

UCIECZKA Z KRAINY GAFY

Najazd gości na dom

Sznupacz to jeden z najpaskudniejszych gości w naszym domu. Piękne śląskie słowo „sznupac” (szukać czegoś) w prozie życia nabiera pejoratywnego znaczenia. Jesteśmy po świętach, czyli mamy wysyp świeżych anegdot o niefortunnych wizytach.

W cudzym domu obowiązują inne zasady, czyli nie nasze. Ja niekiedy powinnam dostać po łapach za dotykanie, przestawianie i oglądanie bibelotów bez pozwolenia. Tak mam, że gdy zobaczę porcelanową figurkę, to muszę ją wziąć do ręki. Pewnie dlatego, że w swoim domu takich cacek nie mam. Na widok szafkowego zegara dostaję małego rozumu, czyli gotowa jestem bez pytania otwierać drzwiczki i majtać wahadelkiem. Po przeczytaniu tej autoreklamy moich gaf zapewne w niejednym domu będę gościem specjalnej troski. Przyrzekam poprawę, bo kiedyś ze złych nawyków trzeba wyrosnąć.

Niektórzy wyrastają z gaf w przyspieszonym tempie. Pewna synowa, nieokrępa w powściągnięciu ciekawości, dostała pięścią w twarz od teściowej, która przed nią uciekła z pokoju gościnnego do sypialni. Zirykowało ją, że synowa po świątecznym obiedzie zajrzała do spiżarni i spontanicznie wykrzyknęła: „ależ wielki pajak i ogromna pajęczyna, mama da miotłę, to sprzątnę”. Gospodyni uciekła, żeby ochłoniąć, ale synowa nie odpuszczała i dręczyła pytaniem: „czy nie ma sposobu na insekty w spiżarni?”. Incydent zakończył się prawnym sierpowym i zerwaniem stosunków dyplomatycznych między paniami. Ale sznupacze występują nie tylko w wersji damskiej. Panowie mają skłonność do zaglądnienia bez zezwolenia do pomieszczeń gospodarczych, czyli za byle czym wtykają nos do kotłowni czy warsztatu. Wisienką na torcie ich wścibstwa jest samowolna lustracja barku gospodarzy, być może w poszukiwaniu lepszych trunków niż te na stole.

Sznupanie przynosi różne straty. Zwłaszcza gdy mamy usiłując przychylić nieba synom opuszczonym przez żony na kilka godzin lub dni. Wpadają z obiadem dla swojego Jasia i przy okazji wprowadzają swój porządek w kuchni, układają ubrania w szafach, sortują parami skarpetki itp. Jedną z takich troskliwych mam posprzątała śmieci z podłogi, tak jej się wydawało, i poukładała papierzyska w równiutkie stosy. Szkopuł w tym, że zniszczyła wielomiesięczną pracę synowej, która na podłodze miała posortowane materiały do pracy doktorskiej.

Zdarzają się sznupowate naruszenia miru domowego. Gdy byłam z długą wizytą u przyjaciół, spacerowaliśmy po okolicy i zostałam zagarnięta, by zobaczyć mieszkanie nowożeńców. Młodego znałam od zawsze, czyli od kiedy się urodził. Pomyślałam sobie: „Czemu nie. Wpadniemy jak lotna brygada, wymienimy uściski i zabierzemy Młodych na piwo w parkowej restauracji”. Okazało się, że zostałam zaproszona do mieszkania pod nieobecność gospodarzy. Rodzice mieli klucze, otworzyli i po chwili Młodzi wrócili z pracy. Poczuli się paskudnie, ale nieco mi ulżyło, ponieważ zapewnili, że byli wcześniej uprzedzeni o naszym najściu na dom pod ich nieobecność. Niestety, moi przyjaciele taki wyrobili sobie obyczaj, że zapraszali na wycieczki do mieszkania syna wszystkich swoich znajomych. Byli dumni i mieli ku temu powody. Ale nie przyjęli do wiadomości, że Młodzi mają prawo do poszanowania swojej odrębności i miru domowego.

