja i prowadząca od kilku lat niezwykle agresywną wobec Zachodu politykę Rosja znalazły się w otwartym konflikcie. Tocząca się obecnie na peryferiach Europy

eprasa.pl 89dd828872

wojna o Karabach jest jedynie odpryskiem tej rywalizacji. To także dowód na to, że wielka przyjaźń Turcji z Rosją, mająca podkopać pozycję NATO lub wręcz doprowadzić do jego upadku, okazała się krótkotrwałym zabiegiem taktycznym ze strony prezydenta Erdogana.

Spory o Syrię

Przez zgiełk walk w Karabachu trudno przebijają się wzajemne oskarżenia o to, kto zaczął tę wojenkę. Ormianie i sprzyjające im media rosyjskie a także powielające ich narrację źródła w zaprzyjaźnionych z Rosją krajach UE, jak Grecja czy Cypr wskazują na Turków. Grecy doszukują się dowodów na to, że Erdogan przerzuca do Azerbejdżanu finansowanych przez Turcję islamskich bojowników z północnej Syrii, którzy mają brać udział w walkach w Karabachu. Turcy nie pozostają dłużni, oskarżając Ormian o potajemny sojusz z Kurdami i organizowanie obozów szkoleniowych dla zbrojnych organizacji kurdyjskich YPG czy PKK. Dla tureckich władz są to terro-

eprasa.pl 89dd828872

ryści, próbujący stworzyć kurdyjskie państwo we wschodniej Turcji i na gruzach syryjskiej wojny domowej.

> *Nie jest przypadkiem, że* **OBIE STRONY KONFLIKTU SZUKAJĄ JEGO ŹRÓDEŁ W SYRII.** *Kruchy rozejm między Turkami i Rosjanami, zaangażowanymi w syryjską wojnę domową właśnie dobiegł końca.*

Moskwa i Ankara pokłóciły się o prowincję Idlib, ostatnią enklawę antyrządowej rebelii, gdzie pod parasolem tureckim schroniło się kilka milionów cywilów i dziesiątki tysięcy bojowników.

Turcja nie pali się do wpuszczenia tam syryjskich sił rządowych, obawiając się kolejnego exodusu uchodźców syryjskich. Erdogana wiąże tutaj umowa z UE, która płaci przecież pokaźne sumy za trzymanie milionów syryjskich uchodźców z dala od granic Unii.

eprasa.pl 89dd828872

Rosjanie, którzy obiecali syryjskiemu dyktatowi Basharowi Assadowi szybki upadek Idlib są mocno poirytowani. Wspólne, rosyjsko-tureckie patrole w Idlib praktycznie się już nie odbywają. Co więcej, syryjscy rebelianci, ośmieleni obecnością armii tureckiej, która wysłała do Idlib siły specjalne, wojska pancerne a także broń przeciwlotniczą, zaczęli atakować już nie tylko syryjskie wojska rządowe, ale i Rosjan. Rozmowy Moskwy z Turkami w sprawie pacyfikacji rebelianckich sił w enklawie kompletnie się załamały.

Gazowanie Putina

Turcja nie pali się do oddania Syrii prowincji Idlib, bo ma ona strategiczne znaczenie dla planów Erdogana. Idą one kompletnie w poprzek tego, co w tej części świata planował Kreml. Putin wdał się w kosztowną interwencję w Syrii nie dla poprawy dobrego, imperialnego samopoczucia, tylko po to, żeby przejąć kontrolę nad dostawami ropy i gazu z Bliskiego Wschodu do Europy. Do poszerzenia swoich wpły-

eprasa.pl 89dd828872

wów w tej kwestii próbował wykorzystać także Turcję, mocno dotąd uzależnioną od rosyjskich paliw. To się jednak zmieniło. Turcy odkryli właśnie potężne złoża gazu w swoich strefach ekonomicznych na Morzu Czarnym i Śródziemnym. W połączeniu z rosnącymi dostawami paliw z zaprzyjaźnionego Azerbejdżanu praktycznie uniezależniają one Erdogana od rosyjskich dostaw. To jedno ze źródeł fiaska rosyjskich rurociągów, mających okrążyć Europę od południowego wschodu, właśnie przez tureckie terytorium, jak choćby porzucony praktycznie projekt Turkish Stream.

Turcja idzie w swoich planach znacznie dalej, prąc do stworzenia wielkiego korytarza energetycznego z Izraela do Europy. Izraelczycy mają na Morzu Śródziemnym bogate złoża gazu a do tego zaczynają nawiązywać normalne stosunki dyplomatyczne i gospodarcze z arabskimi sąsiadami. Ostatnio zaprzyjaźnili się formalnie ze Zjednoczonymi Emiratami Arabskimi i Bahrajnem. Jest też wielce prawdopodobne zawarcie podobnej umowy z Arabią Saudyj-

eprasa.pl 89dd828872

ską. Oznaczałoby to, że przez Turcję do Europy mógłby biec wielki transport paliw z Bliskiego Wschodu, przecinający plany rosyjskie. Zakładały one wejście do Syrii, wciągnięcie do współpracy Turcję i odegranie roli pośrednika w dostawach do Europy paliw z sojuszniczego Iranu.

Rura kontra rura

Rosja uruchomiła wszelkie siły, żeby zapobiec realizacji tureckiego planu, który z punktu widzenia bezpieczeństwa strategicznego UE jest znacznie korzystniejszy niż ciągłe uzależnianie się od Moskwy.

Tureckie plany eksploatacji gazu na Morzu Śródziemnym oprotestowały Cypr i Grecja. Oba państwa mają swoje spory z Turcją i swoje pretensje do złóż śródziemnomorskich. Trzeba jednak pamiętać, że są to jednocześnie sojusznicy Moskwy w UE. Szczególnie dotyczy to Cypru, który został praktycznie kupiony przez rosyjski kapitał i dzielnie odgrywa rolę furtki, za pomocą której putinowska

eprasa.pl 89dd828872

elita omija unijne sankcje. Nie jest przypadkiem, że weto Cypru uniemożliwia UE wprowadzenie sankcji dla innego protegowanego Kremla, Aleksandra Łukaszenki.

> *Europa* **ZDAJE SOBIE SPRAWĘ ZE ZŁOŻONOŚCI TEJ GRY,** *blokując na razie próby ukarania Turcji za sięganie po gaz na wschodzie Morza Śródziemnego.*

Dylemat jest trudny do rozwiązania. Z jednej strony Bruksela musi brać pod uwagę zarzuty pod adresem autorytarnie zarządzanej przez Erdogana Turcji ze strony państw członkowskich UE, jak Cypr i Grecja. Z drugiej jednak strony jasne jest, że oddanie śródziemnomorskiego gazu wyłącznie Grekom i Cypryjczykom będzie oznaczało wpuszczenie tam rosyjskiego Gazpromu, który już rozpycha się w okolicy – nie tylko w Syrii, ale także na rynku egipskim i jeszcze dalej, w Libii. To jeden z powodów, dla których Turcja zaangażowa-

eprasa.pl 89dd828872

ła się w Libii przeciwko wspieranemu przez Rosję generałowi Haftarowi – była to pierwsza oznaka kruchości taktycznego sojuszu Erdogana z Putinem.

To tłumaczy także dlaczego Turcy, na pohybel Moskwie, okopują się w syryjskiej prowincji Idlib, blokując rosyjskie plany ekspansji w tej części Morza Śródziemnego. Ważnym elementem tureckiej strategii wypychania Putina z Bliskiego Wschodu i ograniczania jego energetycznych planów wobec Bałkanów i południa UE jest także sojusz z Azerbejdżanem. I tutaj dochodzimy do najnowszych walk Azerów z Ormianami.

Na pohybel Gazpromowi

Rzut oka na mapę pokazuje, że walki w Karabachu toczą się zaledwie 30-40 kilometrów od przebiegu kolejnego ważnego szlaku energetycznego. Chodzi o ropociąg BTC, biegnący ze stolicy Azerbejdżanu, Baku, przez gruzińskie Tbilisi do Ceyhan w Turcji, nad Morzem Śródziemnym. Uzupełnieniem tego

eprasa.pl 89dd828872

rurociągu jest mający podobny przebieg gazociąg SCP South Caucasus.

Są one częścią wielkiej magistrali TANAP, która ma pompować azerski gaz do Europy z pominięciem Rosji. Obecnie to Gazprom jest głównym odbiorcą azerskiego gazu, który pompuje potem jako swój surowiec do Europy.

To tłumaczy, dlaczego wybucha nowa wojna w Karabachu. Pretensje terytorialne Azerów do zajmowanego przez Ormian terytorium mają tutaj kompletnie drugorzędne znaczenie.

> *Wojna w Karabachu wybucha po to, żeby postsowiecki Azerbejdżan* **NIE ZACZĄŁ SPRZEDAWAĆ SWOJEGO GAZU UE** *za pośrednictwem Turków.*

W połączeniu z realizacją przez Erdogana opisanych powyżej planów bliskowschodnich i tych, związanych ze złożami na Morzu Czarnym i Śródziemnym byłby to wielki cios dla Rosji, która wypa-

eprasa.pl 89dd828872

dłaby z uprzywilejowanej pozycji głównego dostawcy gazu dla UE. Nawet słynny Nord Stream 2 nie miałby racji bytu. Za Azerami poszliby też Turkmeni i Kazachowie, przestawiając się z pośrednika rosyjskiego na tureckiego w sprzedaży paliw do Europy. Rosjanie nie mieliby po prostu czym zapełnić bałtyckiej rury, bo nie mają dość pieniędzy na uruchomienie własnych złóż na północy i bazują głównie na tanim gazie z Azji Środkowej.

Karabach pełni więc rolę korka, który może zablokować te tureckie ambicje.

Wypróbowany sojusznik

Przepychanki o ten korek trwają między Rosją a Turcją od lat. Moskwa utrzymuje w Armenii dużą bazę wojskową pod Erewaniem, z której doskonale widać położony na terytorium Turcji wygasły wulkan Ararat. Turcy z kolei energicznie wspierają Azerów, dostarczając im nowoczesną broń z arsenałów NATO i prowadząc wspólne manewry wojskowe. Ostatnie miały miejsce

eprasa.pl 89dd828872

w sierpniu. Wzięli w nich udział minister obrony Turcji Hulusi Akar i szef sztabu armii tureckiej gen. Yasar Guler. Turcja i Azerbejdżan prowadzą także zaawansowane rozmowy w sprawie założenia tureckiej bazy wojskowej w Nachiczewaniu. Jest to enklawa azerska na terenie Armenii, graniczącą bezpośrednio z Turcją. Powstanie tam bazy znacznie osłabiłoby pozycję strategiczną sił rosyjskich w Armenii, zapewniając jednocześnie kontrolę nad transportem z Iranu, zaprzyjaźnionego z Rosją państwa, graniczącego bezpośrednio z Armenią.

Widać z tego wyraźnie, że należąca do NATO Turcja, dysponująca najsilniejszą po amerykańskiej armią w Sojuszu, jasno i precyzyjnie łączy swoje interesy ze strategicznymi celami innych państw członkowskich. Nie da się tego niestety powiedzieć o wielu rządach europejskich, prących ślepo do budowania wymierzonego w USA sojuszu z Rosją. Jego stworzenie będzie wiązało się z poważnym zagrożeniem nie tylko dla państw

eprasa.pl 89dd828872

sąsiadujących z UE, jak Ukraina czy Białoruś, ale także dla państw członkowskich, jak kraje bałtyckie czy Polska. Dlatego trzeba kibicować Turkom, żeby poradzili sobie w zmaganiach z Rosją. A wszelkie inne wyjaśnienia walk w Karabachu należy między bajki włożyć.

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 89dd828872



PAMIĘĆ O PAMIĘCI

Fot. Albert Zawada / Agencja Gazeta

Hanna Krall, królowa reportażu przygotowała nową książkę – jak zwykle znakomitą i jak zwykle intrygującą. Ważne wydarzenie, ale też owiane smutkiem, bo w towarzyszącym mu wywiadzie kategorycznie powiedziała: **„TERAZ JUŻ WIEM NA PEWNO – NIC NIE MUSZĘ I NIE NAPISZĘ NIC WIĘCEJ”.** *Czyli mamy jej książkę ostatnią i ukrytą nadzieję, że pisarkę jeszcze coś poderwie do działania.*



Tekst: **Leszek Bugajski**

Czytelnicy Krall mogli się jednak spodziewać takiej decyzji. Już trzy lata temu przygotowała gigantyczny, liczący ponad 1200 stronic, tom „Fantom bólu. Reportaże wszystkie”. „Wszystkie”, czyli podsumowanie pisarskiego dorobku. Takiej książki nie układa się z byle powodu. Nowych tekstów nie publikowała, bo pewnie nie pisała, ale coś dopisy-

eprasa.pl 89dd828872

wała do starych – słychać na przykład, że wznowienie jednej z jej książek, „Biała Maria”, będzie zawierało nową część. Nie wypominając, taki charakter ma też książka nowa – „Synapsy Marii H.”.

Kto pamięta jej książkę sprzed prawie dwudziestu lat „To ty jesteś Daniel”, musi też pamiętać jej część zatytułowaną „Marzec 1999. Norwood” i czytając teraz „Synapsy Marii H.” widzieć, że oba te teksty łączy bliskie pokrewieństwo. Ale wcześniejszy miał jedną bohaterkę, późniejszy – dwie. No i w gruncie rzeczy każdy z nich jest o czymś innym. Wcześniejszy był o kobiecie, która zaangażowała się w działalność w Solidarności, wspierała w grudniu 1981 roku strajk w Hucie Katowice, za co została aresztowana. Po wszystkim wyjechała do Stanów Zjednoczonych i tam urodziła syna, który jest dzieckiem autystycznym. I to był tekst o wygnaniu z ojczyzny, choć jak to zwykle bywa u Krall, ta wielka sprawa, życiowy dramat, jest ledwie widoczny za zdarzeniami codzienności. Ale w zakończeniu pojawia się przeczytany w amerykańskiej gazecie artykuł o cadyku z Lubaczowa, który „uważał, że Żydzi powinni opuścić

eprasa.pl 89dd828872

Polskę, bo to ziemia na zawsze dla nich stracona". I bohaterka pisze w liście do autorki: „Proszę pani. Przecież to do mnie rebe mówił, nie do swoich Żydów!". Więcej znaków nie trzeba:

WYGNANIE JEST STAŁYM ELEMENTEM LUDZKIEGO LOSU, *mówi Krall bez słów, mówi jakby poza swoim tekstem.*

Bohaterka pisze do autorki, bo opisuje jej swoje życie od dziesięcioleci, a więc musiała zacząć tę korespondencję jeszcze jako nauczycielka jednej ze szkół w Dąbrowie Górniczej. „Bohaterka tej książki towarzyszy mi od lat 70., czyli prawie pół wieku – mówi teraz Krall. – Przez cały czas pisze do mnie listy. Są ich tysiące. Kiedyś przychodziły pocztą, potem faksem, teraz mailem. Budzę się rano, otwieram telefon i jest... nowy mail od Marysi". I dodaje: „Życie wymusiło na mnie tę książkę".

„Marysia" opisuje w listach miejsca, które utraciła – Dąbrowę Górniczą, okoliczne wsie, jezioro Pogoria, nad

eprasa.pl 89dd828872

które chodziła z ojcem, rośliny kwitnące w przydrożnych rowach, ptaki, który przyleciały do niej, gdy zaczęła się budowa Huty Katowice, potem jakieś migawki ze stanu wojennego, rozmowy z kobietami, z którymi była zamknięta w celi. Ratuje w ten sposób pamięć o świecie, do którego nie wróci, bo nie zostawi chorego syna, a jakakolwiek podróż z nim jest niemożliwa. Pozostały jej tylko wspomnienia i drobne, a zarazem wielkie radości, jakie sprawia jej autystyczne dziecko – że syn nazwał słońce, że umie poukładać swoje rzeczy, że choć nie potrafi, to chce jej coś powiedzieć i się przytula.

Jednak nie tylko ona walczy o odzyskanie zapominanego świata. W „Synapsach Marii H." pojawia się druga bohaterka – matka jej męża. Jak wynika z drobnych wtrąceń dość apodyktyczna i chyba egoistyczna starsza pani. Ale – to jest najciekawsze w utworze Krall – widać, że męczą ją wspomnienia dawnych przeżyć. Odpycha je, te najstraszniejsze przepadły na zawsze, jak przeżycia z Umschlagplatzu, jak to, w jaki sposób się uratowała i jak zginęła jej rodzina. Odpycha nieświadomie, bez użycia woli, one po prostu wysko-

eprasa.pl 89dd828872

czyły z jej pamięci, żeby mogła w miarę normalnie dalej żyć – tak jej organizm broni się przed niszczycielską strasznością ukrytą w głębi pamięci. Albo tworzy różne wersje zdarzeń, by zatrzeć ich jednoznaczność, jakby zamazać wyrazisty obraz – tak się dzieje na przykład ze śmiercią matki matki męża w gettcie: „Wszystko, co zdarzyło się po Umschlagplatzu, jest tak jakby pod wodą, rozmyte i nieostre”.

