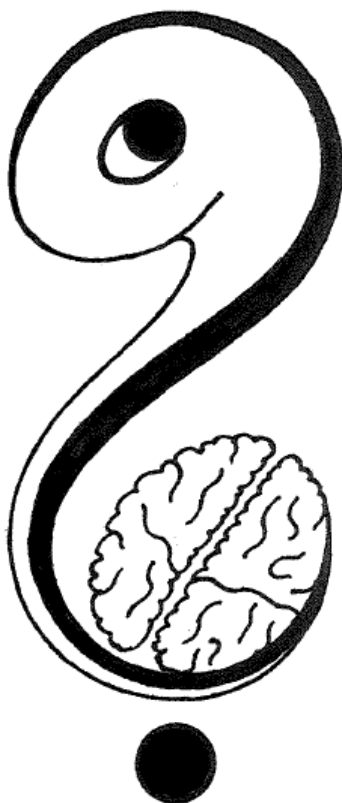


***SISYFOS***

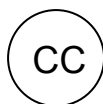
***KLUB ČESKÝCH SKEPTIKŮ***

***Určeno všem pochybujícím  
a přemýšlivým***



# **Alternativní medicína a léčitelství** **Kritický pohled**

*Jiří Heřt*



Creative common

**Tuto knihu autor věnoval Českému klubu skeptiků SISYFOS, který ji umístil na webovou stránku [WWW.sisyfos.cz](http://WWW.sisyfos.cz) k volnému stažení**

Motto 1

*„Rozum je základní a nejdůležitější životní nástroj člověka“ „... nic lepšího než rozum nemáme a mít nebudeme.“*

Jiří Krupička, Renesance rozumu

Motto 2

*„Když se nějaké nemehlo bude ráchat v čistých vodách moudrosti, zakalí je pro všechny ostatní“*

Tom Robbins

Motto 3

*„Jestliže Lavoisier kdysi prohlásil, že lékařství se narodilo společně s dvojčetem a tím je šarlatánství, pak je asi naprosto nutné dohlédnout, aby racionální lékařská věda, která nesmírně, ale také někdy trochu nelidsky expanduje, se nakonec nespojila se šarlatánstvím na obludné siamské dvojče.“*

Jiří Šafanda (převzato z publikace Kolektivu autorů  
Alternativní medicína, možnosti a rizika)

Motto 4

*„Audiatur et altera pars“*

Motto knihy J. Heřt a kolektiv: Homeopatie,  
clusterová medicína, anthroposofická medicína

**Chomutov 2010**

# OBSAH



<b>Předmluva</b> .....	2
<b>Úvod</b> .....	13
<b>I. Definice AM a způsoby ověřování jejích metod</b> .....	16
<b>Definice a třídění alternativní medicíny</b> .....	16
Co je to vědecká medicína? .....	17
Co je to alternativní medicína? .....	18
Definice alternativní medicíny .....	18
Terminologie vědecké a alternativní medicíny .....	19
Třídění metod alternativní medicíny .....	19
<b>Metody posuzování účinnosti vědecké a alternativní medicíny</b> .....	21
Experimenty a klinické studie .....	21
Zavádění nové metody nebo léku .....	24
Experiment v pseudovědě .....	25
Vědecké a logické argumenty .....	26
<b>II. Popis a hodnocení metod alternativní medicíny</b> .....	28
<b>Úvod</b> .....	28
<b>Přírodní metody</b> .....	29
Léčba teplem a chladem .....	30
Vodoléčba .....	31
Kneippování .....	31
Balneoterapie, lázeňství .....	32
Léčba světlem v přírodní medicíně .....	32
Detoxikační, vylučovací metody přírodní medicíně .....	33
Léčba pohybem, cvičením .....	34
Alexanderova metoda .....	35
Feldenkreisova technika .....	35
Pilates .....	36
Eurytmie .....	37
Masáže .....	37
Diety, hladovění, půst .....	39
Breussova dieta .....	39
Makrobiotika .....	40
Breatharianismus (inedia) .....	41
Léčebné dýchání .....	42
Naturopatie .....	43
<b>Bylinářství, herbalismus, fytotherapie</b> .....	45
Historie .....	45

Bylinářství .....	46
Gemmoterapie.....	48
Fytofarmaka .....	49
Některé módní byliny .....	50
Léčitelé – bylináři .....	52
Některé speciální formy bylinářství.....	53
<b>Homeopatie a příbuzné metody</b> .....	54
Homeopatie.....	54
Vznik a vývoj homeopatie .....	54
Principy Hahnemannovy teorie a kritické výhrady k nim .....	55
Logické argumenty proti homeopatii.....	59
Ověřování účinnosti homeopatie .....	60
Proč je homeopatie tak rozšířená a stále oblíbená? .....	61
Dnešní postavení homeopatie ve světě i v ČR.....	62
Závěr .....	63
Nosódy .....	64
Homotoxikologie .....	64
Anthroposofická medicína.....	66
Clusterová medicína, Spagyrika a Specifická individuální autoboterapie (SIAB).....	67
Spagyrika .....	67
Clusterová (klastrová) medicína .....	67
Specifická individuální autoboterapie .....	68
<b>Exotické léčebné systémy</b> .....	70
Tradiční čínská medicína (TCM).....	70
Historie .....	70
Filosofie TCM.....	73
Diagnostika .....	75
Terapie .....	76
Hodnocení TCM .....	77
Rizika TCM .....	79
Závěr .....	79
Čínské medikamenty.....	80
Čínská masáž .....	82
Čchi-kung (Quigong, Qi gong, Chi kung) a Tai-či.....	83
Falun-gong .....	84
Feng-shui .....	85
Ajurvéda .....	86
Maharishi ajurvéda (Transcendentální meditace).....	87
Jóga .....	88
Tibetská medicína .....	88
Pět Tibet'anů .....	89
Šamanismus .....	90
Vúdů – Woodoo.....	91
<b>Akupunktura a příbuzné metody</b> .....	92
Akupunktura .....	92
Teorie a praxe akupunktury .....	92
Hodnocení principů akupunktury .....	94
Hodnocení účinnosti akupunktury .....	97

Mechanismy účinku akupunktury .....	98
Rizika akupunktury .....	99
Závěr .....	99
<b>Metody odvozené od akupunktury .....</b>	<b>100</b>
Akupresura .....	100
Mikrosystémy .....	100
Su-Jok .....	102
Reflexologie – Reflexní zónová masáž .....	103
Irisdiagnostika – Iridologie .....	104
<b>Elektroakupunktura dle Volla a příbuzné metody .....</b>	<b>106</b>
Elektroakupunktura dle Volla (EAV) .....	106
Energoinformatika dle Lupičeva .....	107
„Informační a diagnostické přístroje .....	108
<b>Biorezonance a biorezonanční přístroje .....</b>	<b>110</b>
Biorezonance .....	110
Biorezonanční terapie .....	110
<b>Elektroterapie a magnetoterapie .....</b>	<b>113</b>
Biomagnetismus .....	113
Léčba permanentními (stabilními) magnety .....	115
Léčba pulzním magnetickým polem .....	116
<b>Fototerapie – Léčba světlem .....</b>	<b>118</b>
Léčba barevným světlem – Colorterapie .....	119
AURA-SOMA .....	120
Léčba polarizovaným světlem .....	121
Laserterapie .....	122
<b>Parapsychologie a parapsychologické metody .....</b>	<b>124</b>
<b>Parapsychologie .....</b>	<b>124</b>
Historie parapsychologie .....	124
Mimosmyslové vnímání, bioenergie a senzibilové .....	126
Pohled na parapsychologii z hlediska vědy .....	128
<b>Diagnostické parapsychologické metody .....</b>	<b>130</b>
Radionika – virgule, kyvadlo .....	130
Geopatogenní zóny .....	133
Kirlianův fenomén .....	135
<b>Manuální parapsychologické terapeutické metody .....</b>	<b>136</b>
Stručný přehled některých historických i dnešních metod .....	136
Reiki .....	139
Reconnection – Reintegrační léčení .....	139
Terapie dotekem – Therapeutic Touch .....	140
Spinal Touch .....	141
<b>Manipulační metody .....</b>	<b>142</b>
Osteopatie .....	142
Chiropraxe .....	143
Manuální medicína (Chiroterapie) .....	145
Kraniosakrální terapie (Kraniosakrální osteopatie) .....	146
Chirofonetika .....	147
<b>Léčení vírou .....</b>	<b>148</b>

Charismatictí léčitelé, mystici a mesiáši.....	149
Křesťanská věda – Christian Science .....	150
Scientologie – Dianetika.....	151
Modlitba jaké léčba.....	151
Pozitivní zdraví.....	152
Zázraky .....	153
Hildegard-Medizin.....	154
<b>„Alternativní psychoterapie“ .....</b>	<b>155</b>
Audiovizuální stimulace (AVS).....	156
Autogenní trénink .....	157
Biofeedback .....	158
EFT – Emotional Freedom Techniques .....	159
Hlubinná abreaktivní psychoterapie podle Dragomireckého.....	160
Hypnoterapie.....	161
Kineziologie aplikovaná .....	162
Konstelace rodinné, „systemické“ .....	164
Léčba „minulými životy“.....	164
Léčba objetím – Holding Therapy .....	165
Meditace .....	166
Neurolingvistické programování .....	167
Potlačené vzpomínky – Repressed memories.....	168
Psychická chirurgie.....	168
Rebirthing – Léčba novým zrozením.....	169
Regresní terapie .....	170
Silvova metoda .....	171
Transpersonální psychologie .....	172
<b>Oxygenterapie a ozonterapie .....</b>	<b>174</b>
Oxygenterapie.....	174
Ozonterapie – Oxyonterapie .....	175
<b>Detoxikace a „Detoxikační medicína“ .....</b>	<b>177</b>
Detoxikační medicína dr. Jonáše .....	177
<b>„Alternativní“ medikamenty .....</b>	<b>182</b>
Betaglukan .....	182
Homocystein .....	182
Imuregen .....	183
Koenzym (Coenzym) Q 1 .....	183
Koloidní stříbro.....	184
Melasa .....	185
MMS – Miracle Metallic Supplement .....	185
Mumio .....	186
Ovosan .....	186
Žraločí chrupavka .....	187
<b>Léčivé vody .....</b>	<b>188</b>
Živá a mrtvá voda .....	188
Magnetizovaná voda.....	190
Pí-voda .....	190
Diamantová voda .....	191
Levitovaná voda.....	191
Granderova voda.....	192



<b>Ostatní diagnostické a terapeutické metody</b> .....	193
Analýza z vlasů.....	193
Anti-Aging Medicine.....	194
Aromaterapie.....	195
Arteterapie.....	197
„Alternativní“ arteterapie.....	198
Automatické psaní.....	199
Autopatie.....	200
Bachova květová léčba.....	201
Baňky a pijavky.....	202
Colonhydroterapie (Kolonhydroterapie, Hydrocolon).....	203
Computerová kineziologie.....	205
Enzymoterapie systémová.....	206
Chelátová léčba.....	208
Kvantová medicína.....	209
Lithoterapie (Krystalterapie).....	210
Neuralterapie podle Hunekeho.....	212
Ortomolekulární medicína.....	214
Pyramidoterapie.....	215
Solné jeskyně.....	216
Urinoterapie.....	217
Uroskopie (Uromancie).....	218

<b>III. Léčitelství</b> .....	219
Úvod a definice.....	219
Léčitel.....	219
Diagnostické a léčebné metody léčitelů.....	221
Vývoj léčitelství v České republice.....	221
Časopisy, propagace na webu.....	221
Několik známých léčitelů.....	221
Léčitelství jako legislativní problém.....	226
Situace v zahraničí.....	229
Spolupráce lékařů a léčitelů.....	229
Rizika činnosti léčitelů.....	230
Závěrečné slovo k léčitelství.....	230

<b>IV. Zhodnocení alternativní medicíny a léčitelství a problémy kolem nich</b> .....	232
<b>Složky léčebného účinku</b> .....	232
Proč může být alternativní terapie úspěšná.....	232
Hojivá síla přírody (vis medicatrix naturae).....	233
Placebo a placebo efekt.....	234
Co je to placebo a placebo efekt.....	234
U kterých osob, kdy a v jaké síle se placebo efekt objevuje.....	235
Mechanismus placebo efektu.....	236
Které nemoci může placebo efekt ovlivnit a v jaké míře.....	237
Podíl jednotlivých složek terapie na výsledku.....	238

Kdy se placebo efekt využívá .....	238
<b>Souhrnné hodnocení alternativní medicíny .....</b>	<b>240</b>
Rozdíly mezi alternativní a vědeckou medicínou .....	240
Paradigma EBM .....	242
Kritika vědecké medicíny .....	243
„Nové medicínské paradigma alternativní medicíny .....	244
Holistická, celostní medicína .....	244
Panacea .....	244
Rizika alternativní medicíny a léčitelství .....	245
<b>Příčiny dnešního rozmachu alternativní medicíny a léčitelství .....</b>	<b>248</b>
<b>Alternativní medicína a léčitelství jako problém .....</b>	<b>252</b>
<b>Jak přistupovat k alternativní medicíně a léčitelství .....</b>	<b>256</b>

## V. Literatura..... 259

---



## Předmluva

Alternativní medicína (AM) a léčitelství se dnes představují veřejnosti jako specifický segment péče o zdraví a životy občanů. Segment jedněmi uznávaný a opěvovaný, druhými neuznávaný a opovrhovaný. V každém případě je to sféra nesmírně zajímavá, pestrá, kontroverzní a plná kuriózních představ, odlišných od principů konvenční medicíny. Naše státní orgány tuto oblast ignorují, lékařské odborné i stavovské společnosti se jí vyhýbají, lékaři mají o podstatě metod alternativní medicíny jen mlhavé vědomosti, léčitelé léčí „mimozákonně“, pacienti jsou zmateni a média přispívají k chaosu neinformovanými zprávami.

Jak se máme v problému „alternativní medicína a léčitelství“ orientovat? Pátráme-li v literatuře, tak najdeme převážně jen díla nekriticky propagující metody AM a její prostředky. Trh je zaplaven „alternativní“ medicínskou literaturou, lékárny jsou přeplněny nejrůznějšími přírodními prostředky, homeopatiky a jinými přípravky, provázenými masivní reklamou. Kritické literatury je minimum. I ve světové literatuře najdeme jen málo zdrojů, které by o alternativní medicíně z obecného i speciálního hlediska informovaly. Zájem lékařů i vědeckých institucí je totiž zaměřen na další rozvoj konvenční medicíny a otázky spojené s alternativními disciplínami se opomíjejí.

Existuje snad jen jeden specializovaný časopis věnovaný kritické analýze metod alternativní medicíny, „Review of alternative medicine“, a jediná stálá kritická webová stránka, věnovaná AM, [www.skeptical.com](http://www.skeptical.com). Výzkumu a hodnocení metod se soustavně věnují jen ojedinelá pracoviště. Nejvýznamnější z nich je nesporně ústav komplementární medicíny prof. Edzarda Ernsta na univerzitě v anglickém Exeteru, který už publikoval desítky vlastních výzkumů i metaanalýz hodnotících jednotlivé metody AM a který v letošním roce vydal dvě významné publikace o AM. Jedna z nich je přehledem klinických studií, věnovaných metodám AM, druhá pak souborným zhodnocením AM. Jinou nám dostupnou monografií na toto téma je kniha „Die Andere Medizin“, vydaná německou nadací na ochranu spotřebitelů „Stiftung Warentest“, kterou připravily autorky Krista Federspielová a Vera Herbstová spolu s širokým kolektivem odborníků z prestižních německých univerzit. Podílel se na ní i již zmíněný prof. Ernst. Kniha je mimořádně úspěšná, v r.2005 bylo připraveno už 5. vydání. Německá veřejnost má tak dnes k dispozici rozsáhlé dílo, které objektivně zhodnocuje možnosti metod AM a léčitelů, a je jim vodítkem v jejich rozhodování.

Takové dílo v naší republice dnes chybí. Jedinou knižní publikaci na toto téma jsme připravili spolu s řadou spolupracovníků před deseti léty pod názvem „Alternativní medicína a její rizika“. Kniha byla vydána nakl. Grada jen v malém nákladu a je dnes prakticky nedostupná. Český pacient tak nemá k dispozici kritické informace o AM a léčitelství, nemůže posoudit jejich možnosti a zbývá mu jen víra v jejich účinnost. Tuto mezeru chceme nyní vyplnit vydáním nové, rozsáhlejší a podstatně modernizované publikace, která vedle starších metod AM zahrnuje řadu „novinek“ i hodnocení fenoménu léčitelství.

Na rozdíl od předchozího vydání knihu nevydáváme v knižní podobě, ale v podobě elektronické na webu. V době, kdy má téměř každý v našem státě počítač s přístupem na internet a kdy zejména mladší generace pracuje dnes raději s obrazovkou než s knihou, pokládáme toto řešení za vhodnější. Umožníme tak snadný přístup k publikaci daleko většímu počtu zájemců. Naše dílo je volně ke stažení, takže i tomu, kdo dává přednost knize, vyjdeme vstříc. Určitou nevýhodou je, že někteří čtenáři budou pročitat jen některé kapitoly a unikne jim souvislost. Tomu se snažíme předejít tím, že důležité údaje uvádíme opakovaně.

Koncepce této knihy se od její předchůdkyně z r.1995 zřetelně liší. V první části knihy nastíníme problematiku AM. V druhé se věnujeme jednotlivým metodám AM. Zatímco v předchozím vydání jsme se soustředili jen na několik nejvýraznějších zástupců AM, tentokrát podáváme přehled prakticky všech, i okrajových metod AM, které jsou v naší republice nabízeny. Popisy jednotlivých metod, jejich principů i konkrétních diagnostických a terapeutických postupů se snažíme zredukovat na nezbytné minimum, o tom všem lze nalézt podrobné informace v mnoha, někdy rozsáhlých popularizačních knihách od našich i zahraničních „alternativních“ autorů. Soustředili jsme se na hodnocení principů metod AM z vědeckého hlediska, na posouzení jejich možné účinnosti, stanovení hranic účinnosti a na rizika jejich použití. Při popisu metod se držíme jednoduchého schématu: stručná historie, koncept metody, její provádění, její hodnocení, použitelnost, rizika. Určitý problém představuje způsob hodnocení účinnosti. Jsem přesvědčen o tom, že hlavním kritériem by mělo být zhodnocení principu metody a jejích prostředků z hlediska kompatibility s vědeckými zákony a poznatky. Naproti tomu pro prof. Ernsta a také pro poslední vydání výše uvedené učebnice „Die Andere Medizin“ jsou prioritou klinické, především dvojité slepé studie a metaanalýzy. Protože důraz na takové studie je i ve vědecké medicíně dnešním trendem a vlastně samozřejmostí, akceptovali jsme a při hodnocení zdůraznili i toto hledisko.

Samostatnou kapitolu věnujeme léčitelství, které chápeme, v souladu se zákonem, jako zdravotnickou činnost vykonávanou léčitelem. Je to záležitost speciální, protože zde nejde o posuzování účinnosti jím používaných metod, ale o posouzení diagnostických a terapeutických možností nekvalifikovaných osob. Téma si zaslouží samostatnou kapitolu, protože jde o fenomén, provázející lidstvo od nepaměti, je však trvale problematický a přičítá se jakémukoli zákonodárnému uchopení.

Poslední část knihy je zaměřena obecně na alternativní medicínu jako na svérázný celek. Hodnotíme je z hlediska vědeckého, lékařského, právního, kulturního i společenského a snažíme se posoudit možnosti vřazení AM do rámce zdravotnického systému.

Vydání takového díla je jistě odvážné, ale snad jsem si to mohl dovolit. Problematice léčitelství a AM se věnuji už téměř dvacet let a za tu dobu jsem se seznámil se všemi jejími aspekty. Jsem si plně vědom toho, že tato kniha, jakkoli o její potřebnosti vzhledem k absenci podobné publikace v naší zemi nepochybuji, vzbudí ve veřejnosti, mezi léčiteli a zastánci alternativní medicíny negativní ohlas. Obliba léčitelů a „alternativních“ metod neustále stoupá, víra v jejich možnosti je u mnohých neotřesitelná a svou roli hraje jistě i ekonomický zájem provozovatelů těchto metod. Víím, že jde o oblast uznávanou a provozovanou i částí lékařů, ale víím také, že názory na ni jsou často ostře protikladné a emotivní a že problém nelze řešit jen z přísně vědeckého, odborného hlediska. Hrají zde roli i aspekty filozofické, psychologické, ekonomické, prestižní. S vědomím tohoto všeho jsem přistoupil k sepsání této knihy a snažil se o maximální objektivitu. Opíral jsem se o všechny dostupné prameny domácí a zahraniční a postavil jsem vedle sebe názory zastánců i protivníků používání AM na účinnost jednotlivých metod.

Na závěr mi dovoluete malé přání. Přál bych si, aby si alespoň někdo z těch, kdo mají k vědecké medicíně apriorní nedůvěru a důvěřují jen metodám alternativním, našel k naší knize cestu, aby ji nezavrhl při prvním zklamání, ale aby na chvíli odložil stranou svou víru a použil jiný nástroj k hodnocení alternativní medicíny a našich závěrů, kritický rozum. Přání, aby kniha vyvolala širší diskusi, je možná až příliš troufalé.

*Jiří Heřt,*  
*autor*

## Úvod



Dnešní medicína je v neuvěřitelně rychlém vývoji. Téměř každým dnem se objevují nová léčiva i nové diagnostické a terapeutické metody ve všech oborech medicíny. Nikdy neměl pacient takovou naději na vyléčení i z chorob, které byly kdysi neodvolatelně smrtelné, jako dnes. Délka lidského života se rychle prodlužuje, novorozenecká úmrtnost klesla na minimum. Epidemie, které kdysi kosily lidi po milionech, jsou dnes pod kontrolou díky mezinárodní spolupráci, některé choroby se podařilo vymýtit, jiné jsou na ústupu. Není pochyb o tom, že medicínu čekají další úspěchy, zejména v souvislosti s rozvojem genetického inženýrství, využití kmenových buněk, nanotechnologie, nových lékařských neinvazivních technik i nových způsobů cíleného vyhledávání a přípravy léčiv.

A přesto, zcela paradoxně, snad nikdy nemělo zdravotnictví takové problémy organizační i ekonomické a nikdy nebyla medicína tak kritizována a napadána jako v současné době. Někdy právem, většinou neprávem. A nikdy v minulosti se vedle klasické medicíny nevytvořila tak široká a silná „alternativní“ fronta, která dnes zpochybňuje úspěchy medicíny a snaží se uplatnit nové, alternativní metody diagnostiky a léčby. Ty ovšem vycházejí ze zcela jiných principů, chcete-li paradigmatu, než medicína vědecká. Léčitelství sice existovalo od pradávnych dob, vzniklo, jak řekl kdysi Lavoisier, jako dvojče medicíny, a v podobě tzv. alternativní medicíny se rychle rozvíjelo i ve 20. století, ale teprve koncem tohoto století spolu s kritikou vědecké medicíny nastal nevídaně prudký rozmach nových, „alternativních“ diagnostických a léčebných metod.

Alternativní medicína se v současné době stala vážným konkurentem vědecké medicíny snad na celém světě. Její oprávnění uznává i Světová zdravotnická organizace, která má speciální komisi pro tuto sféru. Vede ji už dlouhá léta Čiňanka, paní X. Zhang, původně léčitelka a nyní propagátorka všech metod AM, zejména akupunktury a homeopatie, o jejichž účinnosti nepochybuje. Podle názoru této komise má AM ve světě významné místo, zejména v rozvojových státech, kde se vědecká medicína dosud nemohla plně rozvinout z důvodů ekonomických i jiných. Rozsah používání metod AM lze z celosvětového hlediska posoudit jen obtížně, chybějí přesná objektivní data a k dispozici jsou jen různé neoficiální ankety. Ty ukazují, že zájem o AM ve všech zemích západního světa stále narůstá. Např. v USA, v Anglii, Německu navštěvuje léčitele nebo lékaře, kteří používají metody AM, až polovina populace. Celkové roční výdaje za AM jsou v USA vyšší než celkové roční výdaje za hospitalizace a roční počet ambulantních návštěv u provozovatelů AM v USA je vyšší než počet ambulantních návštěv u konvenčních lékařů. Podle průzkumu Světové zdravotnické organizace z r.2000 však existují značné rozdíly v zájmu o AM mezi jednotlivými státy v rozsahu od 9% do 65% populace.

V České republice se metody AM rychle rozšířily teprve po revoluci v r.1989, podobně jako léčitelství. Před tím, v době komunismu, se používaly jen ty nekonvenční metody, které odpovídaly materialistickému pojetí světa a které také byly povoleny v Sovětském svazu. Patří sem především akupunktura, která byla naším státem uznávána a podporována. Podobně byla u nás provozována psychotronika, která ovšem není ničím jiným než typickou parapsychologií, jenom se mimosmyslové kontakty vysvětlovaly nikoli nějakou duchovní energií, ale fyzikálními, byť nepřesně identifikovanými silami. Do této kategorie patří i sovětští senzibilové, kteří se objevovali i u nás. Třetí používanou metodou byla

magnetoterapie, zejména terapie pulzním magnetickým polem, která je sice západního, amerického původu, ale v SSSR našla živnou půdu. Z těchto tří metod se však jen jediná, a to akupunktura, stala součástí konvenční medicíny, i když ani ta nebyla vyučována na lékařských fakultách, ale jen na postgraduálních lékařských kurzech. Ostatní metody AM, které byly v západním světě dlouho rozšířeny nebo nově vznikaly, nebyly sice v ČR zakázány, ale zřejmě nepronikly přes politickou bariéru, nehledě k tomu, že byl u nás zákaz jakéhokoli soukromého podnikání. Ani homeopatie nebyla výslovně zakázána, ojediněle byla dokonce praktikována, např. Mgr. Jiřím Čehovským, který se homeopatií zabýval už od r.1980 a v té době také vydal první knihu o homeopatii v poválečné době. Homeopatie se nepěstovala jen proto, že nebyl povolen dovoz homeopatických preparátů.

Po r.1989 však nastal boom všech dosud u nás neznámých metod. Objevila se reflexologie, aromaterapie, Bachova květinová léčba, irisdiagnostika, později kineziologie, léčba dotykem, různé metody léčení vírou. Do ČR přicházeli ze zahraničí léčitelé a guruové různých náboženských sekt, věnujících se také léčbě, působili u nás věštcí, senzibilové a zejména se v řadách české populace objevily snad tisíce osob, které v sobě našly mimosmyslové a léčitelské schopnosti.

V současné době jsou nerozšířenějšími metodami nepohybně homeopatie, biotronika a akupunktura, i když jen v některých jejich formách. Některé z těchto metod používají jen léčitelé, ale většiny metod AM se ujali i mnozí lékaři. Dvě hlavní z nich, tedy akupunktura a homeopatie byly dokonce přijaty do rámce vědecké medicíny, resp. jejich organizace se staly součástí České lékařské společnosti JEP a byly akceptovány i Čs. lékařskou komorou. Další vývoj však ukázal, že zařazení obou těchto metod do rámce vědecké medicíny nebylo bez problémů. Homeopatická společnost byla později vyloučena z České lékařské společnosti, druhá se musela vzdát svých dvou pseudovědeckých sekcí. Zastánci těchto dvou metod se dokázali zorganizovat a vytvořily své „odborné“ společnosti, homeopati dokonce společností několik. Provozovatelé ostatních metod zatím své speciální společnosti nevytvořili.

V současné době se vedle lékařů a léčitelů, kteří se věnují používání metod AM individuálně, zakládají léčebné instituce, zdravotnická zařízení, která se věnují výhradně nebo parciálně alternativní medicíně vedle klasických lékařských metod. Takových center u nás vznikla už řada, ať už je to např. Institut celostní medicíny, tzv. Homeopatická klinika, Paracelsium, Naturcentrum Salvea aj. Vedle toho vznikají i celostátně působící instituce, které mají síť poboček, kde nabízejí léčbu metodami AM.

Existují také firmy, které se věnují výrobě léčebných prostředků, ať už jde potravinové doplňky, které mají mít terapeutický efekt, nebo různé technické pomůcky, např. magnetické podušky, vložky do bot, odrušovače geopatogenních zón, různé radionické přístroje nebo i přístroje pro elektroakupunkturu dle Volla. Velký výběr takových diagnostických nebo léčebných prostředků nabízejí různé esoterické akce, např. veletrh Harmonie. Širokou nabídku alternativních metod a nejrůznějších léčebných prostředků a přípravků dnes najdeme na webových stránkách.

Takový prudký rozmach této „paramedicíny“ je jen těžko srozumitelný vzhledem k výše uvedeným úspěchům dnešní medicíny a jen obtížně jej lze jednoznačně vysvětlit. Častý je názor, že dnešní člověk považuje zdraví za nejvyšší hodnotu a chce využít všechny možnosti, které mu jsou nabízeny. Takové vysvětlení nestačí a je nutno vidět tuto situaci v daleko širších sociokulturních souvislostech. A právě ty chceme v naší knize vyhledat a analyzovat. Problémy a rizika technické civilizace, strach z „jádra“, „chemie“, „genů“, náročnost dnešní populace, „healthismus“, rozvoj postmoderní filosofie, vzestup zájmu o duchovní hodnoty, to vše hraje roli.

Je zřejmé, že alternativní medicína a léčitelství představují dnes z hlediska zdraví národa závažný problémem, protože jejich metody jsou sporné. Nelze sice popřít pozitivní výsledky léčby těmito metodami ve vhodných případech a zejména u určité části populace,

ale většinou jsou neúčinné a navíc v sobě skrývají závažná rizika a mohou ohrožovat zdraví i život pacienta. Alternativní medicína představuje však problém nejen pro pacienta, ale i pro každého jednotlivého lékaře, pro medicínu jako vědu i pro zdravotnictví a jeho legislativu. Jak se má lékař k léčitelům, „alternativním“ metodám a hlavně k jejich používání stavět? Stejný problém stojí před lékařskými organizacemi, odbornými společnostmi, komorami i před státními orgány, ale především před občanem a pacientem.

To vše se v naší knize pokusíme analyzovat, vysvětlit a dokonce navrhnout určitá řešení, ale nejprve je třeba AM definovat, detailně popsat její jednotlivé metody, ověřit jejich smysluplnost a účinnost a trochu blíže se také podívat na činnost léčitelů.

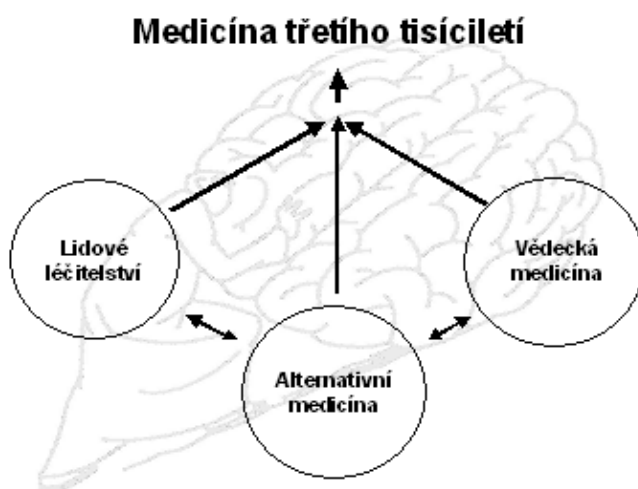
---

# I. Definice AM a způsoby ověřování jejích metod

## Definice a třídění alternativní medicíny



Tématem této knihy je alternativní medicína. Denně se s ní setkáváme v lékařské praxi, médiích i v četných reklamách, ale přitom není vždy jasné, co si pod tímto termínem máme představit. Je to zvláštní, emoce vyvolávající sféra, jedněmi přijímaná s nadšením, druhými odmítaná. Je kuriózní, že v dnešní době, kdy lze racionálně, vědecky řešit téměř všechny problémy jak technického tak i biologického světa, nevznikla jednotná, všemi přijímaná medicína, ale že se poskytovatelé zdravotní péče rozdělili ve dvě větve, medicínu vědeckou (VM) a alternativní (AM). A nezdá se, že by propast mezi nimi mizela a že by se obě oblasti navzájem sblížovaly, přestože se o to mnozí snaží. Rozpory trvají, zastánci obou směrů se navzájem, často ostře, obviňují. Podle jedněch je druhá strana, „medicínsko-farmaceutický komplex“, nechutný byznys, podle druhé strany jsou ti první podvodníci a šarlatáni. Podle jedné strany dojde postupně ke splynutí obou směrů a vznikne nová, jednotná „medicína pro třetí tisíciletí“, podle strany druhé je rozdíl paradigmat nepřekonatelný.



Obr. 1. Představa zastánců alternativní medicíny o její budoucnosti.

Nechceme nyní tento problém řešit, úkolem této knihy je především podrobně analyzovat oblast AM a posoudit se snahou o maximální objektivitu její přednosti i problémy. Do jisté míry to bude pohled jednostranný, protože rozbor vědecké medicíny a její kritiku ponecháme stranou. Problémy VM a její nedostatky jsou totiž všeobecně známé a existuje o nich rozsáhlá kritická literatura. Naproti tomu stovky publikací o alternativní medicíně jsou téměř bez výjimky jen chvalozpěvem, reklamou nebo maximálně neutrální informací. Kritické publikace jsou ojedinělé a v naší republice neznámé.



Zajímavé je, že mnozí lékaři termín alternativní medicína striktně odmítají. Podle nich nejde o žádnou medicínu, medicína je přece jen jedna, ta naše, západní, vše ostatní je pouhým léčitelstvím. Ani s termínem „alternativní“ tito kritici nesouhlasí, vědecká medicína přece nemá žádnou alternativu. Podle nich lze termín alternativní použít jen pro různé varianty vědecké léčby. S tímto názorem nelze souhlasit. Dnešní západní medicína neexistovala vždy, je to nový, moderní, na vědě založený typ medicíny. Medicína samozřejmě existovala odjakživa, jenže v různých formách. Byla to nejen lidová medicína, regionálně velice diverzifikovaná, ale byly to celé velké propracované systémy, medicína čínská, indická, nebo i medicína evropského starověku. Tyto systémy se od sebe výrazně lišily svými principy i metodami, většinou specificky neúčinnými, a přesto byly a jsou označovány za medicínu, samozřejmě jinou než je ta dnešní, vědecká. Právě takovým, nepochybně svérázným systémem je dnes medicína alternativní, kterou výstižně v Německu pojmenovali jako „jinou medicínu“ (die andere Medizin). O tom, že AM existuje jako sebevědomý specifický celek, svědčí i existence světových i národních společností pro alternativní medicínu, pořádání společných kongresů a stovky, celosvětově jistě tisíce knih věnovaných právě alternativní medicíně, a samozřejmě nespočetné množství publikací věnovaných jejím jednotlivým metodám.

Na tomto místě se chci zmínit o jedné zásadní terminologické záležitosti. Místo termínu AM se někdy používá termín léčitelství. Je to nesmírně nepřesné a vede to k řadě nedorozumění. Podle našeho názoru i podle naší legislativy **léčitelství je činnost vykonávaná léčitelem**, tedy osobou bez odpovídajícího medicínského vzdělání. Naproti tomu **alternativní medicína je soubor specifických metod**, ať už je používá léčitel nebo lékař. Toto dělení budeme zásadně respektovat a léčitelství věnujeme samostatný, třetí díl této knihy.

Než přistoupíme k výkladu a definici alternativní medicíny, je nutné stručně předeslat definici dnešní vědecké medicíny.

## Co je to vědecká medicína?

Medicína byla dlouho jen empirickou medicínou, založenou na zkušenosti. Teprve v polovině 19. století si lékaři uvědomili, že je nutno účinnost jejich diagnostických a terapeutických postupů doložit přesvědčivými důkazy. Medicína se začala odvolávat na rozvíjející se vědu, na fyziku, chemii i biologii a na jejich poznatky. Postupně se sama stala vědeckou disciplínou. Vědecká metoda a výzkum se týkaly jak vysvětlení stavby a funkce lidského těla, podstaty a příčiny chorob, tak i diagnostických a terapeutických postupů. U nich se požadovalo, aby byl podán jasný důkaz jejich účinnosti. Tento požadavek se stal v současné medicíně natolik zásadní, že se změnil i termín pro moderní medicínu. Dnešní medicína je, nebo spíše chce být „**medicínou založenou na důkazech**“, „**evidence based medicine**“, **EBM**, což je téměř všeobecně používaný anglický termín.

Tato nová podoba medicíny vznikla v USA především pod tlakem pojišťoven. Na vypracování jejích zásad se nejvíce podílel D. L. Sackett. Podle jeho definice je EBM „*péčí, která integruje klinickou zkušenost se zájmy pacienta a s vědeckými důkazy o účinnosti léčby*“. Z jeho definice a také z toho, jak je dnes propagována a aplikována je patrné, že nejde jen o jednostranné lpění na důkazu účinnosti, ale že se respektuje i klinická a také osobní zkušenost lékaře a také osoba pacienta, jeho názor a jeho zájmy. Školicí centra pro EBM vznikají téměř na všech univerzitách, existují speciální časopisy věnované EBM a na internetu jsem našel několik milionů odkazů. Byly také vypracovány mezinárodně uznávané směrnice, jak lékařský výzkum provádět. Např. pro zkoušení léků je směrodatný základním dokument, nazvaný „Správná klinická praxe“. Významná je také dohoda, která bere ohled na etiku výzkumu, nazvaná „Úmluva na ochranu lidských práv a důstojnosti lidské bytosti v souvislosti s aplikací biologie a medicíny“ z r.1997, kterou přijala naše republika rok poté.

## Co je to alternativní medicína?

Alternativní medicína je souborem nejrůznějších diagnostických a terapeutických metod. Jejich spektrum je dnes nesmírně široké a stále se rozšiřuje. Zahrnují se mezi ně jak metody původně lidové, přírodní, tak i nově vymyšlené metody moderní. Jsou to metody domácího původu i metody exotické, z Orientu i z oblastí afrických i amerických. Některé metody jsou jednoduché, primitivní, jiné jsou vysoce sofistikované a využívají nejmodernější techniku.

Co vše se do AM řadí závisí do značné míry na místní tradici. Obrovské rozdíly jsou mezi zeměmi odchylných kultur. V Orientě je konvenční metodou jistě tradiční čínská medicína, zatímco západní medicínu tam lze dokonce považovat za alternativní, jiná je medicína v Indii, jiná u australských domorodců. Ale i mezi západními zeměmi jsou velké rozdíly, dané místní lidovou léčebnou tradicí i různými módními vlivy. V České republice není spektrum používaných metod AM ani zdaleka tak široké jako např. v sousedním Německu nebo Rakousku. Desítky tam běžných metod jsou u nás téměř neznámé. Jiné, u nás neznámé metody, existují zase v anglofonním světě, především v USA.

Počet těchto metod nelze rozumně stanovit. Některé publikace jich uvádějí desítky, jiné stovky. Stačí podívat se do některé z encyklopedických publikací, jakou je např. „Velká kniha alternativní medicíny“ Jitky Lenkové, jak rozsáhlý repertoár tvoří AM. A počet to jistě není konečný. Objevují se stále nové metody a nové varianty metod starých. Některé z nich dočasně z trhu mizí, aby se v novém hávu a s novou módou znovu objevily, třeba ve vazbě s jinou metodou jako zajímavý hybrid.

Co vše se do rámce AM počítá, je ovlivněno také snahou zástupců některých metod proniknout do rámce vědecké medicíny. Typický je příklad akupunktury nebo chiropraxe. Obě tyto metody jsou v některých státech akceptovány vědeckou medicínou, ve většině ostatních jsou odmítány a přiřazovány k AM.

## Definice alternativní medicíny

Mnozí autoři se pokusili alternativní medicínu definovat. Byly navrženy desítky definic, z nichž nejjednodušší je tato: Alternativní medicína je zdravotní péče, která leží mimo hlavní proud konvenční medicíny. Podle definice W.B. Jonase je AM „oblastí léčebných prostředků, která zahrnuje všechny zdravotní systémy, modalities, praxi a jejich průvodní teorie a víry, jiné než ty, které jsou vlastní politicky dominujícímu systému zdravotní péče konkrétního společenství nebo kultury v daném historickém období“.

Podle našeho názoru tato ani jiné definice nevyhovují, protože nevystihují povahu principů „alternativních“ metod, ani podstatu jejich udávaného účinku. My jsme proto vytvořili vlastní definici, kterou považujeme za vhodnější: V nejstručnější podobě zní takto: **Alternativní medicína je soubor metod, které vědecká medicína všeobecně nepoužívá, protože 1) principy metod AM odporují vědeckým poznatkům, 2) jejich účinnost nebyla prokázána standardním vědeckým postupem a 3) účinek má být zprostředkován duchovními nebo neznámými silami.**

V širším znění jsou ještě další dva body: 4) AM se sama definuje jako medicína odchylná od VM, protože vychází z jiného, holistického paradigmatu a 5) případnou účinnost metod AM lze vysvětlit působením přirozených obranných sil nebo placebo efektem.

Metody AM jsou velice různorodé a liší se navzájem často diametrálně, ale spojuje je kromě výše uvedených základních rysů i řada dalších vlastností, které umožňují řadit je pod jednu hlavičku, alternativní medicínu. Podrobně budou rozdíly mezi oběma světy medicíny rozvedeny v kapitole „Rozdíly mezi AM a VM.“

## Terminologie alternativní a vědecké medicíny

Termín alternativní medicína byl poprvé použit ve Francii už ve 30. letech 20. století, ale jeho používání se rozšířilo teprve koncem 20. století. Byly jím označovány diagnostické a léčebné metody, které se lišily od metod konvenční medicíny a které nebyly medicínou uznávány a používány. Vedle tohoto termínu existují pro tuto oblast desítky dalších méně nebo více vhodných termínů, které chtějí zdůraznit některou stránku těchto metod.

Podobně existuje řada termínů, kterými se označuje protipól AM, tedy medicína klasická. Takovými termíny jsou medicína konvenční, oficiální, školní, ale také vědecká, což je asi nejvhodnější název k vystižení základního rozdílu proti AM. Nejčastěji používané termíny uvedeme tabelárně. Tučně označíme názvy nejběžnější.