JOLANTA TALARCZYK

PERYFERIA

Podejrzliwość

Magda nabrała pierwszych podejrzeń co do uczciwości swojego męża w kilka miesięcy po ślubie. Urządzali właśnie swój pierwszy wspólny dom – w jej wymarzonej dzielnicy, dokładnie taki, jaki sobie wymarzyła. Adam, jej świeżo poślubiony mąż, także wydawał się być spełnieniem jej wszystkich marzeń. Lekarz z dobrego domu, ułożony, bez nałogów, bez byłych żon i dzieci – to się prawie nie zdarzało, zważając na to, że Magda niedawno skończyła 35 lat, a jej mąż był jeszcze nieco od niej starszy. Na ślub zresztą zdecydowali się bardzo szybko, po zaledwie kilkunastu spotkaniach i trzech miesiącach znajomości. Ale Magda wychodziła z założenia, że jeśli wszystkie znaki na niebie i ziemi wskazują, że tak ma być – to ona tak właśnie robi. Najwyżej będzie rozwódką, a przecież to zawsze lepiej brzmi niż stara panna. Przynajmniej zamknęłaby usta wszystkim swoim wścibskim ciotkom, które od dawna podejrzewały, że po prostu nikt jej nie chce i coś musi być z nią grubo nie tak.

Zatem wszystko szło jak po maśle. Wystawny i elegancki ślub sfinansowany przez rodziców Magdy, na którym nie doszło do żadnych gaf, miodowy miesiąc jak z bajki i plany tego domu, który wyglądał jak żywcem wyciągnięty z katalogu dla nowojorskiej socjety.

I wtedy pojawiła się pierwsza wpadka. Magda znalazła na tarasie domu, pod sterłą parkietowych desek, napoczętą paczkę papierosów. Początkowo oskarżyła swoich robotników,

którzy jednak stanowczo zaprzeczyli. Ona pewna jednak, że to niemożliwe, żeby jej idealny mąż ją oszukał, zaczęła własne śledztwo. Nie trwało ono jednak długo – jeszcze tego samego dnia znalazła dwie identyczne napoczęte paczki papierosów w rzeczach męża. Prawdopodobnie wtedy zapaliła jej się pierwsza ostrzegawcza lampka i zaczęła go dokładniej obserwować.

Kilka tygodni później wiedziała o swoim nowym mężu o wiele więcej – nie tylko często w tajemnicy palił papierosy, ale również nie stronił od narkotyków i alkoholu. Niewiele później okazało się nie tylko, że Magda nie była jego pierwszą żoną, ale także to, że nie była drugą. Każda następna informacja przyprawiała ją o ból głowy i pewność tego, że już niczego związanego z tym mężczyzną nie była pewna. I wtedy przyszedł ostateczny cios – zawsze nieobecny i zapracowany Adam praktycznie od początku ich znajomości prowadził podwójne życie.

Magda zawsze trochę z wyższością traktowała wszystkie jej koleżanki narzekające na swoje nieudane związki. Nigdy nie przypuszczała, że jej własne, pozornie idealne małżeństwo stanie się jednym wielkim składowiskiem związkowych katastrof. Niebawem zaczęła jednak prawdziwą drogę przez mękę – rozwód z Adamem, który wcale nie miał ochoty się z nią rozwodzić. Wtedy też, całkiem przypadkiem, zaprzyjaźniła się ze swoim prawnikiem, całkowitym przeciwieństwem tego, czego sama szukała w mężczyźnie. Karol był niski, krępy, z pewnością bliższe jego sercu były chrupki

i wieczory przed telewizorem niż sporty, nie przykładając przesadnej wagi do swojego wyglądu, a poza pracą nierzadko zdarzało mu się powiedzieć coś bardzo nie na miejscu. Ale był takim swojakiem, któremu Magda zdradziła sporo swoich sekretów, przed którym się nie krępowała i pierwszą osobą w jej życiu, która widziała ją płaczącą. Karol, w dobrze skrojonym garniturze, który na nim i tak wyglądał jak łańch, bo zawsze on zdołał się gdzieś ubrudzić, był dla niej po prostu pociesznym misiem, który oprócz reprezentowania jej w sądzie jako jedyny nie uciekał gdzie pieprz rośnie przed jej ponownymi zwierzeniami. Podczas jednego z ich wielu wspólnych wieczorów spotkali wściekłego i pijanego Adama, który bez oporów rzucił się na Magdę i zaczął ją szarpać. Ku jego zdziwieniu atak bez odrobiny problemu odpadł Karol, jak się okazało miłośnik nie tylko chrupek, ale także wieloletni karateka.

