

# O MOJEJ BORELIOZIE

Jest listopad 2023 roku. Postanowiłem poszukać w Internecie nowości o boreliozie. W 2014 roku dwukrotnie, w końcu maja i czerwca, ukąsiły mnie kleszcze. Do dzisiaj mam objawy, które wskazują na zakażenie bakteriami *Borrelia burgdorferi* z grupy krętków. Tak mi się przynajmniej do tej pory wydawało. W 2016 roku, kiedy rozchorowałem się na dobre, diagnozowano moje dolegliwości w rozmaity sposób. Ostatnia wiosną 2017 roku diagnoza brzmiała: seronegatywne reumatoidalne zapalenie stawów. Nie bardzo mogłem ją zaakceptować. No cóż, tylu lekarzy (trzech internistów, w tym specjalista chorób zakaźnych, sześciu ortopedów i reumatolog oraz dwóch fizjoterapeutów) nie potrafiło określić, co mi doskwiera. Na uzasadnienie mojego podejrzenia nie miałem wystarczających dowodów. Próbowałem znaleźć jakieś informacje o reumatoidalnym zapaleniu stawów oraz boreliozie. Przeczytałem kilka książek. Przejrzałem wiele stron internetowych. Niewiele się dowiedziałem. Powtarzali jeden za drugim te same dane: rumień wędrujący i kilkadziesiąt innych symptomów. Najczęściej objawy łączono z reumatoidalnym zapaleniem stawów, tak jak i u mnie. W dalszym ciągu jednak ważne oznaki moich bóleczek (chodziło głównie o stopy z kostkami) nie były wśród nich wymieniane w powiązaniu z boreliozą. Wówczas nie mogłem wpaść na to, że są one nietypowe. I wreszcie znalazłem interesującą mnie informację. Dwie dziennikarki w maju 2023 roku na podstawie jednego amerykańskiego źródła napisały o najnowszych badaniach. To jest to. Pasuje jak ulał. Cytuję fragmenty autorstwa Moniki Mikołajskiej: „Nie każdy wie, że borelioza może też atakować stopy, kostki, pięty i palce (i nie zawsze towarzyszą temu typowe objawy boreliozy). Ciche objawy boreliozy: ból i obrzęk stóp. Kiedy niezdiagnozowana i nieleczona borelioza przejdzie w boreliozowe zapalenie stawów, odczują to również kostki. Pojawi się ból i obrzęk. Dolegliwości dotyczą tak naprawdę stawu skokowego i jego okolicy (potocznie mówiąc, to właśnie nazywamy bólem kostki)”.

O boreliozie pisze się cały czas, ale dalej niewiele o niej wiadomo. Choroba ta sprawia i lekarzom, i cierpiącym na nią ludziom, a także niektórym zwierzętom, wiele problemów. Ciekawe, że koty, którym wyciągnąłem tysiące kleszczy, nie chorują na choroby odkleszczowe, a psy tak. Nie chciałbym przynudzać. Postanowiłem jednak mimo wielu publikowanych w Internecie tekstów, listów, komentarzy itp. podzielić się swoimi spostrzeżeniami dotyczącymi boreliozy. Mojej boreliozy. Podkreślam to, ponieważ każda jest inna. Tekst będzie trochę długi. Jednak tyle się działo, że nie sposób powiedzieć o wszystkich sprawach krótko. Jedne zdarzenia opiszę zwięźle, a inne szerzej. Prowadzę notatki o różnych trapiących mnie chorobach (nazbierałem sporo, jak przysłowiowy dziad pod kościołem) i być może również o nich napiszę. Jeśli ktoś nie ma ochoty ani czasu na czytanie tego tekstu, zamieściłem na końcu parę zdań jakby streszczenia.

Rozmaite choróbska to w znacznej części tajemna wiedza nie tylko dla przeciętnego człowieka, ale i lekarzy, bezradnych, niemogących sobie do dzisiaj z nimi poradzić. Przynajmniej z większością. Właściwa, jednoznaczna diagnoza jest przecież podstawą leczenia. Zła stwarza problemy przede wszystkim pacjentom. I tak stało się również ze mną. Lekarze się tym specjalnie nie martwią o czym chorzy przekonują się dopiero na sobie. No może z pewnymi wyjątkami, bowiem – jak to bywa we wszystkich zawodach – niektórzy medycy są lepsi, a inni gorsi. Są też tacy, którzy w ogóle nie powinni być lekarzami. Natomiast to, co mnie się przytrafiło, jest doskonałą ilustracją maksymy: Nie ma złego, co by na dobre nie wyszło. Zaczniemy od początku.

Jak już wspominałem, w końcu maja i czerwca 2014 roku po ukąszeniu kleszczy pojawiły się czerwone, jednolite plamy. W pierwszym przypadku (z prawej dolnej strony pleców w okolicy nerki) musiałem poprosić o usunięcie resztek kleszcza w przychodni.

Całkowicie się nie udało go wyciągnąć, zostały resztki (odnóża chyba). Smarowałem z polecenia lekarza *Detreomycyną*, wziąłem też jednorazową podwójną dawkę *Doksycykliny* i miałem obserwować, czy pojawi się charakterystyczny rumień wędrujący. Gdyby się pojawił, powinienem wziąć kurację wspomnianym antybiotykiem przez około 20 dni. Zaczerwienienie po paru dniach zbladło i znikło. Smarowałem maścią przez około 10 dni. Za drugim razem, po miesiącu, poczułem lekkie swędzenie po lewej stronie kolana. Kleszcz dopiero co się przyczepił do skóry. Popchnąłem go palcem i odpadł. Skóra była troszeczkę zaczerwieniona. Zacząłem smarować znowu *Detreomycyną*. Ale za dwa dni miejsce to bardziej się zaczerwieniło i rozeszło na goleń do wielkości kilkunastu centymetrów. Wyglądało na odczyn alergiczny i swędziało, więc wziąłem podwójną *Doksycyklinę* (200 mg). Obserwowałem uważnie (żaden rumień wędrujący się nie pojawił). W ciągu paru dni plama znikła. Znajoma z osiedla podczas przypadkowego spotkania nakłoniła mnie do wizyty u lekarza, strasząc poważnymi komplikacjami. Zaczęły się wędrówki dla mnie przynajmniej dosyć, jak pamiętam stresujące, z różnych powodów. 4 września zdecydowałem się pójść zrobić testy na boreliozę. Odebrałem wyniki (ELIZA) i (Western Blot). Pierwszy był dodatni, a drugi ujemny, negatywny.

Zaczęły mi nieco dokuczać kolana, czułem je jakby twarde, napięte, kiedyś podobny objaw miałem przy ich przeciążeniu. 14 września wziąłem wieczorem *Doksycyklinę* 100 mg i następnego dnia udałem się do przychodni po poradę. Lekarka rodzinna skierowała mnie do szpitala w Bytomiu na konsultację. Tam (16 września) opowiedziałem o dwukrotnym ugryzieniu przez kleszcze, rumieniach, a także o dreszczach i zimnie, chociaż jest lato. To mi wówczas najbardziej dokuczało. Na dworze było ponad 30 stopni, a ja wchodziłem pod kołdrę i się trząsałem. Odpowiedziałem też na inne pytania przez nią zadane. Lekarka wysłuchiwała i zbagatelizowała moją wypowiedź o zimnie, ale powiedziała, że jeśli mam jakieś dolegliwości, to na wszelki wypadek powinienem przejść kurację *Doksycykliną* przez dwa do czterech tygodni plus probiotyk i *Hepatil*. Spytałem się, czy mogę brać 3 tygodnie, bo tak długie łykanie antybiotyku może mi zaszkodzić. Zgodziła się. Dodała, że gdyby po kuracji wystąpiły jakieś podejrzone objawy, to powinienem ją powtórzyć i po 6 miesiącach wykonać test ELIZA. Akurat wypożyczyłem z biblioteki książkę Nicolii McFadzean o boreliozie i przeczytałem odpowiednie fragmenty dokładnie. Autorka ta omówiła m.in. metodę ILADS, czyli kurację antybiotykami, i to kilkoma. Test ELIZA odradzała całkowicie jako niewiarygodny. Tak więc dla przynajmniej pewnego uspokojenia siebie poddałem się 3-tygodniowemu leczeniu *Doksycykliną*, jedynym antybiotykiem, który mój organizm do tej pory tolerował. Udałem się też do siedziby laboratorium, w którym zbadałem krew i tam dowiedziałem się od kierowniczkę i laborantki, że w tym momencie nie mam boreliozy. Po zakończeniu antybiotykoterapii poszedłem do fizjoterapeuty. Zbadał mnie dokładnie z powodu kolana lewego i stwierdził, że to jego zdaniem nie jest borelioza tylko z kręgosłupa. Zlecił badania densytometrii.