<b>Medicína</b>	<b>Medicína</b>
<b>Alternativní nekonvenční komplementární CAM (complementary and alt.)</b>	<b>vědecká konvenční evidence based medicine (EBM)</b> (medicína založená na důkazech)
tradiční (ale i netradiční) naturální (přírodní) jiná, nová holistická, celostní kvantová regulační informační nevědecká biologická integrovaná mind-body medicína léčitelství (chybně)	ortodoxní oficiální západní klasická
Názvy pejorativní: paramedicína šarlatánství	alopatická školní

Všechny tyto termíny mají své opodstatnění a poukazují na některou stránku AM a VM. Termín alternativní chce ukázat, že AM má být alternativou k VM, skromněji zní termín komplementární, naznačující, že AM chce jen doplnit VM, termín nekonvenční pak zase říká, že je jen otázkou konvence, zda metodu zařadíme do AM nebo do VM, tradiční poukazuje na prastarý původ základních metod AM, termín holistický zase naznačuje, že AM nechce léčit jednotlivé orgány, ale „celého člověka“, termín regulační znamená, že většina chorob je jen poruchou řízení organismu, informační tvrdí, že AM léčí choroby přenosem léčebné informace, termín „jiný“ pak prostě udává, že AM je něčím jiným než je VM. Každý z těchto termínů vyzdvihuje jeden aspekt AM a přitom žádný z nich není plně vyhovující, s každým lze nesouhlasit. V angloamerickém světě se proto ujal širší termín, CAM (alternative and complementary medicine). Pro něco se ovšem musíme rozhodnout. V naší knize jsme se rozhodli používat vžitě a stále ve světě nejpoužívanější termíny medicína alternativní a vědecká (nebo také západní), střídavě s dvojicí termínů medicína konvenční a nekonvenční.

## Třídění metod alternativní medicíny

Jak jsme už řekli, metod AM je obrovské množství a je tedy pochopitelná snaha nějakým způsobem je utřídit. Je to úkol nesnadný, téměř nemožný, protože jsou mezi metodami plynulé přechody, mnohé jsou navzájem provázané, některé jsou směsí několika

samostatných metod. Např. „detoxikační medicína“ dr. Jonáše sdružuje dohromady desítky zcela nesourodých evropských i orientálních, prastarých i nejmodernějších metod do jednoho celku. Třídění je obtížné i proto, že je lze provést z různých hledisek: můžeme popisovat zvlášť metody diagnostické, léčebné a preventivní, nebo je rozdělíme podle způsobu léčby, např. na metody manuální, fyzikální, medikamentózní atd., nebo podle původu na domácí, orientální atd., podle doby vzniku nebo i podle vztahu k vědecké medicíně a způsobu používání. Jak velké jsou tyto obtíže s tříděním metod AM, ukazuje i reprezentativní německá učebnice AM „Die Andere Medizin“. Metody roztřídila na klasické, orientální, na léčebné systémy, na nekonvenční metody diagnostické, nekonvenční metody terapeutické a na metody protirakovinné. V posledním vydání knihy se však autoři vzdali jakéhokoli třídění. Vybrali 50 nejznámějších metod a seřadili je abecedně. Snad každý autor má vlastní třídící systém.

My jsme se rozhodli pro třídění podle předpokládaného nebo i zjištěného mechanismu účinku. Zda jsme volili dobře a přispěli tím k pochopení problému alternativní medicíny a k přehlednosti metod AM, posoudí čtenář.

---

## Metody posuzování účinnosti vědecké a alternativní medicíny



Před popisem metod alternativní medicíny a hodnocením jejich účinnosti pokládáme za nutné ukázat, jakým způsobem diagnostické a léčebné metody posuzujeme, protože právě hodnocení metod bude těžištěm jejich analýzy. K dispozici máme tři zcela odchylné možnosti, které na tomto místě podrobně popíšeme, aby bylo jejich používání v dalších kapitolách srozumitelné.

**Porovnání principů metody s vědeckými teoriemi a s konkrétními vědeckými poznatky.** Pokud s nimi jsou principy metody v rozporu, pak jsou jen dvě možnosti. Buď jsou vědecké teorie nebo poznatky mylné, nebo je mylná metoda. Např. kdyby platil základní princip homeopatie o účinnosti infinitezimálních dávek, museli bychom odmítnout nebo zcela přepracovat současnou fyziku. To je samozřejmě představa absurdní. Platí jistě druhá možnost: mylná je metoda. Přesto může být metoda účinná, protože může působit na jiném než udávaném principu. Proto je nutné prověřovat účinnost metod dalším způsobem, zjišťováním účinnosti metody v praxi klinickou studií.

**Klinické studie.** Standardní cestou k posuzování léčiv ve vědecké medicíně jsou laboratorní experimenty, následované klinickými studiemi. Aby byl důkaz účinnosti přesvědčivý, musí být studie provedena podle přísných a složitých podmínek. Protože se takovými studiemi i jejich výsledky budeme zabývat při hodnocení jednotlivých metod často, musíme obecnému výkladu studií věnovat podrobný výklad.

**Logické argumenty.** V dalším textu ukážeme, že ani klinické studie nejsou často jednoznačným argumentem pro nebo proti účinnosti určité metody nebo medikamentu. Použijeme proto třetí, často zanedbávanou nebo podceňovanou cestou, kterou pokládám za nejpřesvědčivější. A tou je odborný a logický rozbor principů, způsobu používání i výsledků metod. I tuto třetí možnost chci podrobně vysvětlit.

### Experimenty a klinické studie

Před tím, než nějakou metodu zařadíme do sféry vědecké nebo naopak alternativní medicíny, je nutné empiricky ověřit její účinnost nebo naopak prokázat její neúčinnost. Není to tak jednoduché a samozřejmé, jak by se zdálo na první pohled. K dispozici máme několik empirických „důkazů účinnosti“. Můžeme je seřadit podle stoupající spolehlivosti do následujícího žebříčku: Individuální pozorování, kolektivní pozorování, cílené pozorování, jednoduchá studie, zaslepená studie, dvojitě slepá kontrolovaná studie, systematický přehled studií, metaanalýza.

Tvrzení pacienta, že u něho došlo po podání léku ke zřetelnému zlepšení choroby, nestačí. Takové jednotlivé případy se označují jako kazuistika, v anglické literatuře jako případ anekdotický. Z úspěchu jednotlivého případu nelze odvozovat vůbec nic o účinnosti léku. Může jít o omyl, chybnou interpretaci úspěchu, chybně mohla být stanovena původní diagnóza, vyléčení mohlo mít jinou příčinu. Nutné je, aby se účinnost určitého preparátu nebo metody prokazovala statisticky na dostatečně velkém homogenním materiálu.

Ale ani pozitivní výsledek na velkém materiálu nestačí k průkazu účinku podaného preparátu. Víme totiž, že na hojení nemoci se podílejí tři nezávislé faktory, 1/ hojivá síla přírody, 2/ placebový efekt a 3/ konečně vlastní, tedy specifický účinek léku. Aby se od sebe podíl těchto tří faktorů odlišil, je dnes nutné prověřit všechny metody a léky experimentálně,

resp. kontrolovanou, randomizovanou a dvojitě slepou studií, kdy je skupina, léčená novým preparátem, porovnávána se skupinou kontrolní a kdy ani pacient ani lékař neví, do které z obou skupin byli pacienti zařazeni. Bez doložení účinku metody nebo léku důkazem, tedy klinickou studií, nemohou být EBM medicínou akceptovány. Pro provádění klinické studie platí přesná a přísná pravidla.

Jak taková studie vypadá, kolik postupných kroků vyžaduje a co je při tom nutné brát v úvahu, ukáží na příkladu léčby angíny penicilínem:

**Teorie:** Léčba musí vycházet z určité racionální teorie, v tomto případě z teorie o příčině, patogenезi choroby a o mechanismu léčby. Teoretickým východiskem je představa, že angína je infekčním onemocněním, které je vyvoláno mikroblem, citlivým na antibiotikum.

**Hypotéza:** Z teorie odvodíme pracovní hypotézu. Formulujeme ji buď pozitivně ve znění: „Penicilín vyléčí angínu“, nebo negativně: „Penicilín nevyléčí angínu“. V tomto druhém případě mluvíme o tzv. nulové hypotéze, kterou dnes používáme běžně. Upozorňuji, že jde jen o formální záležitost. Obě hypotézy se testují stejným způsobem a výsledek na formě hypotézy nezávisí.

**Testovací experiment** musí být již konkrétní: Např. budeme testovat účinnost V-penicilínu při povlakové angíně u 10-12letých školáků v ČR.

**Kontrolní skupina – kohortový experiment:** Nestačí podat penicilín skupině osob s angínou a vyléčení pokládat za důkaz účinnosti léku. K vyléčení mohlo dojít i z jiných důvodů, např. z důvodu spontánního odeznění choroby nebo v důsledku jiného současného léčebného opatření. Skupinu léčenou je nutno porovnat se skupinou osob, která penicilín nebere. Etickým problémem takového experimentu ovšem je, že kontrolním pacientům je léčba odírána, a že může dojít k poškození jejich zdraví. Proto se dnes často nový preparát **porovnává s jiným, v praxi ověřeným léčivem**. Takový postup je vyžadován i výše uvedenou mezinárodní úmluvou, pokud vhodný lék pro kontrolní soubor existuje.

Vedle kohortových experimentů existují i jiné typy studií, např. dlouhodobé sledování civilizačních nemocí a vlivu různých faktorů a opatření na jejich průběh. Skupina osob se sleduje do minulosti nebo do budoucna po dobu třeba několik desetiletí. Mluvíme o retro- a prospektivních studiích.

**Kontrola placebem:** Dalším problémem experimentu s neléčenou kontrolní skupinou je, že každý pacient ví, zda a jak je nebo není léčen. U léčeného se v určitém procentu případů na úspěchu léčby podílí placebový efekt, u neléčeného může průběh nemoci naopak zhoršit nocebový efekt v důsledku vědomí, že nemocný není léčen a že tím může být poškozen. (Pozn.: placebový a nocebový efekt je autosugestivní podvědomý proces, vyvolaný především podáním placebo, např. neúčinné tablety. Podrobně bude placebový efekt popsán v samostatné kapitole.) Proto se dnes klinické studie provádějí **s placebovou kontrolou**, kdy kontrolní skupina dostává preparát neúčinný, stejného vzhledu jako léčivo.

**Dvojitě slepý experiment:** Nejen pacient, ale ani lékař nesmí vědět, který pacient patří do které skupiny. Nejde jen o vědomý podvod lékaře, který je nutno vyloučit, ale i podvědomě lékař může přizpůsobovat hodnocení výsledků svému přání (wishful thinking, přání otcem myšlenky). Např.: některé výsledky jsou daleko od obvyklých hodnot, může, ale nemusí jít o metodickou chybu. Zde má hodnotitel tendenci vyloučit ty případy, které nevyhovují jeho představě. Ale ani toto dvojitě zaslepení nestačí zabránit úniku informací a zkreslení výsledků. Zaslepeno musí být i třídění do obou skupin, laboratorní i statistické zpracování. Někdy se mluví o totálně zaslepeném pokusu.

**Kvalita souboru:** Kde je to z hlediska cíle experimentu možné, měl by být soubor co nejvíce homogenní. Nelze např. sledovat účinnost léku u souhrnu osob různého věku nebo u osob s různými chorobami. V ideálním případě se všichni probandi liší v jediném faktoru: ve způsobu léčby. Pokud nelze získat dostatečné množství pacientů se shodnými parametry, je možno seskupit je alespoň po dvojicích, kdy do každé z obou kohort je zařazen vždy jeden

z páru. Mluvíme proto o párových experimentech, vyžadujících samozřejmě jiný způsob statistického hodnocení.

**Multicentrické experimenty:** Jinou možností, jak obejít situaci s nehomogenním nebo malým souborem (u vzácných chorob) je multicentrický experiment. Studie se provádí na několika pracovištích, třeba rozestých po všech kontinentech, a výsledky léčby jsou zpracovávány centrálně. To samozřejmě vyvolává další problémy, nehledě k jazykovým problémům. Pracovní podmínky na jednotlivých pracovištích se totiž mohou od sebe lišit, pacienti mohou vykazovat rasové nebo kulturní rozdíly v reaktivitě apod. Plánování takového experimentu je proto velice náročné a tedy i finančně nákladné.

**Velikost souboru:** Soubor musí být tak velký, aby umožnil zobecnění výsledků pro celou populaci, z níž byl vybrán, tj. musí umožnit statistické zpracování s určitou požadovanou přesností, např. na 5% hladině významnosti. To je často mylně interpretováno. To neznamená, jak si někdy myslí laici, že je lék neúčinný u 5% pacientů a účinný u 95%. Nikoli. Znamená to, že když opakuji celý pokus nekonečněkrát, tak v 95% pokusů dopadne pokus pozitivně, v 5% negativně. Na tomto místě musím poznamenat, že experiment a statistika neumožňují rozhodnout o účinnosti preparátu s absolutní jistotou. Výsledek má vždy jen pravděpodobnostní charakter.

**Randomizace:** Znamená to, že se osoby rozdělí do obou skupin náhodně (random = náhoda). Vybere se dejme tomu 100 osob pokud možno shodně charakterizovaných a losem se rozdělí do dvou skupin, z nichž jedna je léčena, druhá ne. I v případě párových experimentů se rozdělení dvojice provede losem.

**Statistické zpracování:** Častou chybou je, že se nezvolí vhodné statistické zpracování. Pro lékaře to není vždy jednoduché a statistik zase většinou nerozumí lékařské problematice. Vzájemná částečná znalost obou oblastí a těsná spolupráce je podmínkou správného zhodnocení. V opačném případě se může stát, že se provede nákladná studie a nakonec se zjistí, že soubor byl malý nebo špatně zvolený a nehodnotitelný. Statistik musí proto spolupracovat už na designu experimentu.

**Reprodukování experimentu:** Přes veškerou snahu nemusí být vždy výsledky jednoho experimentu validní, i když byl proveden na seriózním pracovišti a publikován v řádně recenzovaném solidním časopise. Nelze vyloučit metodickou chybu. Výsledky musí být potvrzeny, reprodukovány na jiném pracovišti.

**Systematický přehled:** V posledních letech se stalo samozřejmostí shromáždit všechny studie řešící stejný problém, analyzovat je, navzájem komparovat, posoudit jejich kvalitu a přisoudit jim určitou validitu. Cílem je vyřadit studie sporné a opřít se o experimenty s nejlepším designem a nejlépe provedené. Často jsou takové studie mylně nazývány metaanalýzou.

**Metaanalýza:** Skutečná metaanalýza, tedy sumární vyhodnocení celého souboru studií, je možné jen tam, kde jsou všechny práce ve všech parametrech shodné: stejná hypotéza, stejná metodika, homogenní soubory. Pak je možné případy ze všech studií shrnout a provést nové, sumární statistické zpracování. Metaanalýzy jsou proto považovány za nejpřesvědčivější důkazy a jsou dnes, pokud to materiál dovolí, široce uplatňovány.

**Reliabilita a validita:** Při komparaci více studií je nutno hodnotit zvlášť reliabilitu = spolehlivost a validitu = správnost výsledků. U některých náročnějších experimentů, např. při použití citlivé metody nebo za přítomnosti obtížně ovlivnitelných faktorů, jeví výsledky na různých pracovištích nebo při opakování experimentu značný rozptyl. Metoda a tedy výsledky experimentů jsou málo spolehlivé, reliabilita je nízká. Druhým požadavkem je validita, správnost výsledků. Dobře se to dá demonstrovat na experimentech s grafologií. Různí grafologové mohou dojít ke stejnému výsledku, spolehlivost grafometrického postupu je vysoká, jenže obraz osobnosti, který grafologové popisují, vůbec nemusí odpovídat

charakteru osoby, je nevalidní. Reliabilita i validita se vyjadřují korelací pomocí korelačního koeficientu „ $r$ “ v rozmezí od  $-1$  až  $+1$ .

Z výše uvedeného je zřejmé, že projekt experimentu a splnění všech podmínek objektivitu je nesmírně komplikovanou záležitostí. Proto také byly vypracovány přesné mezinárodně přijaté směrnice, které určují správný postup při plánování i realizaci experimentu. Protože často není v silách jedince a někdy i klinického pracoviště navrhnout a řádně provést rozsáhlejší klinickou studii, vznikly privátní firmy, které se specializují na přípravu takových studií. Navrhují design, metodiku, způsob statistického zpracování, organizaci a provedou ekonomickou rozvahu.

Toto vše jsme uvedli proto, abychom vysvětlili, jak je provádění klinických studií náročné a proč jsou „úspěšné“ studie organizované zastánci metod alternativní medicíny odmítány.

## Zavádění nové metody nebo léku

K tomu, jak náročné je zavedení nové metody, musíme dodat ještě to, že ke klinické studii vede od navržení metody dlouhá cesta, a právě tak je dlouhý proces jejího schvalování. Ke studiím totiž nelze přistoupit hned po objevu nějakého nadějného preparátu nebo metody. Nový preparát totiž nejen že může být neúčinný, ale může být rizikový a pacienta poškodit. Takových případů bylo v literatuře popsáno mnoho. I přes maximální opatrnost znovu a znovu se v praxi objeví po zavedení nového léku nečekané komplikace. Cesta od objevení látky až po zařazení do praxe je proto velice dlouhá. Řetěz nezbytných experimentů znázorním nejprve na zjednodušeném schématu :

### Schéma postupu při zavádění nového léku

Náhodný objev nebo postupné zkoušení nových sloučenin  
Chemické testování (chemická čistota, reaktivita)  
Testování na buněčných a tkáňových kulturách (mutagenita, teratogenita,  
kancerogenita)  
Testování na nižších organizmech, bakteriích a kvasinkách (v případě antibiotik)  
Testování na zvířatech (Nutné schválení etickou komisí)  
Výroba léčiva ze zkoušené nové látky  
Zdraví dobrovolníci (toxicita, alergie)  
Nemocní dobrovolníci – pilotní studie (účinnost)  
Rozsáhlý, často multicentrický soubor  
Schvalování v místě vývoje léku  
Schvalování dovezeného léku  
Sledování léku v lékařské praxi – (účinnost, vedlejší účinky)

Kdysi se nová látka, třeba bylinného původu, objevila náhodně, třeba při otravě po požití bobulí. Dnes už se zkoušejí také nově syntetizované látky, kde lze podle jejich chemického složení léčebný efekt očekávat nebo dokonce se nyní již syntetizují záměrně léky tak, aby určitý efekt vyvolaly. To umožnily znalosti z oblasti kvantové mechaniky. Teprve pak je lék nejprve testován chemicky, in vitro. Zjišťuje se chemická čistota, reaktivita. Nepoužitelná je např. látka, nerozpustná v tělesných tekutinách.

Následují testy na buněčných a tkáňových kulturách nebo na co nejnižších organizmech, tedy na bakteriích nebo kvasinkách. Zde je již možné sledovat mutagenitu, teratogenitu a kancerogenitu, tedy vznik mutací, malformací a nádorů.

Teprve pak, když je vyloučena možnost poškození z výše uvedených důvodů, se přistoupí k pokusům na zvířatech, většinou na savcích. V tom případě a ve všech dalších je již nutné mít souhlas etické komise s prováděním experimentů. Snahou je omezit nutnost pokusů na zvířatech na nezbytnou míru. Zcela výjimečně se používají primáti. Pokud existuje vhodný



model zvířete a choroby, lze již v tomto stadiu získat orientační informaci o možném účinku léčiva.

Pak následuje pokus na dobrovolnících, od nichž se vyžaduje tzv. informovaný souhlas. Ověřuje se toxicita, sledují se vedlejší účinky včetně alergických reakcí. Zde se již nezkoušejí účinky nově objevené substance, ale zpravidla už firemního preparátu, léčiva.

Následuje klinický pokus na malé pilotní studii nemocných s přesně definovanou chorobou. Ověřuje se orientačně účinnost. Teprve po průkazu účinnosti léku se může provést rozsáhlá, často multicentrická studie, která ověřuje účinnost nového preparátu ve srovnání s dosavadní terapií.

Před uvedením do praxe je nyní nutné získat schválení od kontrolního státního orgánu. U nás je to Státní ústav pro kontrolu léčiv, v USA velice známá a přísná organizace Food and Drug Administration, FDA.

Ani to nestačí. Nakonec každý stát, kam se lék dováží, musí lék, byť byl jinde schválený, znovu kontrolovat a prověřit před uvedením na domácí trh, i když ve zjednodušeném řízení.

Celý tento proces je finančně i časově nesmírně náročný, uvedení jednoho nového preparátu stojí miliardy dolarů a trvá v průměru kolem 8-10 let. Výsledkem je ovšem nový účinný lék, zlepšení výsledků léčby, byl učiněn další krok v lékařském výzkumu i terapeutické praxi. Všech takových dílčích kroků i ohromujícího pokroku medicíny v posledních letech bylo dosaženo jen díky modernímu experimentu, nejúčinnějšímu metodickému nástroji medicíny. Po zásluze je tedy kontrolovaná, randomizovaná a zaslepená studie považována za „zlatý standard“ lékařského výzkumu.

## Experiment v pseudovědě

Po tom, co jsem uvedl výše, by se zdálo, že v dvojité slepém experimentu máme v rukou ostrý nástroj, který může podat objektivní, i když stále jen pravděpodobnostní důkaz účinnosti resp. neúčinnosti určité látky, výrobku nebo metody. Jestliže se hypotéza potvrdí např. na 1% hladině významnosti, můžeme mluvit už o dostatečné jistotě, o vysoké pravděpodobnosti účinnosti, resp. neúčinnosti. Jenže někdy je ten nástroj pořádně tupý. Mám na mysli pokusy v pseudovědě, tedy i v alternativní medicíně. Ty jsou zatíženy několika zásadními nedostatky, které lze shrnout do jednoduchého přehledu:

### Nedostatky experimentů v oblasti pseudovědy

- Nezkušenost experimentátorů
- Publikace v marginálních, nerecenzovaných časopisech
- Nemožnost kritického přehodnocení
- Podvědomé zkreslování dat a výsledků
- Podvody
- Publikační zkreslení - publication bias
- Hraniční výsledky

Většinu experimentů v oblasti pseudověd neprovádějí zkušení vědci na seriózních pracovištích a jejich práce nejsou publikovány v uznávaných, recenzovaných časopisech. Převážnou většinou jsou takové experimenty dílem samotných zastánců a propagátorů těchto disciplín. Jejich vědecká kvalifikace je většinou minimální a v jejich studiích se proto téměř vždy dají najít závažné metodické chyby, nejčastěji v zaslepení, randomizaci nebo statistice. Kritické přehodnocení, kontrola těchto publikací však často naráží na značné obtíže, protože vstupní data bývají nedokonalá nebo neúplná a ani metodika nebývá popsána přesně.

Druhým problémem je, že zastánci alternativních disciplín jsou vždy vysoce zainteresováni na pozitivním výsledku z důvodů prestižních, ideologických nebo hlavně

finančních. Podvědomě přizpůsobují výsledky měření nebo zpracování svému přání. Jindy se dokonce dopouštějí vědomých podvodů. Uvedeme příklad: Všechny práce čínských autorů o akupunkturu, které vycházejí v Číně, mají pozitivní výsledky, naproti tomu analogické studie akupunkturistů západních, včetně čínských autorů pracujících v USA, jsou při nejmenším rozporné, většinou však dávají výsledky negativní. Jiná interpretace než podvědomé nebo vědomé zkreslování výsledků prací, publikovaných v Číně, není.

Dalším problémem je publikační zkreslení, publication bias. V rámci gaussovské variability výsledků studií, v nichž se hledá rozdíl mezi výsledky skupiny experimentální a kontrolní, kolísá. V některé studii se jeví např. účinnější homeopatikum než placebo, v jiných je naopak účinnější placebo. Zastánci pseudovědeckých disciplín však negativní výsledky často nepublikují a uveřejní jen výsledky pozitivní. Jestliže se pak provede metaanalýza, vykazují např. i homeopatické preparáty pozitivní efekt, i když většinou jen na hranici významnosti. A protože výsledky metaanalýz, které se pokládají za nejcennější ověřovací nástroj lékařské vědy, účinnost metody falešně dokládají nebo alespoň „naznačují“ její účinnost, dostávají autoři do ruky argument, který jim umožňuje získávat další a další granty a finanční podporu pro pokračující výzkum na rozsáhlejší materiálu. Tak je tomu i v americkém Centru pro komplementární a alternativní medicínu i v řadě evropských států, které dnes výzkum alternativní medicíny podporují.

Ještě na jeden aspekt uvedených experimentů musím poukázat. Pozitivní výsledky, které jsou často v oblasti alternativní medicíny hlášeny, jsou zpravidla významné jen na velice nízké hladině významnosti a jejich validita je i z tohoto důvodu nízká.

Z předchozího výkladu je zřejmé, že **experiment v alternativní medicíně jako důkaz spolehlivě neslouží**. Tvrzení kritiků stojí proti tvrzení zastánců metody a v rámci vyváženosti pak média považují oba přístupy za rovnocenné a dezinformují veřejnost. Z falešné naděvnosti metody, kterou berou jako fakt, formují svůj postoj k pseudovědě i politici, přidávající dotace.

Naštěstí existuje jiná, účinnější zbraň k posouzení účinnosti metod, a tou jsou logické argumenty.

## Vědecké a logické argumenty

Pokusím se nyní na některé takové možnosti poukázat.

**Běžná zkušenost.** Zastánci parapsychologických metod se odvolávají na existenci mimosmyslového přenosu a na zvláštní schopnosti léčitelů – senzibilů. Existují ale senzibilové, kteří našli zloděje nebo ztracené dítě? Nikoli. Vyhrávají senzibilové v loteriích? Nikoli. Vyplňují se věštby kartárek a senzibilů? Nikoli. A podvodníků mezi senzibily bylo nalezeno dostatek.

**Rozpor s vědeckými poznatky.** Teorie alternativní medicíny právě tak jako jiných pseudovědeckých disciplín odporují dnešním vědeckým poznatkům. Např. účinek homeopatik je přičítán přenosu informace jako otisků i při absenci původních molekul. Žádné takové otisky nalezeny nebyly a vědecké poznatky takovou možnost nepotvrzují. Jiný příklad: proutkaření není nutné zkoumat experimentem, protože tzv. zemní záření, na které má proutek reagovat, fyzika nikdy neprokázala a fyziologie odhalila ideomotorickou povahu proutkařových pohybů. Nebo snad má smysl zkoumat výsledek vpichů do akupunkturálních bodů, když takové body nebyly ani nejdokonalejšími morfologickými i fyziologickými metodami prokázány?

**Rozpor s obecnými, „přírodními“ zákony.** Principy homeopatie odporují např. zákonům termodynamiky o zachování energie, Vollova metoda zákonům elektromagnetizmu.

**Logika.** V teoriích pseudovědeckých metod najdeme zpravidla těžké logické rozpory. Stačí jeden příklad: V mililitru alkoholu, který je přidáván jako ředidlo při dynamizaci k matečnému roztoku pro přípravu homeopatika, jsou miliardy molekul stovek nejrůznějších anorganických i organických látek. Všechny jsou protřepávány, tedy dynamizovány a

potencovány stejně jako molekuly původní tinktury a navíc jsou nakonec přítomny ve všech potencích. Je naprosto nemožné, aby byla dynamizována a potencována jen původní tinktura a aby ostatní sloučeniny nereagovaly. Tento jediný argument jednoznačně a definitivně vyvrací celou homeopatii.

**Zdravý „selský“ rozum.** Rigoróznímu vědci se samozřejmě přičí odvolávat se místo na experimenty jen na zdravý rozum. Jenže v mnoha případech to postačí. Postačí, abychom zpochybnili odstranění nádoru i celou tzv. „psychickou chirurgii“, když „operatér“ na kůži nenechá jizvu. Bohužel i v tomto a podobných případech se experimenty a klinické studie provádějí. Je smutné zjištění, že i organizátoři takových studií z vědeckých institucí „selský“ rozum často postrádají.

Všechny tyto argumentační přístupy, které jsem mohl jen načrtnout, považuji v oblasti pseudovědy za daleko cennější než experiment a klinickou studii. Přesto musím uvést důležitou poznámku: jen málokterý z uvedených argumentů je důkazem definitivním, absolutním, i ony mají pravděpodobnostní povahu. Jenže jejich validita, zejména při jejich sdružení, je podstatně vyšší než u experimentu, použitého v této oblasti.

Vedle klinických studií máme tedy k dispozici celý arzenál argumentů, jejichž váha je nesporně vyšší než výsledek studií, který může být nejrůznějším způsobem zkreslen. Přesto je studie všeobecně považována i v oblasti alternativní medicíny za nástroj nejvýznamnější, protože si získala v rámci vědecké medicíny vysokou prestiž. Výsledky chybně koncipovaných nebo různým způsobem zkreslených experimentů jsou pak součástí metaanalýz, zatížených navíc zkreslením publikačním. Metaanalýzy proto dávají mylně pozitivní výsledky, i když zpravidla jen na hranici významnosti. A to se stává argumentem ve prospěch provádění dalších a dalších experimentů. Prosazují je nejen zastánci alternativní medicíny, ale i speciální výbor pro nekonvenční medicínu při Evropské Unii. Doporučuje, aby experimentální výzkum alternativních metod rozvinuly a podporovaly vlády všech evropských států. Dovolím si otázku: má to smysl? Klinické studie jsou jak ekonomicky, tak i časově velice náročné a podle mého názoru by se měly provádět jen tehdy, jsou-li řádně zdůvodněny. Rozhodující by mělo být, zda lze pozitivní a prakticky užitečný výsledek očekávat alespoň s minimální pravděpodobností. K. Atwood mluví o určení „předběžné pravděpodobnosti“ (prior probability) jako o nezbytné podmínce pro plánování nových studií. Dosud provedené studie v oblasti alternativní medicíny však takové jednoznačné vodítko z výše uvedených důvodů neposkytují. Za podklad pro určení předběžné pravděpodobnosti účinku bychom měli proto považovat spektrum neexperimentálních argumentů, které jsem vyjmenoval.

Pokud se chceme řídit výsledky klinických studií, pak je nutno opřít se o nejrespektovnější organizaci, zabývající se posuzováním kvality a výsledků lékařských studií, ať už z oblasti vědecké nebo alternativní medicíny. Tou je tzv. „Cochrane Collaboration“, kterou v r.1993 založil a vybudoval Archie Cochrane, původně válečný chirurg, později profesor plicních chorob. Cochrane Collaboration má dnes 12 vědeckých center po celém světě a na její práci se podílí, jako dobrovolníci, 10.000 vědců z 90 zemí světa. Tito odborníci analyzují publikované studie, analyzují je a vydávají systematické přehledy o výsledcích léčby jednotlivých chorob. Na závěry této organizace se budeme v naší knize často odvolávat.

Tento relativně široký rozbor jsme provedli, abychom čtenáři ukázali, jak obrovská propast zeje mezi zaváděním a ověřováním metod ve vědecké a v alternativní medicíně.

## II. Popis a hodnocení metod alternativní medicíny

### Úvod



Metod, které řadíme do rámce AM, je dnes nepřehledné množství. Z teoretických i praktických důvodů je účelné pokusit se o jejich třídění. Úloha je to obtížná, jak dokazuje to, že snad každý autor volí jiný způsob jejich klasifikace. Jak je to obtížné, demonstrovali autoři reprezentativní německé publikace „Die andere Medizin“ tím, že se v posledním, 5. vydání této knihy se však vzdali snahy o jakékoli třídění, jak už jsme řekli výše. Vybrali 52 nejběžnějších metod, které seřadili abecedně.

My se domníváme, že je přece jen vhodnější seskupit metody AM podle určitého kritéria. Rozhodli jsme se proto popisovat je podle příbuznosti principů, na které se jejich zastánci odvolávají. Jsme si ovšem vědomi toho, že mnohé metody nelze definovat přesně a že je naše třídění do značné míry arbitrární, ale věříme, že náš způsob umožní čtenáři lepší orientaci v širokém spektru metod AM.

Výklad jednotlivých metod jsme rozdělili na dvě části, na jejich neutrální popis a na jejich hodnocení. Popis je maximálně stručný, protože existuje bohatá literatura jejich propagátorů. Větší pozornost věnujeme hodnocení jejich principů a jejich účinnosti. K tomu přistupujeme ze tří hledisek: porovnáním principů metod s vědeckými poznatky, logickou analýzou a hodnocením výsledků klinických studií.

Vysvětlení nespecifického účinku mnoha metod je totožné. Příslušným mechanismem je placebový efekt. Přesto to uvádíme u každé jednotlivé metody, i když se budeme hodně opakovat, protože někteří čtenáři nebudou číst knihu soustavně, ale vyhledají jen příslušnou speciální metodu.

U metod, u kterých existuje podrobnější česká literatura, je příslušný odkaz uveden pod čarou.

## Přírodní metody



Lidé odjakživa trpěli chorobami, a proto se u všech národů našli jedinci, kteří se je pokoušeli léčit. Vznikla profese léčitelů, kteří postupně nacházeli nejrůznější léčebné prostředky. Nejprve možná objevili léčebné účinky některých bylin, později jistě pochopili, že zdraví člověka je závislé na mnoha fyzikálních faktorech jako je teplota, vlhkost, kvalita vzduchu, výživa, ale také na způsobu života, fyzické a duševní činnosti. Poznali také, že vhodným využitím těchto faktorů lze ovlivnit průběh chorob.

Tyto postupy domácí i cizí lidové medicíny, známé a používané celá staletí, vycházejí z empirie a lidové moudrosti a označují se obvykle jako metody přírodní nebo přesněji „léčba přírodními prostředky“. Jsme si vědomi toho, že zařazení těchto prostředků do rámce alternativní medicíny je sporné, protože jen málokdy odpovídají kritériím, která jsme si stanovili pro její definici. Většinou nejsou ve zřejmém rozporu s vědeckými poznatky, o jejich účinnosti v mnoha případech nelze pochybovat a nesplňují ani poslední kritérium – jejich efekt není zprostředkovan duchovními silami, ale opírá se o přírodní, materiální síly. Přesto jsou v zahraniční literatuře řazeny do rámce AM, a proto i my jim věnujeme stručný popis.

Mnohé z uvedených postupů jsou v různé míře využívány i klasickou medicínou, zpravidla jako pomocná, komplementární terapie vedle moderní medikamentózní nebo chirurgické léčby. Nikdo také nepochybuje o příznivém působení uvedených metod na psychiku pacienta. Přesto je většinou nelze považovat za řádnou součást „evidence based medicíny“. Nebyly zatím, kromě výjimek, prověřeny dvojitě slepými studiemi, jejich účinek je většinou nespecifický, nejsou aplikovány kauzálně ale spíše symptomaticky a věnují se jim převážně léčitelé nebo jsou používány k samoléčbě. Ze všech těchto důvodů **přírodní metody můžeme považovat za zvláštní skupinu, ležící na hranici vědecké a alternativní medicíny**. Protože tato kniha je zaměřena na kritiku specificky neúčinných, mylných až šarlatánských metod, probereme přírodní metody jen ve stručném a neúplném přehledu. Jen několik z nich, které mají nejbližší k alternativní medicíně, popíšeme podrobněji. Samostatnou kapitolu pak věnujeme herbalizmu, bylinářství, které má mezi lidovými metodami zvláštní postavení.

Dělení přírodních metod je nesnadné, protože jde o prostředky a postupy různorodé, používané jen v určitých kulturních oblastech nebo jen lokálně. Způsob jejich aplikace také široce kolísá, takže naše popisy mohou být jen orientační.

### Mechanismus účinku přírodních metod

Od léčby přírodními prostředky lze očekávat jak krátkodobé, tak i dlouhodobé účinky. Krátkodobé efekty jsou důsledkem přímého, bezprostředního působení prostředku. Např. studenými zábaly snížíme tělesnou teplotu, masáží odstraníme svalovou kontrakturu, vhodným cvičením uvolníme ztuhlé klouby. Na dlouhodobých efektech se podílejí komplexní mechanismy, které se popisují jako aktivační, regulační nebo imunomodulační. Vychází se z poznatku, že organizmus má vlastní obranné mechanismy, souhrnně označované jako „léčivá síla přírody“, latinsky „vis medicatrix naturae“, ke kterým patří schopnost adaptace na různé zevní vlivy, schopnost hojení ran, tedy regenerace a schopnost bránit se proti infekci nebo přítomnosti jiných cizorodých nebo i nádorových buněk v těle. Na těchto reakcích se podílejí všechny regulační systémy organismu, tedy nervový, hormonální a imunitní systém, které jsou navzájem propojené. Jakýkoli dlouhodobě působící zevní podnět, fyzikální nebo chemický, vyvolává složitou adaptační odpověď všech těchto systémů, která může vyústit ve

zlepšení fyzického i psychického stavu organismu a zvýšení jeho obranyschopnosti a tím tedy i k příznivému ovlivnění některých chronických chorob. Popisované děje, které jsou dnes součástí intenzivního medicínského výzkumu, jsou však natolik složité a propojené, že oddělovat jejich složky nebo vysvětlovat jimi účinky jednotlivých léčebných postupů je iluzorní.

## **Léčba teplem a chladem**

Využívání tepla a na druhé straně chladu je zřejmě nejčastějším prostředkem lidové i přírodní medicíny. Je to proto, že živý organismus je vystaven neustálým změnám teplot, na což se vybavil řadou adaptačních mechanismů, které zajišťují stabilitu vnitřního prostředí a korigují všechny výchyly od normálního stavu. Mohou tedy příznivě zasáhnout i do vývoje některých chorob. Krátkodobá aplikace tepla nebo chladu může tyto vrozené mechanismy podle potřeby aktivovat nebo tlumit a při dlouhodobé terapii, např. saunováním nebo klimatoterapií lze docílit i výrazného posílení obranyschopnosti organismu.

### **Fyziologické účinky tepla a chladu**

**Teplo** má zřetelný účinek na cévní systém. Rozšiřuje krevní cévy a zvyšuje zásobení tkání kyslíkem. Lepší prokrvení svalů uvolňuje jejich napětí a snižuje tak dráždění nitrosvalových nervových receptorů, které vedou do mozku bolestivé podněty. Zvýšená teplota také urychluje látkovou výměnu a snižuje produkci stresových hormonů. Výrazný je také příznivý vliv na psychickou pohodu.

**Chlad** při krátkodobém působení zužuje krevní cévy a zvyšuje svalové napětí. Když však chlad odezní, cévy se opět roztáhnou, svaly uvolní a dochází k podobnému, ale déletrvajícímú výsledku jako při aplikaci tepla. Přímé ochlazení také tlumí vnímání bolesti, protože chladové podněty a pocity přehluší podněty, vedené drahami vedoucími bolest. Při hlubokém zchlazení kůže se snižuje až nakonec mizí vnímání chladu i bolesti.

### **Indikace**

Tepelné procedury se používají např. při nachlazení, chřipce, bolestech kloubů, zad, při bolestech a kontrakturách svalů, obrnách a zánětech periferních nervů, u chorob ledvin a močového měchýře.

Chladové procedury omezují vnější krvácení i vnitřní výrony, zmenšují otoky, tlumí akutní bolestivé stavy, např. bolesti hlavy nebo záněty kůže i kloubů

### **Způsoby použití**

Teplo i chlad se na tělo většinou přenášejí pomocí nějakého média. Ideálním prostředkem je voda, která se využívá mnoha způsoby. Příkladují se studené nebo horké obklady nebo zábaly, jindy se tělo nebo jeho části ponořují do teplé nebo studené vody, jindy se používají rašelinové nebo bahenní (tzv. peloidy) koupele nebo kompresy, které mají vyšší tepelnou kapacitu než pouhá voda, jindy, např. v sauně se tělo vystaví střídavě horké páře a studené vodě nebo se vodoléčebné procedury kombinují s jinými léčebnými metodami. Tak je tomu v balneologii, které věnujeme samostatný odstavec, právě tak jako při tzv. kneippování.

Vedle vodoléčebných procedur lze samozřejmě aplikovat i suché teplo, např. přikládat zahřáté látkové obklady nebo gumové i jiné nádoby naplněné horkou vodou. Podobně lze místo vodou chladit ledem nebo nádobou naplněnou ledovou vodou. Další možností je využít elektromagnetické záření a vystavit tělo sluneční lázni nebo umělým zářičům viditelného nebo infračerveného záření. Podobný, ovšem hluboký efekt má vysokofrekvenční záření, které využívá řada přístrojů, např. diathermie. I na příznivém působení ultrazvuku se podílí zvýšení teploty ve tkáni.

Někdy lze ke zvýšení celkové nebo lokální teploty využít i teplo vlastního těla. Těsné zabalení těla do přikrývek, doplněné případně teplým nápojem zvyšuje tělesnou teplotu a vyvolává pocení. Zvýšení tělesné teploty má přispět k potlačení celkových, např. virových infekcí. Příznivý účinek těchto zábalů však není jednoznačný a na jejich použití se názory různí. Nesporně pozitivní efekt mají tzv. Priessnitzké obklady (podle V. Priessnitze – viz níže). První vrstvou je mokrá látka, druhou suchý málo prodyšný obal, takže dojde záhy k zapaření a zvýšení teploty pod obvazem. Zábal urychluje průběh lokálních zánětlivých onemocnění nebo vstřebávání výronů.

### **Rizika**

I když je rizikovost těchto fyzikálních metod nízká, přece jen je namístě určitá opatrnost. Banální příčinou neúspěchu léčby nebo zhoršení stavu je, když se zamění tepelná a chladová procedura. Tepelné procedury se nemají používat krátce po vydatné stravě nebo po větším fyzickém, např. sportovním výkonu. Nevhodné je používání těchto metod u osob, které mají sníženou schopnost vnímání teploty, jak je tomu např. u diabetiků. U nich nelze vyloučit event. popálení nebo omrznutí. Terapie teplem se také nedoporučuje u hypertoniků léčených medikamenty, které rozšiřují krevní cévy, a stejně tak u osob trpících těžšími chorobami srdce. Samozřejmě je, že zánětlivé choroby vnitřních orgánů, těžké infekční choroby jako tuberkulóza, nádorová onemocnění, ale i hemoroidy nebo křečové žíly jsou kontraindikací pro nasazení léčby teplem, protože by mohlo dojít ke zhoršení choroby.

Ani chladová terapie není bez rizika. Nemá se používat u zánětů ledvin, močového měchýře, u ischiadických bolestí, zánětlivých revmatických chorob, ale ani v době menstruace. Aplikace chladu se nedoporučuje i u dlouhé řady jiných stavů a nemocí: u hypertenze a na druhé straně i u hypotenze, u osob ke sklonem ke slabosti, mdlobám nebo křečím, u viróz a jiných celkových zánětlivých chorob, u zvýšené činnosti štítné žlázy, u poruch srdečního rytmu, zvýšeného nitroočního tlaku nebo u neuralgií.

