

ΠΡΟΣ: ΕΟΔΥ

Υπ' όψιν κου Σ. Τσιόδρα

ΗΜ/ΝΙΑ: 21 Απριλίου 2020

ΚΟΙΝΟΠΟΙΗΣΗ: Υπουργό Υγείας κο Β. Κικίλια

Υφυπουργό Υγείας κο Β. Κοντοζαμάνη

Γενική Δ/νση Δημόσιας Υγείας και Ζωής

Γεν.Γραμματέα Δημόσιας Υγείας. κο Π.Πρεζεράκο

ΘΕΜΑ: Σχετικά με το ερώτημα του κ. Τσιόδρα " πέραν της ηλικίας, πέρα των υποκείμενων νοσημάτων, τι άλλο υπάρχει και νοσούν καμιά φορά, ευτυχώς σπάνια νέοι άνθρωποι ;"

Αξιότιμε κ.Τσιόδρα,

Χριστός Ανέστη και Χρόνια Πολλά!

Ως ενεργός πολίτης αλλά και βαθύτατα λυπημένη και προβληματισμένη με τα όσα συμβαίνουν στον πλανήτη μας, και δεδομένου ότι γεννήθηκα και ζω στη χώρα, που γέννησε τον πατέρα της ΙΑΤΡΙΚΗΣ τον Ιπποκράτη, σας αποστέλλω την παρούσα επιστολή.

Σχετικά με το παραπάνω ερώτημα, που θέσατε στην καθιερωμένη ενημέρωση, που γίνεται για τον Κορωνοϊό

COVID 19, την Δευτέρα 6 Απριλίου δηλώσατε:

"Οι επιστήμονες ψάχνουν την πιθανότητα να υπάρχουν ειδικά γονίδια που να ορίζουν ποιος θα πάει ή δεν θα πάει καλά, όπως το γονίδιο του υποδοχέα που χρησιμοποιεί ο ιός για να μας επιτεθεί, της πόρτας δηλαδή για να μπει στον οργανισμό μας. Η πόρτα αυτή βρίσκεται στην εξωτερική επιφάνεια των κυττάρων των πνευμόνων και της καρδιάς ..."

Θα ήθελα σας παρακαλώ αν μπορούσατε να μου διευκρινίσετε τα παρακάτω:

Γιατί αναζητάμε την αιτία μόνο στα ειδικά γονίδια και όχι στο εάν υφίσταται:

α. Ένα δυνατό ή μη, ανοσοποιητικό σύστημα; Ένα ερώτημα βεβαίως που τίθεται και για όλες τις ηλικίες, που νοσούν (παγκοσμίως) και όχι μόνο για τους νέους ανθρώπους.

β. Ελλείψεις βασικών θρεπτικών συστατικών (μετάλλων, βιταμινών, ενζύμων, λιπαρών οξέων κλπ όπως πχ ψευδάργυρο, βιταμίνη D, βιταμίνη C, ω3 κλπ), που όπως όλοι γνωρίζουμε, είναι απαραίτητα σε όλες τις κυτταρικές λειτουργίες αλλά και στην λειτουργία του ανοσοποιητικού συστήματος.

Με δεδομένο ότι η έλλειψή τους, αποδεδειγμένα αποτελεί έναν σημαντικό παράγοντα για την εμφάνιση πολλών παθήσεων και νόσων, εξετάζονται οι νοσούντες για μια τέτοια τυχόν ανεπάρκεια, έτσι ώστε να έχουμε μια πιο ολοκληρωμένη εικόνα στις αιτίες, που τελικά προκαλούν την επιδείνωση της νόσου από τον ιό COVID 19;

Στις σχολές που σχετίζονται άμεσα με την διατροφή (όπως και στη δική μου, Σχολή Τεχνολογίας Τροφίμων και Διατροφής) διδασκόμαστε ότι οι ουσίες των τροφών αποτελούν τα δομικά συστατικά των κυττάρων μας και χτίζουν ένα γερό ανοσοποιητικό σύστημα. Άλλωστε και ο ίδιος ***ο Παστέρ πριν πεθάνει είπε: "τα μικρόβια δεν είναι τίποτε, το πεδίο είναι το παν"***. Άρα ένα καλό "πεδίο", δηλαδή ένα καλό -μη τοξικό -υγιές και χωρίς ελλείψεις βασικών θρεπτικών συστατικών ανθρώπινο σώμα, δεν θα βοηθήσει να αντιμετωπίσει τον εισβολέα, βάση αυτής της δήλωσης του Παστέρ;