Mówiąc krótko:

> *nowa książka Hanny Krall* **TO KSIĄŻKA O PAMIĘCI,** *o tym, jak ona trwa w człowieku, jak pomaga rekonstruować we wspomnieniach świat, który zginął,*

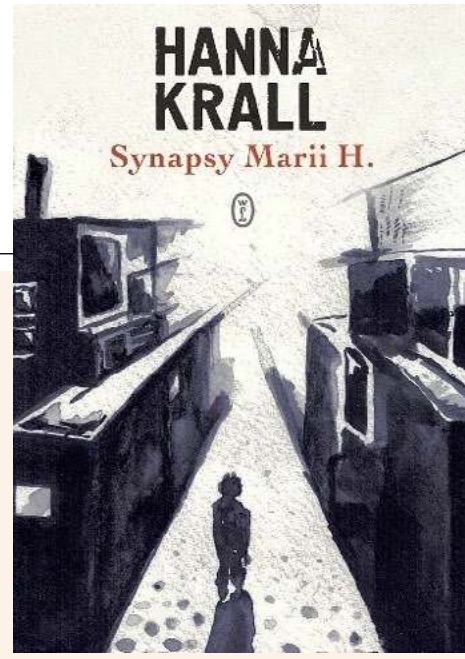
albo taki do którego nie można powrócić i wtedy ważny jest każdy zapamiętany drobiazg, najmarniejszy szczegół. Ale też o tym, jak pamięć chroni człowieka przed najbardziej bolesnymi wspomnieniami, i także o tym, jak się pamięć dziedziczy, jak przechodzi z pokolenia na pokolenie i staje się postpamięcią. Dramatyczny jest

eprasa.pl 89dd828872

fragment, który łatwo można w trakcie lektury zlekceważyć – fragment o tym, gdy bohaterka zastanawia się, czy jej syn powinien czytać „Dziennik Anny Frank", „jak wytłumaczy mu, dlaczego się ukrywała i gdzie zginęła" i czy on w ogóle „o Annie Frank miałby wiedzieć?". W gruncie rzeczy więc zastanawia się, czy przerwać ten łańcuch pamięci.

Synapsy, według Wikipedii, to „miejsca przekazywania informacji pomiędzy dwiema komórkami". Dzięki nim możliwe jest pamiętanie.

© Wszelkie prawa zastrzeżone



Hanna Krall
„Synapsy Marii H."
Wydawnictwo Literackie

eprasa.pl 89dd828872

Kultura

TRUPY W SZAFIE



Fenomenalny David Tennant jako morderca w serilu „Des”

Fot. HBO

Netflix i HBO GO toną w historiach prawdziwych seryjnych morderców. Nowy „Des" nie tylko celnie odbija brytyjskie społeczeństwo. **ZOSTAWIA WIDZÓW Z PYTANIEM, DLACZEGO TAK BARDZO CIEKAWIĄ ICH ZBRODNIE.**



Tekst: **Krzysztof Kwiatkowski**

Spodziewał się przyjazdu policji. Może nawet sam ich naprowadził na swój trop. Bez żadnego oporu wskazał szafkę, w której trzymał fragmenty ciał swoich ofiar. Jeszcze w radiowozie wyznał, że było ich piętnaście albo szesnaście. Dennis Nilsen zapisał się w historii jako jeden z najbardziej krwawych brytyjskich seryjnych morderców. I jak to często bywa: w urzędzie, w którym pracował, nikt nie wierzył, że byłby w stanie skrzywdzić muchę.

eprasa.pl 89dd828872

W serialu HBO „Des” Lewis Arnold i Luke Neal próbują zrozumieć zwichniętą psychikę zbrodniarza. Fenomenalnie wciela się w niego David Tennant. Twórcy dopisali kolejną postać do galerii zabójców, którymi konsekwentnie uzupełniają serwisy streamingowe. Bo przecież nie tak dawno swoich portretów doczekali się Ted Bundy („Rozmowy z mordercą” i „Podły, okrutny, zły”), Ted Kaczyński („Manhunt: Unabomber”), matkobójczyni Gypsy Rose („Kochana mamusia nie żyje” i „The Act”), O. J. Simpson („O.J.: Made in America” i „American Crime Story: Sprawa O.J. Simpsona”) czy tzw. „Ponury śpioch” („Tales of Grim Sleeper” i „The Grim Sleeper”). Artyści nie żerują jednak na taniej sensacji. Raczej próbują zrozumieć, co musi stać się w człowieku, by odebrał drugiej osobie życie. A „Des” świetnie całą tę falę podsumowuje.

Odpowiedzialność zbiorowa

Anglojęzyczne przysłowie głosi, że „potrzeba wioski, aby wychować dziecko”. Kryje się w nim przeświad-

eprasa.pl 89dd828872

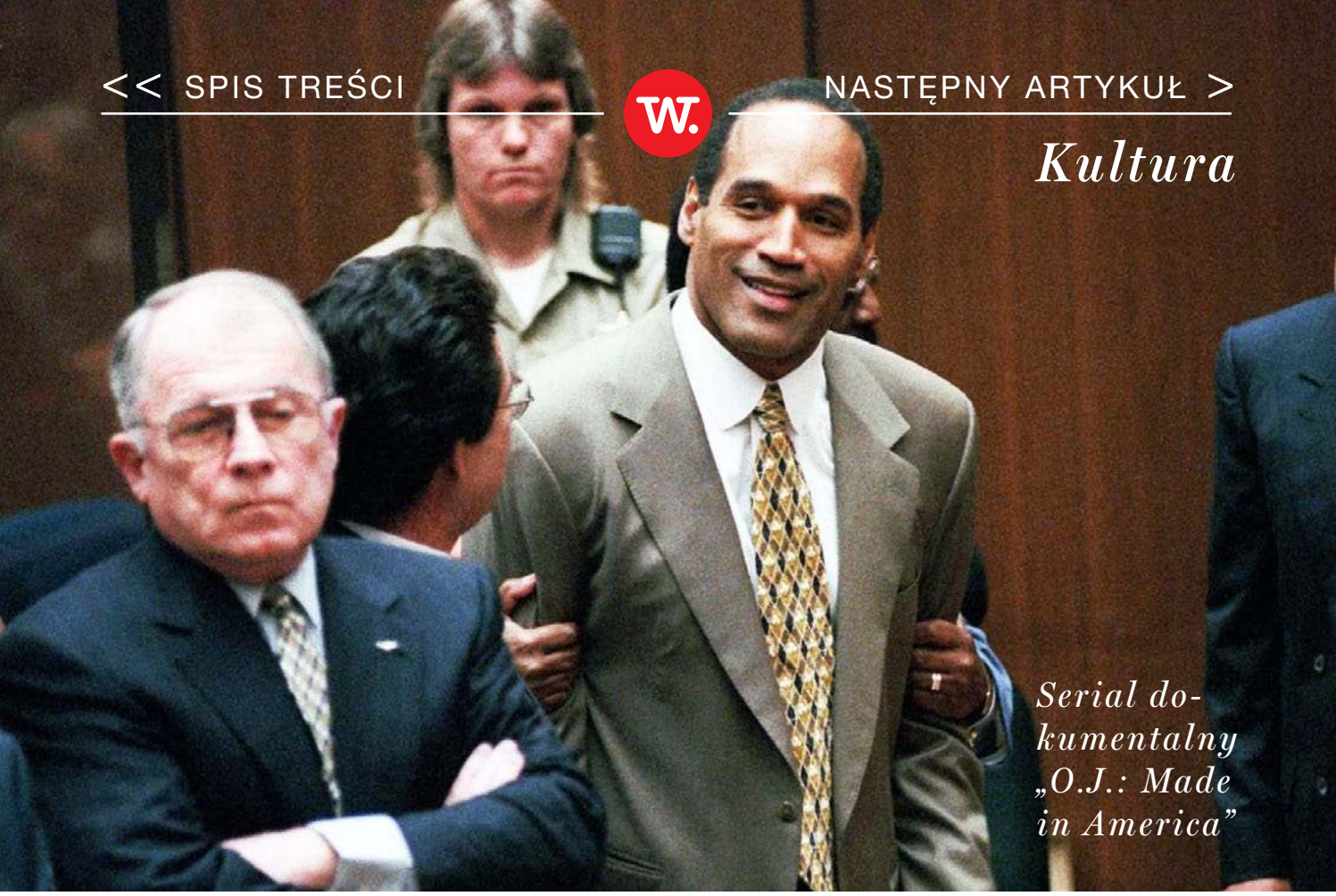
czenie, że od małego, równie silnie, co dom rodzinny, kształtują nas normy i reguły całej społeczności. „Des” jest negatywem tej wizji. Tu potrzeba wioski, aby stworzyć mordercę.

> *To opowieść* **GŁĘBOKO ZAKORZENIONA W REALIACH WIELKIEJ BRYTANII** *przełomu lat siedemdziesiątych i osiemdziesiątych.*

W czasie pogłębiających się przepaści ekonomicznych, ograniczania przez rząd pomocy socjalnej, zanikającej solidarności między ludźmi.

Nilsen wiedział, kogo zabijać. Także dzięki temu mógł działać pięć lat i dokonać kilkunastu zbrodni (dokładniej liczby nie ustalono). Do swojego domu zwabiał młodych mężczyzn, zwykle narkomanów lub bezdomnych. Ludzi, którzy nikogo nie obchodzili. Nawet, gdy jedna z jego niedoszłych ofiar zdołała uciec i zgłosiła się na policję, funkcjonariusze nie potraktowali zeznań poważnie.

eprasa.pl 89dd828872



Serial dokumentalny „O.J.: Made in America”



Cuba Gooding jr. jako O.J. Simpson w serialu „American Crime Story”

Fot. HBO, Netflix

Kultura

Dokument „Kochana mamusia nie żyje”





Fot. HBO

Serial „The Act”: w roli córki Joey King, matki – Patricia Arquette

Kasa.pl 89dd8288

Kultura



Serial o Tedzie Bundym „Rozmowy z mordercą”



Fot. Netflix, Bet Film

Zak Efron jako Ted Bundy w serialu „Podły, okrutny, zły”

eprasa.pl 89dd828872

„Musieli umrzeć, by ich los przykuł uwagę – mówi w serialu oprawca. – Publiczna troska przychodzi za późno. A po tym wszystkim, po moim procesie, Nilsenowie, Sinclairowie i Duffeyowie tego świata nadal będą szarpać się ze światem sami i niewidzialni. Społeczeństwo bardziej interesuje się ich śmiercią niż życiem”.

> *Arnold i Neal nie czynią jednak z bohatera psychopatycznego Robina Hooda. Raczej* **DIAGNOZUJĄ, JAK MOCNO WYSPIARSKĄ CODZIENNOŚĆ OKREŚLAJĄ PODZIAŁY KLASOWE.**

Podobnie jak inni twórcy seriali widzą w zbrodniach obraz degeneracji powszechnie podzielanych przekonań. Zarówno w dokumencie „Rozmowy z mordercą”, jak i fabule „Podły, okrutny i zły” Joe Berlinger przypominał, że do końca procesu tłumy obserwatorów nie chciały uwierzyć w winę oskarżonego. Bo przecież był przystojnym, inteligentnym

eprasa.pl 89dd828872

facetem. Autorzy „O.J.: Made in America” oraz „American Crime Story: Sprawa O.J. Simpsona” udowadniali, że sportowiec idealnie uosabiał amerykańskie wartości i fantazje. I tu także publika decydowała się odwracać oczy. Nawet gdy stawką trwania w zakłamaniu była sprawiedliwość dla ofiar.

Zwichnięta psychika

Jednak autorzy są świadomi, że wizja mordercy jako ofiary systemu jest zbyt prosta. Za każdym z tych seriali, dokumentów i filmów kryje się pytanie o granice wytrzymałości ludzkiej psychiki. Tytułowego „Desa” (tak kazał do siebie mówić Nilsen) w dzieciństwie matka spytała, czy chce zobaczyć dziadka. Chłopiec pobiegł do salonu, gdzie stała trumna ze zwłokami bliskiego. Dużą część procesu adwokaci i prokuratorzy poświęcili na rozstrzygnięcie poczytalności oskarżonego. – Mordował młodych mężczyzn, układał zwłoki na fotelach i oglądał z nimi telewizję, część ciał gotował, inne trzymał w szafie, a pan twierdzi, że nie miał zaburzeń psychicznych? –

eprasa.pl 89dd828872

pytał obrońca biegłego psychiatrę. A za jego mową kryje się kolejny dylemat: o odpowiedzialność za zbrodnie popełnione wskutek zwichniętej psychiki.

Podobnie scenarzyści „Manhunt: Unabombera" próbują odkryć moment, gdy w umyśle rodzi się zło.

> *Ted Kaczyński był przecież matematycznym geniuszem. Co się w nim zmieniło, gdy jako trzynastolatek poszedł na studia i* **STAŁ SIĘ PRZEDMIOTEM EKSPERYMENTÓW** *jednego z profesorów?*

A jeszcze dalej idą autorzy dokumentalnego „Kochana mamusia nie żyje" i serialu „The Act". To opowieść o Dee Dee Blanchard i Gypsy Rose. Schorowana, sparaliżowana córka zamordowała matkę, która troskliwie się nią opiekowała. Tyle że po tragedii okazało się, że dziewczynka jest całkowicie zdrowa. Matka cierpiała na zastępczy syndrom Münchausena. Żądna atencji ze strony innych ludzi truła córkę, wyrwała jej zęby, wywoływała w niej „objawy"

eprasa.pl 89dd828872

i goliła jej głowę, by Gypsy przypominała osobę po chemoterapii. W obu produkcjach o kobietach reżyserzy uważnie obserwują toksyczną relację. Odtwarzają piekło klaustrofobicznego domu kontrastujące z wizerunkiem Blanchard jako mocno doświadczonej przez los, czułej i kochającej matki.

Medialne zbrodnie

Wreszcie, filmowcy pozostają krytyczni wobec samych siebie. W „Des" jest ciekawa postać biografa zabójcy – Briana Mastersa. To na podstawie jego książki powstał serial. – Uważaj, żeby Nilsen nie stał się jej prawdziwym autorem – usłyszał reporter od partnera na początku pracy. I rzeczywiście, towarzyszy mu nieustanny lęk o granice bliskości ze zbrodniarzem i zaufania do jego słów.

Współcześnie w roli Mastersa stawiają się twórcy seriali. Bo łatwo przekroczyć linię i przekuć cierpienie ofiar w trzymającą w napięciu rozrywkę albo przedstawić zbrodniarza w atrakcyjny sposób. Joe Berlinger w swoich filmach zastanawia się, jak to

eprasa.pl 89dd828872

możliwe, że mordujący kobiety Bundy dostawał listy miłosne, a fanki przepłacały strażników więziennych, aby uprawiać z nim seks. Zabójca ożenił się i stał się ojcem w czasie odsiadki. Transmisję procesu O.J. Simpsona Ameryka oglądała z zapartym tchem. A Ted Kaczyński? Cóż, organizacje ekologiczne krytykują terroryzm. Ale po cichu przyznają, że podzielają tezy ze słynnego manifestu, w którym przestępca uzasadniał swoje ataki zmartwieniem o stan planety.

A przecież kino nie może rodzić fascynacji złem. „Des" tego nie robi. Spokój, inteligencja i logika bohatera czynią go tylko bardziej przerażającym. Przypominają, że można być szanującym społeczne normy urzędnikiem, a w zaciszu domowego ogniska zaglądać do szafki z ludzkim mięsem. I chyba to najbardziej niepokojący wniosek płynący ze wszystkich tych filmów. Że czasem umysł to za mało, aby uchronić świat przed drzemiącym w nas głęboko złem.

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 89dd828872

Felieton



Fot. Beata Jarzębska

Michał Witkowski

Zbrodnia z nudów

Kiedy Krzysztof Kieślowski przemyśliwał swój „Krótki film o zabijaniu" w ramach serii „Dekalog", na pewno przede wszystkim musiał wybrać rodzaj morderstwa. Ludzie zabijają dla zysku, z nienawiści, z miłości, z zazdrości, bo mnie potrącił i nie przeprosił, ale najgorsze i najstraszniejsze są bezsensowne morderstwa bez najmniejszego powodu – morderstwa z nudów. Z nudów

eprasa.pl 89dd828872

zabijamy koty i psy, a przynajmniej robią to w młodości niektórzy z nas. (Ja nie!) Potem kotem nagle staje się taka Kornelia z Konstancina, okrutnie, bezsensownie i bez najmniejszego nawet powodu, z nudów zabita w Konstancinie. Dziś właśnie chciałbym porozmawiać o tych najokropniejszych morderstwach bez powodu.

> *Morderstwa bez powodu* **PRZERAŻAJĄ SWOJĄ BEZMYŚLNOŚCIĄ.** *Jakże niewinne przy nich są te „morderstwa z kryminałów”,*

gdzie tak łatwo zgadnąć, kto dosypał cyjanek do ulubionej latte babci (ten, co dziedziczy), łatwo też zrozumieć najczęściej ekonomiczne motywy zbrodni. W przypadku „morderstw z nudów” mamy zło w stanie czystym. Z ostatnich lat – poza zabójstwem Kornelii – przypominam sobie co najmniej jedną taką sprawę nazwaną przez popołudniówki „zbrodnią w Rakowiskach”. Bowiem zabójstwa bez powodu są domeną

eprasa.pl 89dd828872

Felieton

ludzi młodych, bardzo młodych, na granicy nieletniości (w sprawie Kornelii – odpowiednio 16 i 25 lat). Zbrodnia z Rakowisk: nastoletnia para: Kamil N. i „poetka" Zuzanna M. postanowili dokonać zbrodni doskonałej i zabić – bez najmniejszego powodu – rodziców Kamila. Jakiekolwiek logiczne powody tego morderstwa musiałyby być bardzo naciągane. Rodzice nie zgadzali się na to, aby „młodzi byli razem"? A czy ich działania doprowadziły do usunięcia tego problemu? Od czasu rozprawy siedzą, więc się na oczy nie widzieli. Chcieli uzyskać spadek po rodzicach Kamila (trochę ponad dwa miliony)? A cieszą się nim teraz beztrosko? Morderca z powodem działa tak, aby swój cel osiągnąć. Niechlujne morderstwa bez powodu sprawiają wrażenie zrobionych ręką wariata, ci przedziwni ludzie sami pchają się do więzienia, jakby chcieli jak najszybciej odpokutować za swoje czyny. Najnowszy przykład – co prawda nie morderstwa lecz poranienia: „nożowniczka ze szkoły w Zielonej Górze". Wersja „light" zbrodni (najczęściej w Finlandii) polegających na tym, że jakiś uczeń nie wytrzymu-

eprasa.pl 89dd828872

je już dłużej naporu szkolnej rzeczywistości, przychodzi z karabinem i strzela: w nauczycieli, uczniów, szatniarzy, woźnych...