---

## **Vodoléčba**

### **Kneippování**

Kneippování resp. terapie podle Kneippa je dlouho známá a stále používaná přírodní vodoléčebná terapie, kterou navrhl německý lékař Sebastian Kneipp (1821 – 1897). Léčba vodou, hydroterapie, se používala už v antice, ale ve středověku se na ni pozapomnělo. Její obliba znovu stoupla teprve v 17. století. Jejím propagátorem byli lékaři J.S. Hahn a jeho syn, a na jejich zkušenost navázal S. Kneipp. Sám na sobě vyzkoušel nejrůznější způsoby aplikace vody a tvrdil, že si koupelemi v Dunaji vyléčil plicní tuberkulózu. V r.1866 vydal knihu „Meine Wasserkur“, která se ihned stala bestsellerem. V r.1880 byl ve Wörishofenu otevřen první vodoléčebný ústav založený na jeho metodě. Používaly se tam různé vodoléčebné procedury, někdy s různými přísadami, ale nejznámější součástí jeho metody se stalo ranní běhání v orosené trávě nebo ve sněhu - kneippování. Svou metodu rozšířil Kneipp postupně o léčbu bylinnými preparáty, které dnes vyrábí firma Kneipp-Werke, o pohybovou terapii, dietní terapii a o doporučení správné životosprávy se zdůrazňováním významu morálky a náboženské víry pro úspěch léčby. Léčebné úspěchy vykládal Kneipp tehdy platnou teorií, založenou na představě o tělesných šťávách. Jeho metodou se měly škodlivé látky (dnes podle alternativních léčitelů „toxiny“) rozpouštět a vyloučit. Kneippova metoda má široké použití a používá se u různých bolestivých i zánětlivých stavů, jak jsme uvedli v úvodu kapitoly o léčbě teplem a chladem. Záhy se rozšířila do celé Evropy, zakládaly se dokonce „kneippovské spolky“, byl založen i svaz Kneipp-lékařů. V Německu je kneippování stále živé, existuje tam

50 lázeňských kneippovských ústavů a více než 100.000 osob je sdruženo v kneippovských spolicích. Naproti tomu v ČR je dnes tato metoda téměř neznámá.

**Hodnocení:** Původní teoretické představy o mechanismu účinku Kneippovy metody jsou mylné. Dnes chápeme jeho terapii jako komplexní léčbu, kde se fyzikální vodoléčebné metody se střídavým působením tepla a chladu uplatňují jako silné podněty, které mohou trénovat vegetativní nervový systém a jeho reakce. Cvičení má přímý vliv za posilování svalstva a na správné držení těla a doporučení správné životosprávy přispívá jak ke zlepšení tělesného zdraví tak i psychické pohody, dnes zvanému wellbeing nebo wellness. Rejstřík chorob a stavů, pro jejichž léčení se Kneippova metoda doporučuje je široký, účinky však nejsou spolehlivě prokázány. Klinické studie rozmanitého typu, které byly dosud provedeny, léčebný efekt jen naznačují a podle hodnocení nejspolehlivější instituce The Cochrane Collaboration je Kneippova metoda jen málo vhodná pro léčení chorob. V žádném případě nelze od ní očekávat podstatné zlepšení nebo vyléčení vážnějších chorob. Nelze opomenout také určitá rizika kneippování, která jsme v podstatě také už uvedli v úvodní kapitole o působení chladu a tepla.

## **Balneologie, lázeňství**

Balneologie je primárně vodoléčebný obor, který se vyvinul na základě lidových a později léčitelských zkušeností, ale do moderní podoby ji dovedl teprve Vincenz Priessnitz (1799-1851), žijící v Gräfenbergu, dnešních Lázních Jeseník. Prosazoval léčbu prací, čerstvým vzduchem a zejména čistou horskou vodou, a vybudoval první lázně v českých zemích. Položil tak odborné základy hydro- i balneoterapie. V některých, zejména evropských státech včetně České republiky se lázeňství rozvinulo do značné šíře. Jeho možnosti jsou však někdy přeceňovány. Zdá se, že kromě příznivého přímého působení např. vodoléčebných procedur, masáží nebo pití léčivých vod se na pozitivním efektu podílí především změna prostředí, možnost společenského a kulturního vyžití, relaxace. V jiných zemích, zejména v USA, však není balneoterapii přičítán takový význam, léčba v lázních není zpravidla pojišťovny hrazena a neřadí se proto běžně do rámce klasické medicíny.

Vzhledem k různorodosti lázeňských postupů i jejich indikací, ale zejména vzhledem k tomu, že o lázeňství existuje i v ČR bohatá literatura a téměř každý s ním má vlastní zkušenost, nebudeme se jím v naší knize podrobněji zabývat.

---

## **Léčba světlem v přírodní medicíně**

Světlo je jednou ze základních podmínek života. Není proto divu, že už od pradávna se slunečnímu světlu připisovala božská moc, že slunce bylo ztotožňováno s bohy a že se jeho světlu přičítaly i léčivé účinky. Už v antice byla léčba slunečním světlem jednou z doporučovaných léčebných metod. V moderní době na tuto zkušenost navázal koncem 18. století francouzský lékař Ch. W. Hufeland, osobní lékař pruského krále Wilhelma II, když svému králi a svým pacientům doporučoval „světelné koupele“. Ty se pak staly součástí léčby tuberkulózy s přesvědčením, že sluneční světlo má antibakteriální vlastnosti. Tento názor byl potvrzen objevem ultrafialového záření W. Herschelem v r.1801 a důkazem jeho smrtícího účinku na bakterie. Dodnes se sluneční záření využívá jako účinná složka lázeňské léčby i klimatické léčby v sanatoriích, i když se za příčinu pozitivního efektu nepovažuje slabý antiseptický účinek UV složky světla, ale jeho příznivé působení na psychiku.

Dnes víme, že dostatek světla a pravidelné střídání dne a noci jsou podmínkou zdravého života. Sluneční světlo např. zvyšuje tvorbu interferonu a zlepšuje tak nespecifickou



imunitu. Předpokládá se také, že dlouhodobější pobyty na denním světle snižují hladinu stresového hormonu kortisolu a naopak zvyšují produkci endorfinů, které zajišťují pocit pohody a zvyšují práh bolestivosti. Blíže popíšeme tyto mechanismy při popisu placebového efektu. Nedostatek světla má naopak negativní účinky především na psychiku, a proto se v zimních měsících, zejména v severských státech, dostávají poruchy spánku i těžší depresivní stavy s různými psychosomatickými příznaky. Je pravděpodobné, že tyto obtíže souvisejí s poruchou tzv. vnitřních biologických hodin. Jako léčebný prostředek se proto dnes doporučuje nahradit nedostatek slunečního záření světlem umělým. Vyrábějí se silné lampy s bílým světlem bez UV a části infračerveného záření o výkonu cca 10.000 W, které se mají používat dvakrát denně, ráno a večer po dobu půl až jedné hodiny, aby se normalizoval rytmus den – noc. Speciální velkoobjemové lampy jsou dnes k dispozici i na českém trhu. Zájem o ně je velký, i když jejich pozitivní působení na nespavost ani na deprese nebylo dosud bezpečně potvrzeno. Léčba denním světlem není jen doménou alternativní medicíny, ale i na řadě vědeckých i klinických pracovišt' se tato léčba začíná zkoumat a používat u řady psychických onemocnění, dokonce i u stařecké demence.

Nejen světlo samotné, ale i jeho barva vždy hrála v životě společnosti i v léčitelství významnou roli. Někteří léčitelé, kteří „léčí barvami“, se odvolávají až na kněze v Atlantidě. Barvám byly přisuzovány různé vlastnosti, v každém kulturním okruhu a v každé době ovšem jiné. Barevným ozdobám se zřejmě už v prehistorii přisuzovala magická moc, měly především chránit před zlými bohy. Dodnes hrají barvy významnou roli při náboženských i jiných rituálech a svůj význam měly odjakživa i v politice, třeba v rodové a státní symbolice, i ve sportu. Vlajky a oděvy to dokazují nejlépe. Různým barvám se přiřítal i určitý léčivý význam. Např. ve staré Číně a Egyptě byl nemocný se střevní chorobou natírán žlutou barvou, při srdeční chorobě byl zahalen do červených pláten, epileptik do fialových. Ještě ve středověku se např. revmatické klouby ovíjely modrým obinadlem.

Léčba denním světlem a zejména časté a déletrvající opalování však není bez rizika. Nejde jen o akutní spálení kůže s erythemem, puchýři event. i následnými jizvami, ale může dojít k urychlenému stárnutí kůže se změnami pigmentace a pružnosti kůže. Ještě závažnější je zjištění, že u lidí, kteří se dlouhodobě vystavují vyšším dávkám slunečního světla, se s podstatně větší frekvencí objevují kožní nádory, zejména maligní melanom, nádor s vysokou úmrtností.

Vedle uvedených metod, které můžeme považovat za přírodní léčbu, se v souvislosti s vysvětlením podstaty světla a objevem jeho rozkladu na frakce objevily další možnosti léčby, které využívá jak vědecká, tak zejména alternativní medicína. Popíšeme je v samostatné kapitole Fototerapie – Léčba světlem.

---

## **Detoxikační, vylučovací metody v přírodní medicíně**

Choroby je třeba nejen diagnostikovat a léčit, ale také vysvětlovat jejich příčiny. Už ze starověku pochází mylná představa, že nemoc je způsobena špatnými šťávami, které cirkulují v těle. Logicky z toho vplynuly i možnosti léčby. Špatnou šťávu je nutno z těla vypustit, zbavit ho jedů. Takový názor zastával už Hippokrates. K vyléčení má vést pocení, vyprázdnění žaludku zvracením, střev projímadlem, vypuštění krve nebo hnisu. Tato představa se stala základem mnoha lékařských postupů a udržela se v původním smyslu a rozsahu až do 19. století do doby, kdy byly objeveny infekční zárodky a postupně i řada dalších nezávislých příčin chorob. Mnoho z původních metod proto postupně zaniklo, např. dříve široce rozšířené pouštění krve, jiné se udržely dodnes jako pomocné, v některých případech skutečně prospěšné metody. K těm dosud užívaným, i když zřídka a obvykle jen

léčitelem, patří léčba pijavkami nebo baňkami, přikládání dráždivých náplastí nebo ojediněle ještě založení fontanely nebo hluboké rány. Změnila se však terminologie, místo o škodlivých šťávách mluví někteří dnešní léčitelé mluví o „toxinech“, které mají být hlavní příčinou nemocí a o detoxikaci. Téměř všechny staré i nově vymyšlené metody alternativní medicíny právě tak jako potravinové doplňky inzerované na webu mají detoxikovat organismus a také ho ovšem imunomodulovat. Dvě z detoxikačních metod jsou dnes v módě, jednak výplachy střev, dnes známé pod vědecky znějícím názvem colonhydroterapie, jednak různé typy moderních, vysoce „sofistikovaných“ detoxikačních postupů, jejichž typickým příkladem v naší republice je metoda MUDr. J. Jonáše, zvaná hrdě „Detoxikační medicína“. Tyto poslední metody popíšeme jako typické metody alternativní medicíny v kapitolách „Detoxikační metody“ a „Ostatní metody“.

---

## Léčba pohybem, cvičením

Pohyb, ať už chůze nebo běh, jsou jednou ze základních aktivit všech živočichů. I u člověka tomu tak donedávna bylo. Dnešní člověk však většinu času naplní sezením ve škole nebo v kanceláři, jízdou v autě a posedáváním před televizí nebo před monitorem počítače. Tato zásadní změna života sebou nese své „ovoce“: obezitu, vadné držení těla, sklon ke všem civilizačním chorobám jako je ateroskleróza, osteoartróza, osteoporóza, metabolické choroby, především diabetes aj. Jednou z hlavních příčin rozvoje těchto potíží nebo chorob je právě nedostatek pohybu.

Proč tomu tak je? Všechny tkáně lidského těla, jejich kvalita i objem, nejsou vytvořeny v nezměněné podobě jednou pro vždy, ale vyžadují stálou údržbu a přestavbu, která je podmíněna správnou funkcí. Tvar a strukturu těla a jeho tkání udržuje funkce, přesněji proces, nazývaný funkční adaptací. Ideálním příkladem takové funkční adaptace je svalovec – kulturista. Při nedostatku tělesného pohybu jsou negativně ovlivněny nejen tkáně pohybového systému, tedy kosti, vazy a svaly, ale nepřímo také všechny ostatní orgány dýchacího, cirkulačního, trávicího, ale i nervového a hormonálního systému.

Je zřejmé, že by řada potíží a chorob dnešního člověka zmizela, kdyby se vrátil k původnímu způsobu života. Jenže to už nelze. Nezbyvá tedy, než přirozený pohyb při lovení zvěře a fyzické práci nahradit cvičením. Máme nepřeberné možnosti. Optimální jsou pravidelné, denní procházky rychlým tempem, běhání, jízda na kole, plavání, lyžování, gymnastika a j. K dispozici jsou i nejrůznější další sporty, které jsou však často jednostranně zaměřeny na některé svalové skupiny a systémy nebo kvality, na rychlost, sílu nebo jen na vytrvalost. Dnes má každý možnost věnovat se těmto aktivitám individuálně nebo navštěvovat cvičení v rámci různých organizací nebo místních sportovních klubů. Ze západu k nám přišla móda různých fitness a wellness center.

Největší efekt má při všech pohybových a sportovních aktivitách pohyb pravidelný, dlouhodobý. Pohybový systém reaguje zvýšením síly, rychlosti, vytrvalosti, koordinace, pohyblivosti. Výrazné jsou i další změny v celém organismu: posiluje se srdeční svalovina a zvolňuje se srdeční akce, zlepšuje se prokrvení srdce i plic, posiluje se funkce jater, zvyšuje se hladina HDL-cholesterolu a klesá celková hladina tuku v krvi, klesá hladina krevního cukru, zklidňuje se vegetativní nervový systém, zvyšuje se odolnost proti stresu, získává se pocit zdraví.

Vedle těchto možností, které jsou určeny spíše pro prevenci chorob, se rozvinul i léčebný tělocvik, zaměřený na některé speciální choroby, na vadné držení těla nebo na rehabilitaci po úrazech nebo operacích. Vznikla tak samostatná disciplína, léčebný tělocvik, která vyžaduje několikaletý výcvik fyzioterapeuta, pod jehož vedením se cvičení provádí.

Protože fyzioterapie patří do rámce konvenční medicíny, nebudeme ji probírat detailně, ale budeme se zajímat o některé „alternativní“ postupy, využívající pohyb ke zlepšení fyzického nebo psychického stavu nebo k léčbě chorob, často ve spojení s meditací nebo jiným duchovním cvičením. Nejsou podloženy racionálním výkladem jejich účinku, jejich účinnost nebyla zatím ověřována klinickými studiemi, mnohé z nich vycházejí z mylných nebo esoterických konceptů. Mezi ně patří metody, které se k nám dostaly buď z Orientu, nebo ze západních zemí. Některé z nich, jako jsou **čchi-kung**, **tai-či** nebo **kung-fu**, které jsou součástí tradiční čínské medicíny, **jóga** nebo **Tři Tibetané**, budou probrány v kapitole Orientální medicína. Z nepřehledného množství dalších metod popíšeme jen několik u nás méně známých, jako je Alexanderova nebo Feldenkreisova metoda, eurytmie nebo naopak dnes se u nás rychle šířící Pilates.

### **Alexanderova metoda**

Metodu, zvanou také Alexanderův princip, rozšířenou v západních anglofonních zemích, vymyslel koncem 19. století australský herec F.M. Alexander, který zjistil, že jeho dlouhodobé potíže s hlasem – při vystoupení ztrácel hlas – souvisely se špatným držením těla. Podle jeho názoru člověk často špatně používá svou páteř, zvyká si na nevhodnou polohu a postupně dojde k vychýlení obratlů ze správné polohy. Jeho metoda spočívá v nácviku správného držení těla a správných pohybů. Např. hlava má při pohybu vždy mířit vpřed, páteř následuje, pacient má na svůj pohyb myslet a mnohokrát jej opakovat. Technika a její cviky jsou značně komplikované a pacient je proto musí provádět pod vedením speciálně školených instruktorů. Mnohé cviky jsou voleny individuálně podle potřeb pacienta a jeho potíží. Nácvik je dlouhodobý, pacient absolvuje dlouhé série hodinových cvičení a učí se novým, správným postojům a pohybům. Má si navyknout na nové motorické stereotypy, aby si zlepšil rovnováhu těla a koordinaci pohybů. Při takovém soustředění na pohyb je také údajně modulován i vegetativní nervový systém. Podle jejich propagátorů je tato technika účinná při řadě chorob, např. astmatu, chronických bolestech, úzkosti, hypertenzi, chronické únavě a jiných potížích.

Alexander měl se svou metodou ihned velký úspěch v USA, kde je používána dodnes. Přes značnou oblibu není metoda dostatečně prověřena a neexistují seriózní studie, které by její účinnost potvrdily. Do České republiky se zatím nerozšířila.

### **Feldenkreisova technika**

Podobnou metodou je Feldenkreisova technika, široce používaná v USA, Západní Evropě a Izraeli. Existují národní společnosti i společnost mezinárodní, školící cvičitele a soustřeďující zájemce o tuto metodu. Metodu vytvořil Moshe Feldenkrais (1904-1984), ruský Žid, význačný fyzik a také lékař, který se po zranění svého kolena věnoval studiu mechaniky lidského těla a jeho vztahu k mysli. Své pacienty označoval jako „žáky“ a učil je principům správného myšlení a pohybu. Jde tedy spíše o pedagogický než léčebný koncept. Feldenkrais chtěl pomocí speciálních cvičení naprogramovat mozek k dokonalému ovládnutí těla. Jeho metoda má dvě složky, jednak individuální manipulativní léčbu, „funkční integraci“, jednak skupinové cvičení, „Awareness through Movement“ (pohybem k vědomí). Svou metodu popsal ve stejnojmenné knize, ale cvičení je natolik komplikované, že je musí řídit vyškolený cvičitel a pro nacvičení pohybů se pořádají kurzy. Cílem metody je zlepšit držení těla soustředěním pozornosti na postoj, gesta aj. Cvičení probíhá nejprve na zemi v poloze vleže, aby se omezil vliv gravitace, pak teprve ve stoji, při čemž všechny velice jednoduché pohyby jsou pomalé a pacient je má hluboce prožívat a uvědomovat si, jaké mentální a psychické

procesy s těmito pohyby souvisejí, aby se naučil žít v souladu se svým tělem. To mu má umožnit, aby se zbavil chybných pohybových vzorců a naučil se nové, správné.

Feldenkreisova metoda nebyla původně koncipována jako léčebná pohybová metoda, ale přesto je dnes používána i v lékařských indikacích. Patří k nim vadné držení těla, dýchací problémy, bolestivé stavy páteře a kloubů, některé nervové choroby a různé chronické bolestivé stavy. Má být účinná také při úzkosti a depresích.

Účinnost metody byla prověřována v několika klinických studiích, které prokázaly zvýšení pohyblivosti páteře spolu se zmírněním bolestí, a byl také doložen pozitivní vliv na psychiku u stresovaných a úzkostných osob. Zda je metoda smysluplná i u jiných potíží a nemocí, není prokázáno.

## Pilates

Pilates je cvičební, v západním světě rozšířený systém, který v minulých letech pronikl i do ČR. Autorem metody je Němec Joseph H. Pilates (nar. 1880), který po exilu do USA po 1. světové válce zavedl cvičební program, určený původně pro německé válečné veterány, do USA, kde získal značnou popularitu. Po smrti autora převzala šíření metody, postupně poněkud upravované, jeho manželka.

Metoda původně používala jen 34 jednoduchých cviků na zemi a na žíněnce. Později se repertoár cviků rozšiřoval a vedle prostého cvičení Pilates zavedl různé přístroje k posilování svalů. Základní myšlenkou jeho techniky je představa, že tělo a mysl navzájem souvisejí a že jeho metoda posiluje současně oba systémy. Důraz je při cvičení kladen na správné dýchání, koncentraci, kontrolu pohybů, přesnost a plynulost cviků. Podle Pilatova názoru je centrem lidské postavy pánev, a proto je nutné především posilovat svaly kolem tohoto centra (powerhouse), tedy svaly bederní a pánevní dno. Metoda Pilates nepoužívá nespočetná opakování až do únavy svalů, naopak vytváří podpůrný systém pomocí pozvolného vypracování jednotlivých svalových skupin s cílem dosažení harmonického celku. Cvičení se má provádět přesně podle vypracované Pilates techniky, a proto všichni, kdo chtějí tuto techniku provozovat, musí projít školením.

Na dalším šíření metody se podíleli i jiní léčitelé a metoda slavila úspěchy. V r.2005 ji v USA provozovalo údajně těžko uvěřitelných 11 milionů lidí a 15.000 instruktorů. Jedním z nich je paní Mgr. Renata Sabongui, která metodu přivedla do naší republiky a ihned v r.2001 zažádala o licenci a ochrannou známku na její provozování. Známká sice byla udělena, ale v r.2005 bylo povolení zrušeno, protože termín „pilates“, jak rozhodl americký federální soud, je již obecně používaný a má tedy generický charakter. Metoda na našem trhu zakotvila, byla založena i její organizační centrála, Pilates Academy, na webu se nabízejí skupinová cvičení i placené výukové kurzy, k dispozici jsou disky DVD. Vedle cviků vhodných pro každého jsou nabízeny speciální techniky pro těhotné, po porodu, pro sportovce, začátečníky i pokročilé. Podle reklam na webu *„pohybové sekvence jsou v každém programu promyšleně vypracovány tak, aby odbouraly špatné návyky a nenásilnou formou posílily celé tělo a jeho držení.“* Cvičení se doporučuje pro posílení těla, pro vypracování krásného, dokonalého těla, pro rehabilitaci po úrazech a operacích, ale také při různých chorobách, např. bolesti zad, skolióze, inkontinenci aj. Samozřejmě je vhodné ke zlepšení psychické nálady a při depresích.

Posoudit účinnost metody je obtížné. Obsahuje podobné teoretické i praktické prvky, jako metoda Feldenkreisova i Alexanderova, ale je obohacena o cvičení s různými pomůckami. Jako všechny jiné pohybové metody je nesporně prospěšná pro zpevnění těla i pro dosažení psychické pohody, její léčebné účinky jsou však stejně sporné jako u ostatních metod. V naší republice nese Pilates všechny rysy módních, dnes k nám pronikajících metod. Metodu k nám vždy přinese nějaká „mimořádná“ osobnost, metoda je masivně, barnumsky

propagována na webu, ihned se vybuduje organizační centrum, nabízejí se kurzy a slibují se neuvěřitelné efekty.

## Eurytmie

Eurytmie („krásné rytmické pohyby“) je zvláštní způsob rytmického tance, spojeného s prvky řeči. Vymyslel ji Rudolf Steiner jako součást své „duchovní vědy“, antroposofie, a prezentoval ji jako „řeč andělů“. Jde o cvičení „duchovní“, oduševnělé, které má povzbudit duševní a duchovní vývoj člověka, zejména dítěte. Vychází z mystických a astrologických principů. Pohyby mají svůj význam, jsou provázeny slovy, která souvisejí ze Zvěrokruhem. Určité pohyby představují samohlásky, jiné souhlásky. Dvanáct souhlásek odpovídá počtu znamení zvěrokruhu, stejný je i počet hudebních klíčů, sedm samohlásek odpovídá původnímu počtu planet a totéž platí o druzích pohybu a pauzách. Eurytmie se používá místo tělocviku ve Waldorfských školách.

Eurytmie má ovlivňovat současně tělesnou, duševní i duchovní stránku člověka a má mít i léčebný efekt. Proto se někdy mluví o léčebné eurytmii, kterou lze zařadit právě tak do rámce léčby pohybem, jako do oblasti umění, arteterapie. Pomocí eurytmie údajně pacient vyjadřuje své pocity, tužby. Vede ho to k sebeuvědomění, sebezdokonalování a motivuje k aktivnímu zájmu o léčbu. Metodu používají učitelé Waldorfských škol, psychologové nebo speciálně vyškolení cvičitelé, kteří se vzdělávají v dlouhodobých, i víceletých kurzech.

**Hodnocení:** Eurytmie má sice pseudovědecké prvky, ale Steinerovi se podařilo intuitivně navrhnout metodu, která spojuje rytmické pohyby s rytmikou řeči a má jistý výchovný i terapeutický efekt. Rytmické prvky ve výuce i umělecké výchově mohou nepochybně pozitivně ovlivnit vnímání i vzájemnou komunikaci dětí, a jako pomocná terapie může mít eurytmie příznivý, samozřejmě jen nespecifický efekt jak na tělesnou, tak i na psychickou stránku pacienta. Mystické prvky jsou ovšem balastem, bez kterého se rytmické cvičení může obejít, a který je součástí plánované indoktrinace dětí iracionální Steinerovou antroposofií.

Bližší údaje o eurytmii, antroposofii a antroposofické medicíně lze najít v článku: Heřt J.: Antroposofie a Waldorfské školství. Sborník Věda kontra iracionalita 2. Academia 2002, 144-161.

---

## Masáže

Jednou z nejstarších léčebných metod jsou masáže. Vyvinuly se snad z přirozené potřeby dotýkat se a hladit poraněná a bolestivá místa. Měly snad také sloužit vyhnání démonů. Už před 4,5 tisíci lety se masáže prováděly v Číně, z antiky známe masáže olympijských sportovců i masáže léčebné. Byly známé i v římských lázních a odtud se dostaly do arabského světa. Ve středověku, spolu s křesťanským negativním přístupem k tělesnosti se na masérské umění zapomnělo a teprve v 16. století se zájem o ně oživil. Jako první používal masáže při rehabilitaci zraněných vojáků francouzský chirurg Ambroise Paré (1510-1590). Na vypracování přesné techniky masáží se podílela řada dalších významných lékařů. V přehledné podobě byly popsány ortopedem Albertem Hoffou (1859-1901). Od té doby se tato tzv. klasická masáž používá v nezměněné podobě dodnes a stala se regulérní součástí konvenční medicíny. V druhé polovině 20. století došlo k dalšímu prudkému rozvoji masáží. Impulzem k tomu byly jednak nové vědecké poznatky o lidském těle a o mechanismu působení masáží, jednak nadšené zprávy o používání podobných technik v Orientě.

Dnes můžeme masáže rozdělit do dvou základních skupin. Do první z nich, která je součástí vědecké medicíny, řadíme klasickou a od ní odvozenou reflexní masáž, do druhé masáže orientálního původu a esoterického charakteru. Ty už svou povahou patří do rámce medicíny alternativní. Na tomto místě musíme upozornit, že se termín „reflexní masáž“ v České republice používá mylně pro označení „reflexologie“, což je typicky „alternativní“ metoda, příbuzná akupunktúře. V souvislosti s ní bude popsána.

**Klasická masáž** se provádí buď na celém těle, při čemž se postupuje od periferie k centru, nebo na postižených oblastech, na zádech, na břiše, končetinách. Technika masáží spočívá v postupném a také střídavém uplatnění pěti základních hmatů, dotyku, hlazení, hnětení, poklepávání a vibrace. Masáž se často doplňuje prohrátím masírované krajiny, dechovou terapií, fyzikální terapií, přidává se hudební doprovod.

Mechanismus jejího účinku je komplexní. Přímé manuální působení, tlak, tah a vibrace vedou k podráždění a reakci kožních a podkožních nervových receptorů. Od nich vedou dostředivé dráhy, které se při své cestě do mozku i v něm střetávají s drahami, přivádějícími bolestivé podněty z postižených orgánů a utlumují je. Předpokládá se i uvolňování endorfinů, látek podobných opiu, v mozku. (Podrobněji popíšeme tyto mechanismy v rámci akupunktury.) Masáž přispívá také ke zvýšení teploty ve tkáni, urychluje odtok škodlivých látek z mezibuněčného prostoru, zvyšuje prokrvení tkáně, uvolňuje svalové napětí a snad také pozitivně moduluje imunitní systém. Uplatňuje se i příznivé působení blízkosti a dotyku člověka na psychiku pacienta.

Vedle této klasické masáže se vyvinula i masáž cílená na určité oblasti a orgány, která využívá to, že lidské tělo je původně segmentováno a že jsou různé tkáně, které ze segmentů vznikají, navzájem propojeny společným nervem. Proto se bolesti z vnitřních orgánů promítají do kožních okrsků, do tzv. Headových zón, a naopak lze drážděním těchto kožních okrsků ovlivnit vnitřní orgány. K této **reflexní, resp. segmentové masáži** patří několik specializovaných masážních postupů. Je to reflexní svalová masáž, která se zaměřuje na bolestivé svaly, zejména na místa s maximální citlivostí, tzv. spouštěcí body, dále colonmasáž, kdy se krouživými pohyby aktivuje tlusté střevo při zácpě, periostální masáž, vhodná při artrózách, kde se silnějším tlakem dráždí periost – okostice na přístupných místech, např. nad klíční kostí, kyčelní lopatou, na bérce a pod. Jinou formou je jemná pojivová masáž, která se používá na uvolnění tužší podkožní tkáně. Speciální formou je lymfatická drenáž, která může jako pomocná metoda pomoci při léčbě otoků na končetinách

Indikace ke klasické a reflexní masáži jsou široké. Používají se při bolestech zad, při svalových kontrakturách, při rehabilitaci po úrazech a operacích, při únavě svalstva po náročných sportovních výkonech, u astmatu, jako prevence otlaků – dekubitů, jako celkově posilující metoda u novorozenců nebo u pacientů na intenzivní léčbě a také u úzkostných pacientů ke zmírnění psychické tenze. Účinnost masáží u většiny z těchto indikací byla prokázána množstvím klinických studií.

Rizika masáží jsou řídká a málo závažná, ale přece jen existují některé kontraindikace.

Masáže se nemají provádět u zánětlivých chorob, nádorů, u kožních nemocí, u krevních chorob, při tendenci k trombózám, u pacientů používajících léky k omezení krevní srážlivosti, v raném období po infarktu, u srdeční slabosti a v řadě dalších případů. Léčebné masáže má proto předcházet vyšetření u lékaře, ale zejména se má pacient svěřit do rukou školeného maséra. V některých zemích, např. v Německu, se vyžaduje licence, kterou získají maséři ve speciálních školách po více než dvou letech školení.

V současné době existují také přístroje, které nahrazují masáž manuální. Patří sem např. vibrační masáž, ultrazvuková masáž, elektromasáž nebo podvodní tlaková masáž. Tam, kde chceme ovlivnit i psychiku pacienta, je ale určitě vhodnější přítomnost terapeuta, tedy masáž manuální.

Při porovnání masáží s jinými manuálními a kontaktními metodami si musíme uvědomit, že základním mechanismem účinku je dráždění kožních receptorů, což vede reflexně k utlumení bolesti, vedené dostředivými nervy z chorobného ložiska. Stejný mechanismus využívají, a proto podobný efekt mají všechny metody, dráždivé kožní receptory, ať už je to akupunktura, akupresura, hořčičná placka, dráždivé masti, přikládání baněk. Proti těmto metodám má ovšem masáž výhodu v tom, že hlubší manuální zásahy ovlivňují vedle kožních receptorů i hlubší tkáň, podkožní vazivo a svalstvo, a využitím odpovídajících projekčních okrsků i vnitřní orgány.

Vedle klasických masáží se dnes rozšířily, zejména v různých fit centrech a wellness centrech nejrůznější masáže orientálního původu. Jde např. o čínskou tuina-masáž, o thajskou masáž a pod. O nich se blíže zmíníme při popisu Tradiční čínské medicíny. Zvláštní efekty od nich však očekávat nelze, spíše naopak. Tyto metody nevycházejí ze znalosti lidského těla a ověřených mechanismů působení masáží, ale z esoterických představ o různých duchovních energiích, o toku energie čchi, který má být ovlivněn masáží v akupunkturálních bodech a pod. Jak ukážeme v kapitole o čínské medicíně, představy o energii čchi, dvojici jin-jang a o existenci aktivních bodů a meridiánů jsou mylné. Tyto exotické masáže jsou oblíbené především proto, že jsou nové, módní a spojené se silným placebovým efektem.

---

## Diety, hladovění, půst

Člověk patří mezi omnivora, všežravce a žije se velmi různorodou stravou. Zdravý organismus člověka se proto dovede vyrovnat s širokou škálou potravin. Optimem je ovšem smíšená strava s vyrovnanou příjmově-výdajovou bilancí. Jiné je to u člověka nemocného, kde je nutno přizpůsobit výběr, kvalitu i kvantitu živin povaze a stadiu nemoci. Určitý způsob výživy, ať už všestranný nebo odchýlný od normálního stravování, se označuje termínem dieta (řecky diaita = životní styl). Dietetika je dnes dokonale propracovaný a samostatný obor vědecké medicíny, vyžadující speciální vzdělání dietních odborníků.

Na rozdíl od racionální dietetiky se v léčitelství doporučují různé iracionální speciální diety, sloužící k prevenci nebo léčbě. Protože léčebným prostředkem všech dietních metod je přirozená strava, jen různým způsobem modifikovaná a dávkovaná, řadíme diety mezi přírodní metody, i když ty, které nyní popíšeme, jsou již alternativní medicínou par excellence.

Mnohé z nich jsou jednostranné, nedostatečné, založené na mylných principech, nemají předpokládaný efekt a naopak mohou zdraví člověka vážně poškodit, i když se označují jako přírodní nebo přirozené. Rizikové jsou zejména v dětském nebo naopak stařeckém věku nebo v těhotenství. Mezi takové diety patří některé redukční diety, dále Breussova dieta, makrobiotika, Breatharianismus a řada dalších, pojmenovaných většinou podle jejich autora. Tři zmíněné diety, představující největší riziko pro pacienta, stručně popíšeme. Samostatnou zmínku zasluhuje půst. Zájemcům o kritické popisy širokého rejstříku mnoha dalších diet doporučujeme německou publikaci Handbuch Die Andere Medizin, 3. nebo 4. vydání (!).

### Breussova dieta

Breussova metoda je jednou z mnoha diet určených k léčbě rakoviny, a z nich pravděpodobně nejabsurdnější. Rudolf Breuss (1899-1980), rakouský léčitel, vyšel z primitivní intuitivní představy, že nádory lze vyléčit vyhladověním. Pacient se má proto žít po dobu 42 dnů jen zeleninovými šťávami, veškerou tuhou stravu musí vyřadit a pít má

jen bylinkové čaje. Šťáva se vyrábí v Rakousku průmyslově, připravit ji lze i v domácích podmínkách. Obsahuje šťávy z červené řepy, mrkve, celeru, černé ředkve a brambor. Nemocný smí vypít pouze 125 až 500 ml této šťávy za den. Ke šťávám lze v malém množství pít bylinkové čaje (urologický, kakostový a šalvějový s třezalkou, mátou a meduňkou), rozsah i pořadí je také pevně stanoveno. Během kúry nesmí být prováděna žádná onkologická intervence. V zahraničí jde o metodu zcela okrajovou a ve většině publikací o metodách alternativní medicíny není ani zmiňována. Naproti tomu v České republice byla před několika léty intenzivně propagována a psalo se o ní snad ve všech médiích.

**Hodnocení:** Princip metody je mylný a nebezpečný. Nádor se totiž chová podobně jako plod, živiny z těla matky dostává přednostně. Nádor plně využívá nabídnuté zdroje, nereaguje na regulační mechanismy organismu a roste autonomně. Naproti tomu buňky zdravých tkání zareagují na hormonální signály organismu, sníží svůj metabolismus a přijímají méně živin z krve. Onkologický pacient tak zemře dříve než odumře nádor. Organismus pacienta, trpícího rakovinou, potřebuje tedy bohatou výživu, která by zamezila výraznému hubnutí, provázejícímu onemocnění rakovinou. I druhý Breussův názor, že zeleninové šťávy mají protirakovinné působení, je mylný. Bylo sice prokázáno, že požívání většího množství zeleniny vede k pozitivnímu ovlivnění poškozených tělních buněk před rakovinným zvratem, avšak na buňky nádorové to již vliv nemá. Nádor vyhladovět nelze a ve svém růstu na úkor organismu pokračuje.

Někteří léčitelé ovšem kritiku nepřipouštějí, dieta je podle nich vždy účinná a selhání nebo dokonce úmrtí je vždy chybou nemocného. Podle Breusse za případné selhání může vždy nedodržení pravidel diety nebo kombinace diety s jinou terapií.

## **Makrobiotika**

Makrobiotika je alternativní způsob výživy, který se prezentuje jako snaha o návrat k přirozenému způsobu života. Je charakterizován především rostlinnou stravou a minimálním obsahem živočišných potravin. Hlavní složkou potravy jsou obiloviny, některé druhy zeleniny, luštěniny, mořské řasy, semena, zejména ořechy a ovoce. Jen v malém množství je povoleno maso ryb, mořských živočichů a drůbeže. Makrobiotika odmítá výsekové maso, které je dle Ohsawy jedovaté, právě tak jako tuky, uzeniny, mléko. Z plodin se používají jen domácí druhy, potraviny jiného původu, jako brambory, rajská jablka, tropické ovoce se pokládají za nezdravé. Zakázán je také cukr, sůl, káva, čaj, alkohol. Stoupenci makrobiotiky odmítají i užívání léků a drog. Její součástí jsou i jiné léčebné praktiky orientální zdravotní vědy. Všechny tyto zásady jsou zdůvodňovány filozoficky, potraviny jsou hodnoceny podle obsahu dvojice jin – jang. Takovou výživou lze prý dosáhnout energetické rovnováhy a také vyhojit všechny choroby včetně rakoviny.

Makrobiotika je systém novodobý, vytvořil ho japonský filozof George Ohsawa (1893-1966). Vycházel při tom z tradičního japonského životního stylu, orientálního léčitelství, taoistické filozofie a bohatě využil vlastní fantazii. Primárním cílem makrobiotiky je otevřít cestu ke spirituálnímu povznesení. V r.1965 vydal Ohsawa základní knihu „Zen – makrobiotika“. Makrobiotika má nábožensko-filozofickou povahu a byla proto v USA jako náboženství zaregistrována. Ohsawa navrhl deset stupňů (pro běžnou praxi jen sedm) makrobiotické výživy od velmi přísné jednostranné stravy, skládající se jen z obilí, až po volnější, pestřejší způsoby výživy. Věřil, že chybějící látky získá člověk transmutací povolených složek potravy. Z jeho následovníků jsou neznámější Michio Kushi s jeho „Vesmírnou medicínou“ a Tomio Kikuchi, kteří Ohsawovo učení poněkud modifikovali. Jejich knihy byly přeloženy i do češtiny. Makrobiotika se rychle rozšířila v orientálních zemích a koncem 20. století expandovala do USA a Evropy v souvislosti s šířením postmodernismu, zvýšeným zájmem o spiritualitu a orientální kulturu. Pronikání makrobiotiky bylo provázeno intenzivní propagandou, vydáváním literatury, zakládáním



speciálních center. I v České republice se už v r.1992 konal mezinárodní makrobiotický kongres. V současné době je makrobiotika na ústupu a patří mezi méně významné z dnes existujících alternativních způsobů výživy.

**Hodnocení:** Makrobiotika je dogmatický výživový způsob založený na mylných předpokladech. Určovat dietu člověka totiž nelze na základě iracionálních náboženských nebo filozofických představ. Člověk je všežravcem a evolučně adaptován na pestré rostlinnou i živočišnou stravu. Makrobiotika je dieta jednostranná, nevyvážená, a proto zákonitě nevhodná a riziková. Neobsahuje dostatek výživných látek a může dojít k těžké podvýživě. Byly popsány i smrtelné případy. Rizikovost makrobiotiky potvrdily rozsáhlé studie v USA i Evropě. Nejohroženější jsou těhotné ženy, kojenci a děti. U nich byla prokázána stagnace tělesného růstu, zpomalený psychomotorický rozvoj a choroby způsobené deficitem vápníku (křivice) a vitaminů B12 a B2. Kushiho doporučení pít pouze při větší žízní může pak vést k poruchám funkce ledvin. Léčebné účinky makrobiotika samozřejmě nemá.

Podrobnější informace najde čtenář v kapitole „Makrobiotika“ A. Aujezdské v knize „Kolektiv autorů: Alternativní medicína, možnosti a rizika“.

### **Breatharianismus (inedia)**

Breatharianismus (breathe = angl. dýchat, inedia = lat. půst, hladovění) je doporučovaný životní způsob, podle kterého není nutné jíst, pít ani spát, stačí jen dýchat, protože lze žít jen ze vzduchu. První známou takovou osobou byla Therese Neumannová v Rakousku, která se údajně pod dobu 36 let živila Svatým dechem, transformovaným chlebem. Cílem je povznést se a stát se spirituální bytostí. Tato představa zřejmě vyšla z postění, které je součástí některých náboženství. Půst má být blahodárný, protože očisťuje tělo i mysl člověka. Přiblíží ho také chudým, hladovějícím a tím se člověk i duchovně povznáší. Logicky z toho podle breathariánů plyne: jestliže je částečný půst prospěšný, pak úplné odmítnutí jídla, pití a spánku musí být ještě daleko lepší. Člověk se může stát spirituální bytostí. Tyto myšlenky propagují i dnes někteří breathariáni v Austrálii i v USA. Australanka Ellen Greve tvrdí, že získává veškeré potřebné živiny z prány = Božího světla = univerzální životní síly. V knize „Living on light“ doporučuje 21denní program, který zastaví stárnutí a umožní dosáhnout nesmrtelnosti. Greveová vede na webu Kosmickou Akademii, pořádá semináře za 2000 dolarů a má údajně 50.000 následovníků ve světě. Tři z nich sice již zemřeli, ale podle paní Greve je to prý proto, že jsou lidé dnes špatně naprogramováni. Média jim totiž vsugerovala, že lidé mají potřebu jíst. Breathariáni existují i v USA, kde dokonce existuje i Breathariánský Institut, který vede Wiley Brooks. Jeho hlavní argument ve prospěch breatharianismu. je: Jestliže je potrava tak důležitá, proč se jí lidské tělo snaží vždy zbavit?