Czas leciał. Nic specjalnego się nie działo, poza oczywiście innymi przewlekłymi chorobami. Aż nadeszła wiosna 2016 roku. Był 6 kwietnia. Ten dzień zapamiętam do końca życia. Wstałem rano z opuchniętą ni stąd, ni zowąd prawą stopą. Wyglądała jak po skręceniu stawu. Ale to było coś znacznie gorszego. Po paru dniach nie mogłem już chodzić. Pojechałem do szpitala. Dyżurny lekarz ortopeda orzekł: podejrzenie DNA. O tym, jakie były skutki tej nieudanej zupełnie diagnozy, będzie dalej. Wróciłem i następnego dnia już chodziłem o dwóch kulach, z prawą nogą w powietrzu. Nic z tego nie mogłem pojąć. Co się stało? Przecież kostki sobie nie skręciłem, niczym w stopę nie uderzyłem, nic mnie w nią nie ukąsiło. Dodatkowo samemu trudno mi było funkcjonować, a miałem przecież kilka kotów. Płakać mi się chciało np. przy codziennych zajęciach, m.in. myciu naczyń i przygotowywaniu jedzenia. Musiałem przez jakiś czas prosić sąsiadki i znajome o zakupy żywności, bo nie

mogłem wyjść z domu. Stopa mnie rwała. Nie brałem żadnych środków przeciwbólowych. Jestem na ból wytrzymały, a te środki mi szkodzą.

Byłem nieco, a może bardziej niż nieco, załamany. Lekarze, z którymi się kontaktowałem, mieli mgliste pojęcie o boreliozie, a w zasadzie żadne. Znajomej lekarce pożyczyłem książkę na jej temat. To było dla medyków zagadnienie wówczas mało znane i poruszane. Zrobiłem badania, które nic nie wykazały, a nawet potwierdzały, że jej nie mam.

Teraz podam kalendarium według dzienniczka dosyć skrupulatnie prowadzonego. Pominę nazwiska lekarzy oraz miejsca wizyt. Dokumentację pozostawiam sobie. Będę się starał pisać zwięźle, bez szczegółów, ale nie wszystkich uniknę.

6 kwietnia

Wieczór. Zaczyna mi nawalać prawy staw skokowy. Idąc do Psotki (kotka u bezdomnych na kanale, około 100 metrów ode mnie), kuleję. Nie zauważyłem jakiegoś wyraźnego powodu (np. stłuczenia, uderzenia), który mógł taki objaw spowodować. Na noc posmarowałem *Diclozają*.

7 kwietnia

Rano na śródstopie *Altacet* i dalej żel (3x dziennie). Na noc *Altacet*.

9 kwietnia

*Altacet*, *Actizel* i na noc *Arcalen*. To, co miałem w domu.

10 kwietnia

O godzinie 10.00 w szpitalu w Ochojcu. Zbadał mnie dyżurny lekarz ortopeda. Rentgen stopy. Mam stosować okłady z lodu, chodzić o kuli. Dał skierowanie do poradni ortopedycznej. Jego zdaniem to reaktywne zapalenie stawu skokowego prawego i podejrzenie dny moczanowej.

11 kwietnia

Rano stopa zaczęła wyraźnie boleć. Posmarowałem ją *Actizelem*. Wczoraj stawiałem ją na podłodze, a dzisiaj już nie da rady. Następne dni podobnie (*Altacet*, *Actizel*). Pojawiło się zaczerwienienie wokół kostki.

14 kwietnia

Posmarowałem stopę wskazanym przez lekarza żelem (*Reparil*). W trzecim dniu smarowania nim wieczorem tak mnie zaczęła stopa piec, wręcz palić, że musiałem szybko lecieć do łazienki pod kran i dokładnie ją umyć.

17 kwietnia

Zaczyna mnie boleć prawy obojczyk, a dokładnie staw mostkowo-obojczykowy, chodzę o jednej kuli, czasami o dwóch, stawiam stopę delikatnie. Staw zaczyna mnie rwać coraz bardziej. Skąd to się wzięło? Poprosiłem prywatnie rehabilitanta o przyjazd i zbadanie mnie.

19 kwietnia

Przyjechał rehabilitant, rozłożył łóżko i podał zalecenia. Chodzić o kuli, moczyć nogi w zimnej wodzie. Jego zdaniem to był uraz i stan zapalny torebki maziowej.

20 kwietnia

Sąsiadka przyniosła żel w plastikowym opakowaniu do okładów na stopę i obojczyk.

21 kwietnia

O 15.00 stawilem się u ortopedy, oczywiście taksówką, bo inaczej bym nie dał rady. Obejrzał stopę, nie chciał słuchać, co mówię. Mam zrobić badania krwi na DNA i z nimi przyjść. Przepisał mi niesteroidowy lek przeciwzapalny *Apo-Napro*. Kiedy powiedziałem, że nie mogę przyjmować tego typu środków, to stwierdził, że ten lek jest tolerowany, bezpieczny. Mam brać 2 razy dziennie i pojawić się za 2 tygodnie. Wieczorem zaczyna mnie boleć prawy łokieć. Puchnie. Następnego dnia telefon do rehabilitanta. Ten orzekł, że z łokciem to nie może być poważniejsza sprawa.

24–26 kwietnia

Smaruję łokieć i stopę Actizelem. Opuchlizna jakby trochę zeszła. Staw mostkowy też wygląda lepiej. W badaniach krwi tylko CRP podwyższony. Kontrola u ortopedy. Dołożył *Butapirazol* 2x dziennie. Nie brałem tego świństwa. Moczyć stopy w wodzie z solą. Nie określił, co mi dolega. Po przeczytaniu ulotki zapytałem, co będzie, jak dostanę ataku serca. No to zgłoszę się wtedy do lekarza, a poza tym zawsze są działania uboczne. Godzina 20.30, czuję się źle. Mierzę ciśnienie. Miałem ponad 200, ale dokładnie nie ustaliłem, bo przestałem pompować. To mi wystarczyło. Szybko *Captopril* pod język. Zajrzałem na strony internetowe gdzie napisano, że ten środek przeciwbólowy może powodować znaczące podwyższenie ciśnienia krwi. Kiedy następnego dnia, tak się złożyło, miałem wizytę u lekarki rodzinnej i zgłosiłem takie działanie, powiedziała: dobrze, że odstawiłem tabletki, bo mógłbym mieć poważny kłopot. Pamiętam też, jak przypominając sobie wypowiedź ortopedy, który mimo mojego sprzeciwu kazał mi brać NZPL, ryknąłem na całe mieszkanie pie... ortopeda.

W następnych dniach moczę stopę w wodzie z solą iwonicką, smaruję *Actizelem*, też *Arcalenem*, potłuczoną kapustę owijam elastycznym bandażem i przykładam na kilka godzin. Biorę też *Diohespan* i kolagen.