Zabójstwo Agnieszki Karkoszki z Wrocławia – sprawa sprzed wielu lat, ale znam ją z opowieści śledczego, z którym rozmawiałem przy okazji jakiegoś riserczu do kryminału „Zbrodniarz i dziewczyna". Dwie nieletnie dziewczynki zakatowały na śmierć koleżankę, po czym przyszły do niej do domu z pytaniem: „Czy Agnes wyjdzie na podwórko się pobawić". Niezdarne zabiegi, aby ukryć swój czyn też są typowe dla zabójstw bez powodu. Rozczulająca próba sprokurowania sobie alibi podjęta przez Zuzannę M. i Kamila N. – że niby byli w tym czasie na wieczorku poetyckim Zuzanny w Krakowie, esemesy wysyłane przez zabójcę Kornelii...

Śledczy opowiada mi o zabójstwie Agnieszki Karkoszki:

Siedziały tam (w pokoju przesłuchań), niewinne, młodziutkie dwa aniołki. Ja ich pytałem godzinami, inni pytali, one zapłakane, kto zabił ich koleżankę?!

eprasa.pl 89dd828872

Felieton

Aniołeczki, po prostu aniołeczki! W końcu ja mówię: słuchaj, tu jest taka prokurator, w życiu nie chciałbym być przez nią przesłuchiwany nawet za kradzież cukru z cukierniczki. Ona nie pracuje przy tej sprawie, ale pożyczymy ją z innego wydziału, niech ona je przyciśnie!

> *A one – aniołeczki, oczęta błękitne, patrzą w niebo, łezka w oku.* **NIECH ONA Z NIMI POGADA.** *Baba przyszła, gruba, aż się ziemia trzęsła, straszny babon, mówię ci! No i napuściliśmy ją na nie.*

Wlazła tam do nich i nie wychodzi. Nie wychodzi godzinę, nie wychodzi dwie godziny, nie wychodzi trzy godziny. Wszyscy pod drzwiami. Ale nic nie słychać. W końcu wychodzi. Wszyscy się na nią patrzymy.

– One?

– No one.

Wchodzimy do środka: co za przemiana! Siedzą dwie ordynarne tpsiary, balachary, żadna nie jest

eprasa.pl 89dd828872

Felieton

dziewicą, wszystkie palą, zachrypniętym głosem się nawzajem przekrzykują:

– Bo to kurwa była jebana, ta Karkoszka!

– Kurwa i suka!

– Pierdolona szmata!

– Pies ją ruchał!

– Najgorsza dziwka! Jebała się na lewo i prawo!

My na nią: - Jak ty to osiągnęłaś?

– To wszystko w nich było cały czas pod warstwą tych aniołków...

© Wszelkie prawa zastrzeżone

Michał Witkowski

Jest nominowanym do wielu prestiżowych nagród pisarzem i aktorem. Jego powieści ukazały się w tłumaczeniu na 30 języków.

eprasa.pl 89dd828872

Iskra w oku



KOLEJNE WYDANIE CYFROWEGO „WPROST" UKAŻE SIĘ W PIĄTEK O GODZ. 15. SZUKAJ NA WPROST.PL ORAZ WE WSZYSTKICH E-KIOSKACH ORAZ APLIKACJACH MOBILNYCH APP STORE I GOOGLE PLAY

eprasa.pl 89dd828872

wprost.

REDAKTOR PROWADZĄCY: *Szymon Krawiec*
SEKRETARZ REDAKCJI: *Leszek Bugajski*
REDAKTOR: *Paulina Socha-Jakubowska*
ZESPÓŁ: *Paweł Bednarz, Marcin Dobski, Dariusz Grzędziński, Joanna Miziołek, Agnieszka Niesłuchowska, Katarzyna Pinkosz, Adam Symonowicz*
STUDIO „WPROST": *Karol Kinal (kierownik), Anna Abratańska, Jakub Wiewiorowski*
WYDAWCA: *Agencja Wydawniczo-Reklamowa „Wprost" Sp. z o.o.*
ZARZĄD: *Piotr Piaszczyk (prezes)*
DYREKTOR WYDAWNICZY: *Robert Pstrokoński*
DYREKTOR DS. ROZWOJU CYFROWEGO: *Małgorzata Golińska*
BIURO REKLAMY: *reklama@wprost.pl, tel.: 22 347 50 00*
ADRES REDAKCJI: *Batory Office Building II, Al. Jerozolimskie 212, 02-486 Warszawa, tel.: 22 347 50 00 (recepcja), www.wprost.pl*
Wydawca tytułu, spółka AWR „Wprost", należy do Grupy Kapitałowej PMPG Polskie Media SA
ISSN *02091747*

NA PODSTAWIE ART. 25 UST. 1 PKT 1B PRAWA AUTORSKIEGO WYDAWCA WYRAŹNIE ZASTRZEGA, IŻ DALSZE ROZPOWSZECHNIANIE MATERIAŁÓW OPUBLIKOWANYCH W TYGODNIKU „WPROST" JEST ZABRONIONE.

© WSZYSTKIE MATERIAŁY W TYGODNIKU CHRONIONE SĄ PRAWEM AUTORSKIM. WSZELKIE PRAWA ZASTRZEŻONE. DALSZE ROZPOWSZECHNIANIE TREŚCI ARTYKUŁU TYLKO ZA ZGODĄ WYDAWCY. REGULAMIN I WARUNKI LICENCJONOWANIA MATERIAŁÓW PRASOWYCH NA WWW.WPROST.PL/REGULAMIN/

eprasa.pl 89dd828872

Fundacja
im. Przemysława
Gintrowskiego

ZA WOLNOŚĆ W KULTURZE

NAGRODA IM. PRZEMYSŁAWA GINTROWSKIEGO



SZCZEGÓŁY NA **WWW.GINTROWSKI.PL**
LUB **FUNDACJA@GINTROWSKI.PL**

MECENAS KONCERTU:

PGNiG ORLEN Enea

PARTNERZY

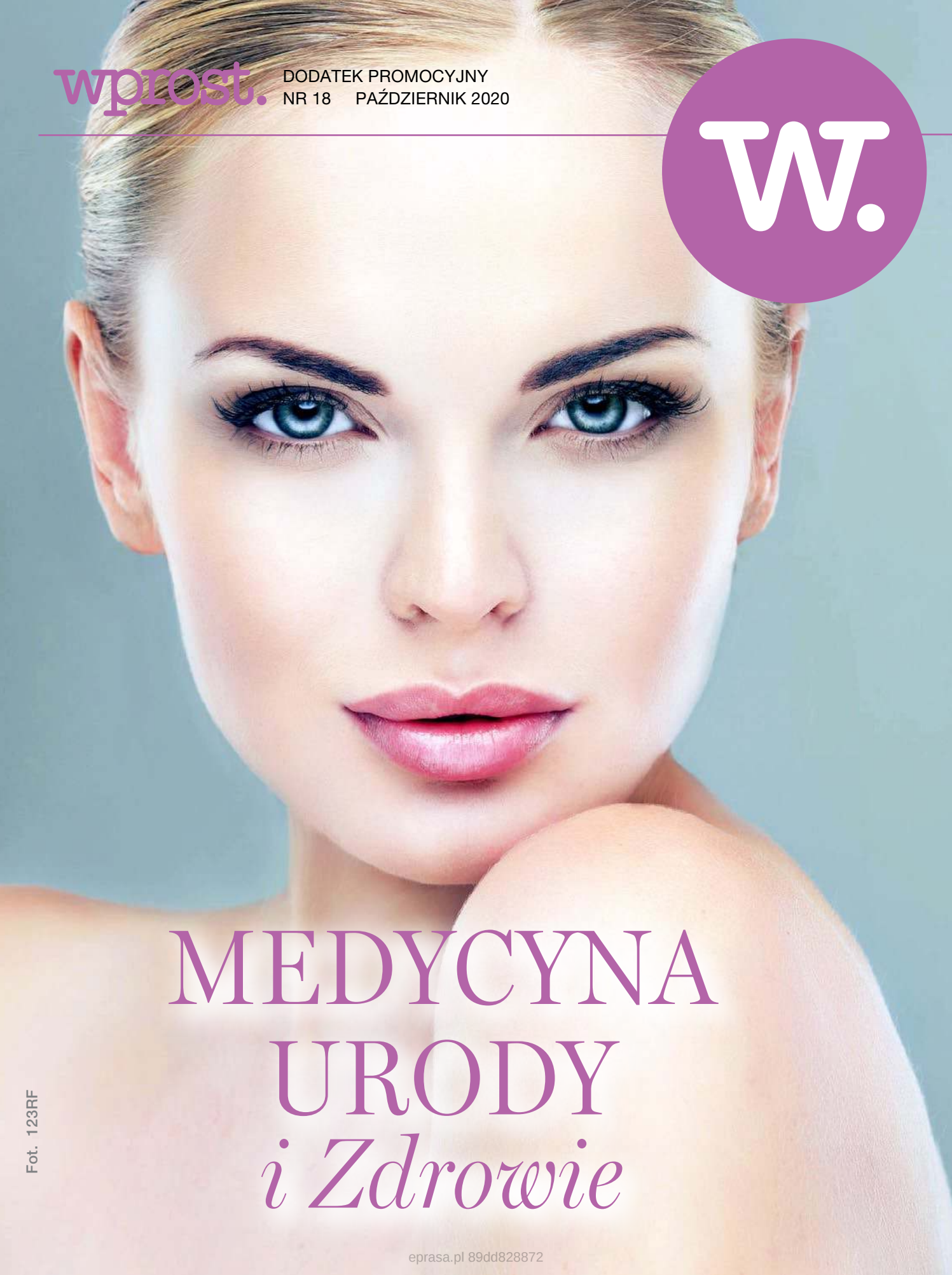
PPL Porty Lotnicze centrum historii zajezdnia

PARTNER WSPIERAJĄCY:

WARS

eprasa.pl 89dd828872

wprost.
DODATEK PROMOCYJNY
NR 18 PAŹDZIERNIK 2020



MEDYCYNA URODY *i Zdrowie*

Fot. 123RF

eprasa.pl 89dd828872

2-8 PAŹDZIERNIKA 2020

Medycyna Urody i Zdrowie

3 10 LAT MNIEJ. SPRAWDZONE ZABIEGI DR. MARIUSZA KACZOROWSKIEGO

14 MEDYCYNA ANTI-AGING: ZABIEGI TO NIE WSZYSTKO

23 PIĘKNO JEST NAPRAWDĘ BLISKO

32 ODMŁADZANIE W NATURALNEJ POSTACI – ZNALEŹLIŚMY ROZWIĄZANIE!

38 MARKA BELLA ZOBOWIĄZUJE. INDYWIDUALNE PODEJŚCIE DO ZDROWIA I URODY

43 PIĘKNO JEST PONADCZASOWE

55 TRĄDZIK – STARY NOWY PROBLEM

61 SŁOŃCE KONTRA URODA

72 ZATRZYMAĆ MŁODOŚĆ: ZABIEGI LUNCHOWE ELIGHT!

79 KOBIETY NIE CHRAPIĄ? ALEŻ TAK!

88 SKÓRA ZWIERCIADŁEM ZDROWIA

eprasa.pl 89dd828872



10 lat mniej.
Sprawdzone zabiegi dr. Mariusza Kaczorowskiego

Fot. 123RF

eprasa.pl 89dd828872

Zabiegi

Powinniśmy wybrać sobie gabinet medycyny estetycznej, a w nim – swojego lekarza medycyny estetycznej. **DOBRY SPECJALISTA JEST W STANIE TAK PROWADZIĆ PACJENTA, BY JEGO SKÓRA WYGLĄDAŁA O DZIESIĘĆ, A NAWET DWANAŚCIE LAT MŁODZIEJ - MÓWI DR MARIUSZ KACZOROWSKI**, dyplomowany lekarz medycyny estetycznej.

Rozmawiała **Dorota Bardzińska**

Przychodzi do pana pacjentka i mówi „chcę wyglądać młodziej”...

Wszystko zależy od jej wieku, od kondycji skóry...

Załóżmy, że jest jeszcze przed czterdziestką.

Mniej więcej do 40. roku życia zazwyczaj wystarczają podstawowe zabiegi medycyny estetycznej oraz prawidłowa pielęgnacja. Mam na myśli leczenie nadmiernej kurczliwości mięśni twarzy, czyli zmarsz-

eprasa.pl 89dd828872

czek mimicznych, poprzez zastosowanie iniekcji z botoksu. Poza tym dbanie o właściwe nawilżenie skóry dzięki zabiegom mezoterapii igłowej. A także stosowania peelingów właściwie dobranych do pro-



Dr Mariusz Kaczorowski

Dyplomowany lekarz medycyny estetycznej, z medycyną estetyczną związany od ponad dziesięciu lat. Członek Polskiego Towarzystwa Medycyny Estetycznej i Anti-Aging oraz Polskiego Towarzystwa Medycyny Prewencyjnej i Przeciwstarzeniowej. Absolwent Podyplomowej Szkoły Medycyny Estetycznej Polskiego Towarzystwa Lekarskiego w Warszawie. Szkoleniowiec i trener w zakresie nowoczesnych technik medycyny estetycznej. Specjalizuje się w bezoperacyjnych i laserowych korektach defektów estetycznych twarzy i ciała. Wykonuje zabiegi zapobiegające przedwczesnemu starzeniu się skóry. Współpracownik, konsultant medyczny kilku renomowanych klinik i gabinetów w kraju.

Fot. Materiały prasowe

eprasa.pl 89dd828872

blemów konkretnej skóry oraz spłycanie powstających bruzd i zmarszczek przy zastosowaniu wypełniaczy z kwasu hialuronowego.

Do czterdziestki utrzymanie młodego wyglądu nie wydaje się skomplikowane. A potem zaczynają się schody?

Potem trzeba sięgać po dodatkowe narzędzia medycyny estetycznej. To konieczne, by zachować dobrą kondycję skóry i jej zdrowy wygląd, bo wraz z upływem czasu procesy starzenia się nasilają.

Jak się więc zabrać do projektu „utrzymać młodość i ująć sobie lat"? Od czego zacząć?

Od podstaw.

Tak jak każdy z nas ma swojego lekarza stomatologa czy lekarza pierwszego kontaktu, tak samo również powinniśmy wybrać sobie gabinet medycyny estetycznej, a w nim – **SWOJEGO LEKARZA MEDYCYNY ESTETYCZNEJ.**

eprasa.pl 89dd828872

Pytanie tylko, jak go wybrać, żeby to był naprawdę dobry wybór.

Przy wyborze właściwego lekarza należy się kierować doświadczeniem zawodowym doktora, sprawdzić, jakie preparaty stosuje i z jakich urządzeń korzysta przy wykonywaniu zabiegów. Warto zebrać informacje o jego doświadczeniu zawodowym, sprawdzić, jak długo pracuje jako lekarz medycyny estetycznej – czy dopiero zaczyna, czy ma już grono swoich pacjentek. Bardzo przydatne są też opinie innych osób, czyli reklama szeptana. Dobrze jest zerknąć w internecie, jakie szkolenia i kursy ukończył. I dopiero potem umówić się na wizytę. Nie opłaca się oszczędzać – sam często leczę powikłania, czasami ciężkie, po zabiegach wykonanych przez osoby nieuprawnione do ich wykonywania.

Jak będzie wyglądała taka pierwsza wizyta?

Na pierwszej wizycie badam i określam stan skóry, jej problemy, a pacjentka lub pacjent mówi o swoich oczekiwaniach dotyczących wyglądu i inwazyjności zabiegów. Podczas takiej konsultacji zawsze wyjaśniam,

eprasa.pl 89dd828872

jakie zabiegi i w jakiej kolejności warto zastosować w danym przypadku. Następnie wspólnie z pacjentką lub pacjentem decydujemy, które z nich wykonam.

Co więc poleca pan kobietom po czterdziestce?

„40 lat minęło jak jeden dzień" – mówią słowa piosenki w popularnym niegdyś serialu. „Życie zaczyna się po czterdziestce" – twierdzą niektórzy, ale inni zgryźliwe przekręcają, że życie zacina się po czterdziestce.

Ale na serio. By nadal dobrze czuć się w swojej skórze, trzeba nieco korygować wykonywane na niej zabiegi, a wraz z postępującymi procesami starzenia sięgać po dodatkowe narzędzia medycyny estetycznej. Doświadczony lekarz medycyny estetycznej będzie wiedział, co, kiedy i na jakiej skórze zastosować. Do wymienionych wcześniej zabiegów zdecydowanie dokładamy te o charakterze stymulacyjnym, regeneracyjnym.

Czyli?

Jednym z takich zabiegów jest resurfacing wykonywany przy zastosowaniu lasera CO_2 z głowicą frakcjonującą. To odmładzanie skóry polegające na wytwarzaniu regularnych, kontrolowanych mikro-

eprasa.pl 89dd828872



RADIOFREKWENCJA MIKROIGŁOWA jest skuteczna m.in. przy leczeniu rozstępów. Zabieg powoduje przestrzenne zagęszczanie i ujędrnianie skóry

Fot. Materiały prasowe

uszkodzeń na jej powierzchni w wyniku promieniowania lasera. Jak to działa? Na skutek tych mikrouszkodzeń następuje trwała, głęboka regeneracja i intensywna stymulacja syntezy kolagenu. Zabieg taki wykonujemy od jesieni do wczesnej wiosny. Wskazaniami do jego zastosowania są: wiotkość skóry, zmarszczki, poszerzone pory, fotouszkodzenia, fotostarzenie, a także blizny potrądzikowe, pooparzeniowe, pooperacyjne, pourazowe i rozstępy. Najczęściej przeprowadzamy go na twarzy, szyi, dekolcie, dłoniach, kolanach, łokciach i udach. Efekt jest widoczny już po pierwszym zabiegu.