**Hodnocení:** Představy breathariánů o možnosti existovat bez potravy a pití jsou nebezpečným nesmyslem, jak ukazují případy úmrtí. U paní E. Greve ostatně novináři našli plnou spíž jídla. Breatharianismus je jen výnosné šarlatánství, protože naivita lidí je nezměrná a vždy se najdou lidé, kteří kupují knihy a platí drahé kurzy breathariánských guruů.

Dýchání lze v oblasti paramedicíny využít i jiným způsobem, jak ukazují příklady „léčebného dýchání“ a také Grofova „holotropního dýchání“ (viz dále).

### **Půst**

Lidové zkušenost ukázala, že krátkodobý půst může mít na tělo příznivé účinky. Doporučoval se proto odjakživa jako pomocný léčebný prostředek. Časem se hladovění spojilo i s náboženskými představami. I křesťanství má své postní období – masopust, i když je půst jen částečný, omezený na maso a dnes už ho jen málokdo respektuje. V současné době, kdy je módní štíhlá linie, používá se půst, tedy úplné hladovění, jako úvodní fáze k redukčním dietám. Jiný význam přisuzují hladovění osoby postmoderně, esotericky založené. Domnívají

se, že hladověním lze dosáhnout fyzické i duchovní očisty a že může dojít k jakémusi duchovnímu přeorientování.

Existuje ale také přesněji dávkované hladovění, které má mít léčivé účinky na řadu chorob. Pionýrem tohoto léčebného půstu byl německý lékař Otto Buchinger (1882-1970). Dodnes je jeho metoda zejména v Německu rozšířená. Základní ideou jeho metody je představa, že se v těle hromadí „struska“, tedy škodlivé, odpadové produkty metabolismu, a to především v mezibuněčném prostoru, kde omezují látkovou výměnu mezi krevními kapilárami a buňkami. Cílem půstu je strusku rozpustit a odstranit, podle dnešních léčitelské terminologie bychom řekli organizmus „detoxikovat“. Léčba se obvykle spojuje s třítydenním lázeňským pobytem. Po prvních třech dnech s omezeným příjmem potravy se zahájí úplný půst, podávají se jen 2-3 litry nekalorických tekutin. Třikrát týdně se podávají projímadla k úplnému vyčištění střeva a půst je doprovázen cvičením, plaváním, masážemi, vodoléčbou a jinými fyzikálními metodami. Po této kůře následuje postupný přechod na plnohodnotnou výživu. Účinný má být tento postup u degenerativních a revmatických chorob kloubních a svalových, u hypertenze, hyperlipidemie, diabetu, alergií, dny i u kožních chorob. Doporučuje se opakovat léčbu každým rokem.

**Hodnocení:** Na krátkodobý půst jsou mezi lékaři názory rozdílné. Půst lze jistě doporučit jako motivační úvod do redukčních metod u obezích. Razantní léčení podle Buchingera lze jen těžko doporučit nejenom kvůli výše uvedenými komplikacím, ale i proto, že představy o vyčištění těla od jedovatých látek „strusky“ půstem ze střeva nebo o zlepšení imunity nebyly prokázány. Léčba však není zcela bezriziková. Běžná je nespavost, doprovázená rušivými sny, dočasně se zhoršují symptomy chronických chorob, mohou se objevit záchvaty dny a u žen se opoždí menstruace. Existuje proto dlouhá řada kontraindikací pro tuto razantní léčbu hladověním. Léčba také zpravidla nemá dlouhodobé výsledky. Pacienti se po lázeňské kůře obvykle rychle vracejí ke starým stravovacím návykům. Zejména obezní pacienti kůru kompenzují následným zvýšeným příjmem potravy – rebound fenomén.

---

## Léčebné dýchání

Mezi přírodní metody lze řadit i takové, které se snaží ovlivnit chorobný organizmus modifikací způsobu, rytmu nebo hloubky dýchání. Snad už několik tisíc let je známo, že správné dýchání je podmínkou tělesného, duševního i duchovního zdraví. Školy správného dýchání byly proto v Indii součástí jogínského výcviku a v Japonsku existovaly podobné praktiky v rámci zen filozofie. Dnes jsou dýchací cvičení praktikována na celém světě v různých podobách, často v souvislosti se sportem, gymnastikou, tanečním uměním, psychoterapií. Dýchání je sice automatický nevědomý proces, řízený dechovým centrem v prodloužené míše, které reaguje na hladinu kyslíku a oxidu uhličitého v krvi, jenže často dochází z různých důvodů, fyzických i psychických k poruchám, k povrchnímu nebo nepravidelnému dýchání, kdy není krev dostatečně okysličována. Protože rychlost i hloubku dýchání můžeme ovládat i svou vůlí, využívá se této možnosti i ve vědecké medicíně k prevenci nebo léčbě především plicních a průduškových chorob, ale i pro léčení potíží nebo chorob psychických. Hluboké dýchání nebo hra na dechové nástroje se využívá při léčbě astmatu, nácvik dýchání je součástí rehabilitace u řady plicních chorob, posiluje se i dýchací svalstvo a pod. Bylo vypracováno množství racionálních systémů dechové terapie, kterou provádějí zkušení rehabilitační pracovníci a cvičitelé. Jednou z nich je zajímavá metoda, kterou navrhla Ilse Middendorf. Metoda klade důraz na prožívání vlastního dýchání, na vnímání a ovládání dechu. Všem těmto metodám je společné naučit pacienty klidně a pravidelně dýchat, zaujímat při tom správné držení těla a ovládat své emoce, které jsou častou

příčinou plochého, rychlého nebo nepravidelného dýchání. Cílem je zlepšit zásobení těla kyslíkem a odstranit tak funkční poruchy a psychické problémy. V některých státech, např. v Německu, existují speciálně školení terapeuti, věnující se nácviku dýchání, rehabilitaci nebo léčbě chorob pomocí uvedených metod.

Léčitelé ale přišli s variantami důmyslnějšími. Podle nich je důležité, zda dýcháme jednou nebo dvěma dírkami nebo s ucpaným nosem, nebo naopak jen nosem a v různém rytmu. Když dýcháme delší dobu jen jednou dírkou, má dojít k závažným zdravotním poruchám. U nás na toto téma vyšla kniha Harishe Johariho „Základní kniha dýchání“ v nakl. Votobila v r.1997. Podle autora je metoda součástí swarajógy a umožní člověku získání maximální energie a chuti do života. Kniha popisuje existenci senzorické sítě v dýchacích cestách a její vztah k energetickým drahám v těle, dokazuje přímé sepětí mezi praktikami volných dechových cvičení a elektrochemickou rovnováhou v mozku a nervové soustavě. Ukazuje také, jak je dýchání, alternující mezi levou a pravou nosní dírkou ovlivněno solárními a lunárními silami vesmíru a jak s těmito vesmírnými rytmy můžeme splynout a tak dospět k lepšímu zdraví a kvalitnějšímu životu. Že jde o naprosto nesmyslné a esoterické představy, které nemají žádné racionální opodstatnění, dokazují i citáty z jeho „díla“: „*Jsou-li něčí nosní dírky dokonale synchronizovány se slunečním a měsíčním rytmem, pak takový člověk rozumí jejich jemným signálům. Díky svému spojení se subtilním psychickým tělem nás nosní dírky mohou poučit o budoucích událostech.*“ „*Dojde-li k početí v okamžiku, kdy muž dýchá pravou a žena levou nosní dírkou, přičemž převládajícím elementem je Země, je počat slavný, ctnostný a ušlechtilý syn, který bude žít v blahobytu.*“. Jde tedy o úžasnou metodu, která dodá maximální energii, léčí, radí jak porodit génia a předpovídá budoucnost.

Léčebný efekt má mít také tzv. holotropní dýchání, které v naší republice zpopularizoval psychiatr Stanislav Grof, spoluzakladatel tzv. transpersonální psychologie. Při hluboké a déletrvající hyperventilaci dojde totiž v důsledku metabolických změn v mozku k halucinacím a iluzím, v nichž může člověk údajně sestupovat do své minulosti i do jiných dimenzí a může se tak vyrovnat s traumaty ve svých minulých životech. Ta mohou být podle Grofa příčinou jeho současných psychických i tělesných problémů. Podrobně zanalyzujeme transpersonální psychologii v kapitole „Psychologické metody“.

**Hodnocení:** Nácvik správného dýchání je racionální součástí sportovní výchovy i léčby fyzických i psychických chorob ve vědecké medicíně. Musí je ovšem provádět řádně školený pracovník. Na druhé straně kuriózní léčitelské metody nemají žádné opodstatnění, naopak mohou narušit správnou automatiku dýchání a vést k potížím. Nácvik různých jogínských metod nebo hluboké hyperventilace je dokonce nebezpečný, jak ukazuje příklad holotropního dýchání.

---

## Naturopatie

Naturopatii založil v r.1936 v USA H. Benjamin, který v knize „Průvodce přírodní léčbou pro každého“ definoval její základní principy. Podle prvního principu jeho metody vznikají všechny choroby nahromaděním odpadních toxických škodlivin v těle. Druhý princip: všechny chorobné příznaky jsou jen projevem snahy organismu, vyloučit nahromaděné škodliviny. Třetí princip: lidské tělo je schopno samo vyléčit všechny choroby, pokud mu pomůžeme správným způsobem. A tímto způsobem je míněna jen přírodní léčba. Dnešní naturopati výklad zpřesňují a operují zejména imunitním systémem, který je podle jejich názoru hlavním prostředkem při vzniku i léčení všech chorob včetně rakoviny. Léčbu přírodními prostředky doplňují naturopati psychoterapeutickými postupy. Naturopatie však není jednotným a jasně definovaným systémem. Názory jednotlivých naturopatů a právě tak i

jejich léčebné metody jsou mimořádně diverzifikované, jen některé principy jsou jim společné. Nejčastější terapeutickou zásadou v počátcích choroby je hladovění, v prvních dnech úplné, později částečné, podle některých i „vysušení“, tedy výrazné omezení příjmu tekutin, v dalším průběhu se doporučuje odborná vyvážená dieta, hydroterapie, tělesná cvičení, slunění, masáže, hygienická opatření a různé způsoby psychoterapie. Vedle individuální léčby poskytují naturopati léčbu ve speciálních zařízeních, „farmách“. První farmy v USA zavedly přísný spartánský režim s úvodním hladověním, dále přísnou dietou a cvičením a měly nesporný ozdravný efekt. Dnes jsou farmy spíše luxusním zařízením pro náročné klienty, kteří během několikátýdenního pobytu relaxují, trochu redukují a odpočívají, podobně jako je tomu v našich lázních.

**Hodnocení:** Naturopatie je nepřesně definovaný a variabilní alternativní léčebný systém, který se rozvinul do větší šíře jen v USA. V Evropě je znám hlavně z Rakouska, kde je dokonce akceptován Lékařskou komorou. Do naší republiky zatím naturopati nepronikli. Základní předpoklady, že všechny nemoci jsou vyvolány nahromaděním škodlivin a že jejich symptomy jsou výrazem snahy organismu zbavit se jich, jsou mylné. Představy o holistické povaze naturopatie, o „energiích“, harmonizaci, balancování a pod. svědčí o jejím iracionálním charakteru. Některá doporučení a postupy naturopatů. mohou být sice prospěšné (střídmá výživa, vodoléčebné procedury, psychoterapeutický přístup, pobyt na naturopatických farmách), avšak jiné rady (hladovění, „vysušení“) mohou pacienta poškodit. Základním omylem je, že je možné vyléčit všechny choroby jen pomocí přírodních prostředků. O „alternativní“ povaze naturopatie svědčí i to, že naturopati vedle přírodní léčby často používají i některé metody alternativní medicíny, např. kolonhydroterapii, akupunkturu, léčbu vírou aj. Tyto postupy jsou samozřejmě specificky neúčinné. Za „medicínu“ však naturopatii považovat nelze a ignorování nebo nepoznání vážné choroby zůstává velkým rizikem tohoto léčitelského směru.

---

# Bylinářství, herbalismus, fytoterapie



## Historie

Bylinářství, herbalismus, fytoterapie je léčba různými preparáty (čaje, extrakty, tinktury, vína, dražé i masti), připravenými z rostlinných drog (jako droga se označují ve farmakologii sušené části rostlin. Termín droga pochází ze švédského „druug“ = sušená rostlina). Termín fytoterapie se však většinou používá jen pro léčbu továrně vyráběnými, většinou směsnými extrakty z rostlin. Označují se jako fytofarmaka a prodávají se ve formě roztoků i tablet. Na rozdíl od běžné medikamentózní léčby, která využívá chemicky přesně definované substance se známými účinky, působí při léčbě bylinami směs nejrůznějších látek, často s protichůdnými účinky a v měnlivém množství i poměru.

Fytoterapie je součástí vědecké medicíny, zatímco bylinářství, provozované léčiteli, nese rysy alternativní medicíny a běžně se řadí do jejího rámce. Mnozí bylináři totiž používají rostlinné léky způsobem, který je v rozporu jak s lidovou moudrostí, tak i s vědeckým poznáním. Používají se drogy léčebně zcela neúčinné a na druhé straně jedovaté, aplikují se v nevhodných indikacích, účinek některých se přeceňuje a podávají se jako panacea, a konečně existují šarlatáni, kteří se dopouštějí podvodu a do bylin přidávají účinné chemické látky. Tuto oblast můžeme právem označit jako „alternativní fytoterapii“.

Bylinářství patří k nejstarším léčebným metodám. Rostliny jsou totiž téměř nevyčerpatelným zdrojem nejrůznějších látek, z nichž mnohé mají výrazné účinky na živočišný organismus, škodlivé i prospěšné. Slavná je věta Marie Trebenové, rakouské bylinářky: „Není na světě rostlina, aby k něčemu nebyla“. Tuto životodárnou zásobárnu léčiv objevila i některá zvířata, především lidoopi. Na rány si přikládají listy některých rostlin nebo si vybírají vhodnou stravu při zažívacích obtížích. Přírodní, rostlinná léčiva objevili záhy i první lidé. Rejstřík léčivých rostlin se rychle rozšiřoval, podobně jako se vyvíjely i formy jejich použití. Začaly se připravovat různé nálevy, čaje, odvary, sirupy, masti apod. Protože příčina chorob právě tak jako mechanismus účinku bylin byly tehdy neznámé, připisoval se účinek tajemným silám. Podávání léků bylo proto často spojeno s magickými rituály a léčícím byl v primitivních společnostech kouzelník, šaman. S rozvojem civilizace se léčby a využívání rostlinných preparátů ujali léčitelé a lékaři. Některé z rostlin zůstaly dodnes široce známým prostředkem lidové medicíny.

Účinek bylin se v minulosti vykládal různým způsobem. V antice, kdy jednotlivé byliny reprezentovaly některou ze čtyř základních přírodních sil, zemi, oheň, vodu a vzduch, měly byliny působit na čtyři základní šťávy v těle, krev, hlen, žlutou a černou žluč. Měly vyrovnávat porušenou rovnováhu šťáv, což bylo pokládáno za příčinu chorob, a obnovit harmonii těla. Křesťanství pak přineslo myšlenku signatur, léčbu pode principu podobnosti. Údajně dal Bůh např. listům rostlin srdčitý tvar, aby lidem naznačil jejich léčivé možnosti. Takové rostliny měly být tedy vhodné pro léčbu srdečních chorob, ořech, zbrázděný podobně jako mozek, měl léčit nervové choroby. Účinek se chápal holisticky, připisoval se celé rostlině, stvořené Bohem, aby léčila člověka. Teprve v pozdním novověku zjistil člověk, že účinek rostlin závisí na obsahu chemických látek.

K značnému rozvoji bylinářství došlo ve středověku, kdy vznikla botanika jako vědecký obor. Vyhledávaly a studovaly se rostliny, sestavovaly se velké herbáře a hledaly se nové léčebné možnosti bylin. V 19. století, spolu s rozvojem vědy, došlo k podstatné změně v názorech na bylinnou léčbu. Moderní chemie zjistila, že účinná není rostlina jako celek, ale jen některé její složky. Snažila se tyto látky izolovat a chemicky definovat. Postup je to mimořádně obtížný, protože v každé rostlině jsou tisíce nejrůznějších látek často

s protichůdnými účinky, ale přesto se postupně podařilo identifikovat množství chemicky čistých látek s přesně definovaným účinkem. Jako první byl v r. 1811 identifikován morfin jako účinná složka opia, následovala izolace nikotinu, atropinu a kofeinu. Zkoumání jejich účinků na člověka a využívání v medicíně se ujala lékařská disciplína farmakologie. V rostlinách byly postupně objeveny stovky účinných látek. Z původního lidového bylinářství se tak vyvinula farmakoterapie, základ moderní medicíny.

Další etapou vývoje chemických léčiv bylo jejich upravování a hledání stále účinnějších a bezpečnějších analog. Posledním stupněm ve vývoji léčiv se stala jejich syntetická výroba. Moderní medicína, která používá izolované látky s přesně definovanou účinností se tak značně vzdálila od původního herbalizmu. Jen v oblasti léčitelství si bylinářství ponechalo svou původní podobu.

V druhé polovině 20. století došlo k zajímavému obratu v používání rostlinných přípravků v medicíně. Zjistilo se, že směsi bylin, na rozdíl od izolovaných chemických látek, mají jiné, někdy i příznivější účinky. Jsou ale i jiné důvody pro renesanci bylinářství. Hlavním z nich je jistě změna společenského klimatu, vznik „zeleného“ hnutí a hledání přirozeného způsobu života, návratu k přírodě. Uplatnil se zde i strach z „chemie“. Používání přírodních prostředků se tak stalo především módou, které se z konkurenčních důvodů začala přizpůsobovat i medicína. Dnes existují desítky firem, které se specializovaly na přípravu bylinných směsí a fytofarmak. Na jejich úspěchu se často podílí i šikovný marketing. Místo někdejšího sběru léčivých rostlin v přírodě se rostliny často pěstují ve velkém na plantážích. Jejich příprava i zpracovávání jsou přísně kontrolovány, takže je zaručena bezpečnost i účinnost. Spektrum těchto výrobků se rychle rozšiřuje, při jejich výrobě se dnes ve světě používá zhruba 3400 rostlin. Továrně vyráběná fytofarmaka tak dnes rychle pronikají do lékařské praxe. V některých evropských zemích je tento trend nápadný. Např. v Německu dnes fytofarmaka využívá 80% praktických lékařů a zhruba 40% úhrady za tyto preparáty proplácí pojišťovny.

Při hodnocení účinnosti bylinných léků je nutno jinak hodnotit bylinářství a jinak fytofarmaka. Rostliny pěstované na plantážích mohou totiž mít jiné vlastnosti než rostliny z přírody, jiným způsobem jsou ošetřovány a sušeny, při přípravě fytofarmak se používá extrakce různými rozpouštědly, destilace, koncentrování i jiné procesy, takže výsledné složení a tedy i účinek se může zásadně lišit od účinku čajů připravovaných z přírodních drog.

---

## Bylinářství

Bylinářství, herbalizmus, zůstává doménou léčitelství a samoléčby. Využívá se široké, ale nikoli libovolné spektrum rostlin. Seznam rostlin, které se smějí v bylinářství používat, je stanoven předpisy státních orgánů, u nás Státního ústavu pro kontrolu léčiv. Od r.1989 existuje také evropský orgán ESCOP (European Scientific Cooperative on Phytotherapy), zastřešující národní odborné společnosti pro fytoterapii, který definuje kritéria pro posuzování vlastností, účinnosti i vedlejších účinků a určuje indikace i kontraindikace pro používání rostlinných drog. Největší problém je s posouzením účinnosti bylinných preparátů. Jen u několika rostlin byla účinnost prokázána s dostatečnou jistotou, např. u třezalky, kaštanu, hlohu, tisu, česneku nebo u Ginkgo biloba, u jiných jsou výsledky hodnocení rozporuplné a u většiny léčivých rostlin nebyly provedeny žádné seriózní studie, které by jejich léčebný efekt potvrdily.

Používání rostlin pro léčebné účely je proto schvalováno většinou především na základě empirie a dlouhodobé tradice.

Protože u převážně většiny rostlin nebyly provedeny žádné exaktní studie o jejich účinnosti, řídí se rady bylinářů i bylinářských příruček jen lidovou tradicí. A ta je velice rozporuplná. Jen u některých rostlin existuje shoda v názoru na jejich účinek a indikace. U mnoha jiných jsou údaje rozdílné a někdy protichůdné. Jako ukázkou volíme indikace, které udávají různí bylináři pro použití kopřivy:

#### **Kopřiva (Herba urticae)**

Spofa:	Močopudné a protiprůjmové účinky
Diener:	Cukrovka, revmatismus, dna, padání vlasů
Rada:	K zástavě krvácení
Vaněk:	K hojení ran, zánětů, podpoře trávení a látkové výměny
Pavel:	Proti kašli, ateroskleróze, bércovému vředu, rakovině, vodnatelnosti
Zentrich:	Univerzálně působící droga, žlučopudné a protiastmatické působení, proti průjmům, harmonizuje funkci vaječnicků, zlepšuje funkci prostaty
Treben:	U ekzému, alergie, bolestí hlavy, močových kaménků, podporuje pročištění krve, u nemocí jater, žlučníku, sleziny, žaludečního vředu, chorob plic, ischiasu, anginy pectoris, leukémie, rakoviny
Kissney.:	Revmatismus, páteřní a kloubní bolesti, záněty nervů, močových cest
Geiger:	Močopudný lék, u revmatické horečky (!)
Jirásek:	V knize „Léčivé rostliny“ kopřiva není uvedena

Vhodné drogy a jejich směsi pro přípravu bylinných čajů jsou dnes ve velkém výběru volně v prodeji v lékárnách a jsou doporučovány snad pro všechny diagnostické okruhy. Pro léčbu močových cest, proti průjmům, zácpě, nespavosti, při chorobách dýchacích cest, žlučníku aj. Jsou vhodné pro léčbu lehčích a chronických chorob. Pokud se čaje nepoužívají ve vysokých dávkách a ne dlouhodobě, jsou většinou bezrizikové. Při těžších a nejasných stavech by ovšem měla předcházet návštěva lékaře, aby se vyloučilo zanedbání vážné choroby.

Přesto se s riziky v bylinářství musí počítat. Zcela mylný je především názor, že vše, co je přírodní, je neškodné a zdravé. Podle nedávné ankety, uskutečněné v Izraeli, je 60% uživatelů bylinných léčiv přesvědčeno, že nemohou mít naprosto žádné vedlejší účinky. Některé byliny jsou však toxické, obsahují různé jedovaté chemické látky. V mnoha rostlinách jsou silice, které mohou vyvolávat kožní záněty. K takovým rostlinám patří jalovec, miřík, andělíka, pelyněk nebo i puškvorec, který má celkové toxické účinky. Jiné rostliny obsahují nebezpečné alkaloidy. Příkladem je podběl, devětsil, kostival nebo různé druhy plicníku. Jsou zaznamenány stovky případů poškození nervových funkcí, jaterní tkáně a cévních i plicních změn po nevhodném použití léčiv z těchto bylin. Některé z nich mají rakovinotvorný účinek. Pacient může být také poškozen různými rostlinnými kyselinami. Např. kyselina šťavelová narušuje hospodaření s vápníkem.

Dalším problémem je, že mnoho chemických látek má alergizující účinky. K těm nejznámějším bylinám, které vyvolávají kožní alergické reakce, patří např. podražec, arnika, třemdava, bolševník, chryzantéma, tulipán, kroton, kostival a mnoho jiných.

Určité riziko představuje také skutečnost, že chemické látky obsažené v bylinných preparátech mohou interferovat s léky, předepsanými lékařem. Pacient by se proto měl vždy svěřit lékaři, jaké bylinné přípravky používá. Snad největší nebezpečí představují exotické rostlinné preparáty, v současné době k nám masivně dovážené zejména z Orientu (viz kap. Čínské medikamenty na str. 79).

Nejde jen o to, že chybí evropská zkušenost s těmito rostlinami a jejich účinkem, ale že výroba přípravků z nich často není dostatečně kontrolována. Nároky evropských

zdravotních úřadů na bezpečnost přípravy léčiv i potravinových doplňků je podstatně vyšší než v asijských státech. Byla popsána už řada toxických i jinak nebezpečných látek v rostlinných přípravcích asijského původu, a také i těžších komplikací, dokonce i hromadných otrav při jejich užívání.

Stejně nebezpečné jsou rostliny indického původu, vyráběné na principech Ajurvědy. Podle výzkumu provedeného v r.2003 v Bostonu se v ajurvédských výrobcích zjistily vysoké koncentrace arzenu, dále rtuti, které přesahovaly 1.000krát bezpečnostní limit, a také olova. Jeden z výrobků obsahoval množství olova, přesahující 10.000krát limit. Podrobněji se k nebezpečí asijských bylin vrátíme v kapitole o orientální medicíně.

Problémem rostlinných přípravků je i to, že během pěstování, sběru nebo přepravy může dojít ke znečištění jinými škodlivými látkami. Jsou to např. pesticidy, které se dnes široce používají, těžké kovy nebo různé plísně, které zejména při nevhodném skladování mohou drogu znehodnotit. Doporučit lze proto jen takové byliny a jejich směsi, které jsou připravovány v seriálních továrnách, specializovaných na přírodní léčiva. Pozor by si měl pacient dávat při nakupování sušených bylin na tržnicích, kde není záruka původu, složení ani nezávadného uchování.

---

## Gemmoterapie

Variantou bylinářství je gemmoterapie (z latinského gemma – pupen), léčba preparáty, připravenými z embryonálních tkání stromů a keřů, především z pupenů, semen, jehnědů, kořínků i z mízy stromů. Preparáty se používají v infinitezimálním ředění, takže metodu lze klást na pomezí bylinářství a homeopatie. Mateřský materiál se získává na jaře nebo, v případě semen, na podzim, kdy je v zárodečných tkání rostlin největší koncentrace živin, vitaminů, rostlinných hormonů, enzymů a jiných cenných látek pro život. Předpokládá se, že tyto látky hrají stejnou roli i u živočichů. Zastánci gemmoterapie věří, že se homeopatickou přípravou účinek těchto látek ještě potencie.

Gemmoterapie je poměrně mladá metoda, která vznikla v padesátých letech 20. století. Jejím autorem je belgický lékař Pol Henry, který spolu s francouzskými homeopaty studoval psychofarmakologické efekty asi 20 různých výtažků z rostlin a výsledky publikoval v několika monografiích. Metoda se rozšířila nejprve ve Francii, později především v Itálii. Teprve před několika léty pronikla i do Německa, Anglie a také do České republiky. U nás bylo vydáno už několik publikací, např. „Gemmoterapie“ J.A. Zentricha nebo „Pupeny léčí“ J. Podhorské. Několik českých firem se specializuje na výrobu gemmoterapeutik. Široká je nabídka především na webu. Existují také návody k domácí výrobě léčivých přípravků.

Léčebné preparáty se připravují podle předpisů francouzského a v poslední době také evropského lékopisu. Čerstvý materiál se vloží do směsi alkoholu s glycerinem a ponechá měsíc macerovat v chladném prostředí za občasného míchání. Po filtraci vznikne mateřská tekutina, ze které se připravují léky ve směsi s glycerinem, alkoholem a vodou v potenci 1 D až 3 D. Denně se používá obvykle 10 kapek denně.

Gemmoterapeutika se používají různým způsobem. Někdy se použije přípravek jen z jediné rostliny, ale častější je používání směsí. Někteří autoři doporučují gemmoterapii k detoxikaci, „drenáži“ organismu, a to nejlépe před navazující léčbou homeopatickou. Pro urychlení vylučování „toxinů“ ledvinami, játry, sliznicí nebo kůží se doporučují vždy jiné rostliny. Jindy se gemmoterapeutika používají samostatně k léčbě širokého spektra chorob, stejně jako čase z celých rostlin, ale gemmoterapeutika mají být účinnější. Indikace jsou široké, kryjí jako panacea celé spektrum chorob tělesných i psychických.

**Hodnocení:** Původní a v západních zemích stále rozšířený způsob používání gemmoterapeutik jako detoxikační prostředek je sice zajímavý, ale nijak nezdůvodněný.



Kromě toho je sám termín toxin a tedy i detoxikace, jak je používá alternativní medicína, velice sporný, jak vysvětlíme v kapitole o detoxikační medicíně. V České republice se gemmoterapeutika doporučují ve stejných indikacích jako čaje z výchozích rostlin, a pro jejich účinnost tedy platí to, co jsme řekli o fytoterapii. Indikace vycházejí jen z empirie a ověřeny standardním medicínským způsobem nejsou. Lze mít i další námitky proti tvrzení, že účinek přípravku z pupenů je shodný s účinkem čajů z rostlinných drog. Předpoklad, že embryonální tkáně obsahují vyšší koncentrace aktivních látek, je sice správný, ale jejich složení se nepochybně od spektra chemických látek v sušené droze liší. Nakolik se liší, není známo, protože se podrobné biochemické analýzy neprovádějí. O udávané účinnosti gemmoterapeutik lze právem pochybovat i proto, že se používají v homeopatické, i když velice nízké potenci, ale dávka deseti kapek je příliš malá než aby mohla mít zřetelný léčebný efekt.

---

## Fytofarmaka

Fytofarmaka se dnes stala regulární součástí vědecké medicíny a mají široké indikace. Prakticky u všech chorob je lze použít jako léčbu symptomatickou, v některých případech i kauzální. Vzhledem k dnešní módnosti mají také silný placebový efekt. Přesto je i jejich používání spojeno s několika problémy.

Hlavním z nich, že se při výrobě fytofarmak používají jiné postupy než při přípravě bylinného čaje. Při tovární extrakci se používají různá rozpouštědla, voda i alkohol, extrakt se koncentruje, vysušuje a dále různým způsobem zpracovává na definitivní výrobek. Ten proto obsahuje často jiné látky a v jiných množstvích než pouhý odvar. Tedy i jeho účinek je odlišný od účinku čaje.

Dalším problémem je, že fytofarmaka se většinou připravují ze směsi několika bylinných drog. Protože se účinek obrovského množství chemických látek navzájem potencuje nebo ruší, výsledný efekt nemůže být pouhým součtem účinku jednotlivých bylin.

Dalším problémem je, že účinnost fytofarmak není standardní, protože kolísá kvalita drog i kvantita účinných látek v nich. Záleží totiž na odrůdě rostlinného druhu, době sběru, počasí, půdě, ale i na způsobu zpracování a mnoha dalších faktorech. I výrobky různých firem, i když mají stejné bylinné složení, se rovněž mohou významně lišit účinkem. Souhlas s prodejem takových výrobků by teoreticky měl být vázán na průkaz účinnosti, ale klinické studie kromě výjimek neexistují, takže státní orgány dávají souhlas za základě prohlášení firem o účinnosti nebo na základě údajů o složení preparátu. Obsahuje-li rostliny s uznávaným účinkem, je schválen k prodeji.

A konečně: jak vysvětlit příznivý účinek směsných fytofarmak a určit, která bylina a která látka v ní je za efekt zodpovědná? V rostlinných drogách a tedy i ve všech výrobcích z nich je přítomna široká škála chemických látek s nejrůznějšími účinky. Jen málo z nich jsou látky pro organizmus neutrální. Většina z nich v odpovídající dávce zasahuje do metabolismu těla. Některé z nich mohou mít u některé choroby příznivý, léčebný efekt, jiné ale mohou působit toxicky a člověka poškozovat. Z hlediska logiky by se zdálo, že se účinky protichůdně působících látek mohou rušit. Přesto může být i taková směs látek terapeuticky účinnější. Nelze totiž vyloučit názor, který zastávají bylináři, že se účinek všech látek obsažených v rostlinném přípravku navzájem vyrovnává nebo potencuje, že směs působí na tělo harmonicky, jemně a že nemá tolik vedlejších účinků jako čisté chemické látky. Toto tvrzení je ovšem objektivně jen těžko prokazatelné.

Vedle uvedených problémů bylo také zjištěno, že řada fytofarmak obsahuje nedostatečné dávky extraktů z bylin, že směsi s větším počtem bylin nesou větší riziko

nežádoucích účinků, že je složení takových směsí těžko kontrolovatelné, ale i to, že fytofarmaka jsou podstatně dražší než čaje z drog.

Ze všech těchto důvodů je sporné, zda má pacient dát přednost čaji ze známých bylin se známými účinky nebo modernímu fytofarmaku, v němž mohou být účinky bylin výrazně modifikovány nebo znehodnoceny.

---

## Některé módní byliny

Vedle dlouhodobé lidové zkušenosti zasahuje do dnešní oblíbenosti bylin významně móda. Náhle se ve všech médiích zjeví nová bylina nebo nový přípravek, většinou z Orientu, s úžasnými účinky na všechny choroby jako panacea. Zázračné jsou účinky ovšem jen na papíře nebo na webu, skutečnost je střízlivější a někdy alarmující. Některé z těchto preparátů popíšeme:

### Iscador – přípravek ze jmelí (*Viscum album*)

Vlajkovým lékem antroposofické medicíny je Iscador, preparát připravený ze jmelí. Používá se i v homeopatii. Jeho hlavní indikací je udávané protirakovinné působení. Podle R. Steinerja je jmelí zvláštní „polární“ rostlina, obrácená svými kořeny ke kosmu, „ignorující prostor i čas“, je to „duchovní bytí nejvyšší kvality“, evolučně spřízněné s člověkem. Podstatou účinku jmelí je podle Steinerja schopnost přetvářet život pomocí duchovních, kosmických a éterických sil. Antroposofický výklad hypotetické účinnosti jmelí je samozřejmě iracionální. Ve skutečnosti by mohly být podstatou účinku lektiny, které mají prokázaný imunostimulační efekt, což však může nádor jak tlumit, tak aktivovat. Dalším problémem je to, že obsah účinných látek ve jmelí je variabilní, a proto preparáty připravené ze jmelí nemají standardní účinek. Výsledky klinických studií jsou protichůdné. S jistotou se protirakovinné působení nepodařilo prokázat, naopak nelze vyloučit vážná rizika, protože ve jmelí jsou obsaženy různé proteiny, např. viscotoxiny, alkaloidy a jiné látky, z nichž mnohé jsou toxické a imunitu potlačují. Proto také nebyl Iscador, injekční preparát švýcarské výroby, schválen jako protirakovinný lék našim Státním úřadem pro kontrolu léčiv. Je řazen jen do skupiny přírodních léčiv, u nichž se neověřuje účinnost, podobně jako u homeopatik. Rovněž americká i švýcarská onkologická společnost používání Iscadoru nedoporučují. Přesto je Iscador jedním z mála přípravků alternativní medicíny, který si dlouhodobě, od svého vzniku udržel popularitu mezi onkologickými pacienty. Jinými podobnými preparáty ze jmelí jsou ABNOBAviscum a Helixor.

### Ženšen (*Ginseng*) a eleuterokok

Ženšen nebo také všehož ženšenový (*Panax ginseng*) je východoasijská rostlina s kořenem, připomínajícím lidské tělo. Existuje v několika druzích (korejský, indický, čínský, americký). Výtažky z jeho kořene se používají nejméně 2000 let jako panacea, jako univerzální preventivní a posilující prostředek (adaptogen), kterému se přisuzují zázračné, magické účinky. Různé tekuté nebo práškové preparáty z něho jsou dováženy i do západních zemí. Výtažek ze ženšenu obsahuje mezi jiným ginsenosidy (triterpenoidní saponiny), u kterých byl u lidí i ve zvířecích pokusech prokázán aktivační a antioxidační účinek. Podle praktických zkušeností čistý extrakt z ženšenu odstraňuje únavu, pozitivně působí proti stresu, zvyšuje koncentrační schopnosti, urychluje činnost srdeční i střevní peristaltiku, zvyšuje tělesnou výkonnost i pohlavní aktivitu. Ve firemních materiálech se udává, že také posiluje imunitní mechanismy a má protirakovinné působení. Čínští lékaři ho používají k léčbě nechutenství, nespavosti, zapomnětlivosti, celkové slabosti a ochablosti.

V doporučených dávkách nemá ženšen výrazné vedlejší účinky, ale u některých pacientů, např. s vyšším krevním tlakem, se nedoporučuje. Vyšší dávky však mají různé vedlejší účinky, jako bolesti hlavy, průjemy, zvýšení krevního tlaku, nevolnost. Preparáty z ženšenu však zůstávají stále kontroverzní, protože exaktních klinických studií je málo. Jen některé z nich prokázaly účinek na nervový systém a psychiku, v ostatních indikacích nebyl účinek bezpečně prokázán. Používání ženšenu lze jen těžko doporučit i proto, že dovážené preparáty jsou často nekvalitní, obsah ginsenosidů je nízký nebo dokonce nulový. Přesto se ženšen dnes stal v západních zemích módou a je přidáván i do kosmetických přípravků, zubních past a nejrůznějších potravinových doplňků.

Podobné, adaptační účinky jako ginseng má mít i tzv. sibiřský ženšen, eleuterokok, což je však zcela jiná rostlina (*Eleutherococcus senticosus*), obsahující jiné účinné látky (eleutherosidy). Alkoholové výtažky z jeho kořene mají mít schopnost obnovovat energii, povzbuzovat celkově zdraví, zlepšovat paměť a pomáhat při přizpůsobování se stresu. V severoasijské lidové medicíně se používá při ateroskleróze, hypertenzi, revmatismu i rakovině. V Rusku je používán u těžších chorob i konvenční medicínou. Jeho účinky nebyly ověřeny žádnou vědeckou studií, a proto se doporučuje používat jej opatrně a jen krátkodobě.

### **Echinacea (třepatka)**

je další dnes oblíbenou bylinou. Roste ve střední a východní části Severní Ameriky a extrakt z ní byl prý starým indiánským prostředkem. Echinacea je termín společný pro devět různých druhů, patřících do jednoho rodu. Jejich složení a účinnost jsou rozdílné, a složení léčivých preparátů je proto nestandardní. Echinacea má být podle jejich propagátorů účinná u akutních i chronických zánětlivých chorob dýchacího a močového systému, u plísňových infekcí a špatně se hojících ran. Má i zpomalovat růst nádorů. V laboratorních pokusech se sice prokázalo, že má imunomodulační efekt, ale její léčebný efekt v praxi je zatím sporný. Některé studie potvrzují pozitivní účinek u katarů dýchacích cest, jiné ne. Protirakovinný efekt prokázán nebyl. U ostatních indikací nebyly zatím provedeny žádné validní studie. Nadšená reklama na echinaceu je neodůvodněná, falešná.

### **PC-SPES**

Tento preparát si získal v 90. letech minulého století mimořádnou oblibu. Byl propagován jako vysoce účinný lék při chorobách prostaty, zejména rakoviny. PC = prostatic cancer a SPES = latinsky naděje. Obsahoval údajně směs čínských bylin. Teprve v r.2001 se zjistilo, že jde o obrovský podvod. Lék obsahoval různé chemické látky, především diethylstilbestrol, derivát ženského hormonu estrogeneru, a také warfarin, lék používaný pro snížení srážlivosti krve. První lék vyvolává nebezpečné trombózy, druhý i masivní krvácení. Byla popsána řada smrtelných případů.

### **Česnek**

Uvedeme alespoň jeden příklad naší domácí rostliny, která je v české veřejnosti chápána jako účinný lék proti bakteriálním a plísňovým infekcím. Doporučuje se při nachlazení, nadýmání a jiných žaludečních a střevních obtížích. Antibakteriální účinek byl skutečně potvrzen. Kromě toho bylo zjištěno, že snižuje obsah tuků v krvi. Ve vhodných dávkách může proto být preventivním prostředkem proti ateroskleróze a chorobám s ní souvisejícími. Problémem ovšem je, že se musí používat čerstvý. Vyrábějí se sice tovární sušené preparáty s česnekem, tablety, dražé, kapsle, ale obsah účinných látek je v nich nestandardní a převážnou většinou nedostatečný. Čerstvý česnek má ale řadu nepříjemných vlastností. Jednak může vyvolat alergické reakce, jindy nevolnost, zvracení a průjem. Proto se také nemá podávat dětem. Největší vadou na slávě česneku je ale jeho nepříjemný zápach. Ten je při podání 4 gramů, tedy dvou stroužků denně, což je minimální účinná dávka,

prakticky neodstranitelný. Z toho plynou dvě pravidla. 1. Když to není cítit, tak to neúčinkuje. 2. Když se budete léčit česnekem, stane se z Vás samotář.

---

## Léčitelé - bylináři

Mezi bylináři je našťástí řada svědomitých a vzdělaných osob. Takovou byla např. na Plzeňsku paní Božena Kamenická, známá jako „bába z Radnic“, za kterou jezdily stovky pacientů. Vzdělaná, obětavá a respektující lékaře a jejich doporučení. I dnes se mezi stovkami českých bylinářů takoví najdou, možná jich je většina. Přesto i u nich narazí pacient na problém. I ti nejlepší znalci botaniky, chemických látek v rostlinách i léčebných účinků rostlin nemají znalosti ani možnosti, aby mohli stanovit přesnou diagnózu choroby. A diagnóza je základem racionální terapie. Diagnostické možnosti léčitele se týkají jen symptomů, takže jeho léčba může být v podstatě jen symptomatická. Má k dispozici přípravky, o nichž ví že mají např. protiprůjmový nebo naopak projímavý účinek, jenže příčina průjmu i zácpy může být různorodá. Něco jiného je, je-li příčinou zácpy nevhodná strava, dehydratace organismu, reakce na zánětlivý proces v břiše nebo blokáda průchodnosti střeva. Bylinný preparát může pomoci jen tehdy, když se léčitel „strefí“. Většinou je to věc náhody. Tomu se může léčitel vyhnout, pokud respektuje doporučení lékaře nebo s ním dokonce spolupracuje. Někteří lékaři takovou spolupráci akceptují, jiní ostře odmítají. Podrobněji se této otázce budeme věnovat v kap. Spolupráce lékařů a léčitelů na str. 226

Pacient však může narazit na nesvědomitého léčitele, který ho může ohrozit jinými způsoby. Někdy podává stejnou směs na všechny choroby jako panaceu, jindy používá byliny nedostatečně kvalitní nebo znečištěné pesticidy, těžkými kovy nebo plísněmi. Mezi léčiteli jsou i šarlatáni, kteří do bylin přidávají účinné chemické látky, třeba Brufen, Diazepam nebo i kortikosteroidy. Časté je i spojení bylinné léčby s různými esoterickými, neúčinnými postupy alternativní medicíny. Tuto „alternativní fytoterapii“ je nutno odmítnout.