30 kwietnia

Wybrałem się na zakupy do Almy o jednej kuli. Powoli dreptałem. Chodzić trzeba. Stwierdziłem też, że noga postawiona na podłodze jest bardziej czerwonawa, lekko bordowa mniej więcej do wysokości kilku centymetrów ponad kostkę. Lewa nie. Kiedy znajoma przyszła do mnie i pokazałem jej stopę, powiedziała: panie Gieniu, to nie wygląda dobrze. Powinien pan pójść do lekarza. W domu chodzę już bez kuli, ale kolebię się w obie strony. Kostka jeszcze opuchnięta. Rano stopa wygląda gorzej, potem coraz lepiej. Minął miesiąc od opuchnięcia prawej stopy. Po mieszkaniu stąпам bez kuli, a na zewnątrz biorę jedną. Zanotowałem też, że odczuwam czasami lekkie drgawki w stopie.

13 maja

Pokazałem stopę lekarce rodzinnej podczas wizyty domowej. Podejrzewała, że to miażdżycy kończyn dolnych. Radziła pójść na badanie USG Doppler. Dała skierowanie do Poradni Chirurgii Naczyń (diagnoza i leczenie). Rozejrzałem się co do terminów. Oczywiście, na ubezpieczenie odległe. Wymuszają wizyty prywatne.

18 maja

Poszedłem do pobliskiego szpitala. Konsultacja u chirurga naczyniowego (USG kończyn dolnych, CDD żył). Wszystko jest OK. Tylko niewielka ilość płynu w prawym stawie skokowym. Zdaniem badającego czerwonawa stopa jest spowodowana reaktywnym przekrwieniem skóry prawego podudzia. Chodzę już bez kuli, ale bardzo wolno. Nie muszę nikogo prosić o zakupy.

22 maja

Wstaję rano i czuję bolący dosyć mocno staw mostkowo-obojczykowy – ten, który mi niedawno dokuczał, ale ból przeszedł.

Następnego dnia w południe pojechałem na konsultację rehabilitacyjną. Lekarz zbadał staw skokowy i stwierdził, że to skręcenie. Wieczorem czerwieni się i coraz bardziej boli staw mostkowy.

Byłem też u dermatolożki z trądzikiem różowatym. Przy okazji zapytałem o reaktywną skórę na stopie, ale w tej sprawie nie miała nic do powiedzenia.

24 maja

Z prawym stawem obojczykowo-mostkowym jest niedobrze. Ból i obrzęk. W nocy prawie nie spałem. Znowu zastanawiam się, skąd taki ból i obrzęk. Nic nie wymyślę. O 8.30 jestem w szpitalu w Ochojcu. Eloquentny ortopeda. Zobaczył i powiedział, że to błahostka, przyznał jednak, że dokuczliwa. Przyjął mnie, choć zaznaczył, że oni zajmują się tu poważniejszymi przypadkami. Poradził odciążenie temblakiem i *Olfen*. Dał mi lżejszy *Olfen 75* (raz dziennie). Brałem przez 3 dni. Jakoś przeszło. Od początku czerwca piję krzem. Dalej smaruję stopę żelem, okładam kapustą. Po paru dniach dołączyłem także *Au 100* na noc w odpowiednie dawce.

26 czerwca

Spuchł duży staw palikowy prawej stopy. Boli tak, że mam problem z chodzeniem. 2 dni później wzięłem *Olfen 75*. Ale tylko 3 razy. Nie mogę zginać dużego palca. Chodzę na prawej krawędzi stopy, też używam kuli na lewej ręce. Wieczorem cała stopa opuchnięta. Na noc kapusta.

1 lipca

Nie biorę *Olfenu*, bo piecze mnie górna część żołądka. Wzięłem tylko 2 lipca. Lekarka rodzinna podpowiedziała, aby najpierw iść ze stopą do ortopedy, a potem do reumatologa. Trzeba szukać przyczyny. Czy to reaktywne zapalenie, czy co innego. Z *Olfenem* można przerwę zrobić, a potem ewentualnie kontynuować znowu 2 bądź 3 dni. Zaczynam smarować *Actizelem*. Co mi zostaje? Cały ten czas obserwuję, czy pojawiają się ścięgna, których nie widać, i czy marszczy się skóra wokół kostki. Te objawy mówią mi, czy stan stopy pogarsza się czy polepsza.

5 lipca

Umówiłem się z ortopedką. Ta sama chyba w ubiegłym roku przyłożyła mi na rozbite i opuchnięte kolano *Olfen 150*. Później dowiedziałem się od lekarki rodzinnej, że to, jak na mój wiek, końska dawka. Jakoś przeżyłem. Chciała mi znowu wcisnąć niesteroidowy lek przeciwzapalny. Odmówiłem. No to antybiotyk *Dalacin C*. Stwierdziłem, że mogę wziąć ewentualnie *Doksycyklinę*, a ona, że ta nic nie pomoże. Spytałem ją o czerwonawą skórę i jakby tiki nerwowe w stopie. Nie odpowiedziała. Gapiła się cały czas w monitor. Widać było, że nie wie, co robić. Zleciła 3 badania (m.in. krwi na kwas moczowy), wyniki były w normie. Przyczepiła się reaktywnego zapalenia. Po około minutowej ciszy zaproponowałem, aby dała mi skierowanie na rehabilitację. Odetchnęła z ulgą. Zaraz od niej pojechałem umówić się na zabiegi. Pogadałem z jedną z pań rehabilitantek. Poszedłem też do szefa na płatną konsultację, może on coś powie. Jego diagnoza brzmiała: Miał Pan pecha. I dołożył mi jeszcze jeden zabieg, czyli można powiedzieć drugiego pecha, żeby było pewniej. Poszedł na całość. Miał już doświadczenie. Wszystko kosztowało mnie sporo (10 dni), plus taksówki, bo dojść pieszo nie mogłem. Poprawy żadnej nie zauważyłem. Wyniki badań były dobre.

5–18 lipca

Zabiegi w Centrum Rehabilitacji Leczniczej.

19 lipca

Nazbierało się już sporo bóli, zapaleń i opuchnięć. Trzeba coś działać. Wybrałem się do ortopedy. Niestety, trafiłem niedobrze. Zrobił USG stopy. Kiedy poprosiłem go o pisemne potwierdzenie badań, popatrzył się na mnie, jakbym żądał czegoś niemożliwego. Wobec tego poprosiłem go o ustną informację, którą zapisałem, i tu z notatki spisuję: zapalenie ścięgna Achillesa; staw skokowy stabilny; więzadła nieuszkodzone; nie ma wysięku w stawie skokowym; zapalenie stopy prawej ścięgien strzałkowych i piszczelowych; stan zapalny stawu paliczkowego I. Dwa z nich wymienił na skierowaniu na zabiegi fizjoterapeutyczne. O dnie moczanowej nic nie mówił.

Szukałem w Internecie jakiegoś lekarza, który zbadałby dokładnie moje stopy. W nich widziałem pewne rozstrzygnięcie, dojście do tego, co mi jest. Znalazłem ortopeda przyjeżdżającego z Warszawy do Katowic, specjalistę chorób stóp. Umówiłem się na wizytę prywatną. Jakżeby inaczej. Dodam jeszcze, że na początku sierpnia dopadło mnie jelito drażliwe. Lało się z odpowiedniej części ciała, co jest bardzo charakterystyczne dla tej postaci schorzenia i ciągnęło się prawie do końca września. Dobiegała końca kuracja na refluks żołądkowo-przełykowy (*Controloc* i *Famogast*), który mi również od czasu do czasu się nasilał.

