

PERYFERIA

# Franka

Rude kucyki, nadprogramowe piętnaście centymetrów i szpara między zębami powodowały, że Franka nie miała łatwego życia ani w podstawówce, ani w liceum. I jeszcze to imię, po babci ze strony ojca. Wszystko zmieniło się w klasie maturalnej, kiedy na zakupach w centrum handlowym wypatrzył ją ktoś z agencji modelek. W jednej chwili wszystkie zniechęcone przez nią cechy stały się jej zaletami i czymś, co otworzyło jej drzwi do kariery modelki. Od tamtego momentu wszystko nabrało tempa, a jej życie kompletnie się zmieniło. Jeszcze przed maturą wyjechała z małego śląskiego miasteczka do Londynu, a później, mimo że zawsze chciała studiować, zaczęła wyjazdy do Nowego Jorku, Paryża i Dżakarty. Franka doskonale jednak wiedziała, że jej kariera może wygasnąć równie szybko, jak się zaczęła. Dużo czytała, zwiedzała, poznawała ludzi i starała się nie zachłysnąć otaczającym ją blichtrzem. Nie chciała udawać kogoś, kim nie była i nie przestawała się czuć chudym rudzielcem z małego miasteczka z niezamożnej rodziny. Do ładnych i dobrych rzeczy jednak łatwo przywyknąć.

Franka nigdy nie była kochliwa, nie miała miliona kochanków i adoratorów jak jej

inne koleżanki z branży. Postrzegana była przez nie raczej jako nudziara, która nigdy nie imprezowała. I właśnie ta sztywniara podderwała mężczyznę, który dla jej koleżanek był najbardziej interesujący, a który zaczął ją tuż po pokazie na nowojorskim Tygodniu Mody. Później wszystko potoczyło się już w okamgnieniu. Szybki skromny ślub bez rodziny, bo większa uroczystość miała być później (choć Franka jeszcze nie wiedziała, że to później zamieni się w nigdy). Niebawem krótka przerwa w karierze (bo już nie musiała pracować, mimo że chciała), a po kilku tygodniach ciąża. Franka zaczęła się pojawiać w kolorowych magazynach nie tylko jako modelka, ale też jako świetnie wystylizowana, zawsze uśmiechnięta żona milionera. I gdyby uważnie prześledzić tamte zdjęcia w chronologicznym porządku, można by było zobaczyć, jak na każdym z nich staje się coraz smutniejsza. A wprawne oko zauważyć by mogło jeszcze inny szczegół – na niektórych zdjęciach dojrzeć można spod apaszki i tony kosmetyków tu i ówdzie siniaki i zadrapania. Mąż Franki szczerze ją kochał, a przynajmniej zawsze tak twierdził. Szczerze kochał też ich córeczkę, malutką i drobną Mię, której – Franka była tego pewna – nigdy w życiu nie pozwoliłby skrzywdzić.

Mijały już dwa lata, od kiedy Franka tkwiła w tym więzieniu bez krat i od kiedy nie widziała swoich rodziców i rodzeństwa. Pozornie nie brakowało jej niczego, faktycznie nie miała wiele poza swoją córeczką. Starała się nie wchodzić w drogę mężowi, zwłaszcza od czasu, gdy zauważyła, że on sam spotyka się z szemranymi typami, a duża część jego pieniędzy pochodziła z lewych interesów. Miarka się przebrała, kiedy niechcący znalazła w biurku męża zdjęcia nagich kobiet. Po tamtej awanturze została kolejny raz pobita, straciła oddech na kilkadziesiąt sekund, a siniaków nie dało się już łatwo ukryć chustką. Zabrała małą i uciekła, ale goryle jej męża namierzyli ją już następnego dnia. W domu zastała bukiet kwiatów i diamentowe kolczyki. Znowu przez chwilę było jak na początku ich znajomości.

Franka w domu nie gotowała, nie robiła zakupów ani nie sprzątała, choć robiła to od dziecka i bardzo to lubiła. Miała ludzi nawet od dobierania i kupowania jej ubrań, nie mówiąc o opiekunkach do dziecka czy kucharce. I w trakcie przymierzania nowej sukni na wielkie wyjście zauważyła na ręce jej asystentki charakterystyczne siniaki. Znała je dobrze – jej mąż wiedział, jak ranić, nie robiąc śladów, ale czasem nawet jemu

się to nie udawało. Od tego dnia uważniej przyglądała się asystentce. Nie była pewna, czy uległa czarowi jej męża, czy stała się jego kolejną ofiarą. Niedługo później dziewczyna jednak zniknęła.