K léčitelství a bylinářství ještě poznamenáváme, že i při úspěchu léčby bylinami nelze příznivý efekt léčby přičítat s jistotou použitému rostlinnému preparátu. V každém případě zde hrají významnou roli jednak přirozené obranné mechanismy organismu, tzv. „vis medicatrix naturae“, léčebná síla přírody, jednak placebový efekt. Ve většině případů nemocí si totiž dovede s chorobou poradit příroda sama. Pokud jde o placebo efekt, budeme jej probírat podrobněji v samostatné kapitole. Zde stačí říci, že u pacienta, který léčiteli věří více než lékaři a který věří i v účinnost podaného léku, se mění nejen subjektivní vnímání nemoci, ale druhotně mohou být pozitivně ovlivněny i objektivní známky nebo dokonce i příčina choroby, zejména u chorob s psychosomatickou složkou.

U ještě jedna poznámka. Pro léčbu všech chorob a potíží existují moderní léky, účinnější nebo při nejmenším stejně účinné jako přípravky z bylin.

## Některé speciální formy bylinářství

Bylinářů existují tisíce, ale jen někteří dosáhnou takového věhlasu, že se po nich jmenuje způsob léčení, který používali. K takovým patří např. Maria Treben, známá i v ČR nebo sv. Hildegarda z Bingenů.,

**Maria Treben** (1917-1991), rakouská bylinářka, narozená v Čechách v Žatci, vydala v r. 1881 slavný bestseller „Zdraví z boží lékárny“, kterého se v mnoha nákladech a v mnoha

zemích prodaly miliony. Další knihy, stejně úspěšné, např. „Byliny z boží zahrady“ následovaly. Několik z nich bylo přeloženo do češtiny a na webu jsou stále masivně propagovány. M. Treben byla přesvědčena, že každá bylina má léčivé vlastnosti a bohatě této představě využívala. Každou chorobu lze prý vyléčit pouze pomocí bylin. Údajně vycházela ze znalostí lidové medicíny, ze středověkých obsoletních předpisů a také ze zkušeností a pokusů vlastních. Její rady jsou však podle přesvědčení německých odborníků na jedné straně naivní až směšné, na druhé straně životu nebezpečné. Podle jejího názoru lze léčit i takové choroby, jako je rakovina, uzávěr střeva, krevní choroby bylinami, jejichž účinek nebyl nikdy u těchto chorob prokázán. Kuriózně vysvětlovala i příčiny chorob. Např. uzávěr střeva byl podle ní jen svalovou křečí. Její odborné znalosti medicíny i bylin byly ve skutečnosti pochybné. Třeba inzulin zaměňovala za inulin, obsažený v pampelišce, a proto odvar z ní doporučovala pro léčbu diabetu. Některé její recepty byly přímo návodem k otravě. Je jen těžko srozumitelné, proč měly její spisy takovou pozitivní odezvu. Snad to byl její čtivý styl, snad to, že se odvolávala na Boha.

**Sv. Hildegarda z Bingenu** (1098-1179) se zabývala léčením pacientů bylinami, ale ještě větší důraz kladla při léčbě na pomoc Boží a na víru v Boha. V naší republice je metoda, dnes pojmenovaná jako „Hildegard-Medizin“, maznámái, ale rozšířená je v německy mluvících zemích. My ji stručně popíšeme v kapitole o léčbě vírou.

## **Závěr**

Fytoterapie je dnes řádnou součástí vědecké medicíny, i když účinnost jednotlivých fytofarmak není vždy dostatečně vysvětlena a většinou ani prokázána. Bylinářství, provozované léčitelem lze hodnotit jako nejpříjemnější formu léčitelství přes výše uvedená rizika a problémy. Účinnost bylinných preparátů se sice s účinností chemicky čistých látek používaných navíc spolu s jinými metodami vědecké medicíny nemůže srovnávat, ale u lehčích akutních i u život neohrožujících chronických chorob ji lze považovat za alternativu klasické medicíny, zejména v případě, kdy má pacient v takovou léčbu větší důvěru. Léčitel bylinář, který s lékařem spolupracuje, je některými autory považován za prvek, doplňující vhodným způsobem zdravotnický systém.

---

# Homeopatie a příbuzné metody



## Homeopatie

Homeopatie, dílo Samuela Hahnemanna, je vlajkovou lodí alternativní medicíny. Je to dnes nejrozšířenější metoda AM, která zapustila kořeny ve všech světadílech. Rozvíjí se dodnes a nachází stále nové podoby, dnes např. různé „kvantové varianty“. I po stránce odborné se modernizovala a svou účinnost, podobně jako vědecká medicína, se snaží dokázat dvojitě slepými klinickými studiemi. Její preparáty, homeopatika, jsou považovány za účinné léky, v řadě států je homeopatie akceptována jako seriózní metoda, řazená po bok metodám vědecké medicíny. Podle zastánců klasické školy je homeopatie téměř panaceou, léčí nejen akutní onemocnění (kašel, průjem, bolesti hlavy), ale i chronické choroby (záněty kloubů, diabetes i astma, traumata i rakovinu a Parkinsonovu chorobu).

Jenže všechno je jinak. V této kapitole chceme přesvědčivě ukázat, že homeopatie byla správně označena jako „největší podvod moderní medicíny“, že její principy jsou chybné a že vlastní, specifická účinnost homeopatik je nulová.

Podrobně jsme homeopatii analyzovali v naší předchozí knize J.Heřt a kol.: „Homeopatie, clusterová medicína, anthroposofická medicína“ z r.1997, takže se zde můžeme omezit na analýzu stručnější, ke které připojíme poznatky nové.

### Vznik a vývoj homeopatie

Podobně jako mnoho jiných metod alternativní medicíny ani homeopatie nevznikla přirozeným a dlouhodobým vývojem. Je dílem jediného člověka, Samuela Christiana Friedricha Hahnemanna. Narodil se v Míšni v r.1755 a studoval v Lipsku a Erlangenu. Po osmi létech lékařské praxe došel k závěru, že tehdejší metody „heroické“ medicíny jsou často drastické, pro pacienta nebezpečné, a navíc neúčinné. Chtěl medicínu postavit na jiné základy a začal proto systematicky experimentovat s různými léky. Při překladu učebnice W. Cullena narazil na zmínku o účinnosti prášku z kůry chinovníku na člověka a prášek vyzkoušel i na sobě. Zjistil, že kůra u něho vyvolala příznaky podobné chřipce, tedy především zvýšení teploty a zimnici. Obraz účinku léku tedy odpovídal obrazu choroby. Tuto domnělou analogii považoval za kauzalitu. Choroby se proto měly léčit takovým lékem, který u zdravého vyvolává stejné příznaky jako choroba. Znovuobjevil tak princip léčení podobného podobným, latinsky „similia similibus curentur“, zkráceně princip podobnosti, nebo také princip „simile“. Udává se, že tímto způsobem léčil už Hippokrates. Ten uznával tři různé způsoby přístupu k nemocnému: léčbu, která měla příznaky choroby potlačit, léčbu která měla organismu pomáhat a konečně třetím způsobem bylo neléčit vůbec, tedy ponechat organismu, aby se vyléčil sám.

Při dalším zkoušení léků Hahnemann zjistil, že vyšší koncentrace léků vyvolávaly různé vedlejší nechtěné účinky, a proto začal používal roztoky více ředěné. Ke svému údivu zjistil, že čím větší je ředění, tím vyšší je terapeutická účinnost preparátu. Proto místo slova ředění začal používat termín „potenciace“ a formuloval další princip, princip minimálních, infinitezimálních dávek. Ale ani zde nebyl Hahnemann zcela originální, už jeho velký předchůdce Paracelsus, vlastním jménem Theophrastus Bombastus z Hohenheimu (1493 – 1541) tvrdil, že „*lék působí v těle jako oheň. Stačí jiskra, která zapálí les*“. Při dalším zkoušení Hahnemann zjistil, že vyšší účinnost mají léky, které při ředění důkladně protřepával

A to byl další krok ke zdokonalení jeho metody: protřepávání, dynamizace (termíny potence a dynamizace se však často zaměňují).

K těmto základním „objevům“ pak Hahnemann následně přiřadil celou sérii dalších principů, jejichž většinu převzal od starších autorů, nebo je znovuobjevil. Spojením téměř desítky takových principů pak vytvořil celý zdánlivě koherentní systém, který nazval homeopatií (z řeckého homoios = podobný) na rozdíl od oficiální medicíny, kterou nazval allopatii (allos – jiný, cizí), léčbu stejného stejným izopatií (iso – stejný). I když svou metodu používal a publikoval už v 90. letech 18. století, své základní dílo „Organon der rationellen Heilkunde“ publikoval až v r.1810 v Lipsku. Jeho metoda, kterou označoval jako léčbu účinnou, přírodní, s minimálními dávkami léků a bez komplikací, navíc lacinou, byla přijata s nadšením nejen v Německu, ale rychle se rozšířila po celé Evropě a po několika letech i do dalších světadílů. Do českých zemí se dostala už v r.1817 zásluhou vojenského štábního lékaře dr. Matyáše Marenzellerera.

Záhy Hahnemann získal řadu následovníků, kteří homeopatii rozpracovávali, přidávali další medikamenty a zčásti i další pravidla a interpretace, ale podstata homeopatie zůstala nezměněna. Základní Hahnemannovy principy jsou dodnes dogmatem, o kterých se nepochybuje. Dnes je homeopatie rozšířena v celém světě, v zemích kulturních i rozvojových, a je zřejmě nejrozšířenější metodou alternativní medicíny. V některých zemích byla už akceptována jako součást medicíny konvenční, jsou zřizovány homeopatické nemocnice i katedry na univerzitách. První z nich byla zřízena v anglickém Exeteru. Šíření homeopatie podporuje i Sekce pro alternativní medicínu Světové zdravotnické organizace (WHO).

Nadšení nad homeopatií však není, a od samotného vzniku homeopatie nikdy nebylo ani zdaleka všeobecné. Zásadní kritickou práci, dodnes citovanou, publikoval v r.1842 O.W. Holmes. V ní přesvědčivě vyvrátil všechny Hahnemannovy principy. Jeho soud byl přísný, ale dodnes platný: „*Je to nesourodá snůška perverzní duchaplnosti, pozlátkové vzdělanosti, slabomyslné důvěřivosti a mistrné misinterpretace*“.

Nešlo jen o homeopatickou teorii. Ukázalo se také, že už interpretace prvního Hahnemannova experimentu byla chybná. Chinin totiž nezvyšuje tělesnou teplotu, navíc Hahnemann neměl k dispozici teploměr. Našlo se také racionální vysvětlení pro první velký úspěch homeopatie při léčbě epidemie skvrnitého tyfu v r.1813 v Lipsku. Hahnemannovi pacienti totiž žili v endemické oblasti skvrnitého tyfu, na který vzniká celoživotní imunita, a byli proto většinou proti této chorobě imunizováni, zatím co v nedalekém Torgau zemřelo na skvrnivku téměř 20.000 vojáků. Při dalších velkých epidemiích homeopatie selhávala. Proto její obliba rychle klesla, ale vždy znovu, z nejrůznějších důvodů, o kterých budeme mluvit později, se homeopatie vynořila na scéně jako Fénix z plamenů.

Hahnemannovy omyly, mylné základní homeopatické principy, léčebné neúspěchy u epidemií, vlnovitý průběh zájmu o homeopatii, to vše naznačuje její problematičnost právě tak jako to, že se přes neměnnost svých základních dogmat vyvíjela několika různými směry a vzniklo mnoho navzájem soupeřících homeopatických škol. Homeopatie má nesporně pseudovědecký charakter. Nutně se musíme ptát, jak je možné, že problém s homeopatií nebyl vyřešen ani po dvou stoletích, proč nedošlo k obecně přijatému závěru o ne/účinnosti homeopatie?. Uvidíme, že to netkví v neschopnosti vědy nebo v selhání jejích samočisticích mechanismů. Silnější slovo než věda má politika, média, marketink, demagogie a mnoho jiných faktorů.

## **Principy Hahnemannovy teorie a kritické výhrady k nim**

Nejprve uvedeme tabelárně hlavní principy homeopatie, většinou vyslovené samotným Hahnemannem, a jen minimálně později doplněné. Téměř všechny, snad s výjimkou miasmát, jsou pravověrnými homeopaty chápány jako neměnná dogmata.

## **Základní principy homeopatie**

Dynamis, životní léčivá síla

Miasmata, příčina všech chorob

Léčba podobného podobným, similia similibus curentur

Léčba minimálními, infinitezimálními dávkami

Dynamizace třepáním

Homeopatická typologie, konstituční léčba

**Další zvláštnosti:**

Léčba jedním lékem v jednom čase

Homeopatické zhoršení

Repertorizace

Holistický přístup a zvláštní vztah mezi homeopatem a pacientem

## **Dynamis, duchovní síla**

V dnešní době, kdy moderní medicína vysvětlila, jak jsou lidské tělo a jeho orgány řízeny, je zřejmé, že představa o dynamis, duchovní síle, která má řídit lidské tělo, je neudržitelná, a to i proto, že existují jen čtyři fyzikální síly a nejsou žádné náznaky toho, že by mohla existovat síla další.

## **Miasmata jako příčina chorob**

Hahnemann se domníval, že příčinou všech chorob jsou tzv. miasmata, jakési přesně nedefinované duchovní vlastnosti tří tehdy nejrozšířenějších chorob, syphilis (příjice), syfilitická (kapavky) a psóry (svrabu). Dnes víme, že šlo o omyl, příčiny chorob jsou mnohočetné, lze je třídit do desítek kategorií a v nich existují opět stovky chorobných jednotek se specifickou příčinou. Homeopati se však dodnes tohoto termínu zcela nevzdali a mluví o psórických a syfilitických reakcích pacienta.

## **Similia similibus curentur (podobné budiž léčeno podobným)**

Jde o prastarý magický princip, založený na povrchní analogii. Už ve starověku se léčily choroby podle těchto analogií, signatur (signatura plantarum, signatura lapidum). Srdeční choroby se léčily srdčitými listy bylin, preparát z raka byl lékem pro rakovinu a pod. Analogie tvarová, barevná nebo verbální měla reprezentovat i vztah kauzální. To ovšem neplatí.

Proti „principu simile“ lze vést celou řadu vážných námitek, uvedu ale jen tu nejdůležitější, chybnou koncepci „obrazů“. „Obrazem léku“ je totiž pouhý soupis všech subjektivních příznaků, které na sobě pozorovali dobrovolníci při zkoušení léků, při tzv. „provingu“. Jejich popisy se často diametrálně lišily, ale přesto jsou všechny symptomy zahrnuty do soupisu, takže jich mohou být až stovky. Např. u živočišného a rostlinného uhlí, které s lidskými tkáněmi nereagují, obsahuje homeopatický lékopis, Materia homoeopathica medica, 720 příznaků. Stejně zcestný je i „obraz choroby“, tedy souhrn subjektivních příznaků a pocitů nemocného pacienta. To je pro moderní medicínu nepřijatelné, směrodatná je pouze objektivně zjištěná porucha funkcí organismu, nehledě k tomu, že příznaky různých chorob mohou být totožné a naopak jedna a tatáž choroba se projevuje různými příznaky.

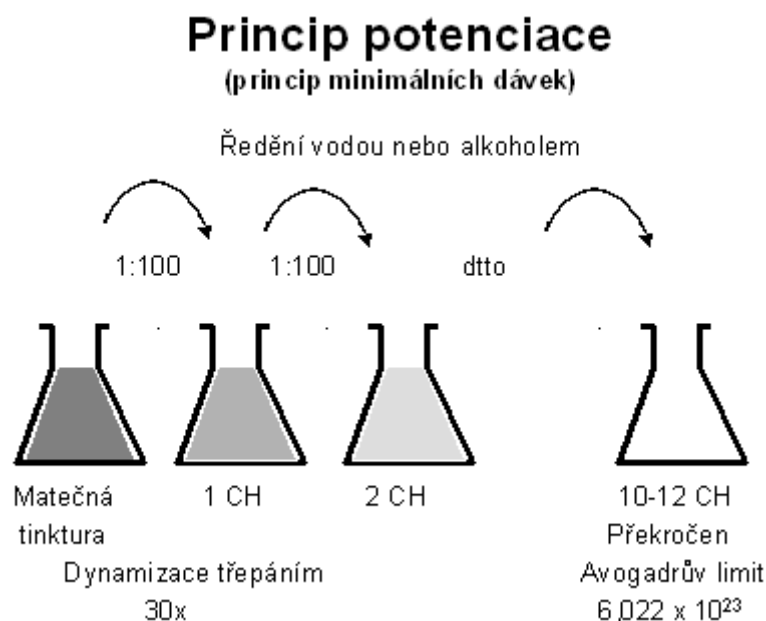
Porovnání dvou souborů subjektivních dat nemůže dát žádný smysluplný výsledek. Tento jediný argument vyvrací základní princip homeopatie.

## **Léčba minimálními (infinitezimálními) dávkami**

Představu, že ředěním léčiva při současném třepání stoupá jeho účinnost, vysvětlují homeopati tak, že léčivý efekt nese jakási duchovní složka, jejíž účinnost je překryta hmotou.



Odstraní li se hmota, uvolní se duchovní síla preparátu, která obnovuje dynamis, léčivou sílu organismu.



*Obr. 2. : Schéma homeopatického ředění.*

*(Převzato z knihy Heřt a kol.: Homeopatie, clusterová medicína, anthroposofická medicína.  
Nakl. Lidové noviny 1997)*

Léčebné preparáty, homeopatika, se připravují specifickým způsobem. Jeden díl matečné tinktury, připravené většinou macerací rostlinných nebo živočišných tkání, ale i minerálů, se ředí za stálého protřepávání deseti díly (decimální, D ředění) nebo sty díly (centezimální, C nebo CH ředění) vody nebo alkoholu. Výsledný roztok se ředí dál stejným způsobem, mnohdy až do hodnot několika set i více C. Když je dosaženo ředění C 10 – C 12 (v závislosti na složení a koncentraci mateřské tinktury), mizí z roztoku prakticky poslední molekula původní látky. Právě tyto vysoké „potence“, běžně CH 30 a CH 100, jsou podle homeopatů nejúčinnější. Existují dokonce i preparáty s fantastickou mocí CH 100.000.

Princip minimálních dávek lze odmítnout snadno. Všechny reakce mezi chemickými látkami, organickými nebo neorganickými, jsou reakcemi mezi molekulami. Kde chybí hmota, molekuly, nemůže k žádné reakci dojít. Kromě toho nebyla nikdy prokázána existence nějaké duchovní síly. A konečně vztahy mezi množstvím, resp. koncentrací léku a jeho působením jsou dnes dokonale prostudovány a je bezpečně potvrzeno, že spolu se snižováním koncentrace látky se účinek zákonitě snižuje.

Na uvedenou kritiku reagují homeopati tvrzením, že po odstranění molekulách zůstávají v roztoku jejich otisky, že tedy existuje „paměť vody“. Odvolávají se na reálně existující „klastry“, shluky, ostrůvky vodních molekul. Jenže to jsou struktury nestabilní, rozpadají se a znovu se tvoří během pikosekund. Tvoří se i kolem cizorodých molekul a přizpůsobují se jim svým tvarem, ale po odstranění molekuly ostrůvek okamžitě mizí beze stop.

Princip minimálních dávek je jednoznačně mylný. Padá tak druhý základní kámen homeopatické teorie.

## **Dynamizace třepáním**

Podle homeopatů je ředění nutno doprovázet rituálním třepáním nebo klepáním o podložku, což má dodávat energii. Předepsán je i počet nutných potřepání, někdy se jich udává 30, jindy 100. O mechanickou energii ovšem nemůže jít, protože ta vede jen k dočasnému zvýšení teploty v důsledku zvýšeného pohybu molekul, ale k žádné kvalitativní změně látek. A existenci bioenergie, na kterou se někteří homeopati odvolávají, se nepodařilo nikdy prokázat, jak ukážeme v kapitole o parapsychologii. Třepání nemá tedy smysl žádný.

## **Homeopatická typologie, konstituční léčba**

Myšlenku, že je vhodné léčit pacienta podle jeho typu, konstituce, rozvinuli teprve Hahnemannovi následníci. Taková léčba má být vrcholem a cílem homeopatické léčby, protože najde pro každého pacienta specifický, konstituční lék, který má zvyšovat obranyschopnost proti všem jeho chorobám. Homeopatická typologie uznává dvanáct základních, velkých typů a několik desítek až stovek typů dalších. Každý z nich reaguje na jeden typický lék, podle kterého dostává také své jméno, třeba Pulsatilla (koniklec), Sulphur (síra) aj. Typy však neodpovídají žádnému objektivnímu hledisku. Jejich často rozsáhlé, mnohastránkové popisy jsou seskupením nejrůznějších subjektivních a objektivních tělesných i psychických známek a reakcí, a jsou spíše beletrií nebo horoskopem. Konstituční léčba nemá žádné opodstatnění, jen výjimečně je průběh choroby ovlivněn konstitucí (jen ve vědeckém, nikoli homeopatickém smyslu). Rozhodující je příčina choroby, věk a zdravotní stav organismu. Konstituční léčba je rozporná i z hlediska homeopatie, protože ta neustále zdůrazňuje nutnost přísně individualizované terapie.

## **Jeden lék v jednom čase**

Tato Hahnemannova zásada, dnes stále přísně respektovaná zastánci klasického směru homeopatie, měla svůj smysl v době, kdy byly tehdejší medicínou pacienti zatěžováni vysokými dávkami několika toxických léků. Dnes naopak víme, že k léčbě je často nutné kombinovat několik léčiv, aby se potencoval jejich účinek, nehledě k tomu, že kromě léků kauzálních se současně aplikují léky symptomatické, které mají potlačit příznaky a subjektivní potíže pacienta.

## **Homeopatické zhoršení**

Kuriózní, ale pro homeopata velice výhodné je tvrzení, že zhoršení choroby, pokud k němu dojde po podání homeopatika, je důkazem jeho účinnosti. Tato představa nemá žádnou logiku a nebyla žádnými experimenty doložena.

## **Repertorizace**

Specifikem homeopatie jsou také Repertoria, rozsáhlé tisícistránkové soupisy nejrůznějších subjektivních pocitů, objektivních příznaků i fyziologických a patologických reakcí pacientů. Homeopat vyslechne pacienta, vytkne si několik, podle jeho soudu nejvýznamnějších příznaků, a v repertoriu, v jeho písemné nebo dnes častěji webové podobě vyhledá doporučená homeopatika. To, které se objeví vícekrát, použije. Člověk, sedící u počítače a brouzdající po internetu, aby našel, která homeopatika a v jaké potenci jsou vhodná třeba na bolest za krkem, na píchání v boku, na nesnášenlivost okurek, to je obraz dnešního moderního homeopata.

## **Holistický přístup a zvláštní vztah homeopata a pacienta**

Homeopat na rozdíl od allopaty prý chápe pacienta celkově, holisticky, v souvislosti s celým jeho životem a prostředím a nevidí jen nemocné orgány. Jde o demagogii, je tomu

právě naopak. Uvedenou zásadu razí moderní medicína nejméně sto let, ovšem nemluví o holistické, ale o komplexní léčbě, kterou předchází přesná diagnostika spočívající kromě důkladné anamnézy ve vyslechnutí subjektivních stesků a ve zjištění objektivního obrazu choroby pomocí širokého spektra přístrojových i laboratorních metod. Stejně komplexní je i terapie nejrůznějšími dietními, chemickými i fyzikálními prostředky. Protiklad mezi tímto komplexním přístupem moderní medicíny a simplexním homeopatickým, „celostním“ přístupem, kdy k diagnóze postačí jen subjektivní příznaky pacienta a k léčbě jediné homeopatikum, je propastný.

## Logické argumenty proti homeopatii

Vedle výše uvedených argumentů, kterými lze vyvrátit všechny principy homeopatie, lze operovat i argumenty logickými. Jsou to četné rozpory v homeopatické teorii i praxi. Právem se musíme ptát, proč se při dynamizaci potencuje efekt jen jediné složky, mateřské tinktury, a ne molekul ředícího roztoku, proč klesají pozitivní výsledky studií se zvýšením jejich přesnosti, nebo proč lze obraz léku vyvolat při provingu jen u zdravých jedinců, nebo jak máme vysvětlit zákon laterality, podle kterého se mají léčit levý a pravý z párových orgánů (plíce, krční mandle, smyslové orgány) rozdílnými homeopatiky? A proč se homeopatii dosud nepodařilo vymýtit ani jednu přesně definovanou chorobu nebo alespoň dokázat vyléčit ji s jistotou na rozdíl od medicíny vědecké? A proč homeopati trvají na přísně individualizované terapii a při tom jsou homeopatika v lékárnách ve volném prodeji?

Sporné je také používání takových homeopatik jako je zlato, rostlinné uhlí, kysličník křemičitý aj., což jsou látky nerozpustné a nemohou mít žádné biologické účinky, nebo prostředků obskurních, patřících do středověku, např. léků ze slunéčka sedmítečného nebo ze slimáka. Používají se i léčiva nevažitelná, „imponderabilia“, jako je měsíční svit nebo Rtg paprsky.

Snad nejjasnějším důkazem nevědeckého charakteru homeopatie je její historie a diverzifikace směrů. Na rozdíl od vědecké medicíny, která se vyvíjí plynule a spěje k jednotnému paradigmatu a jednotným postupům, homeopatie má svou neměnnou, dogmatickou teorii a v historii podléhá vlnám zájmu v souvislosti se sociálními a politickými otřesy. Ale především se v praxi neustále štěpí na nejrůznější, navzájem soupeřící směry. Dnes existuje i u nás několik homeopatických směrů, angloamerická klasická škola, francouzská škola, rakouská, německá, indická a další, které se výrazně liší jak v diagnostice, tak především v terapii. Některé prosazují jeden lék v jednom čase a přísně odmítají současnou allopatickou medicínu a její léčbu, jiné nabízejí spektrum složených, polykompozitních homeopatik a chtějí s konvenční medicínou spolupracovat.

V poslední době se homeopati snaží o „modernizaci“ svého oboru. Vzniklo už několik směrů tzv. kvantové medicíny. V naší republice ji prosazuje MUDr. Josef Hrušovský. Jeho kvantová homeopatie je ovšem záležitostí spirituální, magickou, zatímco v Německu se tváří velice vědecky. Vznikly tam už tři sofistikované směry „kvantové homeopatie“. Podle prvního z nich je účinnost homeopatie založena na vodě, ve které se „v důsledku kvantových dějů vytvářejí magnetická rezonanční pole, která v důsledku vibrací a chaosu produkují léčivé záření“, což ovšem z fyzikálního hlediska nedává žádný smysl.

Druhým směrem je tzv. „kvantenlogische Theorie“ W. Koestnera, která vychází z částicovělnového dualizmu a spočívá v tom, že věci prý současně jsou i nejsou, jsou takové a současně i jiné. Podle Lambecka nemá ani tato filozofická hra nic společného s realitou.

Třetí směr, nazvaný „slabá kvantová teorie“, je dnes nejrozšířenější. Zneužívá opět termínů a jevů z kvantové fyziky, a to tzv. zákonu neurčitosti a také představy o vazbě, sprážením dvou současně vzniklých fotonů, které se chovají naprosto stejně, i když jsou

teoreticky v nekonečné vzdálenosti od sebe. To má umožnit teleportaci. Zastánci této teorie tvrdí, že fyzika a psychologie mají obdobnou strukturu, jsou „izomorfní“, a proto i v medicíně platí stejné principy jako ve fyzice. Principem neurčitosti se prý dá v homeopatii vyložit komplementární vztah mezi hmotou a její duchovní léčivou složkou, spřažením pak léčbu podle principu similia similibus curentur. Opět jde jen o nesmysly, které ovšem dodávají homeopatii v očích laické veřejnosti punc vědeckosti a zvyšují její přitažlivost.

## Ověřování účinnosti homeopatie

V předchozích odstavcích jsme snesli celou řadu argumentů, které ukazují, že se homeopatické principy neslučují s vědeckými poznatky a že se i homeopatická praxe vzpírá veškeré logice. Přesto homeopat najde odpověď: Nezáleží mu na tom, **jak** homeopatie funguje, záleží na tom, **že** funguje. Samozřejmě to není akceptabilní, protože pokud homeopatie pracuje na základě principů, které jsou chybné, fungovat nemůže. Jakékoli experimentální zkoumání je tedy nadbytečné, nesmyslné. Přesto se v současné době homeopatie i jiné disciplíny AM snaží opřít o dvojité slepé klinické studie. Ty jsou samozřejmě v oblasti vědecké EBM základním a spolehlivým prostředkem k ověřování účinnosti léků, ale ve sféře AM selhávají. Homeopati zpočátku experimentální přístup odmítali s poukazem na to, že léčba pacientů je zcela individuální a nelze tedy hodnotit celý jejich soubor (pravdu ovšem nemají). Záhy ale poznali, že se klinické studie mohou stát skvělým (ovšem jen z hlediska homeopatů) prostředkem na obhajobu účinnosti homeopatie. Jak se takové studie provádějí, jsme ukázali výše.

První rozsáhlý výzkum homeopatie byl prováděn v Německu v době Třetí Říše v letech 1937-1940 v rámci snahy vytvořit novou německou moderní medicínu, „Neue Deutsche Heilkunde“. Výzkum stál miliony marek a probíhal na 60 univerzitách. Výsledky nikdy nepronikly na veřejnost, ale podle posmrtně publikované zprávy F. Donnera, účastníka výzkumu, nevyzněl žádný z pokusů ve prospěch homeopatie.

Naproti tomu velké nadšení mezi homeopaty vzbudil slavný experiment prof. Benvenisty z r.1988, který dokazoval, že i extrémně ředěný roztok protilátek ovlivňoval bílé krvinky a tedy že zákon minimálních dávek je platný. Bublina však rychle splaskla, když si kritici vynutili opakování pokusu za přítomnosti vědců a eskamotéra Jamese Randiho. Ukázalo se, že jde o hrubý omyl.

Od 80. let minulého století se už uskutečnily stovky jednotlivých klinických studií. Jejich výsledky jsou však rozporné. Studie, prováděné na seriózních pracovištích přinášejí negativní výsledky, studie prováděné homeopaty mají většinou výsledky pozitivní. Dnes existuje už přes deset systematických přehledů i metaanalýz, které sumárně hodnotí několik desítek jednotlivých studií. I jejich výsledky jsou samozřejmě rozporné. Např. autoři jednoho z nejrozsáhlejších přehledů, Kleinen et al., uvádějí, že „*klinické studie naznačují účinnost homeopatie, ale nepostačují k definitivnímu závěru*“, a podle Matthieho z r.2003 „*50% studií potvrzuje pozitivní efekty homeopatie, takže lze odmítnout nulovou hypotézu*“. Stejně jsou závěry rozsáhlých Lindeho metaanalýz z r.1997 a 1999. Výsledky těchto prací sice nepotvrzují účinnost homeopatie jednoznačně, ale postačují k tomu, aby se plánovaly a prováděly další a další vysoce nákladné a podle mého názoru zcela zbytečné studie.

Proč jsou výsledky klinických studií rozporné, je dnes zřejmé. Víme totiž dobře, že pozitivní výsledky některých studií jsou omylem, vzniklým různými nepřesnostmi při jejich plánování nebo provádění. V kapitole o zkoumání metod AM jsme ukázali, že provedení takové studie je vysoce náročné, vyžaduje zkušenost, nezaujatost a také publikační poctivost. Pokud se publikují jen práce pozitivní, kdežto negativní jsou zamlčovány, dojde navíc k výraznému publikačnímu zkreslení. Chceme-li se tedy při hodnocení účinnosti homeopatie spolehnout na experimenty, pak je nutné vybrat podle přísných kritérií jen ty nejkvalitnější.

Takovou podrobnou a dokonalou analýzu provedli v r.2005 ve Švýcarsku A. Shang a M. Eggers. Jejich závěr je jasný: „Účinek homeopatie je jen placebo efektem“. A ke stejnému závěru došla i nejprestižnější instituce ověřující spolehlivost klinických studií, Cochrane Collaboration, jejíž závěr zní: Chybějí dostatečné důkazy pro účinnost homeopatie.

Avšak homeopat má opět připravenou odpověď: Když zpochybníte účinnost některých homeopatik, neznamená to, že jiné homeopatické preparáty nejsou účinné. Je to argument správný. Experimentální cestou skutečně nelze s definitivní jistotou vyvrátit účinnost homeopatie. Proto je zcela zbytečně snažit se o prosazení dalších experimentů, když máme jinou, exaktní cestu k vyvrácení celé homeopatie jako disciplíny. A tou je kritická a logická analýza jejích principů.

Uvedu ještě další vyvrácený argument, který má svědčit ve prospěch homeopatie, a to jsou udávané úspěchy homeopatické léčby u zvířat, kde údajně nemůže jít o placebo. Omyl, placebový efekt podle některých autorů u zvířat existuje, nehledě k tomu že mu podléhá i majitel zvířete, který informuje veterináře o jeho stavu. V r.2003 byly také publikovány dvě dvojité zaslepené studie u telat a krav, které nenašly rozdíl mezi průběhem nemoci léčené homeopatikem a placebem.

Ted', po tom co jsem doufám přesvědčivě vyvrátil principy homeopatie a zpochybnil pozitivně vyznívající studie o účinnosti homeopatik, tak čtenáře překvapím tvrzením, že homeopatická léčba může být účinná a prospěšná. Není to žádný rozpor, principy jsou skutečně mylné a homeopatika neúčinná, nemají žádnou vlastní, tzv. specifickou účinnost. Účinnou silou homeopatie, homeopata a homeopatik je placebový efekt, jinými slovy pevná víra pacienta v úspěch terapie. Podrobně se budeme placebovým efektem zabývat na str. 231. Z tohoto zjištění ovšem plyne, jaké jsou skutečné možnosti homeopatie. Díky placebovému efektu lze očekávat zlepšení subjektivních pocitů, zvýšení prahu vnímání bolesti i nepřímé posílení obranyschopnosti organismu včetně imunity, ale v žádném případě nemůže být podstatně ovlivněn průběh závažných, organických chorob.

## **Proč je homeopatie tak rozšířená a stále oblíbená?**

Rychlé celosvětové rozšíření homeopatie a její stále trvající oblíbenost má několik zajímavých důvodů.

Jedním z nich už je mimořádné charisma jejího zakladatele S. Hahnemanna. Byl to neobyčejně bystrý a vzdělaný člověk, jeden z prvních, kdo začal experimentovat s léky na pacientech a který brzy poznal, jak hrubé a poškozující jsou postupy tehdejší medicíny. Vychoval si řadu následovníků, kteří Hahnemannovo „evangelium“ dogmaticky zachovávali a jen z malé části doplňovali, jak to ostatně Hahnemann vyžadoval: „*Ten, kdo nejde přesně v mých stopách a uchýlí se být jen o šířku stébla vlevo nebo vpravo, je zrádcem a nechci s ním mít nic společného.*“ Dodnes se Hahnemannovi věrní ctitelé každoročně scházejí u jeho pomníků v Paříži a ve Washingtonu.

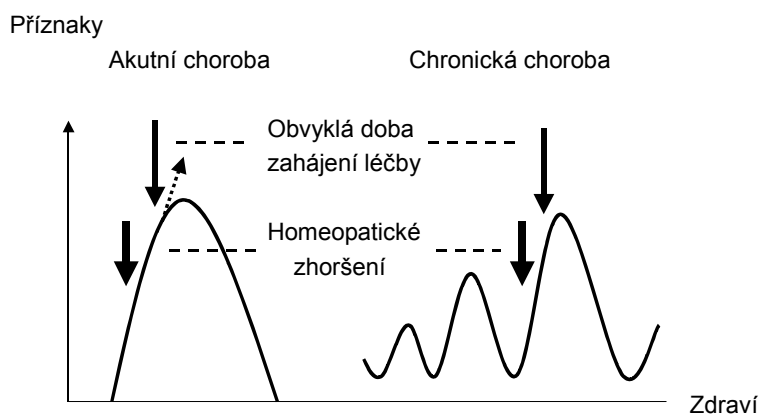
Dalším důvodem obliby homeopatie je mimořádně chytrý marketing homeopatů. Už reklama, že homeopatika jsou léky účinné, přírodní, laciné a zcela bez vedlejších účinků je přesvědčivá pro pacienty, kteří jsou dnes více než kdykoli jindy strašeni riziky moderní farmakoterapie. Homeopatika jsou bez vedlejších účinků nepochybně, ale účinná ani laciná nejsou. Jejich cena je vysoce nadsazená vzhledem k minimální výrobní ceně. Např. z kousku jater a srdce jedné kachny lze získat mateřskou tinkturu, která stačí k výrobě téměř nekonečného množství preparátu Oscilloccinum s očekávaným ziskem 20 milionu dolarů. Zisk firem může být investován do reklamy, do knižních i časopiseckých publikací, četných homeopatických kurzů a konferencí. S takovou masivní propagací kontrastuje to, že o skutečné podstatě homeopatie a o výsledcích výzkumu je veřejnost informována zcela nedostatečně.

Právě tak je pozitivně přijímána teze, že si homeopat vytváří zvláštní, blízký vztah s pacientem, zejména když skutečně věnuje pacientům daleko víc času než lékař v přetížené ordinaci. Že se vyptává na nevýznamné detaily, není podstatné, důležitý je věnovaný čas a přívětivá tvář.

Přímo geniální je Hahnemannův nápad s homeopatickým zhoršením. Hahnemann totiž dobře věděl, že převážná většina akutních nemocí po svém vyvrcholení rychle odezní, a že každý vrchol ve vlnovitém průběhu chronických chorob je následován zlepšením. Když se tedy aplikuje jakýkoli, byť neúčinný lék na vrcholu onemocnění, následuje zákonitě zlepšení. Když je ovšem lék aplikován dříve, choroba se dále rozvíjí, a proto nastupuje Hahnemannova teze o „homeopatickém zhoršení“ jako preventivní opatření proti obavám pacienta: zhoršení je přece jasnou známkou působení homeopatika! A pacient uklidněn čeká na zákonitě zlepšení, vyvolané zásahem přirozených obranných sil organismu. Vyléčení mylně přičítá homeopatikum.

## Homeopatické zhoršení

(preventivní imunizace kritiky)



Obr. 3. Schéma homeopatického zhoršení

(Převzato z knihy Heřt a kol.: *Homeopatie, clusterová medicína, anthroposofická medicína*. Nakl. Lidové noviny 1997)

Další genialitou je cílené získávání podpory u vysoce postavených a vlivných osob ze světa umění, politiky a vojenství, zpravidla osob bez přírodovědeckého vzdělání. Ti se pak stávají hláskou troubou a podporovateli homeopatie. Patřili k nim např. Napoleon, Goethe, Paganini, maršál Radecki, Mark Twain, Bismarck, později anglický král Jiří VI, Gándhi, Yehudi Menuhin, prezident Reagan. Dnešním nejvýznamnějším protagonistou je anglický princ Charles.

A konečně nemůžeme zapomenout na agresivní postup při obhajování homeopatie a na soustavné očeřování „školní“, „allopatické“ medicíny a také na soudní žaloby, kterými homeopati častují své kritiky.

## Dnešní postavení homeopatie ve světě i v ČR

Homeopatie je celosvětově rozšířená, ale s výraznými regionálními rozdíly. Nejrozšířenější je v Brazílii, Argentině, ale především v Indii, kde je 300.000 homeopatů a 300

homeopatických nemocnic a klinik. V Evropě se její obliba donedávna zvyšovala, ve Francii používá homeopatika třetina, v Belgii dokonce polovina populace. Naproti tomu ve Skandinávii rozšířená není. Vzestup zájmu o homeopatii je patrný i v USA, kde pacienti ročně za homeopatika utratí přes 2 biliony dolarů. Téměř neznámá je naopak v Kanadě, Japonsku, v Číně a Koreji. Právě tak rozdílné jsou postoje států k homeopatii. V Evropě je homeopatická léčba hrazena ze státního pojištění jen ve Francii, v Holandsku tomu tak bylo jen přechodně, protože se náklady na homeopatickou léčbu výrazně zvýšily. Hrazení homeopatik bylo proto zrušeno. V Německu a Británii má homeopatie podporu spíše politickou, nikoliv odbornou.

Do České republiky pronikla homeopatie razantně v r.1990 po změně režimu, hlavně zásluhou agresivní politiky francouzské firmy Boiron a jejího reprezentanta u nás dr. M. Rýce. Dodnes bylo vyškoleny v různých směrech homeopatie přes 6000 lékařů, i když v praxi ji používají jen stovky. Registrováno je u nás cca 1200 homeopatik, jejich obrat však tvoří jen 0,5% obratu všech léčiv a v současné době stagnuje. České pojišťovny homeopatickou léčbu nehradí.

Stanoviska evropských odborných společností jsou vůči homeopatii odmítavá. Už v r.1992 ji odmítl kongres evropských farmakologických společností, shodné stanovisko zaujala německá Spolková lékařská komora, Britská lékařská společnost i Stálý výbor lékařů Evropského společenství. Naproti tomu Světová zdravotnická organizace (WHO) homeopatii jednoznačně neodmítá, ale řadí ji mezi metody tradiční, alternativní a pro její studium a propagaci zřídila speciální komisi. Postup pojišťoven je nejednotný.