11 sierpnia

Ortopeda zadał parę pytań. Stopy nie wyglądały źle. Przygotowałem się na takie potraktowanie mnie i kiedy już skończył, wyczułem, że nie bardzo wierzył w to, co mówię. Miałem zdjęcie stopy na pendrivie. Pokazałem. Lepszego dowodu nie mogłem mu dostarczyć. Zaczął ponownie badać. W sumie porada trwała około 40 minut. Stwierdził, że ortopedycznie stopy są w porządku. Stopy chłodzić, w razie potrzeby brać *Olfen*. Powinienem skonsultować się z reumatologiem. Podejrzewa chorobę reumatyczną. Znowu to podejrzenie, czyli nic pewnego. Już wcześniej sam rozglądałem się za reumatologiem. Ogólne opinie o nich nie były dobre. Pacjenci skarżyli się. Można do nich chodzić jak od Annasza do Kajfasza. Rozmowa z tym ortopedą była w sumie ciekawa. Z dzisiejszej perspektywy (2025 rok) mogę powiedzieć, że nie mógł przypuszczać, czy jak lekarze mówią: podejrzewać, krętków *Borrelia burgdorferi* o takie „potraktowanie” moich stóp. Mimo że wiedział o stopach prawie wszystko, to jak się okazało, nie wszystko. O tym nietypowym objawie boreliozy dowiedziałem się z wiadomości internetowych dopiero pod koniec 2023 roku.

Był sierpień. Ważne, że mogłem jakoś chodzić. Lewe kolano dziwnie funkcjonowało. Jakieś sztywnawe. Czuję, że coś jest z nim nie tak. Czas biegł. Początek września. Chodzę coraz gorzej.

4 września

Trudno mi zgiąć kolano. Boli. Lekko spuchło. Polewam zimną wodą. Smaruję żelem (*Olfen*). Nogę staram się trzymać w górze. Nic nie pomaga. Czuję, że grozi mi wysięk. Już coś podobnego miałem. Płyn się zbiera. No i stało się.

5 września

Musiałem pojechać do szpitala w Ochojcu. Dyżurny ortopeda pomacał kolano. Wysięk. Spuścił płyn. Oceniał na 80 ml, moim zdaniem było 100. Skierował na RTG. Chciał mi

wcisnąć *NLPZ*, ale odmówiłem. Nie upierał się, co uznałem za jego dobrą cechę. Natomiast wspominał o ewentualnej blokadzie i rezonansie magnetycznym. Wypis: wysiękowe zapalenie lewego stawu kolanowego. Smarować żelami lub maściami przeciwbólowymi i przeciwzapalnymi oraz stosować zimne okłady. Zalecał też trzymanie nogi na podwyższeniu.

7 września

Znowu do Ochojca na kontrolę, bo kolano dalej napuchnięte. Może nie ściągnął całego płynu? Bąkał coś ponownie o rezonansie magnetycznym, a także o wstrzyknięciu sterydu. Płynu nie trzeba ściągać. Oszczędzać lewą nogę. Na moje pytanie, czy można okładać kapustą, odpowiedział: można.

Następnego dnia pojawiły się jakieś plamy czerwone na nodze (wysypka), jelito dokucza, duży paluch stopy puchnie, robi się czerwony i boli. Pobolewa staw mostkowo-obojęczykowy, trochę kręgosłup. Okładam, smaruję, polewam, łykam, ogrzewam i nic. Mam dość wszystkiego.

Kolega, słysząc o moich kłopotach zdrowotnych, pragnąc mi pomóc, zaproponował wizytę na 9 września u lekarki w jednym ze szpitali, gdzie się leczył. Tu wpadłem jak śliwka w kompot. Ta zapoznała się z dotychczasowymi wypisami i nie dość, że chciała mnie skierować do szpitala na oddział geriatryczny (zupełnie nie wiem po co), to jeszcze przyłożyła *Kolchicynę* na DNA. Kierowała się chyba podejrzeniem pierwszego lekarza z Ochojca i stwierdzonym u mnie stanem zapalnym dużego palucha oraz spuchniętymi śródstopiami. Wspomniałem jej o biegunkach związanych z jelitem drażliwym. Skutki były dla mnie oplakane. Po trzech dniach odłożyłem *Kolchicynę*, bo miałem kolki i klute bóle żołądka. Na pożegnanie zaleciła mi na razie odstawić *Kolchicynę*, ale jak się wszystko uładzi z jelitem ponowić leczenie. O tej wizycie chciałbym jak najszybciej zapomnieć. Muszę jednak pisać chronologicznie, według notatek, więc przypominam ją sobie, ale inne porady i szczegóły pomijam.

Krótko po tym epizodzie skontaktowałem się z lekarką rodzinną, która zaaprobowała moją decyzję, mówiąc: Po co pan brał tę truciznę? No właśnie po co? Jakiż byłem niemądry. Do szpitala oczywiście nie poszedłem, bo zapłata za kolejną „durnotę” mogłaby się okazać znacznie gorsza.

15 września

Skonsultowałem się z fizjoterapeutą. Pogadaliśmy. Ćwiczyć lewą nogę. Moje dolegliwości wskazują na chorobę reumatyczną. Trudno powiedzieć, jaką. Do niego też przychodzą z podobnymi problemami. I tym podobne gadu-gadu. Koniecznie iść do reumatologa.

Na razie kontynuuję zabiegi według wskazań i swoich potrzeb, o których już wspominałem, więc nie będę powtarzał. Sporo czasu spędzam w wannie, mocząc stopy (około 15 minut) i polewając kolano (5 minut). Niestety, zacząłem chodzić o kuli, trzeba odciążać lewą nogę.

Wspomnę też o kleszczu, który chodził po udzie, kiedy wstałem rano 23 września. Przeszedł na mnie z któregoś z kotów. Jego jeszcze brakowało.

8 października

Puchnie palec lewej nogi, zaczerwienił się. Zdecydowałem się brać *Olfen 75* parę dni.

12 października

Wreszcie wcześniej zarezerwowana wizyta u reumatolożki. Staralem się wybrać lekarkę z jakimś już doświadczeniem. Rutynowy wywiad, okazałem dotychczasową dokumentację. Zdziwiła się, że na kolano biorę zimne okłady i wodę, ponieważ inni na ogół stosują ciepłą.

To sprawa indywidualna. Zleciła wykonanie wielu badań i przyjście z wynikami za 3 tygodnie. Zobaczymy.

19 października

Skończyłem *Olfen 75*, bo dopadają mnie objawy niepożądane z oskrzelami i żołądkiem. Po odłożeniu ustąpiły. Aż dziw, że tyle dni wytrzymałem. Palec pozostał dalej spuchnięty.

2 listopada

Z wynikami u reumatolożki. Nie może mi na podstawie dotychczasowych wyników nic powiedzieć. Czeka na resztę, zwłaszcza ENA. Zwróciłem uwagę, że sam test ELISA nie jest miarodajny. Popatrzyła się na mnie i zaproponowała *Piascledine* bądź *Lyprinol*. Uciekała od moich pytań. Widać było, że nie bardzo wie, co mi dolega.

Do następnej wizyty moczę stopy i polewam kolano, z krótkimi przerwami.

29 listopada

Kolejna wizyta. W sumie na podstawie wyników około 10 różnych badań (wszystkie dobre) lekarka postawiła diagnozę: seronegatywne zapalenie stawów. Dodała jeszcze później, oglądając moje plecy, że widzi też skoliozę kręgosłupa piersiowego. To chyba podała na deser, który nie bardzo przypadł mi do gustu. O ile na razie tę pierwszą ocenę mogłem zaakceptować, to drugiej nie. Dostałem skierowanie na rehabilitację i leczenie seronegatywnego zapalenia stawów i skoliozy.

Udało mi się zaklepać dzień konsultacji w placówce rehabilitacyjnej w miarę krótkim czasie. O pozostałych, proponowanych przez inne, przemilczę. Wszyscy wiedzą, o co chodzi.