A coś dla tych, którzy obawiają się lasera?

Kolejnym skutecznym sposobem na regenerację skóry jest radiofrekwencja mikroigłowa. W swojej praktyce stosuję ją z powodzeniem od lat. Zabieg polega na wprowadzeniu systemu pozłacanych igieł na głębokość do 3,5 milimetrów w głąb skóry i uruchomieniu działania stymulującej fali radiowej. Emisja RF powoduje podgrzanie tkanek wokół powierzchni igieł na stosownej głębokości, co uru-

eprasa.pl 89dd828872

chamia proces regeneracji i wytwarzania nowych struktur kolagenowych. W rezultacie następuje przestrzenne zagęszczanie i ujędrnianie skóry.

Najczęściej wykonuję radiofrekwencję mikroigłową na takich obszarach zabiegowych jak twarz, szyja, dekolt, brzuch, uda, pośladki.

A słynne HIFU? Na czym polega ta procedura?

> **ZABIEGI HIFU** od kilku lat na stałe wpisały się do medycyny estetycznej. W tym wypadku działa ogromna siła zogniskowanych fal wysokiej częstotliwości.

Przychodzi ona z pomocą w napinaniu czy wręcz liftingowaniu skóry, a także redukcji tkanki tłuszczowej. Największą zaletą HIFU jest to, że działa głęboko, indukując punkty koagulacji w skórze na głębokości 1,5 milimetra, 3 milimetrów, a nawet 4,5 mm bez uszkodzenia ciągłości naskórka! Po prawidłowo wykonanym zabiegu na skórze może być widoczne lekkie zaczerwienienie, które szybko ustępuje.

eprasa.pl 89dd828872

Zabieg nie jest bolesny i nie wymaga rekonwalescencji.

Po odpowiedniej stymulacji i regeneracji skóry można już myśleć o zabiegach z użyciem nici.

Podobno nici czynią cuda. To prawda?

Nici zwykłe powodują zagęszczenie skóry, dzięki nim można w niej wytworzyć rusztowanie dla tkanek. Te liftingujące – unoszą i podciągają tkanki, nie powodując zwiększenia objętości. To wspaniałe narzędzie w rękach doświadczonego lekarza medycyny estetycznej.

Stosuję zarówno nici podstawowe – gładkie, jak i liftingujące, które wyróżnia to, że są uzbrojone w haczyki lub stożki. Najpopularniejsze są nici biowchłanialne – wykonane z polidioksanonu i polikaprolaktonu.

Nici dobieram w zależności od potrzeb danej pacjentki i okolicy, w której będą implantowane. W bardziej zaawansowanych przypadkach stosuję **KILKA RODZAJÓW NICI JEDNOCZEŚNIE.**

eprasa.pl 89dd828872

Zabiegi

Wszystkie wymienione sposoby leczenia niedoskonałości skóry, którymi dysponuje medycyna estetyczna, świetnie ze sobą współdziałają i uzupełniają swoje właściwości.

Podobno lekarze nie przepadają za takimi pytaniami, bo w każdym przypadku jest inaczej. Ale jednak zapytam: o ile lat jest pan w stanie odmłodzić pacjentkę?

Prawidłowo dobrane i zastosowane w odpowiedniej kolejności zabiegi pozwolą cieszyć się zdrową, mocną i ładną skórą niemalże do siedemdziesiątki. Dobry specjalista przy zaangażowaniu pacjenta jest w stanie tak go prowadzić, by jego skóra wyglądała o dziesięć, a nawet dwanaście lat młodziej.

Zapraszam na konsultacje i zabiegi

tel. 601 255 353

HTTPS://WEB.FACEBOOK.COM/DRMARIUSZKACZOROWSKI/

eprasa.pl 89dd828872

Klinika



Medycyna anti-aging: zabiegi to nie wszystko

Fot. 123RF

eprasa.pl 89dd828872

Medycyna estetyczna daje lekarzom bezpieczne narzędzia umożliwiające wpływanie na spowolnienie starzenia skóry. Należą do nich zabiegi biostymulujące, które można wykonać coraz większą liczbą różnych preparatów. W renomowanych gabinetach **PODEJŚCIE ANTI-AGING OZNACZA JEDNAK COŚ WIĘCEJ NIŻ PLANOWANIE KOLEJNYCH PROCEDUR.**

Tekst: **Daniel Mieczkowski**

Wachlarz terapii biostymulacyjnych dostępnych w Polsce jest coraz szerszy. Opracowywane są kolejne tego typu terapie.

– Wydaje się, że wynika to m.in. ze zmiany podejścia pacjentów do zabiegów. Jest coraz większy nacisk na to, żeby spowolnić proces starzenia, ale

eprasa.pl 89dd828872

w naturalny sposób – mówi Iwona Radziejewska-Choma, właścicielka Saska Clinic w Warszawie.

Coraz więcej możliwości

Jak tłumaczy doktor Iwona Radziejewska-Choma, jednym z najmniej inwazyjnych sposobów na poprawę jakości skóry jest klasyczna mezoterapia. To procedura, którą wykonuje się w serii po kilka zabiegów.



lek. med. Iwona Radziejewska-Choma

Absolwentka Warszawskiej Akademii Medycznej. Jest flebologiem oraz lekarzem medycyny estetycznej i przeciwstarzeniowej. Współpracowała z Centrum Flebologii w Warszawie oraz z najbardziej prestiżowymi gabinetami i klinikami. W kręgu jej zainteresowań zawsze znajdowała się medycyna estetyczna dlatego od 2014 r. prowadzi swoją własną klinikę „Saska Clinic".

Fot. Materiały prasowe

eprasa.pl 89dd828872

Polega na wprowadzeniu do skóry za pomocą wielu iniekcji korzystnie działających substancji. Jednak – jak zauważa doktor – techniką mezoterapii można podać również różnego rodzaju produkty biostymulacyjne, takie jak osocze bogatopłytkowe, kolagen, peptydy biomimetyczne.

– W rezultacie tego typu zabiegów na ogół następuje pobudzenie procesów regeneracyjnych w skórze, stymulowanie fibroblastów do produkcji kolagenu i elastyny, uzupełnienie ubytków kwasy hialuronowego – wyjaśnia lekarka. – Preparaty mogę też stymulować mikrokrążenie, co wpływa na poprawę odżywienia skóry – dodaje.

Zaznacza jednocześnie, że wprawdzie już po jednym zabiegu biostymulacyjnym widoczne są wstępne rezultaty, jednak potrzeba na ogół trzech, czterech serii, a ostateczny efekt narasta przez kilka kolejnych tygodni. – Dlatego ważne jest odpowiednie przygotowanie planu zabiegowego z lekarzem, najlepiej dwa, trzy miesiące przed momentem, w którym chcemy uzyskać optymalny efekt – radzi.

eprasa.pl 89dd828872

Kiedy skórze brakuje podparcia, kiedy chcemy poprawić owal twarzy, jej kontur, harmonię rysów, doprowadzić do subtelnego uniesienia i napięcia, warto się posłużyć właśnie tzw. wypełniaczami biostymulującymi. Doktor Radziejewska-Choma podkreśla, że dla osiągnięcia ostatecznego pozytywnego efektu bardzo ważna jest właściwa ocena.

– Trzeba zdecydować, co u danego pacjenta może przynieść najlepsze rezultaty – mówi i przekonuje, że bez trafnej diagnozy zabieg może nie przynieść oczekiwanej poprawy.

Podejście anti-aging

Zresztą wnikliwy wywiad lekarski i trafna ocena potrzebne są nie tylko ze względu na dobór właściwych procedur zabiegowych. W renomowanych gabinetach bierze się pod uwagę fakt, że na jakość skóry czy skuteczność zabiegów wpływa bardzo wiele czynników, takich jak dieta czy styl życia.

– Obecnie obszerny wywiad lekarski przy pierwszej wizycie to absolutna podstawa w renomowanych

eprasa.pl 89dd828872

gabinetach. To odróżnia też prawdziwych lekarzy od punktów wstrzykiwań preparatów – mówi doktor Iwona Radziejewska-Choma.

Jak tłumaczy, pacjenta w gabinecie estetycznym trzeba potraktować bardzo wszechstronnie. – Istotny jest chociażby wywiad w kierunku leków, które przyjmuje, w kierunku przebytych bądź aktualnych chorób, należałoby się dowiedzieć, czy osoba stosuje suplementację, a jeśli tak – to czy opracowaną przez profesjonalistę – wylicza tylko niektóre z rzeczy, o których lekarz powinien wiedzieć. Jej zdaniem warto też zwrócić uwagę na tryb życia pacjenta: czy intensywnie pracuje, czy jest narażony na stres, czy się wysypia, jak się odżywia. – To wszystko może mieć wpływ i tłumaczyć wyniki badań oraz wpływać na rezultaty zabiegów i dobór właściwego postępowania terapeutycznego – stwierdza lekarka.

Z jej doświadczenia uzyskanego dzięki wieloletniej pracy w Saska Clinic wynika np., że znaczny odsetek kobiet – nawet co czwarta pacjentka – ma jakieś problemy z tarczycą.

eprasa.pl 89dd828872

> Często obserwowane są również **NIEDOBORY ŻELAZA,** co wpływa na kondycję włosów, gorsze gojenie i przyczynia się do tego, że skóra staje się cienka.

Doktor Iwona Radziejewska-Choma zwraca także uwagę na często występujące niedobory witaminy D3, która jest bardzo ważna dla prawidłowego funkcjonowaniu organizm. – Jej niedobór negatywnie wpływa na skórę, obniżając jej jakość i przyspieszając starzenie – zwraca uwagę. Według niej warto również zbadać pacjenta pod kątem insulinooporności, ponieważ przypadłość ta objawia się m.in. różnorakimi zmianami skórnymi oraz ma duży wpływ na odkładanie się tkanki tłuszczowej. – To zdecydowanie osłabi skuteczność niektórych zabiegów – zauważa doktor.

Według niej po wnikliwym wywiadzie lekarskim warto zalecić pacjentowi indywidualną suplementację oraz pomóc mu we wprowadzeniu pewnych korekt stylu życia. – W przeciwnym razie wiele pla-

eprasa.pl 89dd828872

nowanych zabiegów może być po prostu nieskutecznych albo powodować zwiększone ryzyko różnego rodzaju powikłań, takich jak przebarwienia czy szybkie zanikanie efektu – ostrzega

Planowane odmładzanie

Osoba, która chciałaby opóźnić proces starzenia, może liczyć obecnie na wszechstronne podejście do problemu, szeroką diagnostykę i próbę indywidualnego doboru nie tylko zabiegów, ale także porad, dotyczących zdrowego postępowania. – Możemy omówić z pacjentką plan anti-aging – potwierdza Iwona Radziejewska-Choma. Całościowy plan postepowania powstaje na podstawie wyników zleconych badań i wniosków z wywiadu lekarskiego. – Wszystko może mieć znaczenie – zastrzega doktor. Jak tłumaczy, dla lekarza ważne jest to, żeby efekty zabiegów były satysfakcjonujące. Pacjent na ogół dobrze się czuje, mając tak kompleksową opiekę, która wpływa również na jego dobre ogólne samopoczucie. Tymczasem wia-

eprasa.pl 89dd828872

domo, że zabiegi estetyczne, poza poprawą jakości skóry czy korektą pewnych obszarów ciała, mają też wpływ na psychikę. – Teraz możemy szukać czynników, które w bardziej kompleksowy sposób z jednej strony wpłyną na nasz wygląd, a z drugiej – realnie poprawią nasz komfort życia – stwierdza Iwona Radziejewska-Choma.

DR RADZIEJEWSKA
MEDYCYNA ESTETYCZNA I FLEBOLOGIA

Dr Iwona Radziejewska

03-968 Warszawa, ul. Saska 6a lok. 4
tel.+48 600 888 988, 22 67 23 907,

RADZIEJEWSKA.PL

eprasa.pl 89dd828872

Klinika



Piękno jest naprawdę blisko

Fot. 123RF

eprasa.pl 89dd828872

Estebelle to miejsce stworzone z myślą o pacjentach, którzy chcą **W NATURALNY SPOSÓB ZADBAĆ O SKÓRĘ, PODKREŚLIĆ SWOJE PIĘKNO ORAZ ZADBAĆ O ZDROWIE I PIĘKNĄ SYLWETKĘ**. DERMAPEN™ to jeden z zabiegów, które oferuje klinika doktor Agnieszki Nalewczyńskiej.

Tekst: **Katarzyna Świrydowicz**

Mezoterapia to bardzo popularny zabieg medycyny estetycznej, polegający na wstrzykiwaniu do skóry właściwej substancji leczniczych. Daje naprawdę spektakularne efekty. Precyzja zabiegu – a przez to uzyskiwane rezultaty – zależą w znacznym stopniu od ręki lekarza.

Czy taki zabieg można zautomatyzować, żeby polepszyć jego efekty? Takie pytanie postawili sobie inżynierowie i lekarze. I tak powstał DERMAPEN™,

eprasa.pl 89dd828872

najbardziej zaawansowane technologicznie urządzenie do frakcyjnego mikronakłuwania skóry. Wyjątkowo skuteczne, łatwe w stosowaniu – a co bardzo ważne – podwyższające komfort wykonywania zabiegu.



Dr n. med. Agnieszka Nalewczyńska

Ginekolog, lekarz medcyny estetycznej. Ukończyła Akademię Medyczną w Warszawie oraz studia doktoranckie z wyróżnieniem. Uczestniczyła w wielu szkoleniach z zakresu medycyny estetycznej, poznając najnowsze techniki i trendy w dziedzinie anti-aging. Niejednokrotnie prezentowała swoje prace i publikacje na kongresach i konferencjach lekarskich. Otrzymała Mazowieckie Stypendium doktoranckie oraz stypendium naukowe w szpitalu Gregorio Maranon w Madrycie. Ukończyła Podyplomową Szkołę Medycyny Estetycznej i Anti-Aging, uzyskując z wyróżnieniem tytuł lekarza medycyny estetycznej. Jest członkiem zarządu Polskiego Towarzystwa Ginekologii Plastycznej i Rekonstrukcyjnej, międzynarodowym szkoleniowcem z zakresu zastosowania laserów w ginekologii, osocza bogatopłytkowego, a także kwasu hialuronowego oraz zabiegów biorewitalizujacych.

Fot. Materiały prasowe

eprasa.pl 89dd828872

Precyzyjny jak DERMAPEN™

DERMAPEN™ pozwala na wprowadzanie substancji czynnych w głąb skóry na zasadzie automatycznego nakłuwania.

– Precyzja takiej aplikacji jest nieporównywalnie większa niż w tradycyjnych metodach stosowanych w mezoterapii. Zabieg urządzeniem DERMAPEN™ stymuluje naturalne procesy regeneracyjne zachodzące w skórze – wyjaśnia właścicielka kliniki Estebelle dr Agnieszka Nalewczyńska. – Dzięki systemowi pulsujących igieł ułatwiającemu dostarczanie substancji czynnych do naskórka i skóry właściwej zapewnia intensywną stymulację fibroblastów. Przy regeneracji powstałych w wyniku nakłuwania mikrourazów skóry następuje fizjologiczne pobudzenie produkcji kolagenu, co jest naturalną zdolnością regeneracyjną organizmu – tłumaczy.

Jak wygląda sam zabieg? Po konsultacji lekarskiej skórę znieczula się kremem znieczulającym, a następnie dokładnie dezynfekuje. – Urządzenie daje nam wyjątkową możliwość dobrania głębokości wkłuć –

eprasa.pl 89dd828872

w zależności od okolicy, wskazania i grubości skóry. Możemy wykonać mikronakłuwanie w zakresie od 0,5 mm do 2,5 mm, zmieniając głębokość w trakcie zabiegu. W ten sposób, po naniesieniu na skórę odpowiedniego preparatu wykonujemy kilka pasaży celem jak najdokładniejszego pokrycia leczonych powierzchni – mówi dr Nalewczyńska.

W trakcie zabiegu DERMAPEN™ widoczne jest równomierne zaczerwienie skóry. Mimo głębokiego nakłuwania do 2,5 mm nie dochodzi do powstawania krwiaków i siniaków. Bezpośrednio po zabiegu pacjent odczuwa gorąco i lekkie pieczenie. Następnego dnia skóra może być zaróżowiona, napięta jak po lekkim oparzeniu słonecznym. Zarówno po samym zabiegu, jak i w kolejnych dniach poleca się stosowanie specjalistycznego podkładu medycznego, który przyspiesza gojenie skóry i pozwala jej oddychać. Po trzech-czterech dniach może pojawić się delikatne złuszczanie. – Po pięciu-siedmiu dniach pacjent może już cieszyć się efektami terapii DERMAPEN™ – mówi dr Nalewczyńska.

eprasa.pl 89dd828872

Jej zdaniem najlepsze efekty przynosi zabieg z czynnikami wzrostu.

> Serum regenerujące zdecydowanie poprawia wygląd starzejącej się, zniszczonej skóry. Gdy zatapia się w niej, natychmiast zaczyna polepszać naturalny proces jej **NAPRAWY I REGENERACJI.**

– Stymuluje produkcję kolagenu, zdrowe krążenie, aktywność przeciwutleniającą i zwiększa odnowę komórkową – tłumaczy dr Nalewczyńska. Procedury urządzeniem DERMAPEN™ są zastosowanie po zabiegach medycyny estetycznej, peelingach, laserach, w przypadku trądziku pospolitego, trądziku różowatego, oparzenia pierwszego stopnia, leczenia i prewencji blizn.

Miejsce przyjazne pacjentom

Zabiegi DERMAPEN™ to niejedyne procedury, które oferuje w swojej klinice Estebelle dr Agnieszka Nalewczyńska.

eprasa.pl 89dd828872

– Przeprowadzam zabiegi rewitalizujące, odmładzające wygląd tak, aby nie zmieniać wyglądu twarzy, ale uzyskać efekt **COFNIĘCIA CZASU** – mówi dr Agnieszka Nalewczyńska.