V naší republice je situace podivná. Česká lékařská společnost v r.1997 vyloučila Českou homeopatickou společnost ze svých řad, protože odmítla zrušit svou sekci pro klastrovou medicínu, což je absurdní pseudovědecká metoda (viz str. 66). Naproti tomu Česká lékařská komora vydala stanovisko, že „*Homeopatie je léčebná metoda, kterou může vykonávat a homeopatické léky předepisovat každý, kdo má oprávnění léčit*“, přestože ve svém Etickém kodexu komory je jasně řečeno, že lékař musí používat jen ty metody, které odpovídají současným poznatkům vědy. Vědecká rada Ministerstva zdravotnictví doporučila registraci homeopatických preparátů jako léky zvláštní skupiny, kde není třeba zjišťovat účinnost a akceptovala stanovisko České lékařské komory. Jasně vyhlášení homeopatie jako pseudovědy od našich zdravotnických ani státních orgánů nezaznělo. Jedině Český klub skeptiků Sisyfos vydal prohlášení: „*Homeopatii nepovažujeme za účinnou léčebnou metodu pro nevědecké a vzájemně neslučitelné teoretické principy a pro absenci relevantních důkazů o její účinnosti.... Z hlediska medicíny ji pokládáme za postup non lege artis.*“

Zdá se však, že se v současné době v zemích západní Evropy situace obrací v neprospěch homeopatie. Negativní vyjádření společnosti Cochrane Collaboration a jednoznačně vyznívající studie skupiny prof. Eggerse mají zřejmě značný dopad. I Edzard Ernst, vysoce uznávaný profesor pro alternativní medicínu na univerzitě v anglickém Exeteru, jeden z nejzanícenějších obhájců homeopatie i jiných metod alternativní medicíny, uznal, že se celý život mýlil. Dnes je z něj zastánce vědecké medicíny a spolu s novinářem S. Singhem vydal v Londýně závažnou a vlivnou publikaci „*Trick or Treatment*“, ve které z vědeckého hlediska analyzuje a odmítá homeopatii i většinu hlavních metod AM. V některých evropských státech se již snižují dotace na klinické homeopatické studie i na pořádání homeopatických kurzů a pojišťovny přestávají hradit homeopatickou terapii. Homeopati se ovšem proti závěrům této knihy ostře vymezili a podali dokonce na oba autory soudní žalobu. O vědecké povaze homeopatie tedy budou rozhodovat soudy a jistě i peníze.

## **Závěr**

Homeopatii vytvořil S. Hahnemann z dobrých důvodů a úmyslů v době, která nevěděla nic o skutečných příčinách chorob, ale dnes jde o absurditu, která nemá žádné vědecké opodstatnění. Je založena na principech, které jsou v příkrém rozporu s tzv.

přírodními zákony i s vědeckými poznatky. Každý z jejích principů lze snadno vyvrátit jednoznačnými věcnými i logickými argumenty. Účinnost homeopatik byla ověřována dvojitě slepými studiemi. Pokud jsou provedeny na seriózním pracovišti, jsou výsledky negativní. Podle nejspolehlivější instituce Cochrane Collaboration nebyla účinnost homeopatik prokázána. Léčebné úspěchy homeopatie, vesměs u chorob lehčího charakteru, jsou zprostředkovány placebo efektem. Lékařské odborné organizace homeopatii považují za disciplínu pseudovědeckou. Česká lékařská společnost J.E. Purkyně proto vyloučila Českou homeopatickou společnost ze svých řad. Homeoptika jsou sice zařazena mezi léky, ale léky zvláštního druhu, u nichž se kontroluje jen bezpečnost, ale neověřuje jejich účinnost. Z různých ekonomických, ideologických a politických důvodů je však homeopatie některými státy, lékařskými institucemi i zahraničními pojišťovnami akceptována nebo tolerována.

---

## Nosódy

Nosóda nebo moderněji „bioterapeutikum“ nebo také „isoterapeutikum“ je homeopaticky připravený preparát z nemocných tkání a orgánů nebo z jejich sekretů, např. z hnisu, vředů, nádorů, z exkretů nemocných osob, ale i z virů a bakterií. Impulsem pro používání nosód byl Jennerův objev očkování virem vakcínie (kravských neštovic) proti neštovicím. Nosódy mají působit podobně, prostřednictvím aktivace obranných sil, podle jiných však působí také na principu podobnosti. Vzhledem k tomu, že patologická tkáň je potencována homeopaticky, je léčba nosódami jakýmsi hybridem mezi očkováním (vakcinací) a homeopatií s tím rozdílem, že homeopatie je léčba podobného podobným, kdežto v případě nosód jde o léčbu stejného stejným, o isopatii. Sám Hahnemann isopatii, tedy i léčbu nosódami odmítal, a zavedli ji teprve jeho následovníci. Termín nosóda použil po prvé americký homeopat C. Hering.

Léčba nosódami se rozšířila především ve Francii a Německu, kde se používá dodnes. Byla považována za samostatnou metodu, ale od r.1985 je součástí homeopatie. Nosódy jsou proto v Německu zařazeny do oficiálního homeopatického lékopisu. V západní Evropě dnes existuje zhruba 30 továrně vyráběných nosód, bioterapeutik. Původně se používaly nosódy v injekční formě, dnes ve formě tablet a kapek. Prvním výrobkem byl psorin, připravený ze svrabových kožních ložisek, známá byla i difterická nosóda (proti záškrtu), dnes jsou často používanými nosódami Staphylococcinum a Infuenzinum (proti chřipce) a existují i nosódy proti tumorům, např. „carcinoma-uteri-nosóda. Do České republiky zatím tyto preparáty nepronikly.

**Hodnocení:** Léčba nosódami je metodou, patřící do rámce AM, speciálně homeopatie, a je neúčinná, protože homeopaticky potencovaný preparát v sobě neobsahuje prakticky žádnou molekulu původní látky. Účinnost nosód také nebyla standardními metodami nikdy prokázána. Pokud by se používaly nosódy méně potencované, s obsahem infekčního nebo toxického agens, bylo by jejich použití spojeno s vysokým rizikem infekce nebo alergizace.

---

## Homotoxikologie

Homotoxikologii, rozšířenou především v Německu, „vynalezl“ v 50. letech 20. století homeopat H.-H. Reckeweg. Podle jeho teorie jsou všechny nemoci výrazem kyberneticky řízeného orgánového boje proti endogenním i exogenním toxinům, které nazývá homotoxiny. Nejnebezpečnější z nich mají být sutoxiny, „jedy“ z vepřového masa (*Sus scrofa*), k nimž



Reckeweg řadí cholesterol, dále hormony, viry atd. Vepřové maso je údajně nebezpečné proto, že tkáň požitého vepřového masa postupně nahrazují tkáň člověka, který se tak nakonec podobá tvoru, jehož maso pojídá. Ve vysokém ředění mají homotoxiny naopak léčebný efekt, podobně jako homeopatika. Choroby jsou podle Reckewega účelnou reakcí na průnik jedů, homotoxinů. Při této obraně se v játrech homotoxiny navzájem slučují a jako neškodné homotoxony se vyloučí z těla. Průběh obranné reakce na homotoxiny má mít šest fází: exkreci, reakci, depozici, impregnaci, degeneraci a maligní zvrhnutí. Organismu se podle Reckewegových názorů nesmí v jeho reakcích bránit, nebezpečné je zejména používání antibiotik. Homotoxikologie také striktně odmítá chemoterapeutika a v dietě (nezdůvodněně) zakazuje alkohol, čaj, kávu, potraviny s konzervačními přísadami. Nejvhodnější léčbou jsou homeopaticky ředěné preparáty, které obrannou reakci organismu podpoří indukcí specifických enzymů v játrech a povzbuzením imunitních reakcí. Reckeweg doporučuje kromě klasických homeopatik i specifické výrobky jeho firmy, např. homeopaticky ředěná allopatica, organopreparáty, nosódy a jejich směsi. V Německu je v lékárnách nabízeno kolem stovky takových preparátů, které jsou také spolu s homeopatiky zařazeny do oficiálního lékopisu, ovšem mezi léky, u nichž se nevyžaduje průkaz účinnosti.

**Hodnocení:** Žádná z Reckewegových spekulací a hypotéz nebyla nikdy ověřena a z hlediska poznatků moderní biochemie jsou všechny jeho názory mylné. Produkty Reckewegovy firmy nebezpečné nejsou, protože jsou homeopaticky ředěny, ale odmítání antibiotické léčby a chemoterapie může mít pro pacienty vážné důsledky. Je téměř neuvěřitelné, že tak absurdní metoda je v Německu rozšířena nejen mezi léčitelé, ale i mezi lékaři.

---

## Anthroposofická medicína

Anthroposofická medicína je spojena se jménem Rudolfa Steinera (1861-1925). Zprvu se Steiner věnoval přírodním vědám a filozofii, později ho výrazně ovlivnil J.W. Goethe, na vydávání jehož souborného díla se Steiner podílel. Na přelomu století ale navázal spojení s esoterickými kruhy a stal se členem theosofické společnosti. Později se blíže seznámil s mystickými orientálními filozofiemi, opustil theosofii a v r.1912 založil tzv. Anthroposofickou společnost. Během první světové války se seznámil i s medicínskou problematikou a spolu s holandskou lékařkou Itou Wegmanovou (1876-1943) vytvořil nový léčebný systém, anthroposofickou medicínu.

„Anthroposoficky orientovaná medicína“, jak se také tento systém dnes nazývá, se rozvinula především v německy mluvících zemích, v Německu, Rakousku a Švýcarsku. V České republice existuje jen malá skupina anthroposofických lékařů v Hradci Králové. V současné době se tomuto směru léčení v Německu věnuje odhadem 6.000 lékařů. Vedle toho mnoho německých lékařů používá některé anthroposofické preparáty, především ze jmelí. Existuje také devět státům uznaných klinik pro anthroposofickou medicínu.

Východiskem pro vytvoření koncepce anthroposofické medicíny je samozřejmě Steinerova filozofie, kterou musíme stručně charakterizovat. Anthroposofie navazuje na theosofii a je konglomerátem nejrůznějších názorů gnóstických, křesťanských, indických, okultních a kabalistických. Steiner převzal i řadu prvků z astrologie, alchymie, spiritizmu a z díla J.W. Goetha. To vše doplnil množstvím „informací“ a dat o vývoji člověka i o přírodě, které údajně přečetl v mystické „virtuální“ kronice Ákaša. Cílem Steinerova učení byla obroda člověka a rozvoj jeho duchovních sil prostřednictvím nadsmyslového poznávání světa, jasnovidectví a meditace. Člověk existuje podle Steinera od samého počátku kosmu jako duchovní bytost, která se propadla do hmotného světa, od něhož se nyní osvobozuje a vrací se

do světa duchovního opakovanými reinkarnacemi s přenosem karmy. Mezi vývojem člověka a kosmu viděl Steiner četné paralely. Rostliny a zvířata jsou podle jeho názoru jen odpadovým produktem vývoje člověka. Steiner zasahoval do všech společenských oborů, vedle zdravotnictví zejména do školství (Waldorfské školství), zemědělství (biodynamické zemědělství) i do politiky a umění (Eurytmie). Napsal řadu knih a proslavil množství přednášek, publikovaných ve více než 40 svazcích. Ve švýcarském Dornachu Steiner vybudoval školicí základnu anthroposofie, Goetheanum. V ČR se jeho dílo v posledních 15 letech znovu široce publikuje.

Steiner sice intuitivně poznal a do praktického života zavedl několik rozumných prvků (např. estetická a pohybová výchova), které jsou především ve školství stále živé, ale převážná většina jeho názorů jsou buď náboženské nebo okultní představy a především vlastní absurdní fantazie, které jsou v rozporu s vědeckými poznatky evolučními, fyzikálními i medicínskými. Jeho učení patří do oblasti pseudovědy, mystiky a magie. Žádná z jeho četných předpovědí se neuskutečnila.

Základem teorie anthroposofické medicíny je Steinerova „anthropologie“ s originální představou o stavbě lidského těla. Jádrem, resp. nejvyšší složkou těla je tzv. Já, které je obklopeno tělem fyzickým, astrálním a éterným. Každé z těchto „těl“ má být analogií jednoho ze čtyř základních prvků světa, hmoty, vody, vzduchu a ohně. Steiner také popsal u člověka 12 smyslů a v každém orgánu nacházel duši. Podle anthroposofické medicíny nemají choroby materiální, ale duchovní příčinu, kterou je nerovnováha základních prvků a tří složek fyzického těla: nervově-smyslového systému, rytmického systému a systému látkové výměny spolu s končetinami. Bakterie a viry jsou jen průvodním symptomem.

Diagnózu stanovuje anthroposofická medicína intuitivně pomocí duchovního zraku lékaře nebo podle vzhledu krystalů z tělesných tekutin a správné léky se určují jasnozřivě. Používají se čtyři skupiny léků, jejichž působení závisí na jejich duchovní hodnotě. Patří k nim byliny, léky oficiální medicíny, homeopatika a speciální léky anthroposofické, připravené např. z kovů jejich „vegetabilizací“ nebo podle astrologických vztahů a Steinerem předpokládané evoluční spřízněnosti. Mimořádné postavení v anthroposofické medicíně zaujímají tzv. polární rostliny a zejména preparáty ze jmelí, např. Iscador, protože jmelí je údajně kultovní rostlina podobná člověku a má mít především silné protirakovinné účinky. Součástí terapie bývá i eurytmie. Anthroposofické léky jsou v Německu spolu s homeopatiky uznávány jako zvláštní skupina, jejíž účinky se neověřují. Anthroposofické léky k nám začala dovážet firma Weleda.

**Hodnocení:** Steinerovy představy o stavbě a funkcích těla člověka i o příčinách nemocí jsou zcela originálními, ale absurdními výmysly. Předností anthroposofické medicíny je zdůrazňování psychologických aspektů v medicíně, což je všeobecně hodnoceno pozitivně, ale s tím kontrastuje používání nevědeckých diagnostických metod, homeopatik a zejména kuriózních anthroposofických léčiv s neověřenou účinností, což anthroposofickou medicínu znehodnocuje a řadí do rámce medicíny alternativní. Účinnost Iscadoru a jiných preparátů ze jmelí byla opakovaně prověřována a přesto, že v nich byly v laboratorních experimentech nalezeny látky s protirakovinným působením, v klinických studiích nebyla jejich účinnost bezpečně prokázána. Posoudit úspěšnost anthroposofické medicíny jako celého léčebného systému je velice obtížné, protože se v ní používají jak vědecké, tak i pseudovědecké, „alternativní“ postupy. Ve směrodatné německé publikaci Die Andere Medizin zní závěrečné hodnocení takto: „*Anthroposofická medicína jako terapeutický koncept není vhodná k léčení chorob*“.

## **Clusterová medicína, spagyrika, a Specifická individuální autoboterapie, SIAB**

Spagyriku, clusterovou medicínu a metodu SIAB spojuje společný princip: údajné uvolňování a získávání tajemné léčivé substance, dnes informace, skryté v hmotě. Spagyrika je u nás prakticky neznámá a nikdo netušil, že je předchůdcem clusterové (klastrové) medicíny, která se u nás objevila náhle v r.1990 jako import z Německa. Proto si dovolím pár slov i o spagyrice.

### **Spagyrika**

Spagyrika je středověkého původu, ale první písemné zprávy o ní najdeme až v 16. století, kdy se jí věnoval a používal v léčitelství Paracelsus. Jeho osobnost a význam jsme popsali v úvodu kapitoly o homeopatii. Podkladem jeho učení a léčebné praxe byla alchymie. Hlavním cílem spagyriky v léčitelství bylo objevit tajemné síly, tzv. Arcana (arcanum, lat. tajemství) skryté v hmotě a uvolnit, posílit a usměrnit je proti chorobám. Paracelsus připravoval léky jak z bylin, tak i z kovů. Tím se vysvětluje i název spagyriky, protože tak se původně nezývalo umění „dělit kovy“, metalurgie. Z čeho konkrétně a jak se spagyrické léky v Paracelsově době připravovaly, nevíme. Receptury byly utajovány a předávány jen do rukou osob zasvěcených.

Teprve C.F. Zimpel, původně homeopat a pak nejznámější z pozdějších spagyriků, popsal způsob výroby a recepty tří řad medikamentů. Hlavní řadou byly spagyricko-hermetické preparáty s širokými indikacemi, dále látky „elektrizující“ (protože působily okamžitě jako elektrina) a konečně Arcana, tajemné minerální a chemické látky. Základem přípravy rostlinných léků bylo kvašení s následnou destilací. Během procesu měly kvašením z původně jednoduchých látek vznikat složité sloučeniny a vynořit se léčivé „duchovní síly“. Zimpel tvrdil, že účinnost těchto preparátů, homeopaticky ředěných, byla podstatně vyšší než u homeopatik.

Spagyrika se na rozdíl od homeopatie nerozšířila a zůstala omezena prakticky jen na Německo, Rakousko a Švýcarsko, kde přetrvává v omezeném rozsahu dodnes. Věnují se jí jen léčitelé. Někteří z nich si vyrábějí spagyrické léky sami, ale existuje i několik firem, vyrábějících je podle novějších receptů, obsažených v homeopatickém lékopise.

### **Clusterová (klastrová) medicína**

Tuto moderní variantu spagyriky vytvořil v 80. letech minulého století německý léčitel, údajně „filozof a profesor“ K.J. Heinze. Spagyriku obohatil o kuriózní diagnostiku a „vylepšil“ i terapii. Centrální úlohu v diagnostice i terapii hraje cluster (klastr, shluk, sraženina). Ten se připravuje z krve, stolice, moči nebo sekretu pacienta složitým postupem. Nejprve se roztokem uvedených substancí prohání vodní pára, která se v destilačním přístroji zkapalní. Opakovanou destilací a přidáním cukru a alkoholu vznikne přímo koncentrovaný léčivý přípravek, tzv. „dot“, a to Sangudot z krve, Urodot z moči a Soludot z různých sekretů. K léčbě se tyto roztoky používají v homeopatických ředěních. Zbylá krev, stolice nebo moč se pak spálí v peci při teplotě 640°. Popel se rozředí v Sangudotu a dvě kapky vzniklého roztoku se vysuší na podložním sklíčku. Klastr, vyschlá kapka, je hotov. Sklíčko se vloží pod mikroskop a podle tvaru, velikosti a uspořádání krystalů určí diagnostik důležité detaily klastru, označí je číselným kódem a zadá počítači. Ten podle speciálního programu zhodnotí stav jednotlivých orgánů. Diagnostik pak z toho vyvodí diagnózu, doporučí léčbu „dotem“ a event. i dietu.

Účinnost „dotů“ vysvětlují zastánci této metody tak, že „doty“ přenášejí do organismu léčivou „informaci“, která byla obsažena v bílkovinách pacienta. Ta má nastartovat

v organizmu zpětný chod, „rekurzi“, zasahující třeba až do doby před začátkem onemocnění nebo dokonce až do doby před narozením pacienta. Tím se zruší všechny příčiny nemoci.

Přes svou evidentní nesmyslnost se provozování clusterové medicíny ujalo u nás téměř 50 lékařů. Záhy se jí dostalo podpory od některých našich imunologů, kteří její „teorii“ obohatili o imunologický výklad účinku. „Doty“ prý působí jako autovakcína..Metodu přijala jako řádnou sekci Čs. homeopatická společnost. V Praze bylo vybudováno diagnosticko-terapeutické centrum, v Litoměřicích diagnostická základna.

## **Specifická individuální autobioterapie, SIAB**

Po několika letech dostala clusterová medicína nové atraktivní jméno, Specifická individuální autobioterapie, SIAB, a jejího rozšiřování se ujala některá soukromá zdravotnická zařízení, především Paracelsium, později Paracelsium Praha, existující dodnes. V jeho propagačním materiálu se tvrdí, že má v evidenci už přes 8.500 pacientů a že používá autovakcíny podle receptů z Německa, Švýcarska a Rakouska. Podle našich informací jde však o variantu ryze českou, žádné odkazy na autobioterapii SIAB v zahraničí jsme nenašli a Paracelsium je nekonkretizuje. Nelze vyloučit, že používají prastaré spagyrické recepty nebo recepty dnešní německé spagyriky. Firma také zamlčuje, že jde o homeopatický přístup, jen takticky naznačí, že úspěch léčení nezávisí na množství podaného léku, protože jde o aplikaci léků, které mají charakter „signálů“. To je ovšem základní princip homeopatie. Podle firemní reklamy je metoda SIAB téměř panaceou pro všechny chronické a recidivující nemoci. Vedle alergie, ekzému, astmatu, poruch imunity je SIAB účinná i u Bechtěrevovy choroby, roztroušené sklerózy a rakoviny, tedy vesměs chorob, které jsou obtížně léčitelné nebo neléčitelné. U takových pacientů má reklama nepochybně úspěšnou odezvu, právě tak jako u rodičů předškolních dětí, kterým firma nabízí své preparáty jako preventivní prostředky na posílení imunity.

Přes to, že příprava „dotů“ i jejich zhodnocení jsou oproti nákladným postupům výroby léků vědecké medicíny velice simplexní, stojí léčba clusterem v soukromých centrech i více než 6.000 Kč. Pojišťovny samozřejmě léčbu nehradí.

Zatímco v naší zemi se clusterová metoda, kromě přejmenování na SIAB, od 90. let nemění, v Německu ji K.J. Heinze teoreticky i prakticky dál široce rozvíjí. Jeho dnešní Crystal-Medizin není odvozena jen z Paracelsovy spagyriky, ale i z krystalografie a kvantové fyziky. Klastry se nyní vyrábějí nejen z krve a jiných výměšků lidského těla, ale také ze slov a myšlenek při rozhovoru s pacientem, takže se získávají informace jak o celé tělesné, tak i psychické historii pacienta a lze předpovědět i choroby budoucí. I léčbu Heinze podstatně rozšířil. Spektrum vodních klastrů-dotů zajímavě pojmenovaných PhyloDale, PathoDeste, OntoDote, nebo OntoBioDote doplnil i zvukovými a obrazovými klastry, které dodává v podobě CD disků pro počítač. Nabízí i „vědecktější“ výklad účinku klastrů: *„Zvukové vlny s obrazem krystalu mění elektromagnetická pole buněčných membrán, což vede k reorganizaci membránové propustnosti a přeladění látkové výměny“*. A ještě vědecktější: *„Audioklastry spočívají na fyzikálních a biologických interferenčních vzorech, jsou propočítávány pomocí matematických procesů fraktální geometrie, zlatého řezu a základních tónů slunečních, měsíčních a zemských period a jsou vyráběny individuálně pomocí generátoru. Jde o stojící vlny, které se díky svému impulsu objevují na každé buňce v strukturální a analogové podobě“*. A aby se nezapomnělo, že jde o spagyriku, obsahují Heinzovy léky i extrakty kovů a bylin. Nová clusterová medicína je zřejmě úspěšná, protože ji provozují léčitelé v Německu, Rakousku i Švýcarsku a existují čtyři centra, nabízející dlouhodobé školení zakončené udělením licence. Jeden seminář stojí 300 E, celý osmidílný cyklus 2.014 E.

**Hodnocení clusterové medicíny:** Všechny tři varianty, spagyrika, cluster i SIAB vycházejí z jedné bludné představy, že se v hmotě skrývá nějaká duchovní, nehmotná substance nebo na hmotě nezávislá informace, podle SIAB signál. Nic takového nemůže existovat. Každá informace, ve smyslu zpráva, vzniká strukturováním hmoty. Všechny tři metody lze z tohoto principiálního důvodu odmítnout jako neúčinné.

Spagyrika je v odborných kruzích považována za relikv středověku, který má všechny znaky alchymie a magie. Účinnost spagyrických léků, ať už domácí nebo tovární výroby, nikdo nikdy objektivně netestoval. Jejich složení je nestandardní a nelze vyloučit rizikovitost vzhledem k používání arsenu a jiných toxických látek.

Clusterová medicína byla pouhým výmyslem jedné osoby, K.J. Heinze, který ji v Německu v poslední dekádě 20. století rozvinul megalomaničticky do fantastického esoterického systému, který postrádá jakékoli rysy racionality. Do České republiky se však „cluster“ dostal a technicky také zůstal v původní „jednoduché podobě“, jen si zmodernizoval teorii a přemaloval název na SIAB – Specifická individuální autobiografie. Není obtížné najít další argumenty proti jeho účinnosti, vedle výše uvedeného principiálního omylu. Jeho smysluplnost vylučuje už to, že vysokou teplotou při destilaci se všechny předpokládané „informace“ nutně zničí. Jakákoli informace musí být vázána na hmotu, v případě clusterové medicíny na bílkoviny. Ty se však vysokou teplotou spolehlivě ničí. Krystaly tedy nemohou mít diagnostický význam a připravené doty nemohou mít terapeutický význam. Ostatně celá clusterová diagnostika je přece nesmyslná, jestliže Sangudot, tedy individuální autovakcína, má být lékem pro jakoukoli chorobu pacienta. Není důvod pátrat po diagnóze choroby a její příčině. Jinou vážnou námitkou je, že se na vodu nemůže přenést natrvalo žádná informace, jak jsme vysvětlili při popisu vlastností vody na str... Voda nemá stálou strukturu, ale neustále v kratičkých časových intervalech se její shluky, klastry, přestavují. Neúčinnost „dotů“ vyplývá i z jejich homeopatického ředění. A další námitka: životní procesy jsou jednosměrné v čase, což vylučuje možnost jakékoli rekurze, kterou vykládají novodobí spagyrici zpětný účinek „dotů“. Lze vznést řadu jiných námitek, např. podivnou indikaci k používání Urodotu, který má „sloužit obecně k podporování detoxikačních procesů v organismu“. Víme dnes, že celá koncepce detoxikace je chybná (viz příslušnou kapitulu). Pokud jde o dnešní podobu Heinzovy clusterové medicíny v Německu, pak je zřejmé, že jde jen o nesmyslný blábol.

Ke clusterové metodě se jednoznačně vyjádřil i předseda Čs. akademie věd prof. R. Zahradník v r.1994: „... *destilace a kalcinace jsou procesy, které jsou bezpečnou zárukou, že z celé analýzy nelze získat jakoukoli medicínsky interpretovatelnou informaci.*“

Podle rozhodnutí České lékařské společnosti i České lékařské komory jde o metodu nevědeckou, neúčinnou. ČLK odebrala licence k provozování clusterové medicíny lékařům, kteří ji z různých podivných důvodů, někdo snad i v dobré víře, používali. Zvažovala také možnost trestního postihu za pokračování v léčbě touto metodou. Česká lékařská společnost J.E. Purkyně pak vyloučila Čs. homeopatickou společnost ze svých řad i z toho důvodu, že přijala clusterovou sekci pod svá křídla.

Clusterovou medicínu, resp. metodu SIAB nelze charakterizovat jinak než jako metodu šarlatánskou, nesmyslnou a samozřejmě neúčinnou. Je neuvěřitelné, že získala tak velkou podporu mezi českými lékaři, dokonce i mezi imunology a že může existovat dodnes přes jednoznačná výše uvedená kritická vyjádření nejvyšších orgánů a představitelů naší medicíny a vědy.



## Exotické léčebné systémy

Dnešní západní vědecká medicína má za sebou dlouhý vývoj. Vyšla z lidových tradic a zkušeností starověkých i středověkých léčitelů a lékařů. Na tyto základy v posledních dvou stoletích navázal vědecký lékařský výzkum. Vznikla tak moderní, na důkazech založená medicína s jednotnou, konzistentní teorií a filosofií. Vedle ní ale existují v jiných světadílech, především v Orientě, léčebné tradice a celé systémy, založené na zcela jiných, naší kultuře cizích principech. Ojedinele se s nimi Evropa seznamovala už v minulosti, s akupunkturou např. už začátkem 17. století, ale teprve od 60.-70. letech 20. století došlo k prudkému zvýšení zájmu o tyto exotické metody. Příčinou byl jistě snazší kontakt s dalekými zeměmi, stále vyšší nároky kladené na medicínu a nespokojenost s jejími výsledky, ale také společenské změny, filozofie New Age, postmodernismus, zdůrazňování duchovní stránky života a dnes silící globalizační tendence. Orientální metody se staly nesmírně módní. V čím vzdálenější zemi metoda vznikla, čím je starší, čím bizarnější a vzdálenější naší vědě a kultuře, tím je zřejmě přitažlivější. Tento trend trvá dodnes, i když se zájem často přesouvá z jedné do oblasti druhé. Ukázalo se, že první nadšení brzy vystřídá vystřízlivění, když metoda u nás ztratí novost, zdomácní a zkušenosti s ní ani zdaleka neodpovídají někdejšímu příslibu. Patrně je to na akupunktuře. Zájem o ni v západním světě přes různé podivné inovace klesá, ani ayurvéda tolik nepřitahuje, zato jsou módní tibetská medicína a šamani, hlavně australská, ale i severo- i jihoameričtí.

Poznat jiné systémy, jiné léčebné metody a léčivé přípravky může být velkým přínosem pro naši medicínu. Některé metody lze po prověření převzít a obohatit jimi naši medicínu, jiné podněcují k zamyšlení nad ní. Bohužel je někteří nadšenci okamžitě akceptují jako účinné a snaží se je dokonce do vědecké medicíny inkorporovat bez jakékoli kritické analýzy. Zpravidla se to nezdaří. Všechny tyto systémy vycházejí totiž z jiných zkušeností a jiné filozofie, jsou určeny pro osoby s jinou kulturou a vnímáním, neznají poznatky moderní vědy včetně stavby a funkce lidského těla, neprověřují účinnost a neškodnost léčiv. Dílčí postupy nebo medikamenty vytržené z celého procesu léčby, který je mnohdy provázen složitými rituály, mohou jen těžko prokázat svou užitečnost. Z toho všeho vznikají problémy, kterých se při popisu cizích léčebných systémů musíme dotknout.

V této kapitole popíšeme stručně nejznámější z exotických léčebných systémů, především čínskou, indickou a tibetskou medicínu. Stranou v této kapitole ponecháváme akupunktuuru a od ní odvozené metody, protože jde o jednu z nejrozšířenějších metod AM, které musíme věnovat samostatný výklad s podrobnou analýzou její teorie i praxe.

## Tradiční čínská medicína, TCM

### Historie

Tzv. tradiční čínská medicína je dnes jednou z celosvětově nejrozšířenějších metod alternativní medicíny. Termín „tradiční čínská medicína“ je však značně matoucí, protože se používá se v různém smyslu. To, co se dnes vydává v západních zemích i v naší republice za tradiční čínskou medicínu, je její umělá podoba z konce 20. století. V západní literatuře se

proto rozlišuje mezi TCM s velkými písmeny, což je její novodobá podoba, kdežto původní čínská medicína se označuje písmeny tcM.

Před tím, než probereme, jak se současná TCM pěstuje v Číně a po jejím exportu do západních zemí i tam, se stručně zmíníme o její původní podobě.

Počátky čínské medicíny lze vystopovat až hluboko do minulosti. Údajně se našly kostěné akupunkturální jehly z dob už před téměř 7 tisíci lety. První písemné památky se datují do 2. tisíciletí před naším letopočtem. Základní lékařské texty však byly sepsány teprve mezi léty 206-25 před n. l., v době dynastie Chan, kdy měla čínská medicína již ustálenější podobu. Základním dílem o čínské medicíně však bylo rozsáhlé, šestnáctisvazkové dílo z r.762, nazvané Nej-t'ing Su-wen v němž Wang-Bing shrnul znalosti minulých generací. Podle mýtického výkladu jsou základní myšlenky této knihy připisovány císaři Chuan-ti z dynastie Sia ze 3. tisíciletí před n. l., zvanému Žlutý císař. Následovaly četné další spisy, některé obecného charakteru, jiné se věnovaly např. jen akupunktuře. O nich se zmíníme později. Přesnější informace o historii čínské medicíny najdeme v knihách V. Kajdoše, K. Pollaka nebo Vogralika s Vogralikem.

Problém se starými čínskými spisy je ten, že první knihy byly spíše filozofickými díly, které interpretovaly lidovou čínskou medicínu. I všechny pozdější učebnice byly psány symbolickým jazykem, takže konkrétní údaje, které by umožnily přesné poznání léčebných a diagnostických metod, se odhalují jen obtížně. Dalším problémem je, že konkrétní léčitelské znalosti se předávaly v rodinách na další generace a recepty se udržovaly v tajnosti. Všechny tyto obtíže při poznávání tradiční čínské medicíny se stupňují ještě nesnázemi při překladech. Mnohé medicínské termíny mají metaforický význam a jsou prakticky nerozlučitelné a navíc i nepřeložitelné. Proto se různé překlady téhož textu od sebe někdy liší téměř diametrálně. Teprve v posledních desetiletích, kdy se překladů ujali západní sinologové, kteří se dokonce naučili medicínskou terminologii, dostávají znalosti o čínské medicíně přesnější obrysy.

Jednou z mylných představ o tcM je, že to byl jakýsi jednotný standardní systém. Naopak, žádné standardy neexistovaly, na obrovském území Číny existovaly po celou dobu staro- i středověku nejen nejrozmanitější metody, ale i celé léčebné systémy, které spolu soupeřily.

Přesto, že tcM představovala široký, značně rozrůzněný celek diagnostických a zejména léčebných metod, přece jen vycházela ze společných filozoficko-náboženských principů. Byl to především taoismus, nauka, která usilovala o duchovní poznání světa. Zdůrazňovala jednotu přírody v pohybu. Vše navzájem souvisí, vše se pohybuje a mění, vše je relativní, nikoli absolutní, svět je možno poznat přirozeně, intuitivně. Zakladatelem taoismu je podle tradičního názoru Lao-c', současník Konfuciův. Základní principy filozofie tao jsou pak uloženy v tzv. knize aforismů Tao-te-t'ing. Slovo „tao“ v čínštině znamená především „cestu“. Celý svět i život lidí jsou podřízeny principu tao, podle nějž se svět neustále mění a je pohybem v kruhu. Vše při tom prostupuje jednotná vyšší síla, energie, tzv. čchi (chi, ki, Qi, Qui a j.). Tato energie zajišťuje jednotnost přírody, spojuje makrokosmos s mikrokosmem a umožňuje dosažení harmonie. Druhou základní filozofickou složkou čínské medicíny je konfucianismus, nauka, jejímž cílem je zachovávání morálních hodnot a dosažení harmonického života ve společnosti. Oba přístupy, jeden zaměřený na morálku společnosti, druhý na výklad přírody pomocí jednotného duchovního principu, se doplňují. A konečně i pozdější buddhismus, který vyznával klid, smír, relaxaci a ovládnutí tělesných potřeb, nakonec s oběma původními principy v medicíně splynul.

Do rámce těchto duchovních principů byla postupně zařazena původní, empirická čínská lidová tradiční medicína, jejíž základní součástí byla léčba přírodními preparáty z bylinných i živočišných tkání, doplňovaná akupunkturou, moxibuscí, masážemi a doporučením správné životosprávy. Součástí medicíny se postupně stala i meditační cvičení čchi-kung a tai-či. Časem si čínská medicína vytvořila určitá pravidla, ale vzhledem k místní

rozdílnosti nebyla a ani nemohla být stabilní. Postupně, i když pomalu, se stále vyvíjela, ale jen do konce 17. století, kdy se i do Číny dostaly prvky západní medicíny. Byly to především úspěchy hygieny a bakteriologie, které umožnily bojovat proti infekcím, proti kterým byla čínská medicína bezbranná. Byla to i chirurgie, která byla pro Číňany novum. Čínští lékaři totiž neznali pitvu a neznali proto stavbu lidského těla. Pitvy znemožňovala úcta k předkům. Jejich tělo nesmělo být porušeno, aby se zemřelí mohli po smrti setkávat se svými předky. Pitvy byly v Číně povoleny teprve po roce 1910. Proto se čínská chirurgie zaměřila jen na napravování zlomenin, a ani později nepřevzala nově vzniklá TCM anatomické znalosti o lidském těle. Západní medicíně a jejich lékařům, kteří začali do Číny pronikat, nemohla čínská medicína konkurovat a rychle upadala. Podle vyjádření některých čínských autorů zbylo na začátku 20. století z původní tcM jen nepatrné torzo, a i to bylo v r.1929 zakázáno, i když se zákaz příliš nerespektoval a na venkově se lidová medicína pěstovala dál.

K prudké změně došlo v době velké kulturní revoluce, tedy v 50. letech 20. století, kdy byl v Číně nedostatek jak západních léků, tak i lékařů a kdy se začala uměle oživovat tradiční čínská medicína. Situace v Číně se nadále zhoršovala a proto byla z rozhodnutí stranických orgánů tradiční medicína prohlášena za základ zdravotnického systému. Významnou roli sehrál i Mao-ce-tung, který se v r.1958 vyjádřil takto: „*Čínská medicína a farmakologie jsou naším národním pokladem. Musíme vyvinout velké úsilí, abychom je prozkoumali a vyzdvihli na vyšší úroveň.*“ V r.1955 byl v Pekingu založen „Centrální institut čínské lidové medicíny“. Několik dalších ústavů bylo pověřeno, aby z různorodých medicínských tradičních metod vytvořily standardizovanou medicínu, která by byla také v lepším v souladu s marxistickou materialistickou filozofií. Nový systém tak převzal prakticky všechny základní filozofické principy, ale s jinak položeným důrazem na jednotlivé z nich. Důraz byl položen na materialistické prvky, kdežto význam prvků duchovních, např. principu pěti základních elementů, byl potlačen ve prospěch systému „osmi principů“. V tomto duchu např. v akupunkturu se energie čchi vykládala nikoli jako energie duchovní, ale spekulovalo se o možné elektromagnetické povaze této energie. Pro akupunkturu měl pak základní význam systém aktivních bodů, zatímco význam meridiánů a energie čchi byl oproti tcM zčásti potlačen.

Tento uměle vytvořený eklektický systém, jehož hlavní součástí byl herbalismus a akupunktura, se stal oficiální doktrínou čínské státní medicíny pod matoucím názvem „Tradiční Čínská Medicína“. Základem se stala rozsáhlá učebnice, vydaná v Pekingu, která pak byla rozšířena nejen po celé Číně, ale byla překládána a řetězovitě přebírána i v západních zemích. Představa, že bude TCM zcela kanonizována a standardizována, se však nenaplnila, i přesto, že např. v r.1995 vydaly čínské úřady jednotná diagnostická i terapeutická kritéria. I v samotné Číně se TCM dále vyvíjí, obohacuje se a vedle čisté empirie čínští lékaři přijímají ve stále větší míře nutnost ověřovat klinickými studii účinnost medikamentů i léčebných postupů, zejména akupunktury. Přes všechny snahy se však TCM nestala ani v Číně převládajícím zdravotnickým systémem. Vedle TCM existuje dnes v rychle se rozvíjející Číně moderní západní medicína se svými vědeckými i klinickými zařízeními a vedle ní existuje samostatná TCM s jejími univerzitami, školicími a klinickými centry. Odhaduje se, že TCM zajišťuje jen asi sedminu zdravotní péče. A pokud jde o odbornou literaturu, tak dnes v Číně vysoce převažují moderní lékařské časopisy. Snaha vlády rozšiřovat TCM však trvá, střediska TCM mají být zřízena ve všech 1800 okresech Číny.

Pokud jde o vztah mezi TCM a vědeckou medicínou, tak původní myšlenkou v době kulturní revoluce bylo, aby se moderní medicína jen obohatila o prvky medicíny tradiční. Byl dokonce vytvořen pokus oba směry sloučit. Už v r.1954 bylo ustaveno „Čínské lékařské sdružení“, které mělo oba přístupy sloučit. Nebylo však úspěšné. Záhy se ukázalo, že filozofie, dnes bychom řekli paradigmata obou větví medicíny jsou navzájem neslučitelná.



Pokus o sjednocení se nepodařil a i když i vědecká medicína používá např. akupunkturu, tak jen jako doplňkovou metodu.

Vývoj v západních zemích byl ještě daleko rychlejší. TCM se od 70. let minulého století rozšířila ve všech zemích západního světa, zakládají se vedle ordinací i výzkumná centra pro TCM, ve Vídni vznikla privátní univerzita pro TCM, zakládají se národní organizace a v r. 2003 byla také ustavena celosvětová společnost pro TCM (World Federation of Chinese Medicine Societies). Čínská medicína byla v různých zemích různě chápána, byly z ní vytrhávány jen některé její součásti, buď jen léčebné preparáty nebo akupunktura, později i masážní a duchovní techniky. Taková je i situace v ČR, kde byla z TCM vytržena jako samostatný diagnosticko-terapeutický celek akupunktura, která má svou celostátní společnost a vlastní školicí systém. O TCM se mluví teprve v posledním desetiletí. Jiným fenoménem je, že ve stále se zrychlujícím tempu vznikají nové samostatné varianty metod TCM, zejména akupunktury, které čínská medicína neznala, např. aurikulopunktura a četné další podobné systémy, vycházející z představy o mikrosystémech, jakýchsi otiscích, replikách na nejrůznějších místech povrchu těla. Kromě toho se na západě rozšířily léčebné systémy, analogické tradiční čínské medicíně (tcM), pěstované v jiných zemích Orientu, např. v Japonsku, v Koreji a Vietnamu. Prudce také stoupá dovoz čínských medikamentů. Pořádají se kurzy čínských masáží, čínských léčebných diet, čchi-kung a tai-či, vzrůstá kooperace mezi západními a čínskými stoupenci TCM, pořádají se léčebné zájezdy do Číny. Obraz toho, čemu se v západních zemích říká TCM, je proto hodně variabilní.

## **Filozofie TCM**

Základní filozofické principy TCM vycházejí z taoismu. Jsou to jednak už zmíněná základní síla, čchi, dále dvojjediný princip jangu a jinu, princip pěti elementů, osmi kvalit, orgánové hodiny aj.

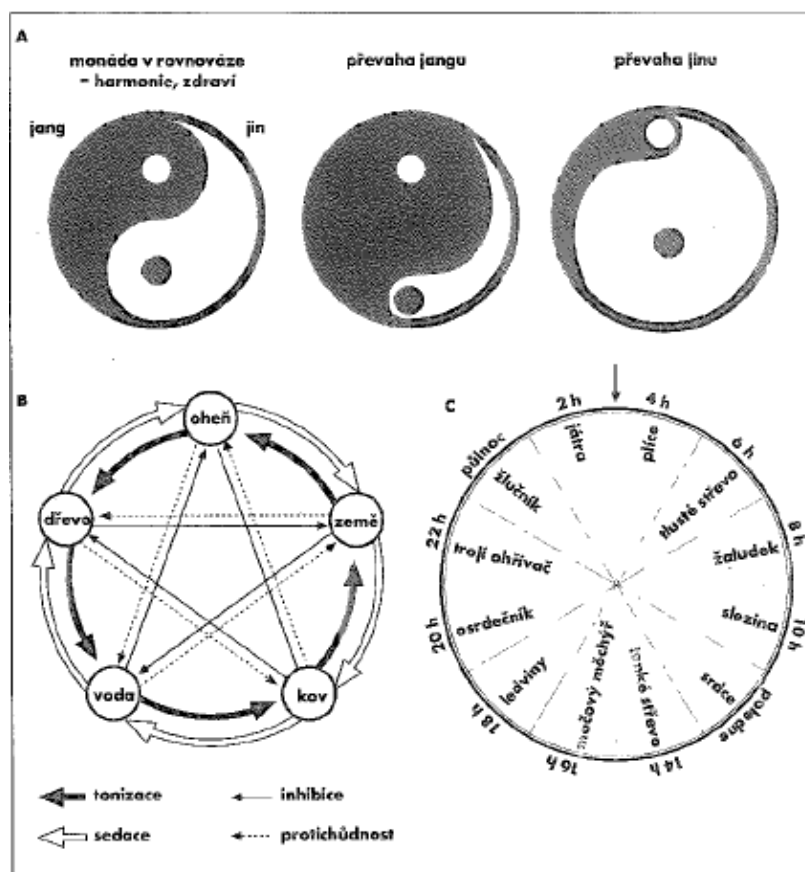
### **Dvojice jang-jin**

Z poznání, že se v přírodě vše vyvíjí ve stále se opakujících cyklech, vznikla základní představa o polaritě jevů, o principu jang-jin, kterou je vysvětlována podstata všech věcí a jevů. Podle čínského výkladu nejde jen o protiklad jevů, ale i o jejich doplňování, vzájemné přechody, zrození jednoho z druhého. Takovými dvojicemi jsou den-noc, světlo-tma, muž-žena, aktivita-pasivita a pod. Dvojice jang-jin je i součástí energie čchi. Existuje tedy jang čchi i jin čchi. Jsou to vždy jen dva aspekty téhož celku, tvoří jednotu, a proto se dvojice jang-jin má psát bez spojky „a“. Jang se používá pro vyjádření všeho, co má aktivní hodnotu, jin naopak je výrazem pro vše pasivní, negativní.