3–9 grudnia

Rano zaczyna boleć kark. Trudno go skręcać. W nocy z piątego na szóstego grudnia prawie nie spałem. Nie mogłem się ani podnieść z łóżka, ani obrócić głowy. W południe założyłem kołnierz. Następną noc koszmarna. Głowę skręcałem na bok milimetr po milimetrze, żeby jakoś usnąć, bo na wznak spać nie umiem. Miałem takie odczucie, jakbym trzymał nie głowę, a czaszkę. Ból karku łapał mnie u dołu z prawej strony, trzymał 5–10 minut, przechodził i po pewnym czasie powracał. Jak łykałem ślinę, to ból, po którym na chwilę zastygałem.

Noc z ósmego na dziewiątego grudnia równie upiorna. Spałem z kołnierzem i dopiero nad ranem przysnąłem na godzinę. Cały czas pulsujący ból karku. Z łykaniem trochę lepiej, ale ruszać głową się nie dało. Nie wyobrażałem sobie, że mogłoby być gorzej.

12 grudnia

Jestem na ulicy Ceglanej w Centrum Rehabilitacji. Lekarka stwierdziła jakieś zaburzenia korzeni rdzeniowych i splotów nerwowych i 2 inne określiła symbolami. Po jeszcze paru pytaniach skierowała mnie na ćwiczenia i zabiegi. W nadchodzącej nocy wieczorem dalej się męczyłem z powodu bóli. W końcu jakoś usnąłem i rano jakby się jakiś cud stał. Bóle niemal ustąpiły, i to dosyć nagle. Przelykam ślinę normalnie.

15 grudnia

Głowę ruszam w górę i dół dobrze, trochę gorzej na boki.

19–30 grudnia

5 zabiegów na ulicy Ceglanej.

Nowy 2017 rok powitałem po paru dniach moczeniem w zimnej wodzie prawej stopy, bo spuchła.

Około połowy stycznia sypnęło mi na skórę zaczerwienionymi jakby krostkami (do 2 mm). Byłem u dermatolożki, a ta uznała, że to łojotokowe zapalenie skóry. Przepisała między innymi maść z 10% mocznikiem. Po przyjsciu od niej dopiero się wysypało. Całą górną część ciała z szyją i rękami włącznie pokryły czerwone wypryski. Swędziały cholernie. Wyglądało to okropnie. Wygoliłem pierś, żeby móc ją smarować. W nocy czułem swędzenie w niektórych miejscach. Rano okazało się, że to w nich pojawiły się wykwity. Nic nie pomagało. Psikałem mgiełką *Au 100* i też nic. Frontalny atak na skórę. Pierwszy taki. Nie wiedziałem, co o tym myśleć. W styczniu i co najmniej do połowy lutego w Katowicach utrzymywał się potężny smog. Zapisałem wtedy, czy to być może on spowodował u mnie takie zaostrzenie łojotoku. Żadne smarowania nie pomagały, a zmiany ustąpiły powoli po połowie lutego.

24 stycznia 2017

Znowu u pani reumatolog. Zleciła dalsze 2 badania i przyjść za miesiąc. Coś mi się wydaje, że szukanie choroby może się nie skończyć.

1 marca

Ostatnia porada reumatolożki. Obejrzała wyniki i nie miała nic do powiedzenia. Zaleciła zapisać się na rezonans i brać witaminę D3. Na koniec rzekła, iż cieszy się, jak pacjenci mogą chodzić. Ja oczywiście też. Kto by się nie cieszył.

Na tym kończę kalendarium. Ciągnęła się ta moja udręka przez 10 miesięcy. Na początku wydawało mi się, że z tego nie wyjdę. W pewnym momencie byłem prawie pewny, że grozi mi wózek inwalidzki. Na szczęście potoczyło się inaczej, co nie znaczy, że wszystko ustąpiło. Najważniejsze, że zacząłem w miarę zwyczajnie chodzić, jednak dopiero w pierwszych miesiącach 2017 roku.

Objawy pojawiające się po ukąszeniu przez kleszcza, a tych miałem sporo, są zupełnie zaskakujące, jakby imitujące inne dolegliwości. Nie wiedziałem, czy to krętki boreliozy czy coś innego.

## Oto trochę przykładów moich symptomów boreliozy z ostatniego półrocza (sierpień 2024–styczeń 2025)

Zanim o objawach, dołożę jeszcze tylko czerwcowe kleszcze.

17 czerwca 2024

Wstałem z łóżka. Poszedłem na fotel do pokoju. Patrę, jakaś kropka na udzie. To chodzi kleszcz. Skąd się przeniósł na moją nogę?

28 czerwca

Położyłem się po południu na kołdrze. Po kwadransie wstaję. Siadam i widzę na udzie znowu jakąś kropkę. Palcem próbowałem zrzucić, ale nie odpadło. Wziąłem okulary. Jakieś mikroskopijne cosik. Paznokciem oderwałem. Ale tak patrzę bliżej. Coś mi to przypomina. Wziąłem lupę. To kleszcz. Takiego małego jeszcze nie widziałem. Ledwo się przyczepił. Ślad prawie niewidoczny, ciut zaróżowiony. Wziąłem go do słoika. Popsikałem skórę *Au 100* i *Ag 124* później parę razy, a na noc *Detreomycynę* pod plaster. Zadzwoiłem do Śląskich Laboratoriów Analitycznych, ale oni badań kleszczy nie wykonują. Rozejrzałem się w Internecie. Niby gdzieś tam robią, ale dokładniej inni napisali, że to nie ma sensu, nic nie da. Dałem spokój. Zrobiłem zdjęcia.

15 sierpnia

Dzisiaj wyraźny atak na stopy i kostki. Dawno już takiego nie miałem. Lewa stopa bardziej, nawet się zaróżowiła powierzchnia. Prawa ciut mniej. To takie spuchnięcie w „normie”. Kostki obie opuchnięte – zrobiłem zdjęcia. Od trzech dni lewe śródstopie lekko pobolewało też przy dotknięciu. Około 16.00 wymoczyłem w zimnej wodzie, a o 17.10 oba golenie i stopy z góry natarłem *Au 100*. Od paru dni czuję wyraźnie lewe kolano. Na skórze się nic nie dzieje.

W lipcu jakiś czas spałem bez termoforu. W sierpniu tak samo.

17 sierpnia

Z lewą stopą coraz gorzej. Pojawił się stan zapalny palika dużego palca. Boli i jest zaczerwieniony. Nie mogę go zginać, kuleję.

18 sierpnia

Pojawiły się plamy czerwone na przedramieniu, podobne do tych sprzed około miesiąca. Lekko mnie swędzą. Popsikałem *Au100* i zaczęły powoli blednąć, ale jeszcze 25 sierpnia były widoczne. *NLPZ* nie mogę brać. Żele są do niczego. Do lekarza nie ma co iść. Antybiotyk tu nic nie da. Włączam witaminę *B Complex Swansona* i tak muszę ją codziennie łykać, bo ważność upływa z końcem listopada.

20 sierpnia

Wczoraj jeszcze z Igą szedłem pieszo do weta, dziś musiałem zamówić taksówkę tam i z powrotem. Stopy moczę w zimnej wodzie jak zwykle po 15–20 minut, też przykładam woreczek z zamrożonym żelem na krótko. Pomiędzy moczeniami tylko lewą stopę i staw skokowy nacieram *Au 100*.

21 sierpnia

Lewa stopa i staw skokowy mocno opuchnięte. Nie za bardzo mogę ją włożyć do buta. Robi się mocno czerwona skóra. Nie wiem, czego to oznaka. Dzisiaj moczyłem 7 razy w zimnej wodzie obie stopy. Przeglądałem przy okazji kilkanaście stron internetowych o spuchniętych stopach i kostkach, ale nigdzie nie wzmiankowano, że może to być objaw boreliozy. Czyżbym dalej był jakimś wyjątkiem? Jakżeż oni o tej chorobie niewiele wiedzą.