Ciągający się miesiącami rozwód dobiegał jednak końca. Magda wreszcie była znowu sama, a jej status rozwodniczki cieszył ją tylko tyle, ile mogła ją cieszyć odzyskana wolność. Sama postanowiła także zapomnieć o wszystkim, co było związane z tamtym niespecjalnym okresem w jej życiu – więc zmieniła numer, przeprowadziła się i postanowiła jakiś czas podróżyć, żeby przemyśleć, jak chciałaby, żeby wyglądało jej życie w nowej odsłonie. I ku jej zdziwieniu jedyną spójną myślą kolejnych miesięcy była tęsknota za pół głowy od niej niższym, za to bardzo walecznym prawnikiem. ☼

ZDROWIE

By nie zatykać ust

Wielu z nas zauważyło, że nasz oddech ma czasami przykry zapach. Z tego powodu nierzadko dochodzi do problemów w kontaktach społecznych czy towarzyskich. Świadomość tego kłopotu obniża też samoocenę i pewność siebie. Większość osób nieświeży oddech dopada rano, kiedy wstają z łóżka. Medyczna nazwa tej przypadłości to cuchnący oddech, z łac. Foetor ex ore. Warto wiedzieć, że niejednokrotnie objaw ten ma podłoże chorobowe, a w związku z tym należy wyjaśnić jego dokładną przyczynę.

JAK MOGĘ ZDIAGNOZOWAĆ U SIEBIE NIEPRZYJEMNY ODDECH?

Na skontrolowanie świeżości swego oddechu jest kilka sposobów. Najłatwiejszą domową metodą jest szorowanie zębów suchą szczoteczką (bez wody i pasty) przez trzy minuty. Po kolejnych 30 sekundach zapach, który na niej zostanie, będzie odpowiadał woni z naszych ust. O własnym zapachu przekonamy się też poprzez potarcie palcami tylnej części języka (wcześniej należy szeroko otworzyć usta i wysunąć język) i powąchanie swoich palców.

Możemy też posłużyć się medycznym przyrządem – halimetrem. Wygląda jak alkomat i działa na podobnej zasadzie. Badanie za pomocą halimetru polega na pomiarze stężenia lotnych związków siarki w wydychanym powietrzu.



ARCHIWUM

STAN MOJEGO UZĘBIENIA JEST BEZ ZARZUTU, A MIMO TO MAM NIEŚWIEŻY ODDECH. DLACZEGO?

Przyjmuje się, że zdecydowana większość (90 proc.) przyczyn nieświeżego oddechu jest zlokalizowana w obrębie jamy ustnej (próchnica, zapalenie i paradontoza, kamień nazębny). Reszta jest wywołana zmianami w dalszym odcinku przewodu pokarmowego lub też jest spowodowana chorobą ogólnoustrojową czy metaboliczną. Choroby układu pokarmowego mogą być przyczyną, że z naszych ust wydobywa się nieprzyjemny zapach. Przeważnie jest to związane z chorobą wrzodową żołądka, zapaleniem wyścielającej go błony śluzowej, zbyt małą ilością enzymów trawiennych, grzybicą układu pokarmowego czy zespołem złego wchłaniania. Żołądek pokryty wrzodami albo z zapaleniami błony śluzowej to przyczyna tych samych problemów.

Źródłem nieświeżego oddechu mogą być też chore migdałki, które są skupieniami tkanki limfatycznej we wgłębieniu gardzieli. U osoby zdrowej są one niewielkie i sprężyste, ale u kogoś cierpiącego na nawracające anginy, alergika czy u osoby z przewlekłym nieżytowym nosem mogą być powiększone. Tworzą się w nich wtedy nisze, w których zalegają resztki

pokarmu, które po pewnym czasie rozkładają się i wydzielają nieprzyjemny zapach.

CZY MOŻLIWE JEST POZBYCIE SIĘ NIEPOŻĄDANEGO ZAPACHU?

Tak, wymaga on jednak często nie leczenia objawowego, tylko pozbycia się źródła zapachu. Jeśli przyczyną jest nieutrzymywanie właściwej higieny jamy ustnej, to możemy wyeliminować ten objaw poprzez wdrożenie właściwych nawyków higienicznych. W przypadku poważniejszych problemów stomatologicznych przykry oddech zniknie po wyleczeniu próchnicy czy zgorzeli zębów. Jeśli przyczyną jest infekcja górnych dróg oddechowych, to sposobem może być wyleczenie przewlekłych stanów zapalnych zatok nosa, gardła, oskrzeli, a także ropni migdałków. Jeśli okaże się, że jesteśmy chorzy na refluks żołądkowo-jelitowy, stosuje się odpowiednie leki, tzn. inhibitory pompy protonowej oraz rzadziej leki prokinetyczne.

JAK MOŻNA USTRZEĆ SIĘ NIEŚWIEŻEGO ODDECHU?

Kluczem w zapobieganiu tej przypadłości jest dbanie o higienę jamy ustnej. Istotną jest codzienna profilaktyka, w tym odpowiednie szczotkowanie i nitkowanie zębów co najmniej dwa razy dziennie. Należy przestrzegać pełnowartościowej diety i ograniczyć przekąski pomiędzy posiłkami. Po konsultacji ze stomatologiem można stosować fluorkowe płukanki do ust. ☼