Graficky se dvojice jang-jin znázorňuje tzv. čínskou monádou, obrazem „dvou ryb“, ve kterém se jang zobrazuje obvykle tmavou barvou, jin světlou.

### **Čchi (nebo také v západní literatuře Qi, Qui, Ki, chi)**

Čchi je druhým základním pojmem čínské filozofie. Pod tímto pojmem se myslí síla, energie nebo dech. Lze ji chápat také jako původní pralátku, původce síly a hmoty, a proto také i dvojice jang-jin povstala z čchi. Čchi není stabilní, má dynamiku, možnost transformace. Podle výkladu čínských filozofů ji lze však vnímat jen prostřednictvím jejích hmotných proměn. Čchi jako symbolické vyjádření celého světa je současně hmotná i nehmotná, je neustále v pohybu, proudí lidským tělem. Při svém koloběhu nabývá také nejrůznějších forem.



Obr. 4. : Základní principy tradiční čínské medicíny  
(Převzato z knihy Heřt J. a kol.: Akupunktura, mýty a realita. Galén 2002)

### Princip pěti elementů

Podle tradiční představy se svět skládá z pěti základních forem, elementů, ke kterým patří oheň, země, kov, voda a dřevo. Tento princip je analogický starověké čtveřici Hippokratově. Podle Kajdošova výkladu vychází čínský model z původní představy o čtyřech různých stavech, modalitách čchi, odpovídajících čtveru ročních období a čtyřem fázím dne, které byly označovány jako „velký jang“, „malý jang“, „velký jin“ a „malý jin“. Tyto stavy v sebe plynule přecházejí od jara do zimy. Při postupu k létu se zvyšuje jang. K zimě naopak jeho aktivita klesá k jinu. Tento cyklus byl označován jako rodivý (šeng-šeng). Kromě rození si první prvek vždy také podrobuje druhý – toto působení bylo nazváno kche. Voda si podrobuje oheň, protože ho zhasíná apod. Tyto čtyři základní stavy byly potom doplněny další, původně středovou částí, zemí, vklíněnou mezi jang a jin. Tím vzniklo pět „přirozených praforem“, které byly pojmenovány symbolickými pojmy a které nahradily původní světové strany a roční období. Ve schématu se tyto „elementy“ dávají do kruhu, což naznačuje jejich sepětí i možnost jejich vzájemného ovlivňování.

Všechny jevy lze z tohoto hlediska popisovat. Tedy i lidské tělo lze podle tohoto principu dělit na orgány, odpovídající těmto pěti elementům. Navzájem se pak orgány ovlivňují podle směrů a pravidel, platných pro princip pěti elementů. Proto i diagnostika a léčba se řídí vztahy, určenými obrazcem pěti elementů. Všechny orgány se dělí na dvě skupiny, na tzv. duté, jinové, ke kterým patří plíce, srdce, slezina, játra a ledvina, a orgány vnější, jangové, tedy střevo tenké a tlusté, žaludek, močový měchýř, kostní systém a krevní oběh. Nejsou to však orgány v našem slova smyslu. Např. k „orgánu“ plic patří i dýchací cesty včetně čichového systému. Jedním z orgánů je tzv. systém „tří ohřivačů“, který

nemá analogii v západní medicíně. Pro Evropana je vše jen těžko srozumitelné, protože logické souvislosti chybějí. Zajímavý je význam srdce. To bylo chápáno jako hlavní orgán. Podle téměř militaristické čínské terminologie je srdce hlavní bojovník, který nesmí být nemocen, proto se např. v tcM neuznávaly choroby srdce.

### **Orgánové hodiny**

Dalším důležitým principem jsou tzv. orgánové hodiny. V přírodě se vše mění podle taoismu v kruhu a totéž platí pro cyklické změny aktivity všech tělesných orgánů. Tento denní rytmus znázorňují tzv. orgánové hodiny, kruh. Hodina ke které míří výšeč orgánu, je dobou maximální aktivity určitého orgánu, resp. dobou, kdy v dráze tohoto orgánu dosahuje proudění čchi maxima. Současně se změnou aktivity se má také měnit jang-jinová hodnota orgánu. Játra např. vykazují maximální energetickou aktivitu mezi 1.-3. hodinou, plíce mezi 3.-5., tračník mezi 5.-7. hodinou. Dva orgány, které jsou v opozici, tedy s opačnou aktivitou, se mohou navzájem ovlivňovat podle pravidla poledne-půlnoc, analogickému pravidlu matka-syn. Akupunkturisté využívají představu o orgánových hodinách v diagnostice i v terapii k nepřímému ovlivňování aktivity orgánů.

### **Osm kvalit – směrných principů (Ba Gang)**

Pro diagnostiku i terapii je významný princip osmi kvalit, podle kterého je nutno třídit příznaky i příčiny chorob. Patří k nim jang, jin, plnost, prázdnota, horko, chlad a povrchní a hluboké symptomy.

### **Příčiny chorob**

Choroby pak vznikají působením tří různých typů faktorů, sedmi vnějších, sedmi vnitřních a faktorů ostatních. K vnějším patří vítr, chlad, horko, vlhkost, sucho a sluneční žár, k vnitřním různé emoce, do třetí skupiny pak patří poruchy výživy, traumata nebo sexuální excesy. Léčba pak spočívá v odstraňování těchto domnělých příčin. Snaží se např. obnovit proudění ucpané čchi, vyrovnat prázdnotu a plnost orgánů, odstranit chlad nebo horkost apod.

Další principy, jako je existence předurčených drah, tzv. meridiánů, kterými proudí tělem čchi, a představa o aktivních bodech budou probrány v rámci akupunktury.

### **Diagnostika**

I čínská diagnostika má svá specifika. Začíná se, podobně jako v západní medicíně, anamnézou, vylisováním pacienta. Podrobné fyzikální vyšetření, které je nezbytností v západní medicíně, se však neprovádí, kromě orientačního pohmatu břicha. Základem je diagnostika podle pulzu a jazyka.

Hlavní diagnostickou pomůckou je diagnóza podle pulzu, která uznává celkem 28 typů pulzu s různým významem. Pulz se hodnotí třemi prsty položenými v řadě nad zápěstím pravé i levé ruky. Při tom se určují pulzy povrchní i hluboké, jejich velikost, síla, kvalita. Mají umožnit analýzu vztahů mezi krví a energií, informovat o stavu meridiánů, o tom, zda je na vzestupu energie jin nebo jang, určuje se prázdnota nebo plnost plných a dutých orgánů.

Podle charakteru pulzů se potom mají vybrat vhodné léky, akupunkturální body nebo další léčebné metody.

Stejně významné je pro čínského lékaře vyšetření jazyka. Zatímco pro moderní medicínu má jazyk z diagnostického hlediska jen orientační význam, např. pro posouzení hydratace organismu, tak v TCM se přihlíží k různým tvarovým a barevným detailům na povrchu jazyka, k jeho konsistenci, k povlakům. Zvlášť se hodnotí jednotlivé okrsky jazyka, protože na různá místa jazyka se mají promítat jednotlivé orgány.

## Terapie

Pokud jde o léčbu, tak základem tcm byla medikamentózní léčba, a to jak rostlinnými tak i zvířecími přípravky, která byla doplňována akupunkturou event. moxibuscí. Další nezbytnou součástí bylo doporučení masáží, zvaných tuina-masáž, tělesných cvičení čchi-kung, a také doporučení správné životosprávy, zejména výživy. Z dnešního hlediska lze takovou léčbu považovat za komplexní a racionální.

Tak je tomu teoreticky i v dnešní TCM. V Číně se zřejmě tato komplexní léčba dále provozuje, i když dnes opět v konkurenci se západní medicínou.

V západních zemích se TCM pěstuje jinak. Nejsou zde většinou k dispozici čínští lékaři, kteří by mohli provádět diagnostiku a terapii podle zásad TCM, i čínských učitelů typických čínských masáží a čchi-kung je nedostatek. S tím kontrastuje stále se zvyšující import čínských léčebných preparátů. Západní lékaři nevyužívají čínskou medicínu komplexně, ale zpravidla se omezují jen na některou z jejich větví. Většinou se zabývají jen akupunkturou, a snad proto se tento termín, TCM, stal v západních zemích synonymem pro akupunkturu. Někteří se věnují dokonce jen jednomu typu akupunktury, nejčastěji elektroakupunktura dle Volla, která se stala velice módní a je dnes z řady důvodů preferovaná před klasickou celotělovou akupunkturou. Téměř neexistují lékaři, kteří by předepisovali čínská léčiva. Ta proto nejsou indikována podle čínských zkušeností a doporučení. Léčiva jsou sice v prodeji, ale výběr je ponechán na lékárnících nebo na příbalovém letáku. Ani masáž tuina ani čchi-kung nejsou součástí komplexní léčby, ale poskytují se v různých léčebných centrech podle přání pacienta vedle mnoha jiných typů masáží. Např. meditační čchi-kung se dnes chápe nikoli jako léčebná procedura, ale jako aktivní tělesné cvičení, které má mít preventivní a posilující účinek a pěstuje se jako samostatná disciplína. Proto i v naší knize budeme tuto separaci respektovat.

Správnou představu o zvláštnosti, nesrozumitelnosti, a iracionalitě a rizikovosti TCM si však z pouhého popisu nelze učinit. Jedinou možností je předvést několik ukázek diagnostiky a terapie z učebnic TCM.

Klasickým postupem je léčba **podle pravidel čínské diagnostiky**, tedy podle anamnézy, pulzu, vzhledu jazyka, principu pěti elementů, osmi kvalit, orgánových hodin a mnoha dalších pravidel. Zjistí se tak stav orgánových systémů, jejich plnost nebo prázdnota, jejich vlhkost a vítr v nich, poměr jin-jang, porucha proudění čchi, a na základě tohoto hodnocení se zvolí individuálně vhodný přírodní preparát, vhodné akupunkturální body a správný způsob jejich dráždění, cvičení, dieta a životospráva. U chorob, způsobených chladem, se doporučí spíše moxibuse, do aktivních bodů se vlévá teplo a doporučí se podle principu pěti elementů dieta, odpovídající horku. Diagnóza v západním slova smyslu se neurčuje a nerozlišuje se také mezi tělesnými a psychickými nemocemi

Jinou možnost předvádí učebnice Sionneau P., Gang L.: „Terapie tradiční čínské medicíny“, která neléčí individuálně podle klasické diagnostiky TCM, ale **podle hlavního příznaku a hlavní příčiny**. Léčba není individuální, ale je v učebnici přesně určena. Podle této knihy se léčí např. následující „nemoci“, „diagnózy“: Skloněná hlava, chlad v hlavě, žloutnutí vlasů, hojné snění, slabomyslnost, sklon k lekavosti aj. Každá taková „choroba“ může mít několik různých příčin. Např. příčinou slabomyslnosti může být: 1. Hlenovitá vlhkost zamlžující čisté otvory, 2. Stísnění čchi se současnou prázdnotou krve, 3. Prázdnota jater a ledvin, 4. Prázdnota moře dřene, 5. Krevní sraženiny a stagnace čchi. Každá „příčina“ je podrobně popsána, např.: Hlenovitá vlhkost (1.): „*Prázdnota čchi sleziny má za následek nahromadění vlhkosti, která se postupně přeměňuje na hlen. Jestliže se ho utvoří nadměrné množství a zamlží čisté otvory, může dojít ke slabomyslnosti*“. Nebo : „*Prázdnota jater a ledvin (3.) se může objevit z mnoha důvodů: stáří, dlouhodobá nemoc, nemoci z tepla nebo nevázaná sexuální aktivita jsou některými z nich. Jestliže existuje prázdnota jin jater a ledvin,*

*pak moře dřeně není dostatečně vyživováno esenci ledvin a duch následkem toho nebude jasný. Může se objevit slabomyslnost“.*

Třetí možností, kterou se teď většinou řídí západní lékař, snažící se aplikovat TCM, je vzdát se snahy určit diagnózu podle čínských pravidel a použít **standardní diagnózu vědecké medicíny**. Pak se zřejmě vyhledá diagnóza čínské medicíny, která byla stanovena podle zcela jiných kritérií a která samozřejmě nemůže odpovídat diagnóze naší medicíny. Vznikne tak zajímavý hybrid. Nicméně přesto se aplikuje léčba, kterou doporučuje TCM. Tak např. v knize Růžičky a kol. (2002) je doporučeno, jak pomocí TCM léčit Crohnovu chorobu, což je specifická závažná choroba tlustého střeva, kterou samozřejmě TCM nezná. Přesto se k této diagnóze přiřadí „porucha tlustého střeva, způsobená horkem a vlhkem ve slezině a tlustém střevě“ a doporučí se akupunktura ve 4 bodech a pro moxování dalších 7 bodů. Růžička také doporučuje Su Jok terapii (viz dále): „*Na střed dlaně (pupek) přiložíme magnet severním pólem ke kůži, nebo na projekci tlustého střeva přiložíme a nalepíme sudý počet zrníček, a to proti směru peristaltiky.*“

## **Hodnocení TCM**

Základním problémem TCM je neznalost stavby a funkce lidského těla a zcela spekulativní teorie. Existenci energie čchi, zákonité dvojice jang-jin, meridiánů a aktivních bodů se nepodařilo prokázat. Platnost orgánových hodin, příčin nemocí nebo diagnostiky podle jazyka rovněž nebyla prokázána. Některá tato tvrzení rozvedeme.

Existence čchi, obecné, všeprostopující energie, která zhruba odpovídá indické práně a podobným termínům jako mana, éter, organská energie, ód, Hahnemannova dynamis, fluid aj., nebyla prokázána a nic pro její existenci nesvědčí. Podle čínských představ má mít duchovní povahu, avšak všechny projevy, které se jí přiřítají, řízení těla, vznik chorob a ovlivnění jejich léčby, to vše jsou procesy hmotné, odehrávající se na fyzikální, biochemické, molekulární úrovni a nemohou být ovlivněny duchem. Termín duchovní energie je v podstatě protimluv, protože energie je definovaná jako schopnost vykonávat práci, a duchovní síla logicky ovlivňovat hmotu nemůže. Zákon o zachování energie to vylučuje. Materiální povahu čchi rovněž mít nemůže, protože podle fyzikálních znalostí existují jen čtyři základní síly, elektromagnetická, silná a slabá jaderná a gravitace. Pomocí těchto známých sil lze vysvětlit všechny fyzikální, chemické i biologické jevy. I funkce organismu ve zdraví i nemoci lze plně vysvětlit bez předpokladu existence nové, dosud neznámé síly.

Dvojice jang-jin sice správně odráží skutečnost, že řada jevů v přírodě je duálních, protikladných, ale neplatí to ani zdaleka všeobecně. Pro většinu jevů je typický plynulý přechod kvantit od maxima k minimu. Přisoudit jangový nebo jinový charakter určitému orgánu neb dráze je jen neúčinnou simplifikací, protože každý orgán je nesmírně složitým celkem. K pochopení jeho stavby a funkce je nutno studovat a definovat stovky parametrů, a porozumět jejich vzájemným vztahům i vztahům k orgánům ostatním.

Princip pěti elementů lze pro popis přírody akceptovat, odpovídá přirozenému, intuitivnímu chápání přírody. Je však absurdní, jestliže podle tohoto schématu chceme členit lidské tělo, jeho stavbu a funkce a použít ho i jako vodítko při volbě terapie. TCM popisuje podle principu pěti elementů vzájemné funkční vztahy mezi orgány a určuje jejich nadřazenost a podřazenost, aniž by měla ponětí o jejich funkci a významu v těle. Proč např. patří srdce a tenké střevo pod týž element – oheň, a proč má srdce ovlivňovat třeba žaludek a ne játra, to samozřejmě pochopit nelze. Těžko lze dnes akceptovat názor, že srdce je zodpovědné za vyšší nervovou aktivitu, že ledviny nesouvisí s močovým měchýřem, že pot je tekutinou rozptýlenou v celém těle a pod. A proč v seznamu orgánů chybějí orgány endokrinní, pohybová soustava a mozek a naproti tomu se zařazují jako orgány obal srdce a tři ohřívače? Příčinou je samozřejmě neznalost stavby těla. Řazení orgánů do systému pěti elementů má proto jen jakýsi symbolický význam, je jen důkazem snahy, starých Číňanů,

samozřejmě marné, vysvětlit lidské tělo a jeho choroby pouhou spekulací. Na základě takových představ prostě pochopit chorobu a léčit ji nelze. Je samozřejmě absurdní, jestliže tento archaický výklad akceptují a propagují i dnešní zastánci TCM a když je jim vodítkem pro diagnózu a určuje i terapii.

Snadno lze také vyvrátit platnost orgánových hodin. Pravda je, že aktivita jednotlivých funkčních systémů a orgánů kolísá v pravidelném denním, tzv. cirkadiánním rytmu. Tyto rytmy jsou dnes známy přesně, ale vůbec se nekryjí s údaji, které poskytují čínské „orgánové hodiny“.

Podobně i pulzová diagnostika nemůže poskytnout údaje, udávané zastánci TCM. Třídění pulzů na uvedených 28 nebo i více typů nemůže potvrdit ani jeden zkušený lékař a rozdíly nelze prokázat ani nejcitlivějšími přístroji. Pulzovou diagnostiku nelze považovat za nic jiného než za fantazii. A proto také už byla odmítnuta většinou čínských akupunkturistů. Celý systém připomíná nauku o 12 druzích horeček v evropském středověku.

V předchozím výkladu jsme se pokusili dovodit, že všechny principy, na nichž spočívá teorie – spíše filozofie TCM, jsou mylné a neodpovídají vědeckým poznatkům o stavbě a funkci lidského těla. Tento názor, zastávaný celou vědeckou komunitou, je v poslední době akceptován i mnoha západními zastánci TCM a akupunktury (viz např. Gunn, Mann aj. z knihy Filshie a White, 1998). Závažná je také závěrečná zpráva ze zasedání „Panelu NIH pro přípravu konsenzu o akupunktuře“ v USA v r.1997. Byla to konference uspořádaná Národními ústavy zdraví a Úřadem pro alternativní medicínu, reprezentovaným stoupenci TCM. Ve zprávě se udává: *„Přes značné úsilí porozumět anatomii a fyziologii akupunkturálních bodů zůstává jejich definice a charakterizace kontroverzní. Ještě více iluzorní je vědecká báze některých klíčových tradičních orientálních lékařských koncepcí jako je cirkulace čchi, systémů meridiánů a teorie pěti elementů, které lze jen obtížně sloučit se současnými biomedicínskými poznatky.“*

Argumenty proti existenci meridiánů a aktivních bodů uvedeme kapitole o akupunktuře. Dalším závažným problémem je, že účinnost metod TCM, kromě akupunktury, nebyla exaktně prověřována standardními vědeckými metodami. Platí to především o medikamentech. Čínský lékopis obsahuje přes tisíc přípravků ze zvířat. U žádného z nich nebyla účinnost prověřena a u většiny z nich jde spíše jen o magii. Mnohé rostlinné preparáty jsou jistě v některých indikacích účinné, jak ukázala empirie, ostatně řadu z nich již převzala západní medicína, jenže v současné TCM se používají směsi často více než deseti různých bylin, jejichž efekty se mohou vzájemně neočekávaně potencovat nebo rušit. Kvalita čínských přípravků je nízká, některé jsou toxické, jiné obsahují nebezpečné příměsi. Ještě větší problém představuje to, že vhodnost čínských bylin byla určena pro čínské diagnostické jednotky, tedy pro stavy, které západní medicína nezná. Na západě se však aplikují podle vědecké diagnostiky, nesporně mnohdy zcela neadekvátně, protože doposud neexistují studie, které by zkoumaly účinnost jednotlivých čínských preparátů u jednotlivých chorob. Podrobnější rozbor této problematiky, především kvality a účinnosti těchto preparátů uvádíme v samostatné kapitole.

Vědecké posuzování účinnosti metod a přípravků čínské medicíny je obtížné. Klasická léčba podle TCM, jak se provádí snad jen v Číně, je individuální, neuvádí žádné diagnózy a skládá se z řady různých postupů, takže je z těchto důvodů standardní vědeckou metodikou, tedy dvojitě zaslepenou klinickou studií nehodnotitelná. Existují tedy jen studie, zaměřené na účinnost jednotlivých metod, prováděné jak v západních zemích, tak i v Číně. Většina z nich se zabývá účinností medikamentů nebo akupunktury. Podrobně budou popsány a rámci těchto disciplín. Obecně platí, že studie publikované v Číně docházejí bez výjimky k pozitivním výsledkům. Studie v západních zemích jsou nejednotné. Některé pozitivní efekt neprokázaly, jiné jej v určité míře naznačují, ale s dostatečnou jistotou zatím byla potvrzena jen účinnost akupunktury, a to jen u několika málo chorob.

## Rizika Tradiční čínské medicíny

Léčba pomocí TCM je z mnoha důvodů, uvedených výše, určitým rizikem. Přímé poškození pacientů bylo opakovaně prokázáno při použití čínských bylin a popsány byly i komplikace po akupunkturní invazivní léčbě. Především však nemůže TCM stanovit diagnózu a odhalit závažnou chorobu, vyžadující okamžitou a cílenou léčbu. Totéž platí pro psychické nemoci, které TCM neuznává.

Jak zásadní je rozdíl v pojetí západní a čínské medicíny a jak obrovské riziko TCM pro pacienta představuje, ukážeme na příkladu žloutenky. Že jde o žloutenku, poznáme na první pohled. Léčba a prognóza je však diametrálně odlišná podle toho, zda je žloutenka způsobena ucpaním žlučových cest kamenem nebo nádorem, virovou infekcí (několika různými typy A-F) nebo rozpadem krve v důsledku některé z krevních chorob. A zcela odlišná samozřejmě musí být i terapie. Ve všech případech jde o velmi závažná, někdy smrtelná onemocnění. Růžička klidně navrhne léčbu podle TCM, a to ve třech variantách. Jinou v případě, že je žloutenka způsobena „vlhkostí, která napadá slezinu, a horkem v žaludku, což vede k abnormální cirkulaci žluče“, jinou v případě, že jde o žloutenku typu jin, což je způsobeno tím, že „vlhko napadající slezinu a žaludek poškozuje jejich transportní a transformační funkci“, a jinou, když jde o žloutenku typu jang, způsobenou tím, že „se vlhko vlivem horkosti vypařuje a rozšiřuje žluč“. Léčba je jednoduchá: akupunktura, moxa, aurikulopunktura nebo Su Jok. Jen se volí vždy jiné body. Podle Růžičky, jak píše v úvodu, „Léčení podle tradiční čínské medicíny je velmi účinné, při léčení je odstraněna příčina nemoci“. Je neuvěřitelné, že takovou nebezpečnou absurditu je schopen napsat lékař. Ještě přidám větu následující, ale chápu ji poněkud jinak než pan doktor Růžička: *“Pevně doufáme, že se nám podaří laskavému čtenáři ukázat přínos tradiční čínské medicíny i v dnešní době.”*

Ze všeho, co jsme uvedli, je zřejmé, že nelze očekávat, že léčba pomocí TCM může být kauzální, specifická a racionálně podložená a že by tedy mohla konkurovat moderní medicíně. Přesto zájem o ni stále stoupá. Příčin je mnoho. Jednou z nich je to, že přes všechny naše výhrady jsou některé léčebné postupy TCM v některých indikacích účinné. Platí to především pro lehčí akutní i chronické choroby, zatímco u těžkých život ohrožujících chorob jako jsou infekce, nádory nebo AIDS, může být i podle dnešních stoupců TCM léčba použita jen jako komplementární, pomocný prostředek. Poznamenáváme, že lidová tcm právě tak jako nově utvořená TCM byla v době jejího vzniku určena pro léčbu všech chorob. Podrobně se k popisu a mechanismu účinnosti metod TCM vrátíme u jednotlivých kapitol, tedy v rámci popisu akupunktury, čínského bylinářství, čchi-kung, tai-či a masáží.

## Závěr

Nezbývá než na závěr této kapitoly čínskou medicínu zhodnotit z pohledu západní medicíny. Dnešní TCM je umělým výběrem z tradičních lidových diagnostických a léčebných čínských metod, vycházejících ze společných filozofických základů. Diagnostické a léčebné metody TCM vycházejí jen zčásti z empirie, převážně však jde o medicínu spekulativní vycházející z iracionálních, nijak nezdůvodněných duchovních principů. Neexistence pitev, neznalost anatomické stavby lidského těla, tedy ani funkcí jednotlivých orgánů a jejich soustav a samozřejmě ani příčin nemocí neumožňuje racionální diagnózu v evropském slova smyslu. Čínští lékaři sice vyvinuli obrovské úsilí, aby vypracovali podrobný systém diagnostiky a terapie, zejména podrobně byla rozpracována akupunktura, ale šlo, jak uvidíme i při popisu akupunktury, o pouhé spekulace. Léčebný efekt mohou mít jen různé medikamenty, založené na empirii, ovšem i jejich účinnost, vzhledem k neexistenci testování i k tomu, jaké látky a jaké zvířecí orgány jsou používány, je sporná. Kauzální, tedy působící přímo na původce resp. základní příčinu choroby, může být taková léčba jen náhodou. Akupunktura je nesporně někdy účinná, ale i v takových případech jde o léčbu nespecifickou,

především jen antalgickou, založenou na reflexním, opioidovém a placebovém působení. Za relativně nejcennější, nejracionalnější složku čínské medicíny považují masáže, čchi-kung cvičení a doporučení řádné životosprávy včetně správné výživy.

TMC může snad konkurovat moderní medicíně jen v Číně, kde se provádí komplexně, kdežto v běžné západní podobě, kdy se většinou aplikuje jen určitá frakce TCM, a to mnohdy nevhodně, lze používání importované čínské medicíny jen těžko považovat za smysluplnou alternativu vědecké medicíny.

---

## Čínské medikamenty

Základní složkou tradiční čínské medicíny, ať už v její původní podobě – tcm, tak i v její modernizované, eklektické podobě – TCM, je léčba medikamentózní, která je doplňována akupunkturou, moxibuscí, Tui- na masážemi, meditačním cvičením čchi-kung a Tai-či, speciální výživou a doporučením správné životosprávy. V západních zemích se většinou čínské medikamenty používají samostatně. Významný rozdíl mezi čínským a západním přístupem je, že zatímco čínský lékař vybírá vhodný lék individuálně podle klasické čínské diagnostiky, v západních zemích se vychází z diagnostických jednotek vědecké medicíny a léky jsou volně k dispozici v některých prodejnách. Používání čínských medikamentů se dnes stalo módním a jejich export z Číny na západ se stal jednou z významných položek čínského zahraničního obchodu.

Spektrum léčebných prostředků je v Číně mimořádně rozsáhlé a jejich používání je starého data. Podle čínské tradice se bylinné léky používaly už ve 3. tisíciletí př. n. l. Na základě zkušeností, které jsou připisovány Shen Nongovi, „Božskému zemědělci“, byl později sestaven první herbář, Shen Nong Ben Cao Jiang, který obsahuje 365 léčivých rostlin, Používají se dodnes. Některé z nich jsou domácí i v Evropě, jiné byly z Orientu do Evropy dovezeny, jako např. forsythie nebo magnólie. Většina orientálních rostlin je však v Evropě neznámá. Podle dnešních čínských katalogů existuje 11.000 léčivých rostlin, 1500 léčebných preparátů ze zvířat a 80 minerálů (např. pemza nebo sádrovec). Oficiální lékopis je podstatně zúžený, obsahuje 1000 jednoduchých a 1500 komplexních léčiv. Ještě omezenější je počet léků, exportovaných do Evropy a USA. Německý lékopis čínských léčiv obsahuje např. jen 300 léků, z nichž 90% jsou léky bylinné, 10% zvířecí.

V Evropě se čínské byliny většinou používají jednotlivě, méně často v individuálně připravené směsi z několika málo bylin. Podle čínských receptur se však byliny nepoužívají jednotlivě, ale vždy ve směsích ze 4 – 20 bylin s předpokladem, že se účinek potence nebo že se event. toxické látky neutralizují jinou bylinou. Takových receptur existují tisíce a studenti TCM se je musí naučit nazpaměť. Nejběžnější formou léku jsou sušené směsi bylin k výrobě čajů. U bylin s nepříjemnou chutí se dává přednost tabletám nebo kapslím. Existují i granulované preparáty k instantnímu použití, masti, tinktury i tonizační vína.

I preparáty ze zvířat jsou v Číně stále v oblibě, ale jejich používání se neřídí podle čínských principů, např. pěti elementů, ale podle mystických a magických představ.

Podrobnější rozbor praxe TCM v Číně nepodáváme, protože jak diagnostika, tak i popisy bylin, příprava léčiv a zejména jejich volba jsou nesmírně variabilní, pro Evropana jen těžko srozumitelné a v různých publikacích jinak podávané. Pro bližší seznámení s medikamentózní terapií je nutné prostudovat rozsáhlejší díla o čínské medicíně.

**Hodnocení:** Používání bylin se zrodilo i v Číně z empirie, podobně jako bylinářství evropské. Orientální byliny nepochybně obsahují účinné látky, které mají významné a v medicíně použitelné farmakologické efekty, i když exaktních poznatků o jejich léčivé hodnotě je zatím minimum. Z původní empirie však spojením s mystickými principy čínské



medicíny vznikl z jednoduchého bylinářství komplikovaný a těžko pochopitelný systém. Používání čínských bylin v západních zemích je tak z řady důvodů značně problematické a navíc spojeno s vážnými riziky.

Problém představují i názvy čínských bylin. Některé z nich jsou u nás neznámé, nebo bylo jejich čínské jméno špatně přeloženo, takže často není jasné, jaké byliny preparát obsahuje. Různé druhy rostlin mají v Číně stejné jméno, a naopak tatáž rostlina má jmen několik. K jejich záměně proto dochází často.

Jiným problémem je kvalita čínských bylinných preparátů. Zjistilo se, že se při jejich pěstování na velkých plantážích téměř všeobecně používají pesticidy. Jiné léky zase obsahují vysoké množství toxických těžkých kovů nebo plísní. Podle německých kontrolních orgánů je takto zatíženo 44% čínských bylin. Pěstování rostlin i příprava a další zpracování rostlinných drog mimoto podléhají daleko menší kontrole než je tomu v západních zemích. Proto se např. v Německu mohou používat jen ty čínské bylinné drogy, které byly kontrolovány podle evropských norem. Určitým východiskem je to, že se v posledních letech dovážejí sušené rostlinné drogy, které jsou v Evropě kontrolovány a teprve po jejich prověření jsou z nich připravovány léčebné směsi. Některé z léčivků se už také začínají z tohoto důvodu pěstovat v Evropě. Hotové léky, dovážené z Číny, západní autority nedoporučují používat, protože jejich složení je nestandardní a vedle časté příměsi jedů, kancerogenních látek, těžkých kovů a pesticidů někdy obsahují i příměsi syntetických látek, jako jsou např. analgetika, kortizon, antidepresiva, antidiabetika nebo Viagra. U takových léků, které jsou dnes nabízeny např. na internetu, v čínských restauracích nebo drogeriích se syntetická příměs zjistila ve čtvrtině případů. Některé evropské státy proto uveřejňují na oficiálních webových stránkách varování s uvedením konkrétního názvu takových léčiv. Zasahují také státní úřady, které v řadě zemí dovoz některých čínských bylin podstatně omezily.

Dalším z mnoha problémů je přítomnost toxických látek v některých čínských bylinách, a u většiny z nich není zatím známo, jaké mají vedlejší účinky a jaké interakce s chemickými léky lze očekávat. Byla popsána už řada vážných otrav. Nebezpečné jsou třeba *Aristolochia* (podražec), *Ephedra* nebo bylina *Bu huan*. Např. po používání léků z *aristolochie* došlo v Belgii v 90. letech minulého století k hromadnému poškození ledvin a 70 postižených žen skončilo na umělé ledvině. Popisovány jsou případy selhání jater, vznik rakoviny, poškození mozkových funkcí i alergické reakce.

Z těchto důvodů mnozí západní zastánci orientální medicíny doporučují svým pacientům léky ze Singapuru nebo Japonska

Pestré je i spektrum preparátů živočišného původu. Používají se sepiové kosti, žížaly, pijavice, šupiny pyskouna, tkáň gekonů, pokožka z cikád, želví polévka, trus veverek poletuch, ale také části vzácných velkých obratlovců, roh nosorožce, tygří kosti proti bolestem kloubů, tulení varlata k posílení potence, medvědí žlučník u úrazů aj. Proti používání takových „léčiv“ se v západních zemích vzrůstá stále silnější kritika, protože jejich účinnost nikdy nebyla prokázána a zejména jde o naprosto zbytečné vybíjení zvířat v přírodě, se kterými se kromě toho často krutě zachází. A vždy jde o druhy ohrožené, nejvzácnější, protože zřejmě v jejich vzácnosti má spočívat jejich účinnost.

Podobně jako na západě, tak i v naší republice se zvyšuje zájem o čínské medikamenty. Ještě před deseti léty jsme znali z TCM prakticky jen akupunkturu, dnes se u nás postupně rozvíjejí i ostatní součásti TCM včetně bylinářství, i když ne v takovém rozsahu jako v zemích západní Evropy. Čínské bylinné preparáty se zatím většinou nabízejí jen na internetových stránkách. Na knižním trhu se objevují publikace o čínské medicíně i samostatné knihy o čínském bylinářství. Přehled většiny čínských, v Evropě dosažitelných bylin, podává např. kniha P. Odyové, nebo H. Beinfeldové a H. a E. Korngolda.

## Čínská masáž

Masáže mají v Číně dlouhou tradici a považují se dnes za integrální součást tradiční čínské medicíny. Někteří ji dokonce považují za součást hlavní a nejoblíbenější. Nejstarší odkaz na masáže je v díle „Klasikové vnitřního lékařství Žlutého císaře“, kde se uvádí, že existuje dvanáct různých masážních technik. Dodnes existuje několik různých způsobů masáže. Některé z nich jsou jednoduché a jsou určené pro prevenci onemocnění a pro domácí léčbu, jiné se používaly k léčbě válečných zranění, jiné při léčbě různých nemocí.

Nejnámější z nich jsou dnes dvě techniky, an-mo (tlačit a třít) a thuej-na, také tuina (posunout a držet). První z nich se široce používala už ve středověku a byla tehdy hlavní léčebnou metodou pro dětské nemoci. Dnes se technika an-mo používá k domácí léčbě lehčích onemocnění, k celkovému uvolnění, ke snížení náchylnosti k nemocem. Druhý typ masáží, thuej-na je ponechán profesionálním masérům a lékařům v nemocnicích. Tyto techniky jsou technicky náročnější a vyžadují údajně delší školení. Používají se vždy jen po určení diagnózy metodami TCM a aplikují je tedy jen osoby vyškolené v TCM.

Obě techniky jsou údajně plnohodnotnou náhražkou akupunktury a používají se u osob, které mají obavy z píchání jehlami. Smyslem masáží není jen mechanické dráždění kůže nebo hlubších vrstev, ale především se má ovlivnit proudění čchi, nebo je to léčící sám, který pacientovi dodává čchi „*jako dar vesmíru z pozřené potravy a vdechovaného vzduchu*“ (Gascoigne). Důležitá je i kvalita čchi: „*Darovat čchi se soucitem působí na příjemce tělesně i duševně velmi blahodárně*“ (Gascoigne).

Specifickým rysem čínských masáží je, že se neprovádějí v místech bolesti, jak je tomu v případě běžných evropských masáží, ale v určených bodech, které zhruba odpovídají akupunkturním aktivním bodům a mají tedy ovlivnit orgány k nim patřící. Čínská masáž je tedy jakýmsi zdokonalením akupresury. Další variantou čínských masáží je masáž podle německého autora Penzela, který doporučuje masáž podélnými tahy v průběhu meridiánů.

Pokud jde o techniku masáže, tak se v místě předpokládaného bodu kůže masíruje špičkami prstů, palcem nebo i klouby prstů. Čínská masáž an-mo si vyžádá obvykle 20 minut až jednu hodinu a provádí se na několika místech v určitém pořadí a také různými technikami, např. roztíráním, valchováním, hnětením, tlačením, otíráním, uchopováním aj. Některé techniky se aplikují přes oděv, jiné přímo na kůži, která se potírá různými prostředky jako je sezamový olej, mastkový prášek, ocet, čínský balzám, při čemž každý z nich má mít jiný účel, např. doplnit čchi, odstranit vlhkost apod.

Techniky thuej-na jsou určeny jen pro léčbu chorob, a proto jsou rezervovány pro specialisty. V Číně je tato technika velice oblíbená a mnozí pacienti jí dávají přednost před akupunkturou, i když je to léčba dražší. Používá se většinou u svalových a kloubních nemocí, ale někdy i při vnitřních chorobách nebo u menstruačních potíží. V čínské medicíně je thuej-na masáž považována za nejvhodnější terapeutickou metodu pro děti, a dává se jí přednost před akupunkturou i bylinářstvím.

**Hodnocení:** Od čínské masáže nelze očekávat nic jiného než od jiných typů masáží. Protože akupunkturní body i meridiány jsou pouhým mýtem, nemá smysl používat masáž zaměřenou na takové body nebo neexistující dráhy. Ovlivnit některé orgány může jen masáž, která se provádí plošně v tzv. Headových zónách, které mají inervaci ze stejného segmentu jako nemocný orgán.

Základním efektem masáží, čínských i jakýchkoli jiných, je zvýšení prokrvení kůže, při hlubší masáži uvolnění svalových kontraktur a navození příjemného pocitu, relaxace.

Příznivý efekt masáží na psychiku pacienta i na potíže psychosomatické je nesporný, masáže jsou prakticky bezrizikové, a proto je lze ve výše uvedených případech doporučit. Blíže byl význam masáží rozveden v obecné kapitole o přírodních metodách léčby.

# Čchi-kung (Quigong, Qi gong, Chi Kung) a Tai-či

## Čchi-kung

Čchi-kung je starou čínskou lidovou meditační a léčebnou technikou, která je označována jako „věda a praxe“ síly čchi (viz Akupunktura). Souvisí těsně s čínskou filozofickou tradicí a stala se také součástí jejího léčebného systému. První zmínky o ní pocházejí z poloviny prvního tisíciletí před n.l. Doslovný překlad slov čchi-kung je „kultivace, rozvíjení energie“. Postupně se čchi-kung rozvinul do různých forem meditačního i bojového charakteru s různým filozoficko-náboženským zaměřením, s rysy taoismu, konfucianismu, buddhismu i tibetské filozofie. Podle čínských představ je smyslem čchi-kung a podobně i tai-či (viz dále) odstranění blokády čchi a umožnění jejího nerušeného proudění v těle, a tím zlepšit fyzické i psychické zdraví. Má se tohoto docílit tím, že se naučíme svou vůlí ovládat dýchání, pohyby i své myšlení a činy. Cvičení proto sestává v podstatě ze tří složek: tělesného cvičení, uvědomovaného a kontrolovaného dýchání a hluboké koncentrace na různé části nebo funkce těla. V současné době se v Číně čchi-kung pěstuje ve dvou hlavních směrech, aktivní, pohybové, a spíše meditační, tzv. „tiché“. Variabilita provádění čchi-kung je extrémní, v Čínské lidové republice bylo popsáno 3600 různých forem.

V Číně byl čchi-kung v době kulturní revoluce považován vzhledem k jeho duchovní povaze za kontrarevoluční a byl zakázán, ale v 80. letech 20. století byl zákaz zrušen a čchi-kung prodělal obrovský rozvoj. Zejména staří lidé používají čchi-kung, spíše v jeho klidných, meditačních podobách, k samoléčbě a prevenci, a trénují po ránu ve skupinách snad ve všech parcích. Dnes se čchi-kung učí i na čínských univerzitách, existují speciální společnosti pro čchi-kung a dokonce léčebné kliniky. Existuje také mnoho čchi-kung-léčitelů, kteří pomocí svých prstů aktivují čchi pacienta nebo ji do pacientů vlévají. Mistři této techniky dokonce tvrdí, že jsou schopni pomocí energie čchi léčit pacienty na dálku. V dnešní době se zastánci čchi-kungu domnívají, že schopnosti mistrů jsou důkazem parapsychologických schopností a že léčebné efekty jsou zprostředkovány ovládním imunitního systému. Čchi-kung se stále rychleji šíří i v západním světě, ale zpravidla není praktikován v plném rozsahu, spíše jen v zjednodušených formách, meditacích, „kung fu“ a „tai či“. Základní, cvičebně-meditační formou je čchi-kung, zatímco „kung-fu“ je bojové umění a „tai-či“ jakési taneční cvičení, „vnitřní bojové umění“.

Způsob cvičení je značně komplikovaný, existují návody, na které části těla, na které body event. meridiány se soustředit a také jakým způsobem se má cvičit. Existuje tzv. Bezděčný čchi-kung, Tichý čchi-kung, Shromažďování energie, Čištění, Vnější čchi-kung, Vnitřní čchi-kung a každá z těchto forem má zase řadu prvků, např. nabíjení, stimulaci, odstranění negativní energie, nastolení rovnováhy apod. Přesný popis všech těchto forem ponecháváme stranou, protože jsou k dispozici v mnoha publikacích věnovaných TCM nebo těmto jednotlivým metodám.