25 sierpnia

Opuchlizna i zaczerwienienie palika dużego palca stopy ustąpiło. Przy zginaniu nie boli. Dziwne, samo? Natomiast opuchlizna duża, stopa dalej „baniowata” wraz z kostką. Chodzę gorzej niż kaczką. Ledwo mogę postawić ją na ziemi. Wczoraj byłem na ulicy Dworcowej robić zdjęcia. Kuleję mocno. Za godzinę wróciłem. Co ciekawe, po powrocie jakby lepiej było niż przed wyjściem. Trzeba chodzić, ale nie przesadzać, bo się pogorszy. To już jedenasty dzień. Takiego ataku nie miałem od wiosny 2016 roku. A do tego jeszcze kolano jak w galarecie. Do niego przyzwyczaiałem się już od lat. Zobaczmy, w jakim kierunku krętek poprowadzi. Zaczynam odczuwać lekki ból kręgosłupa w części lędźwiowej, też narastający w stawie biodrowym.

26 sierpnia

Niestety, coraz gorzej. Stopa baryła. Przy nacisku na podłogę boli. Poszedłem do gołębi rano i zaraz do marketu o kuli, a wróciłem z zakupami przystanek autobusem. Trochę kilogramów do jedzenia jednak było. Chcę przynajmniej na 2 tygodnie być samowystarczalny i nie prosić innych o pomoc. Przeanalizowałem wszystkie notatki z 2016 roku. Nic nie pomagało. Żadne

żele i maści. One są przy innych dolegliwościach (urazy, zwichnięcia, stłuczenia itp.), a bakterii zagnieżdżonej w drobnych stawach śródstopia i stawie skokowym moim zdaniem nie szkodzą. Być może, *NZPL* pomógłby, ale też nie jest to pewne, i musiałbym stosować dłużej. Wolę jednak nie ryzykować. Jeśli coś mogę zrobić, to odczekać cierpliwie aż krętek przestanie mnie atakować. Pozostaje codzienne przynajmniej 6-krotne moczenie stóp w zimnej wodzie. Musiałem dzisiaj drugi raz odwołać wizytę u laryngologa z powodu problemów z poruszaniem się.

27 sierpnia

Niestety, na zakupy pojechałem autobusem, chodziłem o jednej kuli, aby odciążać lewą, obrzękniętą mocno stopę. Kostek z obu stron nie widać. Dalej moczę stopy w zimnej wodzie i dodatkowo polewam nią lewe kolano.

30 sierpnia

Przez 3 dni stopę na noc owijałem kapustą. Rano, kiedy ją zdjąłem, było lepiej, ale potem znowu stopa puchła. Dzisiaj w nocy kiepsko spałem. Lewa noga jak przy rwie kulszowej. Lekko zaczęło boleć w części lędźwiowej kręgosłupa, wcześniej mocniej w kolanie i powoli bóle „wskoczyły” do stawu biodrowego. Nasilały się od kilku dni. Również mięśnie uda mocno boją. Kłujący ból przy siadaniu i wstawaniu. Nic nie mogę zrobić. Moczę nogi, kapusta na noc i tyle. Chodzę o jednej kuli też w domu. Jestem coraz bardziej przekonany, że to krętek zaczął na dobre. Mam za sobą rwę kulszową z pierwszej dekady tego wieku, kiedy to przez półtora miesiąca się z nią męczyłem. Było znacznie gorzej. Kręgi dolne kręgosłupa posmarowałem dziś dwa razy *Arcalenem*, a na stopę psiknąłem *Au 100*, bo skóra mocno zaróżowiona.

1 września

Niewielka poprawa. W nocy nie mogłem znaleźć żadnej pozycji, żeby lewa noga mnie nie bolała. Wyciąganie, zginanie na nic. Ból pulsujący i w udzie, i w biodrze. Moczę stopę i smaruję *Arcalenem* lędźwie. Chodzę do marketu, bo muszę. Ale kuleję. Coraz bardziej czuję lewą stronę karku.

2 września

Obudziłem się koło północy. Było mi zimno, chyba nie zasnąłem. Wstałem i wziąłem pod kołdrę termofor. Zaraz poczułem się lepiej. Jest jednak problem z ułożeniem głowy. Gdzieś koło 4.30 na kołdrę wskoczył Witek. Chcę się do niego odwrócić, a tu się nie da, ból okropny. Ani na lewej stronie, ani na prawej, ani na wznak. Jednakowy, pulsujący ból. Lokalizuję go po lewej stronie karku, od ucha w dół, też przy nacisku w dolnej części głowy, ale po lewej stronie. Co ja tu mogę zrobić? Jem gotowane jajka, niezbyt dobrze łykam. O 5.30 wziąłem woreczek z żelem z zamrażalnika (24 x 9,5 cm), podłożyłem materiał i na kark. Muszę uważać, żeby nie za długo. Trzymałem przyciśnięty, przewracając go 3 razy, nie przekroczyłem minuty. Szyja jest zimna. Co ile przykładać? Spróbuję co mniej więcej godzinę, ale na krótko.

Stopa dalej opuchnięta (nie owinałem jej wczoraj). Bóle w biodrze i udzie minęły. Dzisiejszej nocy nie miałem z nimi problemu. Aż się dziwię, że tak szybko. Czyżby krętek przerzucił się na kark? „Sprawdza” różne części ciała?

Zajrzałem do notatek z poprzedniego, takiego samego ataku w grudniu 2016 roku. Trwał nieco ponad tydzień. Opisałem go wcześniej. Zobaczmy, ile tym razem. Skórę i stopy mogę sfotografować, a bóli kolanowych, biodrowych i karku nie.

4 września

Dzisiejszej nocy nie było dobrze. Obudziłem się o 3.30. Ból okropny. Głowę nie mogę ruszyć. Ale to nie ona boli, tylko kark. Próba przekrzywienia jej na bok prawie niemożliwa. Wywoływało to parosekundowy ból z prawej strony karku. Nie znajduję słów do opisanie moich zmagania z nim. Przyłożyłem zimny, owinięty żel. Kiedy jadłem jajka na śniadanie, podczas przełykania znowu ból niemal paraliżujący. Zastygałem na chwilę w pozycji, w jakiej mnie dopadł. Ten ból z prawej strony karku pojawiał się w różnych sytuacjach.. Do tej pory tam go nie było. Czemu akurat w tym miejscu się umiejscawiał? Siedzę przy komputerze. Wstaję i ni stąd, ni zowąd prawa strona kłuje. Sztywnię na chwilę. Tak było przy wstawaniu kilkadziesiąt razy. Stopa wygląda trochę lepiej. Smaruję ją (śródstopie i kostki) dalej *Arcalenem*. Tę samą maść używam 3 razy na dzień na kark. Codziennie moczę stopy w zimnej wodzie około 15 minut (5 do 6 razy). Wczoraj robiłem to samo. Nic lepszego nie wymyślę. Ufam, że jakoś z tego wyjdę. Wprawdzie podobno nadzieja jest matką głupich, ale czasami bez niej trudno się obyć. O 8.30 udało mi się zasnąć na około 3 godziny. Od paru dni upalnie, a ja siedzę w domu, wychodząc tylko na niezbędne zakupy. Stopa powoli lepiej wygląda. Kostka od wewnątrz też wolno się przebija. Kark trzymam sztywno. To jeszcze nie jest najgorzej. Gorszy jest towarzyszący ból. Ledwo go wytrzymuję. Jest z pewnością pochodzenia nerwowego. Pojawia się zniemacka. Przy łykaniu, wstawaniu, kładzeniu się, a nawet podczas chodzenia dzisiaj jest kontynuowany.

5 września

Jest lepiej. Łatwiej mi się podnieść z łóżka. Krętek znacznie odpuścił. Kark dalej sztywny i obracanie nim w jakimkolwiek kierunku jest niemożliwe. Ważne, że ból zelżał. Z trudnościami podczas łykania pokarmu, a także picia jeszcze nie koniec. Niemniej tu też poprawa. Oby tak dalej. Nawet moje samopoczucie się polepszyło. Przy przedpołudniowym moczeniu stóp w zimnej wodzie kostka stawu skokowego już całkiem dobrze wygląda. Na lewym śródstopiu spuchlizna powoli zmniejsza się, ale jeszcze powierzchnia skóry jest zaróżowiona.