Obok procedur medycyny estetycznej na twarz w Estebelle są wykonywane są zabiegi na twarz, ciało oraz ginekologiczne.

– Zawsze badam indywidualne potrzeby pacjenta, aby dobrać najlepszy zabieg zapewniający uzyskanie oczekiwanych efektów – podkreśla dr Nalewczyńska. – Moja wiedza i doświadczenie gwarantują najwyższą jakość usług zarówno w przypadku zabiegów medycyny estetycznej twarzy i ciała, jak i ginekologii estetycznej.

W Estebelle są stosowane nowoczesne techniki, takie jak nici liftingująco-rewitalizujące, nici 4D czy osocze bogatopłytkowe, dzięki którym pacjenci mogą uzyskać efekt wyraźnego odmłodzenia wyglądu i liftingu bez ingerencji chirurgicznej.

eprasa.pl 89dd828872

Z kolei zabiegi takie jak botoks, mezoterapia, powiększanie ust, odbudowa objętości tkanek czy korekta kształtu wypełniaczami na bazie kwasu hialuronowego usuwają niedoskonałości i podkreślają atuty wyglądu.

Estebelle proponuje również zabiegi na ciało. Pomocne w uzyskaniu wymarzonego wyglądu mogą być zabiegi lipolizy iniekcyjnej (usuwanie tkanki tłuszczowej), mezoterapii, aplikacji osocza bogatopłytkowego czy nowoczesne peelingi.

Zabiegi z zakresu ginekologii estetycznej, na przykład laserowa rewitalizacja pochwy, powiększanie warg sromowych czy zabiegi plastyczne na wargach sromowych, wpływają na funkcjonalność narządu rodnego, jego estetykę oraz wzrost satysfakcji z życia intymnego.

– Przeprowadzana w naszym gabinecie laseroterapia ginekologiczna może wyleczyć wysiłkowe nietrzymanie moczu u kobiet po licznych porodach oraz u pań, u których schorzenie jest skutkiem zwiotczenia tkanek. Laserowa terapia umożliwia

eprasa.pl 89dd828872

również przywrócenie naturalnego pH pochwy, zwiększenie elastyczności jej ścianek, jak również lepsze ich napięcie oraz nawilżenie.

– Mój gabinet to przyjazne, kameralne miejsce, gdzie każdy pacjent jest traktowany z troską i należytą uwagą, a zabiegi są dobierane indywidualnie i z myślą o dobru pacjenta. Zapraszam na konsultacje, przekonaj się, jak blisko jest piękno – mówi dr Agnieszka Nalewczyńska.

ESTEBELLE
DR AGNIESZKA NALEWCZYŃSKA

ESTEBELLE

02-972 Warszawa, ul. Sarmacka 13 lok 129,
tel. +48 532 575 829

ESTEBELLE.COM.PL

eprasa.pl 89dd828872



Odmładzanie w naturalnej postaci – znaleźliśmy rozwiązanie!

Fot. Materiały prasowe

Zabiegi

Czy można cofnąć czas i odmłodzić skórę? Tak, są na to sprawdzone metody. To **MEZOTERAPIA PREPARATEM RADIESSE®, KTÓRY POBUDZA SKÓRĘ DO PRODUKCJI KOLAGENU I ELASTYNY,** i stosowanie na skórę retinolu. Nie tylko wygładzi zmarszczki, ale też rozjaśni przebarwienia i wyrówna powierzchnię skóry!

Tekst: **Ewelina Guła, Brand Manager Merz Aesthetics**

Proces starzenia się skóry rozpoczyna się już między 20. a 30. rokiem życia. Wpływa na niego wiele czynników zarówno wewnętrznych, jak i zewnętrznych. Starzenie wewnątrzpochodne związane jest z upływem czasu (chronologiczne) oraz układem hormonalnym (menopauza). Dodatkowo naszą skórę degradują

eprasa.pl 89dd828872

i sprawiają, że staje się coraz starsza, czynniki zewnętrzne: ekspozycja na promieniowanie słoneczne (fotostarzenie), palenie papierosów (skóra palacza). Jak nie poddać się upływowi czasu i sprawić, by jego skutki nas nie dotyczyły?

Rynek medycyny estetycznej jak na tacy podaje wiele gotowych metod. Na które się zdecydować, kiedy mamy do wyboru tak wiele możliwości?

> Najlepszym rozwiązaniem są zabiegi dające natychmiastowe, długotrwałe rezultaty. Taki zabieg stanie się
>
> **INWESTYCJĄ NA LATA!**

Odmładzanie od wewnątrz

Jednym z najczęściej stosowanych i przynoszących najlepsze rezultaty jest zabieg Radiesse® – preparatem zawierającym hydroksyapatyt wapnia, naturalny składnik, który jest obecny również w ludzkich kościach. To oznacza, że jest on bezpieczny dla naszego organizmu.

eprasa.pl 89dd828872

Efekty widoczne są od razu po zabiegu. Po podaniu Radiesse® rozpoczyna się proces stymulacji kolagenu i elastyny, czyli naturalne odmładzanie skóry. Z zabiegu wychodzimy po prostu młodsze, a czas zaczyna się cofać sam.

Specjalista wykonujący zabieg ocenia stan naszej skóry i na tej podstawie dobiera ilość wykorzystanego produktu. Dzięki specjalnej budowie Radiesse® (mikrosfery zamknięte w matrycy żelowej) nie mamy obaw o nadmierną korektę. Nie grozi nam „przesadny efekt" wypełniania. Aby wspomóc działanie wewnętrzne preparatu, warto wiedzieć, co możemy zastosować zewnętrznie, żeby jeszcze dłużej cieszyć się młodością.

Młodsza od zewnątrz

Złotym standardem odmładzania jest retionol stosowany zewnętrznie na skórę. To cenny składnik, który pozwala na skuteczne działanie anti-aging. Retinol jest pochodną witaminy A, której działanie odmładzające poznano w latach 80.

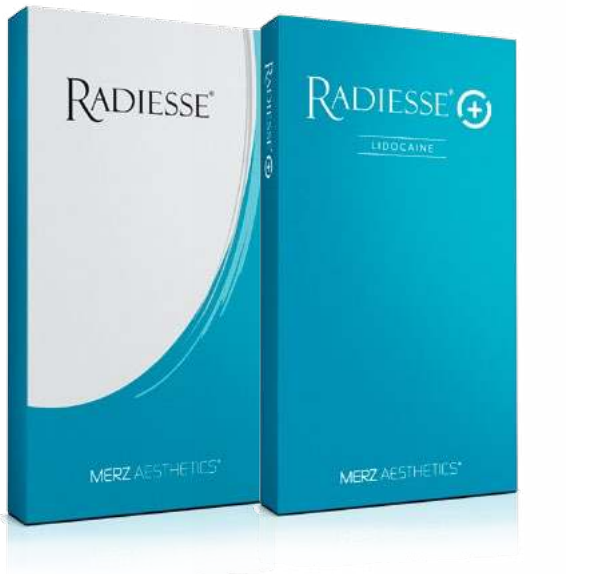
eprasa.pl 89dd828872

> Do dziś nie znaleziono skuteczniejszej niż **RETINOL** substancji, która tak dobrze radziłaby sobie ze spłycaniem zmarszczek, rozjaśnianiem przebarwień i wyrównywaniem powierzchni w przypadku skór problematycznych.

Na pewno zastanawiasz się, jaka forma jest idealna dla ciebie: krem, a może zabieg w gabinecie kosmetycznym? Odpowiadamy: aby kompleksowo zadbać o skórę, najlepsza jest kombinacja tych dwóch elementów. Na początek warto zacząć od serii zabiegów z wykorzystaniem Retix.C! To terapia anti-aging stymulująca fibroblasty, które są komórkami produkującymi kolagen, elastynę i kwas hialuronowy. Terapia Retix.C nie tylko spłyca zmarszczki, ale też rozjaśnia przebarwienia i odmładza skórę na poziomie komórkowym. Zabieg oparty jest na 4-proc. retinolu – najsilniejszej formie na rynku. Już po trzech zabiegach możesz się cieszyć młodszą skórą bez przebarwień. Aby pod-

eprasa.pl 89dd828872

trzymać efekty zabiegu, zastosuj przeciwzmarszczkowy krem Retix.C z retinolem i witaminą C. Ten duet to idealne połączenie w najnowszych trendach anti-aging.



MERZ AESTHETICS



WWW.URGOPOLFALODZ.PL/

WWW.FACEBOOK.COM/ MERZAESTHETICSPOLAND/

FB: Merz Aesthetics Poland
IG: Merz Aesthetics Poland

eprasa.pl 89dd828872

Klinika

GABINET KOSMETYKI LEKARSKIEJ **BELLA**



Dr n. med. Magdalena Łopuszyńska, dermatolog, lekarz medycyny estetycznej

Marka BELLA zobowiązuje. Indywidualne podejście do zdrowia i urody

Fot. Materiały prasowe

eprasa.pl 89dd828872

Klinika

Od ponad 25 lat z powodzeniem prowadzę Gabinet Kosmetyki Lekarskiej BELLA. Bezpieczeństwo, komfort pacjenta, **NAJWYŻSZY POZIOM USŁUG, PEŁEN PROFESJONALIZM I UCZCIWOŚĆ TO PRIORYTETY**, którym zawsze jestem wierna w swoim gabinecie.

Uważam, że tylko holistyczne podejście do pacjenta zapewni nam, lekarzom, spektakularne efekty terapii. Dlatego o pacjentach staram się dowiedzieć jak najwięcej – nie tylko w kontekście zabiegów medycyny estetycznej. Interesuje mnie również ich zdrowie, styl życia, a nawet problemy.

Zawsze pamiętam o przysiędze Hipokratesa – *primum non nocere* (po pierwsze nie szkodzić) – dlatego nigdy nie ulegam sezonowym modom i trendom.

Wykonuję tylko bezpieczne zabiegi. Stosuję wyłącznie te metody, do których mam pełne zaufa-

eprasa.pl 89dd828872

Klinika





Fot. Materiały prasowe

eprasa.pl 89dd828872

Nowości

FOTONA DYNAMIS SP

FOTONA STARWALKER

JALUPRO – aminokwasowa terapia zastępcza

VITAL INJECTOR – rewitalizacja próżniowa wieloigłowa

nie, dysponuję urządzeniami i materiałami, które są sprawdzone, posiadają certyfikaty i zapewniają bezpieczeństwo pacjenta.

Cieszę się za każdym razem, gdy konkretna technologia czy metoda okaże się skuteczna dla konkretnego pacjenta. Nie sztuka wykonać zabieg. Sztuką jest osiągnięcie jak najlepszych efektów terapeutycznych, które zaowocują od razu lub w najbliższej przyszłości.

Na własną markę pracowałam wiele lat, dlatego wykluczam w swojej pracy wszelką przypadkowość lub bylejakość. Marka zobowiązuje!

Dzięki bogatemu doświadczeniu i specjalistycznej wiedzy jesteśmy w stanie odmienić życie naszych

eprasa.pl 89dd828872

pacjentów i przywrócić uśmiech na ich twarzy. Wierzymy, że medycyna estetyczna służy nie tylko uzdrawianiu tego, co na zewnątrz. Nasi pacjenci dzięki pozytywnym efektom, które dają metody leczenia stosowane przez naszych specjalistów, zyskują pewność siebie i lepsze samopoczucie. Medycyna estetyczna to także sposób na to, by zacząć widzieć wszystko w innym świetle.

GABINET KOSMETYKI LEKARSKIEJ BELLA

Gabinet Kosmetyki Lekarskiej Bella

Warszawa Śródmieście, ul. Piękna 19
tel. 22 6253300, 608 094 484

WWW.BELLA-DERM.PL

Fb: gabinet kosmetyki lekarskiej BELLA
Inst: gabinet_bella

eprasa.pl 89dd828872



Piękno jest ponadczasowe

Fot. Materiały prasowe

eprasa.pl 89dd828872

Przepis na sukces? Piękne wnętrza, najwyższy poziom usług i najnowocześniejszy sprzęt, ale **PRZEDE WSZYSTKIM LUDZIE. TO ICH ZAUFANIE JEST PODSTAWĄ SUKCESU - MÓWI BEATA DRZAZGA**, założycielka DRZAZGA CLINIC Laseroterapia i Medycyna Estetyczna, BetaMed S.A. – największej placówki medycznej w kraju zajmującej się m.in. opieką długoterminową, i właścicielka salonu mody Dono da Scheggia.

Tekst: **Olga Kowalska**

Za nami trudne miesiące. Zmartwienia, stres. Podobno w Stanach Zjednoczonych kliniki medycyny estetycznej przeżywają oblężenie. Jak jest w Polsce?

Podobnie. Bardzo skrupulatnie przestrzegamy norm bezpieczeństwa, wolimy przesadzić, niż czegoś zaniedbać. Mamy bardzo wielu klientów, co nas bardzo cieszy, bo dbanie o urodę to coś więcej niż

eprasa.pl 89dd828872

tylko troska o to, co na zewnątrz. Gdy dbamy o siebie, czujemy się lepiej, pewniej w życiu, w pracy, w biznesie. Częściej się też uśmiechamy, co zwłaszcza po ostatnich miesiącach jest nam bardzo potrzebne.

Wracamy do życia. Od czego zacząć? DRZAZGA CLINIC jest znana z innowacyjnych zabiegów. Może jakieś nowości?



Fot. Materiały prasowe

Beata Drzazga

Założycielka DRZAZGA CLINIC Laseroterapia i Medycyna Estetyczna, BetaMed S.A. – największej placówki medycznej w kraju zajmującej się m.in. opieką długoterminową, i właścicielka salonu mody Dono da Scheggiai

eprasa.pl 89dd828872

Klinika

Lubię nowinki. Chętnie podglądam, zwłaszcza rynek amerykański, który jest pionierski pod względem wielu doskonałych rozwiązań, ale jestem też niezwykle krytyczna w doborze tego, co ostatecznie proponuję klientom. Dlaczego? Zabieg ma działać, a nie tylko być modną nowością. Urządzenie nie spełnia oczekiwań? Kupujemy inne. Działa doskonale? Takich zamawiamy więcej. To proste. Tak pojawił się w naszej ofercie CoolSculpting. Zobaczyłam efekt zabiegu na podbródku jednej z klientek i byłam zachwycona. Od razu zamówiłam dwa takie urządzenia.

Efekt jest aż tak spektakularny?

Wyjątkowo!

COOLSCULPTING to doskonały zabieg dla osób, które mimo diety i ćwiczeń borykają się z mankamentami, takimi jak wałeczki na brzuchu, niechciane boczki, nadmiar tłuszczu na ramionach czy podwójny podbródek.

eprasa.pl 89dd828872

Technologia CoolSculptingu wykorzystuje zjawisko kriolipolizy, polegające na kontrolowanym zamrażaniu komórek tłuszczowych. Zamrożone komórki tłuszczowe ulegają uszkodzeniu, po czym w naturalny sposób są usuwane z organizmu. Nasza klinika jako jedyna w Polsce ma dwa urządzenie umożliwiające przeprowadzenie takiego zabiegu, co pozwala działać jednocześnie na kilka obszarów skóry.

A coś dla twarzy?

Bardzo ciekawym zabiegiem jest Endolifting Fotona4D®, nieinwazyjny lifting, doskonała alternatywa dla wypełniaczy i inwazyjnych zabiegów medycyny estetycznej. Niweluje mniejsze zmarszczki, a większe znacznie spłyca, ujędrnia też skórę od wewnątrz. Efekt? Spektakularny. To jeden z ulubionych zabiegów naszych klientek. Podobnie jak redukujący zmarszczki i ujędrniający skórę Exilis. Działa szybko i daje bardzo długo utrzymujące się efekty. Jedno z moich najnowszych odkryć to mezoterapia Max Electri. Błyskawiczna poprawa

eprasa.pl 89dd828872



BEATA DRZAZGA: Piękno jest ponadczasowe, a my pomagamy Ci to zauważyć. **POZWÓL NAM ZADBAĆ O SIEBIE W SPOSÓB, JAKIEGO WCZEŚNIEJ NIE ZNAŁAŚ/ZNAŁEŚ.**

Fot. Materiały prasowe

prasa.pl/artykul/2837/2

kondycji skóry! Wystarczy jeden zabieg, żeby dostrzec różnicę. Max Electri to zabieg z użyciem wysokocząsteczkowego kwasu hialuronowego, kwasu bursztynowego, a także nici podtrzymujących i stymulujących tkanki.

A infuzja tlenowa? Brzmi interesująco.

To zabieg unikatowy. Pielęgnacja skóry, natychmiastowy efekt liftingu, wypełnienia zmarszczek i poprawy owalu twarzy. Dotlenienie skóry daje też niesamowity efekt, młodszej, zdrowej, promiennej cery. Zabieg warto zrobić, zwłaszcza jeśli dużo czasu spędzamy w ogrzewanym lub klimatyzowanym pomieszczeniu.

Podobno do pielęgnacji urody można użyć też medycznego dwutlenku węgla.

To tzw. karboksyterapia, która przyspieszenia metabolizm, poprawia krążenie w tkankach, ujędrnienia skórę i wyrównuje jej strukturę. Sprawdzony, doskonały zabieg. Niedoskonałych nie proponujemy. Zaufanie to dla mnie podstawa. Na nim buduję wszystkie moje firmy.

eprasa.pl 89dd828872

Wybór jest duży. Skąd mam wiedzieć, który zabieg będzie dla mnie najlepszy?

Oferujemy konsultacje. To bardzo ważne, bo zabiegi najlepiej dobierać indywidualnie. Czasem odradzamy jakiś zabieg, proponując w zamian inny albo połączenie kilku zabiegów. Wszystko dla osiągnięcia optymalnego i – co najważniejsze – trwałego efektu.