Odnalezienie jej zajęło France kilka tygodni i nie było łatwe. Znalazła dziewczynę w małym wynajętym mieszkanku, przestraszoną i chorą. Wszystkie jej wcześniejsze podejrzenia okazały się prawdziwe. Gdy tamtego dnia wróciła do domu, jej mąż już wiedział, gdzie była. Niewiele myśląc, wyprowadził ją na taras i uderzył w twarz, pierwszy raz przy świadku – swoim ochroniarzu.

W momencie upadku mąż Franki był kompletnie pijany, toksykologia wykazała także w jego organizmie przynajmniej trzy rodzaje narkotyków i środków uspokajających. Uznano, że kobieta działała w obronie własnej, a mężczyzna wypadł sam, co potwierdziło pięciu świadków – łącznie z jego ochroniarzem. Franka natomiast spakowała jedną walizkę swoich rzeczy i niewielki plecak zabawek dziecka. Zdjęła obrączkę i słuch po niej zaginął, choć jeszcze przed wyjazdem zadbała o to, żeby hojnie wynagrodzić pracę wszystkich swoich pracowników.

ZDROWIE

## Uczulenie na sprząatanie

W trakcie wiosennych generalnych porządków wielu z nas zauważa u siebie takie objawy jak łzawienie, zaczerwienienie spojówek, katar, kichanie czy wysypka. Tak reaguje nasz układ odpornościowy w kontakcie z alergenami, wśród których najbardziej powszechne to roztocza kurzu, zarodniki grzybowe pleśniowych, pyłki roślin i kocię albo psie białka. Substancje te nie są groźne dla naszego organizmu, ale układ immunologiczny alergików reaguje na nie zbyt gwałtownie.

Według badań Polskiego Towarzystwa Alergologicznego (PTA) prawie każdy człowiek przechodzi w swoim życiu co najmniej jedną reakcję alergiczną. Skala występowania chorób uczuleniowych zwiększa się z każdym rokiem – co kilka lat następuje podwojenie liczby alergików. Obecnie na choroby alergiczne cierpi połowa Polaków, co piąte polskie dziecko ma katar alergiczny, a astmę – co dziesiąty 13–14-latek. Rośnie też liczba substancji, które wywołują alergię – dzisiaj liczba stwierdzonych alergenów sięga kilkudziesięciu tysięcy. Wiele z nich występuje w naszych domach i nie zdajemy sobie sprawy z ich uczulającego działania, ponieważ nie są oczywiste jak pyłki czy roztocze.

Jedną z koncepcji tłumaczących narastanie alergii mówi, że żyjemy w zbyt higienicznym, czystym otoczeniu. Nasze domy są coraz czystsze, rzadziej niż przodkowie chorujemy i nie musimy walczyć z pasożytami. Mimo to układ odpornościowy szuka potencjalnych zagrożeń i z braku zajęcia atakuje nieszkodliwe dla nas cząsteczki. Uczulenia mają również podłoże genetyczne – skłonność do nich jest dziedziczna. Prawdopodobieństwo wystąpienia alergii u dzieci, których rodzice byli od nich wolni, wynosi kilkanaście procent. Kiedy

jedno z rodziców jest alergikiem, ryzyko rośnie do 40 proc., a gdy oboje – przekracza 60 proc.

### OBJAWY UCZULENIA

Reakcje alergiczne mają bardzo zróżnicowany przebieg. Przeważnie pierwsze objawy pojawiają się w ciągu kilku minut od kontaktu z alergenem i ustępują w ciągu godziny. Typowe reakcje natychmiastowe to: łzawienie, pieczenie oczu, zaczerwienienie spojówek, katar, kichanie, kaszel, świszczący oddech i wypryski. Mogą też wystąpić reakcje przewodu pokarmowego – nudności, wymioty, bóle brzucha i biegunka. U około połowy alergików po kilku godzinach dochodzi też do groźnej reakcji, która pojawia się kilka godzin po zetknięciu się z substancją uczulającą i często przynosi ona ze sobą większe nasilenie objawów. Przy silnej reakcji alergicznej może dojść do spadku ciśnienia krwi, duszności, skurczu oskrzeli i intensywniejszego wydzielania śluzu.