6 września

Dzisiaj niestety sztywność karku z bólem nie ustąpiła wyraźnie. Byłem na 4,5-godzinnym spacerku (zdjęcia w Podlesiu i Murckach). Stopa lepsza, ale też opuchlizna schodzi powoli, Pokazują się ścęgna, skóra zaczyna się marszczyć na śródstopiu. Zabiegi te same, trochę rzadsze.

8 września

Poprawa niewielka. Stopa lewa dalej spuchnięta, a kark sztywny, ale już tak nie boli. Skręt możliwy w ograniczonym zakresie.

9 września

Podobnie jak wczoraj. Ustępuje bardzo wolno.

23 października

Od kilku dni bolał mnie mięsień uda lewej nogi. Może to był tydzień. Ledwo chodziłem. A dzisiaj jakby odjęło. Jest znaczna poprawa. Nie wiem, z jakiego powodu. Nic nie smarowałem. Natomiast gorzej jest z zanikowym zapaleniem skóry. Zaczęło się od paru wyprysków. Psikałem 2 do 3 razy dziennie *Au 100*. Na razie niewiele się zmienia i jest zaczerwienienie. To dolna część podudzia lewej nogi. Nic mi nie pozostaje tylko dalej psikać. Skóra na śródstopiu prawie dobra. Nigdy jeszcze takiej nie miałem i bardzo długo schodziło

zaczzerwienienie, a raczej bladło. Kark jeszcze czuję i nie mogę całkiem skręcać w obie strony. Pierwszy raz tak długo trzyma. Smaruję *Arcalenem*.

24 października

Takiej nocy już dawno nie pamiętam. Wczoraj wieczorem zaczęło się pogarszać. Kark coraz bardziej bolał, ale najgorsza była lewa noga, zwłaszcza udo i staw biodrowy. Położyłem się i prawie całą noc nie spałem. Nogi nie dało się wyprostować, zgięta w kolanie też bolała, udo także, z karkiem problem, ledwo mogłem go skręcać. Przewracałem się wiele razy z jednego boku na drugi. Na wznak trochę lepiej, ale tak to ja nie mogę zasnąć. Nie wiem, co się stało. Jakoś przeżyłem do rana, lekko przysnąłem i wstałem. Boli mnie, ale muszę chodzić. Wybrałem się do centrum na zakupy, kuśtykając. Wróciłem, posiedziałem przy komputerze. Piękna słoneczna pogoda. Dalej mnie te części ciała co w nocy bolą. Jadę do Ochojca sfotografować lawendowy ogród. Wracam i wstępują do Leclerca. Siadam, gdzie mogę. Trochę lepiej wieczorem. Zobaczmy, czy taka noc, jak wczoraj się powtórzy. Zanikowe zapalenie skóry na goleniu coraz bardziej się powiększa i czerwienieje. Psikam *Au 100*. Nic lepiej. Prawa noga w porządku, stopy też nie najgorzej. Tylko kark i lewa noga – kolano, udo i biodro. O zimnie nie wspominam, bo już tyle lat śpię z termoforem.

25 października

Dzisiaj jest lepiej. Spałem w miarę dobrze. Boli mnie dalej udo i kolano, też kark. Chodzę, kuśtykając. Zanikowe zapalenie skóry czerwone.

27 października

Spałem źle. Przewracałem się, bo bolało mnie kolano. Szczególnie od wewnętrznej strony część miękka lekko opuchnięta i przy nacisku nieco boli. Dalej kuśtykam. Przewlekłe zanikowe zapalenie skóry psikałem chyba z 7 razy *Au 100* i posmarowałem mocznikiem 10% z dodatkami. Na razie się nie powiększa, jest i tak spore. Zrobiłem zdjęcia. Lewą nogę zginam w kolanie tylko do połowy. Dalej się nie da.

10 listopada

Objawy, o których pisałem w październiku, powoli ustępowały i dzisiaj nie jest źle. Da się żyć. Tylko skóra w miejscu zanikowego zapalenia pozostała, ale bledsza. Smaruję co 4–5 dni mocznikiem.

16 stycznia 2025

Rano wyraźnie zaczyna mnie boleć staw dużego palca lewej nogi. Po południu coraz gorzej zginam i jest bardziej czerwony. Popsikałem teraz i na noc *Au 100* na całe śródstopie, bo puchnie. Niestety, krętek znowu rośnie w siłę. Zrobiłem zdjęcia.

17 stycznia

Cała stopa opuchnięta, łącznie ze stawem skokowym. O 10.45 włożyłem ją na 15 minut do wody, a po pół godzinie *Au 100*. Zobaczmy, czy powstrzymam puchnięcie.

18 stycznia

Wczoraj moczyłem lewą stopę 3 razy. Dzisiaj zacząłem o 7.00. Potem wybrałem się do marketu. Kuleję. Muszę ostrożnie dreptać, bo jest minus 1, na drodze zamrożony śnieg i lód. Dobrze że jeszcze mogę zginać lekko duży staw, ścięgno dochodzące do palika jeszcze nieznacznie widać. Ale palec zaczzerwieniony z góry. Chodzić muszę. Przy nacisku stopy na ziemię odczuwam lekki ból, podobnie przy zginaniu dużego palca. Skóra w tym miejscu marszczy się trochę, więc to dobry znak. Bywało gorzej. Zobaczmy.

28 stycznia

Po południu, idąc pieszo, czuję, że coraz gorzej przy zginaniu prawej stopy. Wieczorem spoglądam na prawą stopę, a tu środkowy palec zaczerwieniony, nieco opuchnięty. Następnego dnia skóra u jego nasady zaróżowiła się na około 2–3 cm. Psikam *Au 100*. Co ja bym bez niego zrobił. 2 lutego już jest prawie w porządku, ale śródstopia są lekko opuchnięte na obu stopach. Kilka razy miałem kłopoty z dużymi paluchami, ze środkowym pierwszy raz. I tak jakoś czas leci. W sumie nie jest najgorzej. Po tych niemal jedenastu latach od ukąszenia kleszczy przyzwyczałem się już do krętka. Zaskakuje mnie co roku w zupełnie nieoczekiwanych porach.

#### UWAGI OGÓLNE

Trudno mi dyskutować o metodach leczenia boreliozy (ILADS i IDSA). Moim zdaniem i jedni i drudzy mają po trosze rację. To, że długotrwała antybiotykoterapia może przynieść szkody, wiedziałem po sobie od dawna, bowiem parokrotnie już po kilku dniach musiałem ją przerywać. Dlatego na takie leczenie się nie zdecydowałem. Przyniosłoby mi więcej szkody niż pożytku. Znam jednak osobę, która brała antybiotyki przez 5 lat. Jakoś wytrzymała i, jak twierdzi, na razie czuje się dobrze. Zgadzam się z „Iladsami”, że nie istnieje coś takiego, jak objaw poboreliozowy. Nie zgadzam się z tymi twierdzącymi, że nie ma przewlekłej boreliozy. A co to u mnie i wielu innych jest? Jak to nazwać? Moje objawy wskazują po już prawie 11 latach od ugryzień kleszczy, że to dalej dzieło bakterii. Świadczą o tym: utrzymujące się cały czas zimno, zanikowe zapalenie skóry na początku 2024 roku i przy jego końcu oraz inne wysypki na skórze, a także puchnące często, od czasu do czasu, stopy, od których wszystko jakby się zaczęło. Te „karkowe” sztywności to też dzieło krętka. Jest bardzo dużo przewlekłych dolegliwości, z którymi tzw. oficjalna medycyna nie daje sobie rady, i borelioza też się do nich zalicza. Nasilające się u mnie okresowo objawy stawowe, skórne i neurologiczne u części chorych występują pojedynczo. U mnie to jakby trzy w jednym. Na początku zostawiłem wszystko losowi według powiedzenia „Niech się dzieje wola nieba, z nią się zawsze zgadzać trzeba”. Po cichu liczyłem, że stosowana już przez tyle lat dieta niskowęglowodanowa doprowadziła zdolności obronne mojego organizmu do takiego poziomu, który o ile nie poradzi sobie z chorobą (tu byłem sceptyczny), to przynajmniej umożliwi mi jako takie funkcjonowanie. W 2016 roku moim głównym pragnieniem był powrót do w miarę normalnego chodzenia. I tak się stało. Oby jak najdłużej, do bliskiego już końca.