DRZAZGA CLINIC to także usługi medyczne. Moją uwagę zwróciło zwłaszcza laserowe leczenie chrapania.

> Wbrew powszechniej opinii **CHRAPANIE** można wyleczyć. Oferujemy także leczenie nadpotliwości, żylaków, bielactwa, rumienia, trądziku czy usuwanie blizn.

Warto zwrócić uwagę także na Regenera Activa, leczenie łysienia i zagęszczanie włosów dla kobiet i mężczyzn. Pierwsze efekty terapii widoczne są już po trzech miesiącach.

eprasa.pl 89dd828872

DRZAZGA CLINIC to także piękne wnętrza. Coś dla ciała i coś dla ducha?

Bajkowe, roztaczające atmosferę relaksu wnętrza, a do tego najlepszy sprzęt. Połączenie piękna i funkcjonalności. To idea, która przyświecała mi już przy tworzeniu pierwszej mojej firmy, czyli BetaMed S.A., który dziś pod kątem opieki długoterminowej jest największą placówką medyczną w Polsce.

BataMed S.A. zajmuje się opieką nad osobami starszymi, pacjentami pod respiratorami, także dziećmi pod respiratorami. Piękno jest dla nich ważne?

Oczywiście! Wszyscy potrzebujemy piękna. Przykład? Część kliniki BataMed S.A. jest przeznaczona do stacjonarnej opieki nad seniorami. Rehabilitanci, lekarze wszelkich specjalności na wyciągnięcie ręki. Co jeszcze? Chciałam, żeby to miejsce było piękne, żeby pacjenci czuli się jak w domu. Jest więc ogród, altanki, stoły, a na nich obrusy w kratkę, maliny, jeżyny, owoce i bardzo dużo kwiatów. Tańczymy, bawimy się, lepimy, malujemy. Jest też fryzjer, kosmetyczka

eprasa.pl 89dd828872

Klinika





Fot. Materiały prasowe

i SPA. Wszystkie moje pomysły to moja inspiracja i spełnienie marzeń.

Ostatnie miesiące musiały być bardzo wyczerpujące.

To był egzamin. W każdej z moich firm wyzwania wyglądały inaczej. Wszystkie zdały egzamin. Dlaczego? Z powodu piękna. Moje firmy to nie tylko piękne budynki i doskonałe usługi. To miejsca, w których pracują ludzie o pięknych sercach. Z nich jestem najbardziej dumna.

DRZAZGA CLINIC
LASEROTERAPIA & MEDYCYNA ESTETYCZNA

DRZAZGA CLINIC

41-506 Chorzów, u. Racławicka 20a
tel. 32 420 29 78

WWW.DRZAZGACLINIC.PL

eprasa.pl 89dd828872



Skinoren®

kwas azelainowy 20% krem i 15% żel

Ekspert w leczeniu trądziku

Stosowany regularnie, leczy trądzik osób dorosłych. Dzięki formule o wielokierunkowym działaniu Skinoren walczy ze zmianami zapalnymi, zaskórnikami, przebarwieniami oraz działa przeciwbakteryjnie.

Piękna i zdrowa skóra każdego dnia



www.skinoren.pl

LEO

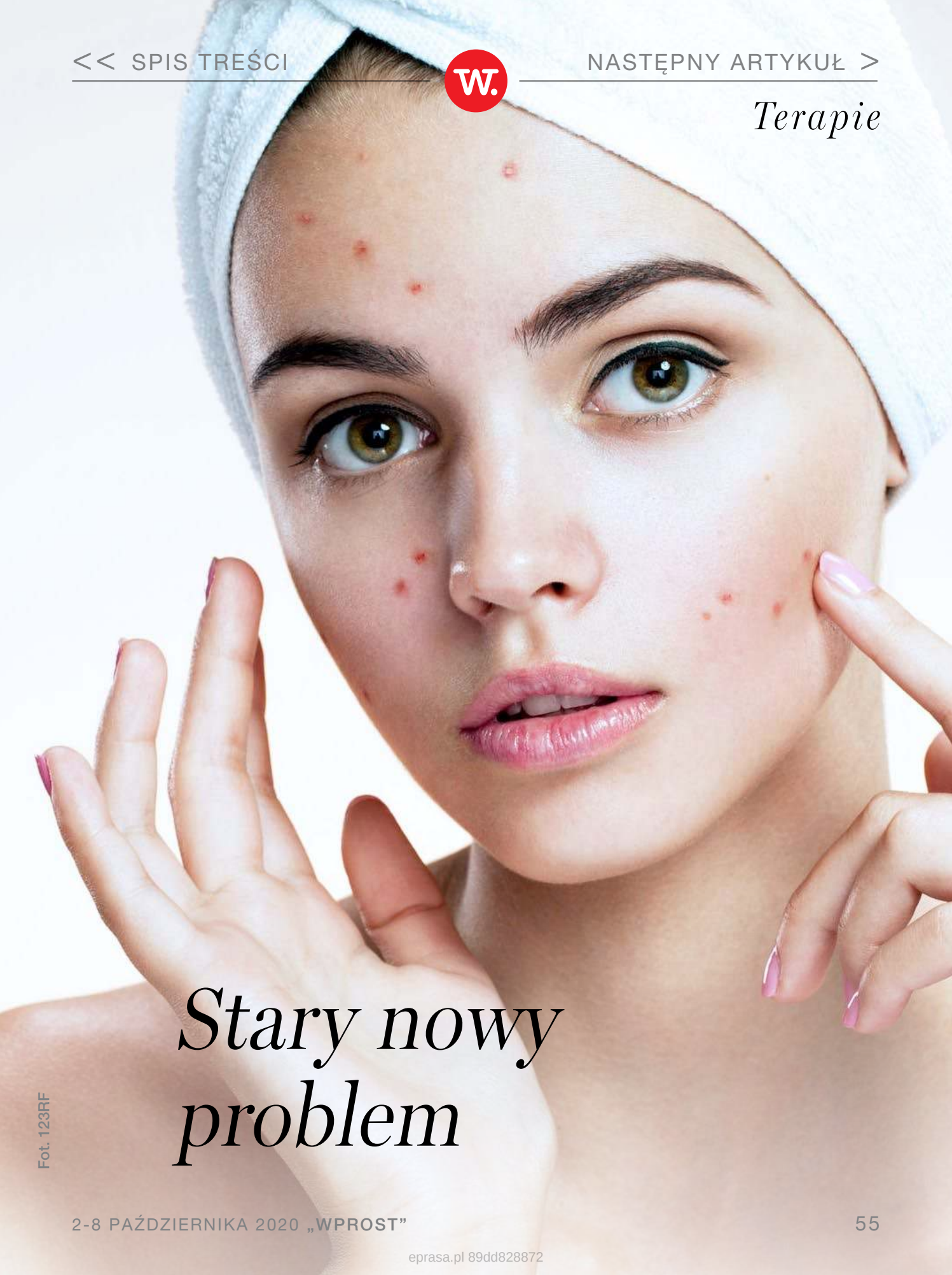
Przed użyciem zapoznaj się z ulotką, która zawiera wskazania, przeciwwskazania, dane dotyczące działań niepożądanych i dawkowanie oraz informacje dotyczące stosowania produktu leczniczego, bądź skonsultuj się z lekarzem lub farmaceutą, gdyż każdy lek niewłaściwie stosowany zagraża Twojemu życiu lub zdrowiu.

Skinoren (*Acidum azelaicum*), krem, 200 mg/g; 1 g kremu zawiera 200 mg kwasu azelainowego oraz substancje pomocnicze. **Wskazania:** trądzik pospolity (*Acne vulgaris*), przebarwienia (chloasoma, melasma). **Skinoren** (*Acidum azelaicum*), żel, 150 mg/g; 1 g żelu zawiera 150 mg kwasu azelainowego oraz substancje pomocnicze. **Wskazania:** trądzik grudkowo-krostkowy skóry twarzy o słabym lub średnim nasileniu. **Przeciwwskazania:** Nadwrażliwość na kwas azelainowy lub na którąkolwiek substancję pomocniczą, szczególnie glikol propylenowy. **Podmiot odpowiedzialny:** LEO Pharma sp. z o.o., ul. Marynarska 15, 02-674 Warszawa. **Pełna informacja o produkcie leczniczym dostępna na życzenie w firmie:** LEO Pharma sp. z o.o., ul. Marynarska 15, 02-674 Warszawa, tel.: +48 22 244 18 40, www.leo-pharma.com.pl

LEO® EUROPE + SKINOREN® 81/wrzesień 2019 © Wszystkie wykorzystane znaki towarowe należą do LEO® Pharma A/S

eprasa.pl 89dd828872

Terapie



Stary nowy problem

Fot. 123RF

eprasa.pl 89dd828872

Trądzik dotyka wyłącznie nastolatek? Nieprawda! Z badań wynika, że coraz częściej, borykają się z nim także osoby między 30. a 40. rokiem życia. To zła wiadomośc. Jest jednak i dobra. **Z TRĄDZIKIEM MOŻNA WYGRAĆ I ZNÓW CIESZYĆ SIĘ PIĘKNĄ CERĄ.**

Tekst: **Olga Kowalska**

Trądzik to jedna z najczęściej występujących dermatoz. U dorosłych, inaczej niż u młodzieży, objawia się pojedynczymi zmianami na skórze, pojawiającymi się głównie na policzkach, brodzie, wzdłuż linii szczęki oraz na szyi.

Kobieca bolączka

Jedną z najczęstszych przyczyn występowania trądziku u dorosłych jest stres i wpływ hormonów wytwarzanych w sytuacji stresowej na skórę. Innym powodem jest nieodpowiednia dieta lub nadwrażliwość na niekóre pokarmy. Spożywanie produktów

eprasa.pl 89dd828872

wysokoprzetworzonych, zbyt małej ilości warzyw i owoców, nieregularne posiłki – to wszystko przyczynia się do nieprawidłowego funkcjonowania organizmu i niekorzystnie wpływa na stan skóry. Efekt? Pojawiają się wypryski i stany zapalne.

> Trądzik może być również wywołany **NIEODPOWIEDNIĄ PIELĘGNACJĄ,** niewłaściwym oczyszczaniem cery oraz stosowaniem „ciężkich" kosmetyków, które blokują ujścia gruczołów łojowych.

Co ciekawe, trądzik u osób dorosłych zdecydowanie częściej dotyczy kobiet niż mężczyzn – szacuje się, że aż połowa kobiet po 30. roku życia zmaga się z niedoskonałościami skóry.

Kierunek: piękna cera!

Co zrobić, gdy nasza cera zaczyna sprawiać problemy? Po pierwsze, musimy pamiętać, że leczenie trądziku wymaga czasu i cierpliwości. Terapia musi być regular-

eprasa.pl 89dd828872

na i trwać co najmniej kilka tygodni. W postaci łagodnej mogą pomóc preparaty dostępne bez recepty, w przypadku nasilenia się objawów konieczna jest wizyta u dermatologa. Po drugie, aby wygrać z trądzikiem, musimy uderzyć w niego celnie i skutecznie. Jak? Jedną z najczęściej stosowanych substancji w leczeniu trądziku osób dorosłych jest kwas azelainowy. Ma on wielokierunkowe działanie – przeciwbakteryjne, złuszczające, przeciwzapalne i wybielające. Często jest składnikiem preparatów dla skóry problematycznej – z powodzeniem wykorzystuje się go w kuracji przeciwtrądzikowej oraz do niwelowania przebarwień.

Nasz sojusznik – kwas azelainowy

Kwas azelainowy znalazł zastosowanie w dermatologii już w latach 80. ubiegłego wieku. Początkowo wykorzystywano jego właściwości depigmentujące w leczeniu przebarwień. W miarę upływu czasu doceniono jego wielokierunkowe działanie, dlatego dziś związek ten występuje powszechnie w preparatach kosmetycznych i leczniczych. Jednym z nich jest Skinoren® dostępny

eprasa.pl 89dd828872

Działanie kwasu azelainowego

keratolityczne – rozpuszcza zrogowaciały naskórek,

przeciwbakteryjne – zwalcza bakterie odpowiedzialne za trądzik,

przeciwzaskórnikowe – hamuje nadmierne rogowacenie naskórka,

przeciwzapalne – pomaga leczyć trądzik oraz występujący z nim stan zapalny, zapobiegające powstawaniu przebarwień.

bez recepty w aptekach w postaci żelu i kremu. Skinoren® można stosować razem z kosmetykami zarówno do pielęgnacji, jak i makijażu. Należy jednak pamiętać, aby wybierać kosmetyki oznaczone jako „niekomedogenne" (czyli niepowodujące zatykania porów) w celu zminimalizowania ryzyka pojawienia się zmian skórnych. Skinoren® można stosować w trakcie ekspozycji na słońce oraz w leczeniu przebarwień związanych nie tylko ze zmianami potrądzikowymi, ale również posłonecznych.

Kwas azelainowy jest zaliczany do substancji dobrze tolerowanych przez skórę, dlatego może być stosowany przez długi okres. Do rzadko występują-

eprasa.pl 89dd828872

cych efektów ubocznych zaliczamy przejściowy rumień i podrażnienie. Jednak objawy te mają charakter przemijający i szybko ustępują. Wyraźną poprawę stanu skóry uzyskuje się po mniej więcej czterech tygodniach systematycznego stosowania leku, przy czym dla zapobiegania nawrotom terapia powinna trwać kilka miesięcy.

Skinoren®
azelaic acid 20% cream & 15% gel

L E O



Skinoren® jest dostępny w aptekach bez recepty w postaci żelu i kremu

eprasa.pl 89dd828872

Zabiegi

Słońce kontra uroda



Fot. 123RF

eprasa.pl 89dd828872

Zabiegi

Latem w gabinetach medycyny estetycznej pojawiło się wiele osób, które chciały poddać się zabiegom odmładzającym, niedostępnym w okresie lockdownu. **NIE WSZYSTKIE PROCEDURY SĄ JEDNAK DO POGODZENIA Z LETNIM SŁOŃCEM** i kąpielami w słonej wodzie.

Tekst: **Daniel Mieczkowski**

Doktor Iwona Radziejewska-Choma, właścicielka Saska Clinic w Warszawie, przypomina, że w gabinecie trzeba wziąć pod uwagę możliwość negatywnego oddziaływania na skórę promieniowania UV oraz czynniki środowiskowe, takie jak woda słona czy chlorowana w basenie. – Dlatego latem sprawdzają się różnego rodzaju zabiegi mezoterapeutyczne – mówi i tłu-

eprasa.pl 89dd828872

maczy, że w takim działaniu terapeutycznym chodzi o dostarczenie składników odżywczych do skóry po to, żeby poprawić jej jakość i zapewnić właściwe nawilżenie.

Zdaniem doktor można zastosować zarówno klasyczne preparaty nawilżające i poprawiające jakość skóry, jak i te biostymulujące, które np. pobudzą organizm do produkcji kolagenu. Poza tym lekarz w gabinecie może się skupić na procedurach prowadzących do odbudowania bariery lipidowej skóry czy wzbogacających ją np. w aminokwasy oraz antyoksydanty. – Będą radziły sobie z wolnymi rodnikami – dodaje lekarka i wyjaśnia, że generalnie warto zadbać o to, żeby odpowiedź na różnego rodzaju niekorzystne czynniki zewnętrzne była prawidłowa.

Czego nie robić

Ze względu na większą ekspozycję na światło słoneczne latem pewne zabiegi są bardziej ryzykowne. – Zdecydowanie w lato unikamy wszelkiego rodzaju agresywnych zabiegów laserowych, które polegają

eprasa.pl 89dd828872

na działaniu w skórze mającym prowadzić do jej przebudowy, regeneracji i wymagających procesu rekonwalescencji – radzi doktor Iwona Radziejewska-Choma.

> Promieniowanie UV może doprowadzić do powstania trudnych w leczeniu **PRZEBARWIEŃ** pozapalnych po zabiegach laserowych.

– Podobnie jest z głębokimi peelingami, których także unikamy – mówi. Według niej tego typu zabiegi lepiej zostawić na mniej słoneczne okresy w roku. – Wprawdzie bardzo restrykcyjne stosowanie środków protekcyjnych po takich procedurach może nas uchronić przed powikłaniami, jednak szczególnie w okresie wakacyjnym o skrupulatność w przestrzeganiu zasad pielęgnacji pozabiegowej trudno – dodaje lekarka.

Odradza także wykonywanie w okresie letnim laserowych zabiegów naczyniowych. Nie poleca też

eprasa.pl 89dd828872

laserowego usuwania owłosienia. – Latem decydujemy się na laserową epilację tylko obszarów skóry, które są osłonięte przed słońcem – wyjaśnia.

Kwas hialuronowy i biostymulatory

Mimo ograniczeń związanych z ekspozycją na słoneczne promieniowanie UV jest cały wachlarz zabiegów, którym można bezpiecznie poddać się w gabinecie lekarskim. Według Iwony Radziejewskiej-Chomy można wykorzystywać wspomniane już popularne preparaty mezoterapeutyczne z kwasem hialuronowym w celu nawilżenia skóry.

Dostępne są też produkty do iniekcji z dodatkiem aminokwasów czy peptydów biomimetycznych, które będą dodatkowo działały zapobiegawczo przeciw powstawaniu przebarwień. – Peptydy biomimetyczne mogą np. wpływać na ujednolicenie kolorytu skóry oraz hamować działanie enzymu, który przekształca melaninę w melatoninę, co przekłada się na zmniejszenie ryzyka wystąpienia plam posłonecznych – zauważa lekarka.

eprasa.pl 89dd828872

Zabiegi



W przypadku skóry cieńszej, delikatnej, np. u kobiet w okresie menopauzalnym, świetnie sprawdzają się procedury z kolagenem **Z KOLAGENEM**

Fot. Materiały prasowe

eprasa.pl 89dd828872

Zabiegi

W okresie letnim w Saska Clinic często wykorzystuje się zabiegi z osoczem bogatopłytkowym. – Poza znanymi regeneracyjnymi właściwościami takich procedur, prowadzącymi do poprawy jakości skóry, obserwujemy także efekty przeciwprzebarwieniowe – mówi pani doktor. – U pacjentów skarżących się na problemy z przebarwieniami po ekspozycji na słońce obserwujemy rzadsze występowanie tego rodzaju problemów – dodaje. Jej zdaniem osocze może się też przyczynić do rozjaśnienia już powstałego przebarwienia.