Na podłożu alergicznym może rozwinąć się astma atopowa. Polskie Towarzystwo Alergologiczne podaje, że ponad połowa stwierdzonych u nas przypadków astmy to właśnie astma alergiczna. Atopia to osobnicza lub rodzinna predyspozycja do produkcji przeciwciał klasy IgE przeciwko różnorodnym alergenom. Nie ma na nią skutecznego lekarstwa, terapii ani zabiegu – podstawą leczenia tego typu astmy jest unikanie kontaktu z alergenem.

### LECZENIE ALERGI

Główną metodą leczenia alergii jest przyjmowanie leków antyhistaminowych. Pierwszym mediatorem (zapalnikiem) reakcji alergicznych jest histamina, a dzięki tym lekom blokujemy jej działanie i reakcja alergiczna się nie rozkręca. Zaleca się stosowanie

leków nowej generacji, które nie usypiają, nie wpływają na mięsień sercowy i nie reagują z innymi lekami. Większość leków nowej generacji spełnia te kryteria. Sposobem na leczenie alergicznych podrażnień skóry jest stosowanie miejscowych steroidów, które hamują reakcję zapalną. Osoby, które mają takie objawy, powinny używać tych leków, w formie kremów czy maści, sekwencyjnie – przez dwa-trzy dni, a potem do czterech dni przerwy.

### A MOŻE SZCZEPIENIE?

Polecane przez lekarzy odczulanie przeciwalergiczne stosuje się w Polsce od ćwierci wieku, mimo to jest wciąż niezbyt popularne. W przypadku tego zabiegu chodzi o to, by oduczyć układ odpornościowy rozpoznawania alergenów, czyli usuwa się przyczynę alergii, a nie jej skutki. Do leczenia kwalifikuje się każdy chory od piątego roku życia, u którego wykaże się ścisły związek objawów z alergenem. Odczulanie polega na stopniowym podawaniu przez podskórne zastrzyki coraz wyższych dawek alergenu. Nie można tego dnia ćwiczyć ani pić alkoholu. Coraz popularniejsze są preparaty podawane pod język – to najnowocześniejsza forma odczulania. Pacjent może aplikować je sam we własnym domu. Efekty odczulania są długotrwałe, jednak nie można przedłużać okresów między szczepieniami (zazwyczaj wynoszą one 7–14 dni). Pozytywne skutki poczujemy po roku, ale znacząca poprawa następuje najczęściej po trzech latach odczulania. Terapia trwa minimum trzy lata, a zalecane jest pięć lat.

### DOMOWE SPOSOBY

Oprócz leczenia i profilaktyki zdrowotnej w walce z alergią ważne jest również utrzymywanie porządku w domu. Uczuleniowcy



znają sporo sprawdzonych metod. Powinniśmy często wietrzyć sypialnię, ponieważ łóżko i pościel to – ze względu na temperaturę i wilgoć – idealne środowisko dla roztoczy kurzowych. Kurz gromadzi się też na tapicerowanych meblach, dywanach i zasłonach, pomyślny więc, jak je zastąpić. Zastanówmy się nad zakupem odkurzacza z filtrem HEPA, który służy do jego dezynfekcji. Filtry HEPA zatrzymują 99,97 proc. zanieczyszczeń mechanicznych większych niż 0,3 μm, a także: komórki grzybowe, pierwotniaków, bakterii oraz większość wirusów. Nie stosujmy nawilżaczy powietrza (to pożywka dla roztoczy) – zamiast nich kupmy oczyszczacze powietrza. W okresie pylenia – czyli drzew na wiosnę, traw i zbóż latem, chwastów jesienią – lepiej się śpi przy zamkniętych oknach. Mieszkanie możemy wywietrzyć w godzinach porannych lub wieczornych. Po powrocie do domu zmienmy ubranie i wykąpnijmy się, aby usunąć osadzone podczas spaceru ziarna pyłku. Przez cały rok starajmy się utrzymywać w domu temperaturę 18–22°C.