Z jednej strony mogłoby się wydawać, że pacjent w XXI wieku zamiast pójść do lekarza uzyskać właściwą informację, poradę i leczyć się według jego wskazówek, musi sam szukać alternatywnych metod.

Jeśli chodzi o zabezpieczenie się przed kleszczem, to tu nie widzę dobrych prognoz. Jak się ma przyczepić, to się przyczepi. Na to, czy był zarażony, czy nie, nie mamy większego wpływu. I zarażone, i niezarażone są w całej Polsce, a odróżnić ich się nie da. Co najwyżej w niektórych rejonach kraju istnieje większa szansa zarówno na ukąszenie, jak i zarażenie. Statystyki dla pojedynczej osoby nie mają tu większego znaczenia. To tylko procenty. Kleszcza nie widać, może być na ubraniu, a gadanie o wytrząsaniu go z np. koszuli można między bajki włożyć. Trzyma się jak rzep psiego ogona. Opiekunowie psów i kotów muszą się liczyć z przywleczeniem go na sierści ulubieńców. Jak już ugryzie i wpuści swoje krętki, to może być za późno. Tylko od odporności organizmu zależy, czy choroba się rozwinie, czy nie. To, że jej nie będzie, najczęściej świadczyłoby o ukąszeniu przez niezarażonego kleszcza. Zdarzyło mi się to kilka razy. W końcu jednak wpadłem. Jest jednak jedno ale. Choroba może dać znać o sobie po na przykład dwóch latach i wówczas zdiagnozowanie, czy to ona, czy

jakaś inna, jest prawie niemożliwe. Podszywanie się już pod kilkaset chorób to jego zadziwiająca i charakterystyczna cecha. Parę lat temu czytałem w książce boreliozie poświęconej, że jest ich 400, dzisiaj na pewno więcej. Antybiotykoterapie mogą pomóc i równie dobrze nie. Co może być gorsze, to uszkodzenie wielomiesięczną terapią całego organizmu. Każdy musi podjąć decyzję co do walki z tą uciążliwą chorobą. Bywają gorsze, więc nie wypada narzekać, jeśli skutki zakażenia nie są bardzo dokuczliwe (to też indywidualna sprawa) i nie zagrażają zdrowiu. Jeśli to co niektórzy wypisują o krętkach boreliozy jest prawdziwe, to czarno widzę przyszłość leczenia boreliozy nawet w dość odległym czasie.

Już wcześniej, w poprzednich latach, kleszcze dopadały mnie cztery razy. Pojedyncze ukąszenia zdarzyły się też żonie i teściowi. Miałem w domu kilka kotów. Zajmowałem się też wolno żyjącymi. W ciągu około 25 lat wyciągałem i tym w domu (wychodzącym), i tym przychodzącym z zewnątrz wiele tysięcy kleszczy. Czasami dziennie kilkanaście i więcej. Można powiedzieć, że spałem nie tylko z kotami, również z kleszczami. Nie będę zwał mojej boreliozy na koty. Równie dobrze kleszcze mogły się przenieść na mnie gdziekolwiek.

Amerykanie ostrzegali przed „samodiagnozowaniem”, jak napisała wspomniana dziennikarka. Zalecali, aby rozpoznanie i leczenie boreliozy powierzyć specjalistom. Powierzyłem i... I tak się męczyłem, że w końcu postawiłem sobie diagnozę, bowiem specjaliści tego nie potrafili.

Warto zainteresować się swoim zdrowiem, a nie przenosić wszystko, co z nim związane, na lekarzy. Kto może lepiej wiedzieć, co mi dolega? Ja sam. Przeczytałem setki artykułów. Niektóre pomiąłem, bo nic nie wnosiły do mojej wiedzy o omawianej chorobie. Docieklivość i niekończące się nawroty choroby, a także nowe objawy nie pozwalały mi zostawić wszystkiego na pastwę losu. Tak ciągnę „wózek boreliozowy” z krętkami rodzaju *Borrelia*, którym w nim dobrze się powodzi i nie chcą go, ku mojemu utrapieniu, opuścić. To już prawie 11 lat (jest luty 2025 roku). Zdjęcia objawów skórnych zamieszczę wkrótce w oddzielnym katalogu.

Do napisania tych słów zmobilizowałem się dopiero na przełomie lat 2024 i 2025. Szło mi kiepsko. Zbyt wiele zaplanowałem do roboty, a mnie już niewiele czasu zostało. O mojej boreliozie napisałem tu skrótowo, to około dwudziestu paru stron. Jak na 11 lat „kolegowania się” z nią i licznych zapisków, niewiele. Głowa do góry. Jakoś je przeżyłem. Znam znacznie gorsze choroby. Z boreliozą da się żyć, z innymi, niestety, się przegrywa. W tym czasie zmarły na te inne choróbka dziesiątki moich znajomych, koleżanek, kolegów, sąsiadów. A ja żyję. Nie chodzę z nią do lekarzy, bo się na nich zawiodłem. Daję sobie radę sam. Od 2016 roku zmobilizowałem się. Założyłem stronę internetową, na której umieściłem już prawie 100 000 zdjęć. Są efektem moich wieloletnich już spacerów po Katowicach i innych miastach. Muszę chodzić na nierzadko wielogodzinne spacery. Właśnie takie chodzenie pomaga mi w utrzymaniu zdrowia, szczególnie stawów stóp i kolanowego. Coś „dłubię” o kotach, bo im obiecałem. Też idzie bardzo wolno. Kontynuuję opracowywanie archeologicznych źródeł, przygotowując dwie monografie. Finansowane są do tej pory z moich nędznych środków finansowych, i z takowych będą również opublikowane. Dużo czytam książek, pożyczając je w Bibliotece Śląskiej i Miejskiej Bibliotece Publicznej w Katowicach. Prowadzę zapiski codzienne o ukochanych ptaszkach. Moje krótkie przemyślenia „życiowe”, które nagromadziły się w coraz już bardziej kiepskiej łepetynie, ale jeszcze – jak widać – jakoś funkcjonującej, a przede wszystkim myślącej, zamieszczam w zakładce *O różnościach* podzielonych na części. Zacząłem stronę internetową zapełniać wspomnieniami i fotografiami z podróży dawno już zakończonych. W tym roku zaprezentuję moje archiwum fotograficzne. Sporo czasu spędzam też przy wertowaniu stron internetowych w poszukiwaniu rozmaitych potrzebnych mi informacji. Wszystkie te zainteresowania i zajęcia są konieczne, aby jakoś sobie z boreliozą (ta mi się daje najbardziej we znaki) i innymi przewlekłymi schorzeniami

radzić. Może bym i mógł jakoś niektóre plany szybciej skończyć, ale niestety, lubię się byczyć. Takie codzienne drobne pierdoły zajmują, chyba każdemu, sporo czasu. Nagromadziła się kupa drobiazgów. Oglądam, wspominam, odkładam czasami nie wiadomo po co, przrzucam i wyrzucam, bo ani mnie, a tym bardziej nikomu innemu nie są do niczego potrzebne.

Napisał w lutym 2025 roku Eugeniusz Tomczak

© Copyright 2025 by Eugeniusz Tomczak