Dodatkowo lekarka poleca na lato preparaty do mezoterpii zawierające rutynę czy witaminę C. – Są idealne dla osób mających problemy np. z trądzikiem różowatym czy też z widocznymi, poszerzonymi naczynkami na twarzy – mówi. Pacjentom z takimi objawami radzi też poddać się działaniu delikatnych peelingów na bazie kwasu azelainowego, które nie dają złuszczania skóry, ale zadziałają przeciwzapalnie i poprawią jej kondycję. To można zrobić nawet na krótko przed wyjazdem.

eprasa.pl 89dd828872

Zabiegi

Z jej doświadczenia wynika, że w przypadku skóry cieńszej, delikatnej, np. u kobiet w okresie menopauzalnym czy pomenopauzalnym, świetnie sprawdzają się procedury z kolagenem. – Dzięki nim z jednej strony od razu wzmacniamy skórę, wzbogacamy ją w kolagen, a jednocześnie pobudzamy ją do wytwarzania nowych objętości tej niezwykle potrzebnej substancji, niezbędnej dla pogrubienia skóry – tłumaczy.

> Dodatkowo u osób, które mają intensywne zmarszczki mimiczne, warto dwa, trzy tygodnie przed planowanym urlopem wykonać zabieg z **TOKSYNĄ BOTULINOWĄ.**

Chodzi o to, żeby zrelaksować mięśnie, co zapobiegnie utrwalaniu się zmarszczek. Warto jednak pamiętać, że intensywne korzystanie z kąpieli słonecznych i przebywanie w wysokich temperaturach wpłynie na skrócenie czasu działania toksyny botulinowej. Podobnie będzie z wypełniaczami na

eprasa.pl 89dd828872

bazie kwasu hialuronowego, który pod wpływem temperatury będzie się szybciej wchłaniał.

Nie przed samym wyjazdem

Dobrym rozwiązaniem dla osób, które chciałyby trwalszego efektu, mogą być zabiegi z preparatami biostymulującymi, takimi jak hydroksyapatyt wapnia czy wspomniany kolagen albo peptydy biomimetyczne. – Takie terapie trzeba odpowiednio wcześniej zaplanować, ponieważ efekty estetyczne po biostymulatorach są w pełni widoczne nie od razu po zabiegu – przypomina doktor Iwona Radziejewska-Choma.

W jej opinii bezpiecznie byłoby zaplanować wizytę w gabinecie medycyny estetycznej tak, żeby ostatni zabieg wykonać mniej więcej dwa tygodnie przed wyjazdem na urlop czy przed zwiększoną ekspozycją słoneczną. – Prosimy, żeby zwłaszcza w pierwszych dniach po zabiegach iniekcyjnych skrupulatnie przestrzegać ochrony przeciwsłonecznej. Pierwszy okres gojenia po zabiegach mezoterapii,

eprasa.pl 89dd828872

które wiążą się przecież z nakłuciem skóry igłą, powinien przebiegać bez ekspozycji np. na słońce czy inne niekorzystne czynniki zewnętrzne. Chodzi o uniknięcie powstania przebarwienia po zabiegu – tłumaczy lekarka.

DR RADZIEJEWSKA
MEDYCYNA ESTETYCZNA I FLEBOLOGIA

Dr Iwona Radziejewska

03-968 Warszawa, ul. Saska 6a lok. 4
tel.+48 600 888 988, 22 67 23 907,

RADZIEJEWSKA.PL

eprasa.pl 89dd828872



TO DUŻO WAŻNIEJSZE NIŻ MYŚLISZ!

Zdrowie to podstawa!

O tym wiemy wszyscy, ale czy zdajesz sobie sprawę jak istotna dla Twojego zdrowia jest **poprawna codzienna pielęgnacja jamy ustnej?** W dużym skrócie - nieusunięta płytka bakteryjna może spowodować **zapalenie dziąseł**, które według najnowszych badań ma bezpośredni związek z takimi chorobami jak choroba **alzheimera, cukrzyca, choroby serca czy powikłania ciąży!**

Dowiedz się więcej na www.sunstargum.pl

Samo szczotkowanie to za mało!

Samo szczotkowanie usuwa **zaledwie 60% płytki bakteryjnej**. Dlatego tak istotne jest regularne **oczyszczenie przestrzeni pomiędzy zębami** - nitką lub szczoteczką międzyzębową. To właśnie w tych trudno dostępnych miejscach najczęściej zaczynają się problemy z dziąsłami.

SUNSTAR G·U·M®

www.sunstargum.pl /GUMpolska

Ponad 85 lat doświadczenia w profesjonalnej pielęgnacji jamy ustnej!

Naszym celem jest pomóc Tobie i innym ludziom na całym świecie osiągnąć najwyższy możliwy poziom pielęgnacji jamy ustnej, a co za tym idzie lepszy stan zdrowia i jakość życia.

Nie musisz ufać reklamie prasowej - zapytaj swojego stomatologa co myśli o jakości produktów GUM!



eprasa.pl 89dd828872



Zatrzymać młodość: zabiegi lunchowe ELIGHT!

Materiały prasowe

eprasa.pl/89dd828872

Jednym z głównych kierunków rozwoju współczesnej kosmetologii są terapie przeciwzmarszczkowe i ujędrniające. Mamy do dyspozycji cały wachlarz preparatów i zabiegów mających na celu zatrzymanie lub cofnięcie efektu upływu czasu. **JESIEŃ TO IDEALNA PORA NA REWITALIZACJĘ I REGENERACJĘ SKÓRY PO LECIE.** ELIGHT to naturalny stymulator produkcji kolagenu i elastyny w skórze! – **MÓWI JOLANTA TYMIŃSKA** – specjalistka ds. fotodepilacji i fototerapii DepilConcept Polska.

Rozmawiała **Olga Kowalska**

eprasa.pl 89dd828872

Od czego zależy proces starzenia się skóry?

Szybkość zachodzenia różnorodnych procesów w skórze zależy od nas samych, stylu życia, a także genetycznych uwarunkowań organizmu. Właściwa pielęgnacja, stosowanie sprawdzonych kosmetyków, odpowiednio dobrane zabiegi są niezbędnymi elementami spowalniającymi procesy starzenia



Jolanta Tymińska

Specjalistka ds. fotodepilacji i fototerapii DepilConcept Polska

Fot. Materiały prasowe

eprasa.pl 89dd828872

skóry. Skóra właściwa to najważniejsza z punktu widzenia terapii odmładzających warstwa skóry, w której znajduje się kolagen i elastyna. Włókna kolagenu i elastyny stanowią podporę dla naskórka i skóry odpowiadając za jej jędrność i elastyczność.

Przy zmniejszeniu zawartości włókien białkowych oraz osłabieniu ich struktur rusztowanie skóry staje się niestabilne, powstają zmarszczki, a skóra traci jędrność i elastyczność.

> W skórze właściwej wraz z wiekiem zmniejsza się również ilość mukopolisacharydów, np. **KWASU HIALURONOWEGO,** odpowiedzialnych za wiązanie wody, nawilżenie skóry i utrzymywanie lepkości spoiwa.

Kolagen i elastyna są również odpowiedzialne za podtrzymywanie naczyń krwionośnych w skórze właściwej. Przy ich osłabieniu i rozpadzie krążenie

eprasa.pl 89dd828872

we włośniczkach zostaje zaburzone, naczynia stają się bardziej kruche i przepuszczalne. Powoduje to zaburzenia w transporcie substancji mineralnych do naskórka oraz brak możliwości odprowadzania płynu międzykomórkowego i usunięcia toksyn ze skóry. Widoczne i trwałe efekty odmłodzenia skóry możemy uzyskać, działając u źródła – w „sercu" skóry, gdzie zlokalizowane są struktury odpowiedzialne za utrzymanie prawidłowego napięcia i elastyczności, czyli w skórze właściwej.

Jak możemy zatrzymać proces starzenia się? Na czym polegają nieinwazyjne zabiegi rewitalizujące ELIGHT?

Rewitalizujące zabiegi ELIGHT w naturalny sposób stymulują skórny układ krążenia, powodując odżywienie jej wszystkich wewnętrznych warstw, przyspieszenie metabolizmu oraz oczyszczenie. Specjalnie dobrana wiązka światła IPL oraz fal radiowych RF stymuluje fibroblasty – komórki skóry odpowiedzialne za tworzenie kolagenu i elastyny. W efekcie zyskujemy świeży, wypoczęty

eprasa.pl 89dd828872

wygląd skóry oraz unikamy gromadzenia się toksyn w organizmie!

Jakie są elementy skutecznej terapii odmładzającej jesienią?

Elementy jesiennej terapii odmładzającej to m.in.: stymulacja naturalnej produkcji kolagenu i elastyny, poprawa ukrwienia skóry, poprawa odżywienia i dotlenienia tkanek, przyspieszenie metabolizmu skóry, usprawnienie naturalnych procesów odpowiedzialnych za odporność i usuwanie szkodliwych produktów przemiany materii.

FOTOODMŁADZANIE ELIGHT (IPL +RF)
w nieoceniony sposób poprawia jakość i wygląd skóry, a także skutecznie niweluje zmarszczki.

Poprawia samopoczucie już od pierwszego zabiegu, co czyni go idealnym zabiegiem lunchowym przed randką, spotkaniem z przyjaciółmi lub ważną uroczystością. Trwałe i często spektakularne efekty

eprasa.pl 89dd828872

uzyskiwane są po serii zabiegów. Jesienią i zimą zabiegi fotoodmładzania E-LIGHT można stosować bez ograniczeń.

Podsumowując, jakie są zalety zabiegów ELIGHT?

Zabiegi ELIGHT rewitalizują, nawilżają, ujędrniają oraz regenerują skórę. Dodatkowo naturalnie stymulują produkcję kolagenu i elastyny w skórze – to wszystko po to, aby zatrzymać młodość jak najdłużej!

Depil Concept

Zachęcamy do przetestowania zabiegów ELIGHT w blisko 60 gabinetach DepilConcept w Polsce.

Pobierz e-Voucher na pierwszy zabieg E-LIGHT z RABATEM -50%:

POBIERZ E-VOUCHER

eprasa.pl 89dd828872

Terapie



Kobiety nie chrapią? Ależ tak!

Fot. 123RF

eprasa.pl 89dd828872

Żarty o trzęsącym się w posadach domu pod wpływem męskiego chrapania zna najprawdopodobniej każdy. Jednak w tej kwestii obie płcie mogą podać sobie ręce. **CHRAPANIE JEST OBJAWEM NIEPRAWIDŁOWOŚCI. NIELECZONE MOŻE PROWADZIĆ DO BEZDECHU ŚRÓDSENNEGO,** a nawet śmierci.

Tekst: **Ewelina Celejewska**

Chrapanie to irytujący dźwięk spowodowany utrudnieniem przepływu powietrza podczas oddychania w czasie snu. Odgłosy, takie jak gwizdanie, świsty lub grzechotanie, sygnalizują niedrożność dróg oddechowych. Nocne symfonie na ogół przeszkadzają osobom śpiącym obok, jednak ludzie, którzy chrapią, mogą być błogo nieświadomi dyskomfortu, który powodują u innych. I właśnie tak jest w przypadku płci pięknej. „Ratunku, mój mąż chrapie! To nie do wytrzymania!” – narzekają. Czas więc obalić popu-

eprasa.pl 89dd828872

larny mit – kobiety też chrapią, a niekiedy nawet głośniej niż mężczyźni.

Żarty na bok

Chociaż chrapnie na ogół kategoryzujemy jako uciążliwą przypadłość, w rzeczywistości może świadczyć o bardzo poważnych problemach zdrowotnych. „Każdy człowiek, który będzie chrapał w sposób coraz bardziej uporczywy, codzienny, conocny, zawsze w konsekwencji przestanie być dotleniony. Słowem, przestanie się wysypiać.

> Nie ma możliwości, by chrapanie pozostało bez konsekwencji **– TO OBJAW ZABURZONEGO ODDYCHANIA.** Niedotlenienie wynikające z chrapania i bezdechu śródsennego zaburza całą homeostazę organizmu.

Zwiększa skłonność do nadciśnienia, częstoskurczów, cukrzycy, udarów, zawału, zwiększa zapadalność na choroby metaboliczne. Mówi się, że

eprasa.pl 89dd828872

pacjent, który ma rozpoznany obturacyjnych bezdech senny, jest pacjentem, przy którym każdy specjalista ma co robić – kardiolog, nefrolog, dietetyk, neurolog itd. Co to oznacza? Że trzeba się liczyć z szeregiem chorób współtowarzyszących chrapaniu i bezdechem śródsennym" – ostrzega Michał Michalik, otolaryngolog i właściciel warszawskiej kliniki MML.

Pojedynek na chrapanie

Czy mężczyźni chrapią częściej niż kobiety? To zależy. „Statystycznie na dziesięciu chrapiących panów w wieku 40-45 lat chrapie jedna, może dwie panie. Ale w każdej grupie wiekowej statystyki te wyglądają nieco inaczej. Warto wiedzieć, że w starszym wieku chrapanie może dotyczyć większego odsetka pań. Wynika to z pewnych uwarunkowań związanych z wchodzeniem w okres klimakterium i przemian hormonalnych – tkanki stają się bardziej wiotkie, są luźniejsze, przez co struktury gardła są bardziej podatne na wprowadzenie w stan wibracji. Efekt? Nieznośne

eprasa.pl 89dd828872

chrapanie. Zauważyłem, że coraz więcej pań po menopauzie pojawia się u nas z tym problemem" – opowiada Michalik.

> Poza pewnymi różnicami w anatomii, które predysponują mężczyzn do problemów z oddychaniem, istotny jest także **STYL ŻYCIA** Statystycznie mężczyźni spożywają alkohol częściej niż kobiety.

Jest też bardziej prawdopodobne, że będą go spożywać w nadmiarze. Skłonność do palenia jest także większa u mężczyzn niż u kobiet, a chrapanie może być tego efektem ubocznym. Kolejnym czynnikiem może być nadwaga i objadanie się przed snem lub spanie na plecach.

Damskie predyspozycje

Przyrost masy ciała jest jednym z powodów głośnego chrapania. Brak równowagi hormonalnej, ciąża i menopauza to fazy przejściowe, w których dochodzi

eprasa.pl 89dd828872

do zmian w metabolizmie kobiety i często wiążą się one ze wzrostem wagi. W czasie ciąży następuje rozszerzenie się naczyń krwionośnych w jamie nosowej, co może powodować efekt blokowania się nosa. Chrapanie może też wynikać z nadmiernego zmęczenia, gdy w czasie snu krtań za bardzo się rozluźni. Do listy predyspozycji należy dopisać wymienione już klimakterium. Niezależnie od przyczyn chrapanie, któremu towarzyszą przerwy lub wstrzymywanie oddechu, to objawy poważniejszego zaburzenia snu zwanego obturacyjnym bezdechem sennym. Nie wolno go ignorować!

Jak leczy się chrapanie?

Na początku konieczne są szczegółowe badania diagnostyczne, których mamy całe mnóstwo.

„Kiedy już wiemy, w którym obszarze które tkanki nam wiotczeją, możemy zastosować odpowiednią metodę leczenia. Ta jest też dostosowana oczywiście do wieku. Przede wszystkim stosujemy techniki termiczne (Celon, Koblacja) oraz laser diodowy, a więc

eprasa.pl 89dd828872

działamy odpowiednią temperaturą. Jest ona na tyle niska, że nie powoduje oparzeń czy zwęglenia, ale jedynie ściągnięcie i obkurczenie pewnych tkanek. Zabieg ten wymaga ogromnej precyzji i doświadczenia, ponieważ lepiej zrobić za mało i później dokonać korekty, niż przesadzić. Zdecydowanie trudniej jest odwrócić efekty takiego zabiegu, a bywa, że trafiają do mnie pacjenci, u których po prostu ktoś przesadził. Drugą techniką jest laser kontaktowy, dzięki któremu możemy kształtować struktury podniebienia i innych tkanek. Do tego dochodzi wiele innych, innowacyjnych i nowoczesnych rozwiązań, które dostosowujemy do indywidualnych potrzeb pacjentów. Niekiedy dla osiągnięcia pożądanego efektu terapeutycznego konieczne jest łączenie różnych technik. Pamiętajmy, że struktury, na których pracujemy, są wyjątkowo ukrwione i unerwione, dlatego staramy się, aby zabieg był jak najmniej bolesny i inwazyjny, ale jednocześnie dawał oczekiwane efekty. Często procedury lecznicze wykonujemy w gabinecie zabiegowym i pacjent po 45 minutach może wrócić do domu. Bywa też, że koniecz-

eprasa.pl 89dd828872

ny jest zabieg łączony, z udziałem anestezjologa, ale nadal jest to chirurgia jednego dnia" – uspokaja dr Michał Michalik, zachęcając do walki z chrapaniem niezależnie od płci i wieku.



Dr n. med. Michał Michalik

Założyciel Centrum Medycznego MML, absolwent Wojskowej Akademii Medycznej w Łodzi. Jest członkiem polskich i międzynarodowych towarzystw medycznych. Specjalizuje się w otolaryngologii, chirurgii głowy i szyi oraz medycynie lotniczej. Przez lata działalności medycznej rozwijał prace z dziedziny funkcjonalnej endoskopowej chirurgii nosa i zatok (ang. FESS). Założyciel pierwszego w Polsce Snoring Center – Centrum Leczenia Chrapania. Do leczenia chrapania wprowadził technikę koblacji, radiochirurgię, laser diodowy, technikę harmoniczną oraz implanty do korekcji gardła i podniebienia miękkiego. Jedyny w Polsce rozpoczął wykonywanie zabiegu Repose THS.