Με δεδομένο ότι παγκοσμίως, η διατροφή δυστυχώς, δεν είναι πλέον φυσική, αλλά επεξεργασμένη και στερημένη από πολλά θρεπτικά φυσικά συστατικά, η εκτροφή των ζώων δεν γίνεται κάτω από τις ιδανικότερες συνθήκες, επίσης το κάπνισμα, που αποδεδειγμένα βλάπτει τα ζωτικά όργανα του ανθρώπινου σώματος, το άγχος, αλλά και το εν γένει τοξικό περιβάλλον, όπου ζούμε και αναπνέουμε, δεν είναι λογικό να εξασθενεί με την σειρά του και το ανοσοποιητικό σύστημα των ανθρώπων, που δεν φρόντισαν για έναν πιο υγιεινό τρόπο διατροφής και καλύτερο τρόπο ζωής; Αυτή η εν τέλει εξασθένιση, δεν ανοίγει πιο εύκολα την πόρτα για να εισχωρήσει ο ιός και να πολλαπλασιαστεί, αφού το ανοσοποιητικό σύστημα φαίνεται να μην λειτουργεί καλά;

Θέτω αυτό το ερώτημα, ορμώμενη από προσωπικές συζητήσεις που έχω με φίλους γιατρούς αυτή την περίοδο, **οι οποίοι αμφισβητούν πλέον την δύναμη ενός καλού ανοσοποιητικού συστήματος και εστιάζουν όλη τους την προσοχή στα γονίδια που φέρει ο κάθε άνθρωπος**. Αισθάνομαι πως αυτό πρέπει να διευκρινιστεί, για να γνωρίζουμε όλοι, αν τελικά η καλή λειτουργία του ανοσοποιητικού συστήματος, μαζί βεβαίως με την τήρηση των κανόνων υγιεινής και με τα υπόλοιπα μέτρα προστασίας που πολύ σωστά έχουν επιβληθεί, αποτελούν πράγματι την καλύτερη πρόληψη και τα πιο δυνατά όπλα, για να αντιμετωπίσουμε τον ιό παγκοσμίως, έως ότου βρεθεί το κατάλληλο

φάρμακο, με τις λιγότερες βεβαίως παρενέργειες για το ανθρώπινο σώμα.

Εάν αυτά, που αναφέρω, κρίνετε πως έχουν κάποια βάση, και ότι ο ιός φωτίζει και αυτήν την διάσταση (δηλαδή πόσο καλά λειτουργεί ή όχι το ανοσοποιητικό μας σύστημα) τότε εκτιμώ, πως στα πλαίσια της καθημερινής μας ενημέρωσης για την προάσπιση της δημόσιας υγείας και την δημιουργία μιας καλύτερης ψυχολογίας, θα πρέπει να ενημερωνόμαστε σε καθημερινή βάση, για την ενδυνάμωση του ανοσοποιητικού συστήματος, καθώς και για όλα τα διατροφικά λάθη, που γίνονται εν αγνοία μας, από τις πολύ μικρές κιόλας ηλικίες, που φτιάχνουν δυστυχώς άρρωστους ενήλικες, λόγω της γενικότερης έλλειψης διατροφικής παιδείας που έχουμε.

Κλείνοντας και με αφορμή τον Κορωνοϊό, αναρωτιέμαι μήπως πρέπει να επαναπροσδιοριστεί όλος ο τρόπος παρασκευής των τροφίμων, που όλο και πιο πολύ δυστυχώς απομακρύνεται από το τρόπο, που ίδια η φύση ξέρει να την παράγει μέσα από έναν αξιοθαύμαστο και σοφό μηχανισμό, που διαρκώς παραβιάζεται; Γνωρίζουμε όλοι, ότι οι τροφές εδώ και πάρα πολλά χρόνια επιβαρύνονται με εκατοντάδες χημικές ουσίες, για να παραταθεί η διάρκειά τους στα ράφια των σούπερ μάρκετ, με απώτερο σκοπό το κέρδος και για να αποκτηθεί ένα ωραίο επιφανειακό αισθητικό αποτέλεσμα, παρεμβαίνοντας όμως στη φύση, στο οικοσύστημα, και στην ανθρώπινη υγεία, παρόλο που ο Μεγάλος μας Ιατρός και Φιλόσοφος αιώνες πριν, μας είπε: *"Φάρμακο ας γίνει η τροφή σας και η τροφή σας ας γίνει φάρμακο σας"*.

Μήπως ήρθε η ώρα, η Ιατρική να συμβαδίζει με την επιστήμη της Διατροφολογίας και η εκμάθηση της σωστής διατροφής, να αποτελέσει ένα από τα πιο βασικά μαθήματα στα σχολεία μας;

Σας ευχαριστώ για το χρόνο σας.

Εύχομαι να έχετε υγεία και δύναμη για το θεάρεστο έργο σας.

Με εκτίμηση,

Γεωργία Γιαμπουράνη

Τεχνολόγος Τροφίμων-Ασφαλιστικός Σύμβουλος

**Η παρούσα επιστολή σκέφτομαι να κοινοποιηθεί στο προσωπικό μου προφίλ στο fb και στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, δεδομένου ότι είναι ένα θέμα που αφορά όλο τον κόσμο.*