Fot. Materiały prasowe

eprasa.pl 89dd828872

U ok. 1 na 3 kobiety i 1 na 5 mężczyzn po 70. roku życia wystąpi złamanie osteoporotyczne[1, 2].

Kontynuacja leczenia osteoporozy ma ogromne znaczenie, zwłaszcza w czasach COVID-19. Przerwanie terapii wiąże się ze zwiększonym ryzykiem złamania, dlatego bez konsultacji z lekarzem nie przerywaj terapii![3]



1. **Pozostań w kontakcie z lekarzem**
2. **Uzyskaj e-receptę**
3. **Zrealizuj e-receptę**

   Jeśli sam nie możesz udać się do apteki, poproś o pomoc bliskich/sąsiadów/znajomych
4. **Przyjmij lekarstwo**

Odwiedź stronę internetową

www.kruchekosci.pl

Dowiedz się, czym jest osteoporoza, jakie są dostępne metody leczenia, a także znajdź inne praktyczne informacje na temat osteoporozy.

1. https://www.iofbonehealth.org/what-is-osteoporosis [dostęp: wrzesień 2020].
2. Kanis JA i wsp. Osteoporos Int 2000; 11(8): 669–674.
3. Ulotka dołączona do opakowania: informacja dla użytkownika, https://www.amgen.pl/~/media/amgen/full/www-amgen-com/www-amgen-pl/images/pdf/patient/prolia_ulotka_2017-09.ashx?la=pl-PL [dostęp: wrzesień 2020].

PL-PRO-0620-00008

Nie łam się! Kontynuuj leczenie – nie przerywaj!

AMGEN®

eprasa.pl 89dd828872



Skóra zwierciadłem zdrowia

Fot. 123RF

eprasa.pl 89dd828872

W czasach gdy gabinety medycyny estetycznej pojawiają się niemal na każdym rogu, oni mówią „STOP". Eksperci z warszawskiej kliniki Life Institute tłumaczą, że **TYLKO HOLISTYCZNE PODEJŚCIE DO PACJENTA GWARANTUJE ZACHOWANIE ZDROWIA, URODY I POGODY DUCHA.**

Tekst: **Ewelina Celejewska**

Marta, 35-letnia matka dwojga dzieci, z rozczarowaniem patrzy w lustro i jak co wieczór wklepuje krem pod oczy. Potem siada przed telewizorem i jak zaczarowana ogląda programy lifestajlowe. Tu metamorfozy pod okiem wybitnego chirurga plastycznego, tam walka z potężną nadwagą. Medycyna estetyczna jest na wyciągnięcie ręki. Jedyną przeszkodą w dzisiejszych czasach mogą być pieniądze. Rodzi się pytanie – dokąd zmierzamy?

eprasa.pl 89dd828872

Droga na skróty

O ile procedury z zakresu chirurgii plastycznej nie należą do tanich, zabiegi takie jak powiększanie ust można już wykonać w każdej polskiej miejscowości i są osiągalne finansowo dla niemal każdej kobiety. Skutki niekiedy bywają opłakane. Magdalena Kręgiel, dermatolog z Life Institute, która również wykonuje zabiegi z zakresu medycyny estetycznej, stara się walczyć z niepokojącym trendem.

– Nie jestem fanką modyfikowania twarzy, a zabiegi z zakresu medycyny estetycznej stosuję w celu kondycjonowania skóry, opóźniania skutków upływu czasu oraz uzupełnienia ubytków tkankowych wynikających z naturalnych procesów starzenia się.

> Skóra to nasz **NAJWIĘKSZY ORGAN** i z jego kondycji można wiele wyczytać – wyjaśnia dermatolog. – Tak jak oczy są zwierciadłem duszy, tak skóra odzwierciedla stan naszego organizmu.

eprasa.pl 89dd828872

To właśnie badanie tego organu może ułatwić i przyspieszyć dalszą diagnostykę i rozpoznanie nie tylko chorób dermatologicznych, ale także licznych chorób wewnętrznych takich jak cukrzyca, zaburzenia autoimmunologiczne czy nawet procesy nowotworowe, o których pacjent może jeszcze nie wiedzieć. Pierwsze oznaki mogą być widoczne właśnie na skórze. Dlatego bardzo istotna jest ocena holistyczna pacjenta, bez względu na to, z jakim problemem zgłasza się do gabinetu.

– Często pojawiają się u mnie pacjentki z problemem samoakceptacji. Chcą powiększyć usta czy wymodelować policzki, poprawić kontur twarzy. Słowem: nie są zadowolone ze swojego wyglądu, nie czują się ze sobą dobrze, ale nie dostrzegają u siebie przewlekłych problemów z łojotokiem czy trądzikiem lub przyzwyczaiły się do nich i uznały, że nic nie da się z tym zrobić. Priorytetową kwestią dla mnie jako dermatologa jest w pierwszej kolejności wyleczenie problemów skórnych i tym samym poprawa wyglądu. Jakkolwiek patrzeć, zdrowa skóra jest

eprasa.pl 89dd828872

naszą wizytówką. Zdarza się, że po przeprowadzeniu takiej kuracji czy zmianie nawyków pielęgnacyjnych pacjentki są na tyle usatysfakcjonowane, że odstępują od dalszych procedur estetycznych – wyjaśnia dermatolog.

Metabolizm a piękno

– W ostatnich latach dynamicznie rozwija się otaczający nas świat, a także medycyna jako nauka. Mamy coraz więcej metod diagnostycznych i coraz doskonalszych procedur leczniczych. Jednak tak naprawdę, aby pacjent mógł w pełni skorzystać z tego potencjału, konieczne jest holistyczne podejście ze strony lekarzy. Tu, w Life, wiemy, że nikt z nas nie powinien, a wręcz nie może skupiać się wyłącznie na swojej dziedzinie, że konieczne są konsultacje między nami, wspólne omawianie problemów pacjentów, wymiana spostrzeżeń i planowanie dalszego leczenia. Obszary medycyny się przenikają, dlatego tak ważne jest współdziałanie – wyjaśnia Monika Rachuta, internista i diabetolog, która wielokrotnie z pozostałymi

eprasa.pl 89dd828872

specjalistami z kliniki Life bierze udział w cotygodniowych dyskusjach na temat problemów zdrowotnych każdego pacjenta.

– Problem, z którym pacjent przychodzi do któregokolwiek z nas, na ogół jest wierzchołkiem góry lodowej. Nie leczymy objawów, tylko wspólnie szukamy przyczyny. To, że ktoś wyjątkowo szybko się starzeje, ma ziemistą cerę, cienie pod oczami czy też wypadają mu włosy, wymaga specjalistycznej, wielopasmowej diagnostyki, a nie doraźnej pomocy w formie przeróżnych zabiegów medycyny estetycznej – tłumaczy dr Rachuta.

Na pierwszy ogień jelita

Jelita, a dokładnie mikroorganizmy je zasiedlające, od pewnego czasu są ważnym tematem zainteresowania naukowców wielu specjalności. Wykazano już, że to właśnie od mikrobioty zależy w dużej mierze nasza kondycja psychiczna czy odporność. Przyczyny wielu różnych objawów można znaleźć właśnie w tym obszarze. Doskonale wie o tym dr Edyta

eprasa.pl 89dd828872

Adamczyk-Kutera, która zajmuje się medycyną funkcjonalną i medycyną stylu życia.

– Pierwszym krokiem jest szeroka i bardzo dokładna diagnostyka, którą wykonujemy na podstawie analizy krwi, kału i moczu. Narzędzia, którymi dzisiaj dysponujemy, pozwalają nam na ocenę bariery jelitowej, której selektywność w warunkach fizjologicznych pozwala na wchłanianie składników odżywczych, a jednocześnie zabezpiecza przez translokacją bakterii patogennych. Drugim obszarem naszych obserwacji są nieprawidłowe reakcje na pokarm – a więc coś, z czym nasz organizm ma kontakt często. Żebyśmy mogli zdiagnozować, które dokładnie pokarmy w przypadku danego pacjenta działają prozapalnie, wykonujemy opatentowany przez polskiego immunologa Marka Pasulę test uwalniania mediatorów zapalnych (Mediator Release Test – MRT). Na podstawie wyniku testu, który jest częścią programu LEAP (Lifestyle, Eating and Performance), ustalamy indywidualny plan żywieniowy – tłumaczy dr Adamczyk-Kutera.

eprasa.pl 89dd828872

Nawet jeśli wydaje nam się, że odżywiamy się zdrowo, bo nasza dieta składa się z produktów powszechnie uważanych za zdrowe, to właśnie sposób żywienia może być głównym winowajcą.

> Kluczowe często jest zniwelowanie zaburzeń **MIKROBIOTY JELITOWEJ** oraz identyfikacja dietopochodnych stanów zapalnych, które niejednokrotnie są przyczyną wielu dolegliwości ze strony wszystkich układów organizmu.

Indywidualna strategia żywieniowa

Jak wyjaśnia Dominika Kuczyńska-Schulz, specjalista dietetyki z kliniki Life Institute, absolwentka programu IOC Diploma in Sports Nutrition, dieta jest obecnie uznawana za kluczowy element stylu życia, wpływający zarówno na rozwój, jak i prewencję chorób związanych ze starzeniem się organizmu. Skład-

eprasa.pl 89dd828872

niki odżywcze, które dostarczamy wraz z żywnością, mają niezmiernie szerokie spektrum działania – modulują m.in. stres oksydacyjny, odpowiedź zapalną, regulują szlaki metaboliczne i bioenergetyczne. Wszystkie te procesy wpływają na stabilność wzorców ekspresji genów, a zatem także na to, jak będziemy się starzeć oraz czy zachorujemy. Odpowiednia, zindywidualizowana dieta może zatem przybliżyć nas do długowieczności.

– Fizjologicznym zjawiskiem związanym ze starzeniem się ludzkiego organizmu jest starzenie komórkowe, tzw. senescencja, której towarzyszy nasilenie stanu zapalnego – tłumaczy Kuczyńska-Schulz.

> **STAN ZAPALNY** leży u podstaw wielu schorzeń i jest jednocześnie czynnikiem upośledzającym zdolności regeneracyjne organizmu m.in. poprzez hamowanie różnicowania komórek macierzystych.

eprasa.pl 89dd828872

–Poprzez indywidualny dobór pokarmów o niskim ładunku zapalnym można ograniczać niepożądane reakcje zapalne indukowane pokarmami, a tym samym obniżyć ogólnoustrojowy stan zapalny i spowolnić procesy starzenia oraz optymalizować różnicowanie komórek macierzystych, warunkujących procesy samonaprawcze – dodaje Dominika Kuczyńska-Schulz.

Gdy zdrowa żywność szkodzi

Szokujący może być fakt, że coś, co powszechnie uważane jest za zdrowe, może nam szkodzić w sposób nieco ukryty, nieobjawiający się np. biegunką czy wysypką. Problem nieprawidłowych reakcji na to, co jemy, jest coraz częstszy.

– Wynika to z powszechnie występujących zaburzeń bariery jelitowej i dysbiozy, czyli niekorzystnych zmian flory bakteryjnej jelit, co prowadzi do sensytyzacji na poszczególne alergeny – podkreśla specjalistka ds. żywienia i udowadnia, jak zaskakujące wyniki może dać badanie nadwrażliwości na niektóre pokarmy.

eprasa.pl 89dd828872

– Może się wydawać, że dieta ma niewiele wspólnego z dolegliwościami zgłaszanymi przez pacjenta ortopedycznego. Jednak niektóre składniki diety – jak lektyny czy aglutyniny zawarte w roślinach z rodziny psiankowatych czy w strączkach i zbożach lub wysokie spożycie związków purynowych występujących w znacznych ilościach w mięsie, podrobach, owocach morza, piwie, albo też fruktozy, cukru owocowego, który będzie powodował zwiększoną syntezę kwasu moczowego, mają bardzo duży wpływ na dolegliwości bólowe w tej grupie pacjentów – mówi Kuczyńska-Schulz.

Innym ciekawym przykładem są prozdrowotnie działające oleje roślinne, które cieszą się dobrą sławą ze względu na brak cholesterolu.

– Czy to oznacza, że powinny być jedynymi tłuszczami, po które sięgamy? Nie. Okazuje się, że problemem dzisiejszej diety jest zbyt duży udział prozapalnych kwasów tłuszczowych omega 6 (n-6), których istotnym źródłem są właśnie oleje roślinne: słonecznikowy, kukurydziany, kokosowy, sojowy i inne oraz

eprasa.pl 89dd828872

zdecydowanie zbyt mały udział przeciwzapalnych kwasów tłuszczowych omega 3 (n-3). Optymalny stosunek n-6 do n-3 to 5:1. Nasza dieta dostarcza nam przeciętnie aż 20-krotnie więcej prozapalnych kwasów omega 6 (n-6) w stosunku do omega 3 (n-3), powodując znaczną produkcję silnych mediatorów stanu zapalnego leukotrienów i prostaglandyn – obala kolejny mit specjalista dietetyki z kliniki Life Institute.

Jedyne takie konsylium

Dominika Kuczyńska-Schulz zdradza, że strategia żywieniowa Life opracowywana jest we współpracy z zespołem specjalistów Life Institute w oparciu o dogłębną analizę stanu zdrowia i indywidualnych potrzeb pacjentów. Jednym z jej kluczowych założeń jest optymalizacja profilu mikrobioty, czyli miliardów mikroorganizmów zasiedlających organizm, warunkujących niemal każdy aspekt zdrowia gospodarza oraz przywrócenie homeostazy immunologicznej. Analiza stanu zdrowia pacjenta oparta jest na

eprasa.pl 89dd828872

specjalistycznych badaniach diagnostycznych. Problemy zdrowotne każdego pacjenta są omawiane podczas cotygodniowych spotkań zespołu medycznego i jedynie takie podejście umożliwia holistyczne spojrzenie.

> Zmiana nawyków i przyzwyczajeń żywieniowych, sposobu odżywiania jest bardzo **TRUDNĄ TRANSFORMACJĄ**.

– Opieranie strategii żywieniowej na wręczaniu gotowych jadłospisów czy podawaniu gotowego rozwiązania w postaci cateringu dietetycznego przynosi krótkotrwałą zmianę. To jak jeżdżenie samochodem z nawigacją. Kiedy nagle zostaniemy bez niej, uświadamiamy sobie, że nie wiemy, jak trafiliśmy do celu. W Instytucie Kultury Żywienia Life zmiany te opieramy na zasadzie experimental learning. Polega ona na zaangażowaniu pacjenta w proces zmiany poprzez bezpośrednie doświadczenie podczas warsztatów kulinarnych oraz spotkań tematycz-

eprasa.pl 89dd828872

nych zwiększających wiedzę i świadomość żywieniową. Dlatego też serce Life Institute stanowi wyjątkowe studio kuchenne. Unikatowe jest to, że jako dietetyk mogę współtworzyć te strategie z lekarzami. Szczególnie blisko współpracuję z doktor Edytą Adamczyk-Kuterą, specjalistą medycyny funkcjonalnej i medycyny żywienia. Mogę też wdrażać te strategie w życie naszych pacjentów wraz z szefem kuchni Life Jakubem Szybińskim, nadając zdrowej diecie zupełnie nowy wymiar – opowiada Kuczyńska-Schulz.

Zdrowe żywienie od kuchni

Kto choć raz dostał od dietetyka plan żywieniowy lub choćby bazował na gotowcu pobranym z sieci, ten doskonale wie, jak okropne potrafią być „zdrowe posiłki". Jak to możliwe, że szef kuchni Life potrafi odczarować ten stereotyp?

– Współpraca z Dominiką to ogromna przyjemność i możliwość uzyskania wiedzy. Jesteśmy cały czas w kontakcie, Dominika opowiada o wpływie

eprasa.pl 89dd828872

każdego produktu na organizm, a ja staram się znajdować nowe produkty, które można dołączyć do diety. Strategia, na której bazujemy, wyklucza czasem produkty, które można nazwać codziennymi, jak jajka, pomidory, mleko, ziemniaki. Śniadanie bez tych produktów jest dla normalnego człowieka wręcz nie do zrobienia... Zaręczam, że da się przyrządzić sporą liczbę posiłków nawet bez tych produktów, które uważamy za podstawowe – zapewnia Jakub Szybiński i wyznaje, że Dominika rzuciła mu wyzwanie, któremu ciężko było sprostać na początku.

– Teraz ja staram się zadziwić ją przepisami, które układam z danej strategii żywieniowej. Jestem osobą, która używa bardzo mało przypraw. Produkty są na tyle smaczne, że odpowiednia obróbka i delikatne doprawienie solą, oliwą smakową, odrobiną świeżych ziół jest wystarczające. Zawsze podkreślam, że należy szanować produkty i poświęcić im trochę uwagi, a nawet kasza gryczana z jajkiem będzie cudownym i wykwintnym daniem.

eprasa.pl 89dd828872

Moje triki? Chyba każdy je ma. Ja staram się odnawiać klasyki i sięgać do prostych połączeń, które przyrządzam w nowoczesny sposób, by wydobyć z produktu najwięcej naturalnego smaku. Proste połączenie trzech składników daje nam idealny smak – podsumowuje szef kuchni Life.

Z całą pewnością warto spojrzeć na procesy regeneracyjne, rosnący ogólnoustrojowy stan zapalny i w końcu na proces starzenia z zupełnie innej perspektywy. Nie nasza powierzchowność ani fachowo naciągnięta skóra, ale dobrze odżywiona komórka daje szanse na przebiegnięcie linii z napisem sto lat.

Korzystajmy mądrze z dobrodziejstw nauki, a nasze zdrowie i dobrostan powierzajmy poszukiwaczom. Takim jak wiecznie zaaferowani specjaliści Life Institute.

eprasa.pl 89dd828872