## Tai-či

Tai-či se vyvinulo postupně z techniky čchi-kung, a to z jeho bojových forem. I jeho cílem je dosáhnout harmonizace dvojice jang a jin a uvolnění proudu čchi. Jeho dnešní podoba vznikla však teprve v 19. století. V podstatě jde o přesně určenou a v přesném tempu probíhající soustavu extrémně pomalých tělesných pohybů spojených s meditací, které plynule v sebe přecházejí. Pohyby představují stylizovaný boj s imaginárním nepřítelem. Opět existuje několik různých škol. Většinou se popisuje až 180 různých pohybových prvků. Někdy se cvičí individuálně, jindy ve dvojicích. Podobně jako čchi-kung, i tai-či je pevnou preventivní a léčebnou součástí tradiční čínské medicíny. Cíle tai-či i jeho preventivní nebo terapeutické možnosti se nijak neliší od toho, co platí pro čchi-kung.

Od konce 20. století se čchi-kung i tai-či rychle šíří i v západních zemích, kde se vyučuje v různých fitness-centrech a klubech. Někdy se tyto techniky používají k léčebným účelům, ale většinou se doporučují k odstranění stresu, k relaxaci. V poslední době jsou pro samoléčbu nabízeny místo aktivního tai-či i různé čchi-přístroje, které pohybují končetinami a tedy i trupem pacienta a mají mít stejný relaxační efekt.

**Hodnocení:** Představa o existenci duchovní energie čchi má samozřejmě nevědecký charakter, ale přesto lze čchi-kung hodnotit pozitivně, protože tělesná a mentální cvičení spolu s důrazem na řádnou životosprávu zvyšují tělesnou zdatnost, sebevědomí i schopnost sebeovládání, mohou ovlivnit průběh některých chorob, a meditační složka má nesporně psychoterapeutické, relaxační působení. Léčebný efekt u psychických poruch i u některých funkčních tělesných potíží je srozumitelný, protože se zde vedle zvýšení tělesné zdatnosti uplatní i placebový efekt a autosugestivní působení, jako při každém jiném způsobu léčení relaxačními, autosugestivními metodami nebo při léčení vírou.

Velký zájem o čchi-kung a ostatní podobné techniky vyvolal i zájem lékařů, a bylo proto již zorganizováno mnoho klinických studií, které měly ověřit účinnost čchi-kung u některých chorobných stavů. Některé studie, i když nejsou dokonalé a vyžadují ještě potvrzení, ukazují, že čchi-kung jako doplněk konvenční terapie má příznivý vliv na pokles krevního tlaku, umožní snížit dávky medikamentů při astmatu a zmírňuje vedlejší účinky protirakovinné terapie. Jiné práce zase prokázaly příznivý efekt na různé bolestivé stavy, na premenstruální syndrom, únavnost, a u malých dětí při dlouhodobém cvičení se zvýšila schopnost koncentrace. Stejně příznivé efekty byly popsány v desítkách studií, věnovaných cvičení tai-či. I zde se popisuje příznivý efekt na krevní oběh, revmatické bolesti, na depresivní stavy, nespavost a dokonce se zpomalil průběh osteoporózy. U starších osob se zvýšila kloubní pohyblivost, zlepšila se schopnost tělesné koordinace, zlepšil se rovnovážný smysl, zmenšilo se nebezpečí pádů a jiných nehod. Tyto údaje jsme čerpali především z prací prof. Ernsta, který podrobně zpracoval všechny publikované studie na toto téma. Téměř ve všech případech však Ernst poznamenává, že prakticky žádná studie není bezchybná, ke všem lze mít připomínky, závěry nejsou definitivní a jsou nutné další studie. Můj názor je odchylný. Náročnost takových studií je příliš velká, přesnost malá, protože je nelze zaslepit, finančně jsou nákladné a podle mého názoru zbytečné, protože o pozitivním vlivu čchi-kung, tai-či a jiných podobných cvičení nelze pochybovat, jestliže je bezpečně prokázáno, že jak fyzické cvičení, tak nácvik správného dýchání i meditační cvičení mají pozitivní vliv na tělo i duši. A snažit se kvantifikovat tyto pozitivní efekty rovněž nedává smysl, protože v praxi existuje množství variant cvičení a jejich podíl na léčebném úspěchu nelze identifikovat proto, že snad každý pacient se současně léčí jinými konvenčními i nekonvenčními metodami.

Na závěr ještě poznamenáváme, že všechny tyto příznivé efekty lze očekávat i u množství jiných meditačních a cvičebních metod domácího nebo exotického původu. A poslední poznámka: všechny udávané pozitivní efekty lze očekávat jen při dlouhodobém praktikování čchi-kung i tai-či.

---

## Falun-gong

Falun-gong je variantou starého čínského umění „kultivace“ energie, kterou založil Li Hongzh v 80. letech 20. století v Číně s odvoláním na buddhismus. Z Číny se falun-gong rozšířil do USA i do jiných částí světa. Praktikování falun-gong umožňuje údajně kultivovat povahu člověka a jeho život. Člověk může docílit osvícení a dosáhnout nesmrtelnosti i na tomto světě, když dosáhne pomocí falun-gong určité hladiny energie. Slovo „falun“ znamená „kolo zákona“ a lze si ho údajně představit jako miniaturu celého vesmíru se všemi jeho

vlastnostmi, kterou je možno umístit do vlastního těla. Kolo tam potom trvale rotuje, přijímá energii z vesmíru a předává ji tělu, zatímco při opačné rotaci ji zase vydává, předává bližním a vysílá na dálku. Falun-gong hlásá pravdomluvnost, zdrženlivost, sebekázeň a soucitnost. Podstatou metody Falun-gong je meditace a různá cvičení. Li Hongzh sice tvrdí, že nejde o žádnou sektu nebo náboženství, ale podařilo se mu získat značné množství stoupenců, podle jeho údajů již 100 milionů osob ve světě. To jistě pravda není, ale v samotné Číně se rychle Falun-gong rozšířil jako kult, ke kterému se hlásí statisíce osob. Sekta sice nemá žádné politické cíle, ale přesto je v Číně považována za nebezpečnou, snad pro vysokou popularitu a její duchovní zaměření. Byla zakázána a desetitisíce stoupenců byly zatčeny. Sám autor, Li Hongzh, opustil Čínu v r.1990 a působí nyní z New Yorku. Své učení šíří jednak v knižních publikacích, jednak na internetu.

**Hodnocení:** Mystická představa o získávání a kultivaci energie odpovídá čínské tradici, cvičení je nepochybně prospěšné, ale nebezpečné se stává ideově protivědecké zaměření sekty, zejména ve vztahu k medicíně. Podle Li Hongzha je nemoc jen černou energií, kterou je možno potlačit vírou ve Falun-gong. Nemoc existuje v jiném, nefyzickém světě, vyhojit se lze kultivováním energie. Vyznavači Falun-gong nepotřebují medicínu a její léčiva.

---

## Feng-shui

Feng-shui (doslovně čínsky: vítr, voda) je součástí staré čínské taoistické filozofie přírody a odpovídá evropské geomantii. Feng-shui není přímo léčebnou metodou, ale má pozitivně ovlivnit psychiku a odstranit psychické problémy, proto se o něm na tomto místě zmiňujeme. Jeho cílem je dosáhnout porozumění a harmonie mezi člověkem, resp. jeho příbytkem a přírodou. Lidé by měli žít v souladu s přírodou, nikoli v rozporu s ní, člověk by se měl obklopit krásou, jemností, hudbou, přátelstvím, laskavostí a zušlechtovat se tak. Feng-shui vychází z principu pěti elementů, existence energie čchi a dvou protichůdných principů jin a jang. Existují mistři feng-shui, kteří údajně rozumějí jeho filozofickým principům, dovedou vyhledat, usměrňovat a koncentrovat tok metafyzické energie čchi a navrhnout optimální umístění i architekturu budov i jejich vnitřní vybavení. Feng-shui využívali odedávna krajinní i bytoví architekti v Číně i jiných orientálních zemích. V domech, bytech, zahradách, hřbitovech určují, kde mají být místa pro devět kategorií, jako je zdraví, láska, práce, kde má být koupelna, zrcadlo, květiny, jak má být umístěna postel a pod. Řídí se při tom nejrůznějšími pravidly, hodnotí prostor, polohu hvězd, počasí, využívají astrologii a řídí se i „magnetizmem“. Určují nejen vhodná místa pro umístění budov a věcí, ale doporučují i jejich správnou barvu, rozměry, tvary a posuzují i zvuky. Ani v Číně však nebyl a není feng-shui jednotným systémem, vždy existovalo množství nejrůznějších škol (metoda „Létajících hvězd“ nebo metoda „Osmi domů“ a pod.), lišících se svými pravidly. Koncem 19. století byl feng-shui i v Číně kritizován, prohlašován za nevědecký a v době Mao-ce-tungovy kulturní revoluce byl dokonce zakázán a postupně upadal. Mistři feng-shui byli persekvoováni a mnozí emigrovali do západního světa. V současné době je v Číně feng-shui opět na mírném vzestupu, ale převážná většina městského obyvatelstva má k feng-shui nedůvěru.

**Hodnocení:** Feng-shui nepochybně vychází ze správné představy, že člověk je silně ovlivňován svým okolím a že harmonický vztah k přírodě i lidem pozitivně působí na jeho život. Teorie i praxe feng-shui je však iracionální, plná mystiky. Existence energie čchi nebyla nikdy prokázána, mylná je i představa o pěti elementech a jejich vztazích. Používaná pravidla jsou jen intuitivní, subjektivní a názory i doporučení různých mistrů jsou často protichůdné. Jsou také ve zřejmém rozporu s moderním pohledem architektů a někdy i se

zákony fyziky a biologie člověka. Proto je feng-shui i v zemích Orientu často kritizován. Pod ostrou kritiku se např. dostali někteří architekti v Indonésii, kteří se snaží prosadit feng-shui, plnou pověr a mylných názorů, jako vedoucí princip státní architektury a jako výukový předmět na univerzitách. V současné době je feng-shui exportován i do západních zemí (v Rakousku je feng-shui dokonce vyučován na univerzitě), kde se návrhy a předměty, např. bytové doplňky a ozdoby, uskutečněné podle feng-shui principů, stávají výhodným, módním předmětem byznysu. Hodnotit feng-shui nelze jinak než jako pseudovědu resp. esoterickou záležitost, která se v západních zemích nese na vlně New Age a postmodernizmu.

---

## Ajurvéda

Ajurvéda je „věda o životě“, tradiční indický pohled na život s morálními kategoriemi, daný lidem bohy před více než 3500 léty. Její součástí je i podrobně rozpracovaný systém medicíny, odlišný od medicíny západní, dodnes živý, státem i Světovou zdravotnickou organizací uznávaný a podporovaný. V Indii existuje paralelně s medicínou konvenční. V současné době je užíván dvěma třetinami Indů, zejména na venkově, kde je moderní medicína nedostupná. Ajurvédu praktikuje v Indii 300.000 lékařů, vyškolených v 50 ajurvédských univerzitách. V západních zemích v posledních desetiletích rozšířil a oživil zájem o ajurvédu guru Maharishi Mahesh Yogi – viz níže. Zájem o ajurvédu se v Evropě zvyšuje, jsou dováženy speciální bylinné preparáty a jsou dokonce organizovány několikátýdenní pobyty na indických ajurvédských klinikách. V USA je hlavním představitelem ajurvédy Deepak Chopra, spíše mystik, který její účinnost vykládá termíny moderní vědy, energií, informací a kvantovými mechanismy.

Základem ajurvédy jsou Vědy, svaté spisy. Člověk jako mikrokosmos je odrazem makrokosmu a je, jako vše, stvořen z pěti základních prvků: země, vody, ohně, vzduchu a prostoru. Z nich vznikají v těle tři základní systémy, tělo, smysly, duch, které jsou propojeny třemi regulačními principy „dosha“: Vata, Pitta a Kapha. Jejich nesoulad má být příčinou chorob, popisovaných v osmi oborech medicíny. Patří k nim Vnitřní medicína, Ženské a dětské lékařství, Medicína smyslových orgánů, Duševní choroby, Chirurgie, Toxikologie, Revitalizace a Sexuální medicína. Diagnostika je velice složitá, patří k ní i pulzová diagnostika, určení tělesného typu („prakriti“) podle poměru sil dosha a astrologické prvky. Léčena není nemoc, ale člověk jako celek. Léčebnými prostředky, které mají obnovit soulad organismu, posílit zeslabenou doshu a oslabit dominantní doshu, jsou dieta, fyzikální terapie, cvičení, meditace, masáže a hlavně různé medikamenty z bylin, kovů, minerálů i zvířat. Jsou to většinou kombinované směsi, obsahující někdy až 100 složek. Jejich příprava je velice komplikovaná a dlouhodobá, někdy trvá déle než rok. Jejich účinnost se posuzuje podle fyzikálních vlastností, chuti i podle vyvolaných reakcí a jejich vlivu na „doshy“. Vedle léčivých přípravků zdůrazňuje ajurvéda zdravý způsob života, cílem je dosažení harmonie.

**Hodnocení:** Ajurvéda je konzervativní indický systém, který se nijak nevyvíjel a v posledních dvou stoletích proto upadal, i když některé jeho metody a léčebné prostředky jsou účinné. Jeho teorie i léčebné principy jsou evropskému myšlení cizí a neodpovídají vědeckým poznatkům. Praktikování ajurvédy v západním světě je spíše jen módou. V některých zemích, např. v Německu jeho léčivé přípravky schváleny nebyly a jsou považovány za rizikové, protože je jejich složení neznámé a často obsahují jedovaté látky, zejména těžké kovy. Přesto existují lékaři, léčitelé a maséři, kteří ajurvédu praktikují, mnohdy v podobě „Mahariši ajurvédy“ (viz níže). Pokud jde o účinnost ajurvédy, tak byl prokázán určitý efekt jen u některých léčiv, ale řádné klinické studie účinnosti ajurvédy dosud nebyly provedeny a účinnost celého systému ajurvédské medicíny tedy prokázána nebyla. Stejně jako

všechny ostatní metody AM., může být ajurvéda účinná u všech psychických a funkčních problémů nebo u chronických potíží, kde se uplatňuje placebový efekt. Pozitivní a relaxační účinek samozřejmě mají masáže, cvičení a meditace.

---

## **Maharishi ajurvéda – Transcendentální meditace**

Maharishi ajurvéda, jinak také Transcendentální meditace (TM), je léčebný postup, který vymyslel mystik Maharishi Mahesh Yogi v r.1956 v Indii. Základem této terapie, která vychází z ayurvédy, je hluboké soustředění na individuální mantru (zakoupenou za 100 dolarů) a meditace. Ajurvédu tím Yogi výrazně obohatil. Vedle meditace patří k programu TM i jóga, dietní režim, odmítnutí materialistického životního postoje a přijetí spirituální orientace. Konečným cílem TM je získání schopnosti levitace, kdy se také má dostavit největší léčebný efekt. Jednou z příčin úspěchu transcendentální meditace bylo to, že je metodou velice jednoduchou. K jejímu zvládnutí stačí krátký kurz a k dosažení léčebného efektu úspěchu stačí meditovat krátce, jen dvakrát denně. Sám Yogi definuje cíle TM takto: *„TM, program M.M. Yogiho, je jedinečnou, vysoce efektivní technikou, která vede k hluboké relaxaci, eliminaci stresů, podporuje zdraví, zvyšuje kreativitu i inteligenci a umožní dosáhnout vnitřního štěstí a sebenaplnění“*. Někteří z jeho stoupenců doplňují, že se jim zdařilo získat nadpřirozené, paranormální schopnosti, jako např. neviditelnost.

Kariéra M.M. Yogiho byla velice rychlá. Po 5 letech studia filozofie a jógy v podhůří Himaláje v Indii přesídlil začátkem 60. let do USA, kde záhy získal velké množství stoupenců. Postupně vznikl z původní léčebné techniky vlivný kult, resp. rozsáhlá organizace s téměř celosvětovým dosahem. Dnes se k jeho organizaci hlásí údajně 5 milionu stoupenců. K úspěchu snad přispělo to, že Yogi hlásal, že jeho TM má prospět nejen jednotlivcům, ale musí se stát celosvětovým mírovým hnutím, a snad i proto, že TM „program“ prohlašoval Yogi za vědecky zdůvodněný a že léčebné výsledky byly „potvrzeny“ 200 vědeckými studii na 200 univerzitách. V USA byla dokonce založena i Maharishi International University. Vědci, hlásící se k TM, publikují četné studie, dokumentující účinek TM. Jsou plné módních vědeckých termínů a bohatě graficky dokumentované. K vyznavačům TM patřili Beatles, Rolling Stones, Mia Farrow i Shirley MacLaine. Koncem 20. století se Yogiho TM stala spíše politickou organizací pod názvem „Natural Law Party“.

**Hodnocení:** TM jako léčebnou techniku lze hodnotit tak jako všechny jiné relaxační metody (meditace, autogenní trénink, biofeedback, eutonie aj.). Všechny patří k meditativním a relaxačním technikám, jejichž cílem je odstranit napětí a stresy a zlepšit tak zdravotní stav po stránce psychické i fyzické. Filozofie léčby TM je však nesourodnou směsicí hinduistických a křesťanských prvků, stejně jako je tomu u ostatních hnutí podobného typu, jako jsou např. Moonisté nebo vyznavači Haré Krišny. Proto také byla TM ze strany hinduistů kritizována, protože překrucovala staré posvátné hinduistické techniky. Tvrzení o vědeckosti TM je zavádějící, převážně jde jen o verbální hru. Tzv. vědecké práce stoupenců TM mají úroveň studií parapsychologických. Levitovat se nenaučil nikdo a některé z osob, které za kurz zaplatili až 3000 dolarů, podaly na školicí centrum žalobu. Nikdo z členů organizace, kteří se údajně naučili levitovat, se také nepřihlásil o 10.000 dolarů, které nabídl za důkaz levitace J. Randi. TM není zcela neškodná, protože hluboké meditace, prováděné někdy halucinacemi, mohou vést k psychickým poruchám, k odcizení normálnímu světu a k závislosti na Yogiho organizaci. Nebezpečná může být i Natural Law Party, jejímž cílem je zavést prvky TM do školství, zdravotnictví, ekonomiky i ekologie. V několika případech se stoupenci TM pokusili zavést výuku TM i do škol, v analogii se snahami kreacionistů.

## Jóga

Jóga je termín, pocházející z indického sanskrtu, znamenající vazbu, spojení. Označuje prastarý indický systém, který má v klasické podobě vést přes osm stupňů k sebeuvědomění, k osvícení. V prvních dvou stupních má člověk hledat vztah k sobě a svému okolí, v dalších dvou stupních se věnuje tělesným a dýchacím cvikům, v dalších třech se věnuje ponoření do sebe, meditacím a konečně v posledním stupni má dosáhnout štěstí a vnitřního klidu. Pomocí jógy získá člověk sílu, aby se vyrovnal s nástrahami světa. Tato základní forma jógy se pěstuje v Indii dodnes, i když se tam už od 13. století praktikuje pět různých jejích variant. Do Evropy se z nich v 60. letech 20. století rozšířila především tzv. Hatha jóga, systém k ovládnutí vlastního těla. Spočívá v zaujímání zvláštních poloh a provádění speciálních tělesných a dýchacích cvičení, kromě toho obsahuje i návod ke správné životosprávě a výživě. Cílem jógy je zvýšit tělesnou zdatnost, pohyblivost a také prostřednictvím relaxace a meditace obohatit život člověka duchovními zážitky. Józe se věnuje dnes množství lidí na celém světě. Např. v Německu dnes existuje přes 200 privátních škol jógy a věnují se jí 3 miliony lidí. V současné době se jóga rychle šíří i do České republiky. Základem cvičení je zaujímání různých poloh, ásan, kterých bylo popsáno více než 300, i když běžně se jich praktikuje jen 30. Nejznámější z nich je poloha lotosového květu. Polohy se zaujímají velice pomalu a na delší dobu, cvičící musí uvolnit svalstvo a maximálně se koncentrovat na tělesné počítky nebo na určitou mandalu nebo mantru.

**Hodnocení:** Cvičení jógy má nesporně pozitivní efekty jak v rovině duševní tak i tělesné, pokud je prováděno pravidelně a pod vedením zkušeného učitele. Pozitivní efekty jógy lze vysvětlit řadou různých fyziologických mechanismů: dochází k uvolnění svalů, zvýšení hluboké citlivosti v kloubech, změnám krevního tlaku i prokrvení mozku, prokázán je i vliv na hladinu hormonů a na imunitní systém. Dlouhodobější cvičení ovlivňuje i schopnost koncentrace, disciplinovanost, sebeuvědomění a duchovní postoje člověka. Jóga má své místo i v medicíně, kde může ovlivnit především potíže a choroby psychosomatického charakteru (např. plicní astma), podobně jako jiné relaxační metody, jakými jsou autogenní trénink, meditace, biofeedback. Cvičení však není vhodné pro každého, např. u osob s nemocemi páteře nebo kloubů, kde je riziko poruchy vazů, svalů a šlach, nebo u osob s vysokým krevním tlakem, protože při některých polohách se krevní tlak zvyšuje. Pokud je cvičení vedeno v náboženských sektách pod vedením jejich guru, může dojít k psychické závislosti.

---

## Tibetská medicína

Po čínské medicíně se do naší země stále více šíří i medicína tibetská a to v různých podobách. Vydávají se publikace o historii a podstatě tradiční tibetské medicíny (TTM), zakládají se centra pro léčbu tibetskou medicínou, existují firmy nabízející tibetské byliny a doporučuje se speciální cvičení „Pět Tibet’anů“. Informace o principech i praxi TTM jsou však velice rozporné a proto se omezíme na stručnou informaci.

Dnešní tibetská medicína vychází z lidové medicíny a její počátky sahají až do 3. tisíciletí před n.l. Později byla její teorie doplněna prvky medicíny čínské a také indické ajurvědy. Základní představa tibetské medicíny je kuriózní. Podle ní jsme všichni vystaveni různým formám utrpení a jsme tedy v podstatě všichni nemocní. Cílem léčení je pak obnovování a udržování rovnováhy mezi třemi fyzikálními faktory – šťávami, nazvanými vítr, žluč a sliz, které zhruba odpovídají třem základním principům medicíny indické. Jejich význam je však daleko širší než odpovídá uvedenému termínu a proto také nesou v různých pramenech různá pojmenování. Diagnostika chorob je velice blízká diagnostice čínské medicíny. Terapie spočívá v dietě, změně chování, ale především v léčbě medikamentózní.



Pokud se týká původu chorob, existuje podle Buddha Šakjamuniho 84.00 různých druhů emocí, které vyvolávají stejný počet druhů nemocí. Ty se však dají shrnout až do 404 chorob. Buddhovo učení je obsaženo ve 4 spisech, zvaných Čtyři tantry. Jejich původní verze byla psána v sanskrtu a teprve později byla přeložena do tibetského jazyka. První dvě tantry se týkají chování, diet, diagnostiky a kategorizace chorob, třetí tantra popisuje příčiny a léčení hlavních skupin onemocnění a čtvrtá je věnována podrobnostem diagnostiky, léčivým bylinám a jiným léčebným metodám.

Hlavním léčebným prostředkem tibetské medicíny jsou medikamenty. Moderní tibetský lékopis, *Materia medica*, vychází z publikace Jingzhu Bencao (Perlové byliny) z r.1835. V ní je popsáno 2294 substancí většinou bylinného, ale i zvířecího a minerálního původu. V současné době se jich používá daleko méně. Jde především o himalájské byliny, ale také o byliny čínské a indické. Bylinné směsi jsou komplexní, obsahují většinou 8-25 různých složek, které musí být dokonale promíšeny. Pracná a dlouhodobá ruční výroba je v současné době nahrazena výrobou strojovou. Existují specializované farmaceutické firmy na výrobu těchto preparátů, a to nejen v tibetských městech, ale i v Číně.

Tradiční tibetská medicína je dodnes rozšířena jak v Tibetu, kde existují vedle jednotlivých lékařů i větší instituce tibetské medicíny a okresní centra, tak i v Číně. V r.2000 bylo v Číně 57 nemocnic praktikujících TTM a 30 továren na výrobu tradičních tibetských léčiv. V současné době, po krizi z období čínské kulturní revoluce a obsazení Tibetu, je tibetská tradiční medicína na vzestupu a je o ni značný zájem i ze strany pacientů ze západních zemí.

Do České republiky dováží tibetské preparáty několik firem, např. firma Borise Tichanovského. Vedle preparátů z dovozu nazvaných EPAM pořádá firma i kurzy tibetské medicíny a vydává Herbáře léčivých rostlin. Jinou dovozní společností je STARLIFE, nabízející preparáty řady Ming dynastie.

**Hodnocení:** Principy tibetské medicíny, vycházející z buddhismu a jeho filozofie musíme hodnotit stejně negativně jako principy medicíny čínské a indické. Nesporně mají velkou historickou hodnotu a dokumentují, s jakým úsilím se tehdejší lidé snažili, samozřejmě marně, pochopit fungování lidského těla a podstatu chorob. Dnešním vědeckým poznatkům neodpovídají a nelze od nich proto odvodit ani diagnostiku ani racionální terapii. Také účinnost tibetských medikamentů musíme hodnotit s velkou opatrností. Platí o nich to, co jsme podrobně vysvětlili při popisu čínských medikamentů. Himalájské byliny nejsou zcela přesně identifikovány a neznámé je samozřejmě i jejich chemické složení, nehledě k tomu, že není žádná záruka, že složení směsí, pokud je vůbec udáváno, odpovídá skutečnosti. Právě tak nelze tibetské indikace vycházející z jiné klasifikace chorob aplikovat na diagnostické jednotky vědecké medicíny.

---

## Pět Tibet'anů

Pět Tibet'anů (také „The Five Tibetan Rites“, „The Five Rites of Rejuvenations nebo také T5T) je systém fyzických cvičení, který se v posledních letech rychle šíří celosvětově a pronikl i do ČR. Historie jeho vzniku je zajímavá. Ve 30. letech 20. století se Angličan Peter Kelder seznámil s bývalým plukovníkem Bedfordem, který objevil v jednom tibetském klášteře zvláštní cvičební metodu. Po jejím absolvování se vrátil do Anglie v optimálním zdravotním stavu a výrazně omládlý. Kelder si jeho tvrzení v Tibetu ověřil a v r.1939 vydal 32stránkovou knížičku nazvanou „The Eye of Revelation“, která byla později rozšířena a doplňována. Uvádí v ní, že Pět Tibet'anů je prastará tibetská metoda, známá už 2.500 let. Toto

tvrzení se však nepodařilo ověřit a nelze vyloučit, že jde o výtvar novodobý. Kniha byla přeložena do mnoha jazyků a záhy se metoda Pěti Tibetanů rozšířila do celého západního světa. V České republice metodu propaguje nakl. Pragma, které vydalo už 8 knih na toto téma včetně knihy P. Keldera pod názvem „Pět Tibetanů“.

Cvičení se skládá z pouhých pěti jednoduchých cviků nazvaných Káča, Svíčka, Půlměsíc, Most a Hora, které vycházejí z pěti základních poloh: ve stoji, vleže na zádech, vsedě, vkleče a v předklonu. Cviky se mají opakovat denně nejméně 3x s postupným zvyšováním až na 21x. Ke cvičení patří rytmické dýchání, ke kterému jsou podány specifické instrukce, a také hluboké soustředění a meditace. Každému cviku se přisuzuje určitý duchovní obsah. Metoda je proto považována spíše za určitý spirituálně-fyzický rituál.

Vedle seriózních návodů ke cvičení se propagační brožury často hemží floskulemi typickými pro všechny módní paranormální metody AM, totiž že metoda je energizujícím systémem, který pracuje s energetickými centry a proudy v těle, s meridiány a čakrami, že balancuje hladinu hormonů a detoxikuje organismus. I v knížce P. Keldera se uvádí nadneseně, že podle svědeckých výpovědí metoda zlepšuje zrak, paměť, potenci, růst a zčernání šedivých vlasů, omlazení aj.

**Hodnocení:** Dnešní zájem o Pět Tibetanů je pochopitelný. Jde o vhodně zvolené jednoduché, snadno zapamatovatelné cviky, které postupně procvičí všechno svalstvo těla. Vhodné je i sejetí s dýchacími cviky i duchovní složkou, což je pro dnešního postmoderního člověka velice přitažlivé. Je metodou dynamickou, což je podstatně fyziologičtější než statické zaujímání nepřírodných poloh v józe. Metoda nepředstavuje prakticky žádné riziko a lze od ní očekávat kromě posílení svalstva a zlepšení pohyblivosti i uklidnění, redukci stresu a zlepšení celkového zdravotního stavu, tedy tzv. well-being resp. wellness. Výše uvedené teoretické úvahy o různých pseudovědeckých mechanismech léčebného efektu i sliby zlepšení organických chorob jsou samozřejmě nesmyslné.

---

## Šamanismus

Termín šaman a šamanismus měl ve starých kulturách přesný význam. Šaman představoval zřejmě už od dob raného paleolitika (36.000 – 8.000 let před naším letopočtem) významnou, zřejmě první společenskou kmenovou „instituci“. Hrál významnou roli ve společnostech asijských, zejména sibiřských, kde také termín šaman z tunguzského kořene „sa-“, (vědět, chápat) vznikl. Dnes se termín šaman používá i pro medicinmany severo- i jihoamerických indiánů a pro medicinmany africké. Funkcí šamana bylo starat se o duše členů kmene, zprostředkovat spojení mezi zdejším a mimozemským světem a s jeho vyššími bytostmi, bohy, získávat od nich cenné informace (o počasí, výskytu zvěře) a vyžadovat pomoc. Dokázal se pomocí psychotropních látek, tance a zpěvu a různých rituálů uvést do *transu* a dovedl přesvědčit společnost o svých vyšších schopnostech. Jeho úkolem bylo také léčit psychické i fyzické nemoci, a proto jsme šamanismus zařadili do této knihy. Šaman plnil funkci věštce, lékaře, kněze i vykladače snů. Byl váženou osobností s vysokou autoritou a zpravidla měl značné znalosti o přírodě a bylinách. Jeho vláda nad členy kmene byla obrovská, jeho verbální odsouzení viníka ke smrti skutečně takový účinek mělo (nocebo efekt). Byl pečlivě vybírán, dlouhodobě vychováván, prošel náročným iniciačním obřadem a veškerou svou činnost musel věnovat prospěchu kmene.

Dnešní zájem o šamanismus v západních zemích vyvolal teprve v 70. letech 20. století román Carlose Castanedy „Cesta do Ixtlanu“. Neznamená to však, že jde o jakousi renesanci původního šamanizmu. Jde o komerční záležitost. Neo-šamani dnes imitují staré rituály, tancují a bubnují pod vlivem drog ve volné přírodě, nebo v uzavřených chatrčích tančí kolem

ohně a rozžhavených, vodou polévaných kamenů, aby ve stavu extáze vyvolávali halucinace nebo vzpomínky na minulý život. Šamanismus se dnes stal pro některé skupiny novým náboženstvím. Pro české příznivce a propagátory šamanizmu nejde ani o náboženství ani o šarlatánství ani o magii. Podle nich je to praxe, jak komunikovat s duchovním světem, cesta k sebepoznání, možnost, jak „odkrýt naši slovanskou spiritualitu“. Přitažlivého obrazu šamana využívají i různí šarlatáni a léčitelé. Mnozí z nich, zejména v USA, pořádají kurzy šamanizmu, v Rusku zase vystupují jako šamani za tučné odměny v televizi, jiní se věnují léčitelství a předstírají nadpřirozené schopnosti. V dnešní běžné řeči má však termín šaman spíše negativní význam. Někdy se tak pejorativně označují lékaři.

**Hodnocení:** Historický šamanismus plnil důležitou, vitální funkci v tehdejší kmenově uspořádané společnosti. Svou činností udržoval životaschopnost a kontinuitu kmene. Dnešní šamanismus je ovšem jen esoterickými hrátkami potomků New Age, komerční aktivitou podvodníků nebo má být přitažlivým termínem k ozdobení léčitele. Někdejší šamani pravděpodobně znali účinné přírodní léčebné prostředky, dnešní „šaman“ se však svým repertoárem od léčitelů neliší v ničem.

---

## Vúdů – Woodoo

Vúdů (Woodoo nebo i Wudu, Voudou, Vodou) je slovo afrického původu pro označení boha, resp. dobrého ducha. Přes otroky, zavlčené začátkem 16. století z Afriky, se rozšířilo používání tohoto slova do karibské oblasti, především na Haiti a dále do Jižní Ameriky. Postupně se měnil jeho význam a z vúdů se stalo jakési náboženství, které převzalo i některé křesťanské a spiritistické prvky, a které mělo i své kouzelníky a kněze. Vedle oficiálního katolictví francouzských přistěhovalců nemohlo vúdů na Haiti veřejně existovat a stalo se tak tajemným protirežimním, podzemním náboženstvím, které vyznávaly primitivní vrstvy obyvatelstva. Součástí vúdů se staly různé magické rituály s obětmi, zpěvy a extatickými tanci. Rozšířilo se i používání fetišů, věcných i zvířecích, které měly chránit jejich nositele, přinášet jim moc a dodávat energii. Součástí vúdů byla také představa, že haitští kouzelníci jsou schopni zbavit člověka pomocí černé magie vůle i duše. Takoví lidé sice „zemřeli“, ale stala se z nich „zombie“, jejich tělo bez duše údajně žilo a pracovalo dále. Kouzelníci mohli zombii opět přivést k životu, ale jindy prý používali své oběti s poškozeným mozkem jako otroky. Kouzelníci a kněží vúdů zřejmě měli k dispozici imobilizující jedy a halucinatorní drogy, které při tajemných rituálech používali. Byl také vypracován způsob, jak zahubit nepřítele. Vyrobit se jeho model, loutka, a stačilo do ní píchnout třeba jehlou, aby se na nepřítele přenesla tato kletba. Výše uvedené rituály neměly jen náboženský význam, kněží vúdů je používali i k léčbě nemocí, úspěšně zřejmě jen u nemocí psychosomatického charakteru.

**Hodnocení:** V současné době ztrácí vúdů rychle na svém někdejší významu, ale na Haiti je stále praktikováno, právě tak jako v New Orleansu, kde je velká kolonie imigrantů z Haiti. Objektívních informací o náboženství vúdů a o zombiích je minimum a mnozí dokonce o existenci zombií pochybují a považují je jen za mýtus. Originální představa o zombiích a o možnosti přenášet kletby na dálku pomocí loutky se však staly vděčným literárním tématem a inspirací zejména pro hororové filmy, i když jde samozřejmě jen o fantazii. Přenos jakési mentální energie na dálku je nemožný. Podrobně o možnosti mimosmyslových kontaktů budeme mluvit v kap. o parapsychologii.

# Akupunktura a příbuzné metody



V naší předchozí knize „Akupunktura, mýty a realita“ jsme popsali akupunkturu i její varianty podrobně, a proto se v této knize omezíme na analýzu stručnější.

Akupunktura (AKU) je vedle bylinné léčby, herbalizmu, nejvýznamnější součástí tradiční čínské medicíny. V západním světě se však praktikuje většinou jako samostatná metoda nebo jako doplněk standardní konvenční medicíny. Je to léčba jehlami (acus, lat. jehla, punctio, píchnutí), které se zavádějí do předurčených bodů na povrchu těla. Během tisíciletí byla AKU propracována v obsáhlý a složitý teoretický systém, vycházející z čínské filozofie, z mystického výkladu života, životních funkcí a chorob, a stejně široce byla propracována i jehlová technika. Do současné doby se AKU rozvinula do mnoha různých variant nejen v Číně, ale dnes na celém světě, a stala se spolu s homeopatií nejrozšířenější metodou AM.

Kdy akupunktura vznikla, se přesně neví. Podle některých pramenů se snad používala v Číně už před 5000 léty. Evropu s ní seznámil v r.1682 holandský lékař Wilhelm ten Rhine. Dlouho však byla přijímána s rozpaky a teprve od poloviny 20. století se začala náhle a prudce rozvíjet. Impulsem bylo její zmrtvýchvstání v Číně, kde byla v 18. a 19. století na stálém ústupu, protože nemohla konkurovat moderní medicíně. Zvrat přinesla Mao-ce-tungova kulturní revoluce, kdy byla akupunktura v době odchodu západních lékařů a nedostatku medikamentů prohlášena za národní poklad. Na základě různých starších spisů byla eklekticky vytvořena nová akupunktura, která poněkud potlačila duchovní prvky, aby byla přijatelná pro materialistickou ideologii. Pro tuto novou akupunkturu byl zvolen hodně matoucí název Tradiční čínská medicína, TCM

Z Číny se TCM rozšířila nejprve do komunistických států, k nám v r.1965. V r.1980 byly vydány přesné směrnice pro její provádění, v r.1989 byla Akupunkturistická společnost přijata do České lékařské společnosti J.E. Purkyně. Záhy potom Česká lékařská komora prohlásila akupunkturu za řádnou funkční specializaci. Je vydáván informační bulletin „Čs. akupunktura“, školením v AKU se zabývá Institut pro další vzdělávání lékařů a farmaceutů v Praze. Do současné doby bylo vyškoleny v základních kurzech kolem 4000 lékařů. V rámci Akupunkturistické společnosti vznikly také dvě sekce, jedna pro Vollovu elektroakupunkturu, druhá pro aurikuloterapii. V r.2002 však byly ze strany některých lékařů i Českého klubu skeptiků SISYFOS vzneseny námitky proti těmto dvěma metodám jako zcela nevědeckým. Akupunkturistická společnost chtěla předejít vyloučení z ČLK JEP a proto obě tyto sekce zrušila.

Ještě rychlejším tempem se v posledních desetiletích vyvíjela AKU ve všech západních státech. Existují tam specializované kliniky, výzkumné ústavy pro AKU a jsou vydávány odborné časopisy, např. „American Journal of Acupuncture“ nebo německý „Akupunktur, Theorie und Praxis“. Kromě národních společností existuje i mezinárodní společnost ICMART, jejímž členem je i společnost česká.

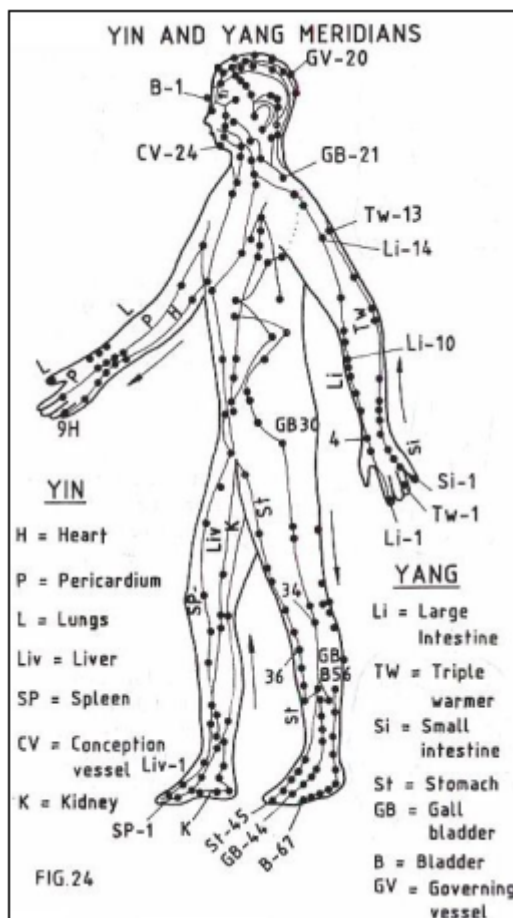
## Teorie a praxe akupunktury

Teorie AKU vychází z představy, že organismus je celek, ovládaný obecnou energií, silou zvanou čchi, která má zajišťovat rovnováhu mezi dvěma základními principy, jinem a jangem. Oba tyto základní pojmy jsme vysvětlili v popisu Tradiční čínské medicíny.

Čchi podle čínských představ proudí v těle po určitých drahách, meridiánech, které

spojují všechny orgány. Začínají na prstech rukou a na hlavě a probíhají sestupně po celé délce těla k prstům nohy, jen některé končí na hrudníku. Tradiční akupunktura uznává 12 párových drah, které dostaly název podle určitého orgánu nebo jméno symbolické, např. dráha tří ohřívačů nebo dráha obalu srdce. Kromě toho existuje 8 drah nepárových, tzv. zázračných.

Na meridiánech mají být umístěny tzv. aktivní body, kde se meridián přibližuje k povrchu těla a kde tak může čchi komunikovat se zevním prostředím. V těchto bodech může také do těla vstupovat zevní škodlivina, ale na druhé straně to jsou místa, kde lze ovlivňovat proudění čchi a tím i orgány těla. Aktivní body jsou údajně velké 0,2 – 0,5 mm a leží v různých hloubkách až do několika cm. Jejich počet se udával během historie různě, podle TCM jich je 361 na meridiánech, ale dalších 181 má ležet mimo meridiány.



Obr. 5. Schéma aktivních bodů a meridiánů podle TCM

Podrobným popisem bodů a drah ani dalších principů se nebudeme zabývat. Odkazujeme na četné české příručky, např. na knihu Růžičkovu nebo klasickou knihu Kajdošovu Kovem a ohněm.

Léčba se provádí vpichem jehly podle složitých pravidel do aktivních bodů, z nichž každý má svůj význam a jméno. Důležitý je při tom počet jehel i jejich velikost, směr zavedení, materiál, způsob dráždění, např. otáčením a pod. V běžné praxi se dnes používají kovové jednorázové jehly. Zavádějí se ve větším počtu do různé hloubky. Buď se ponechávají delší dobu na místě, nebo jimi léčitel střídavě pohybuje. Cílem vpichu je obnovit proudění čchi nebo rovnováhu energie v dráze buď aktivací nebo uklidněním.

Uvedený výklad je maximálně stručný. Filozofie akupunktury je ve skutečnosti velice složitá. K obtížnému chápání přispívá kromě cizí filozofie také používání původní čínské terminologie pro meridiány, body i pro vztahy mezi nimi. Místo metrické soustavy se body

lokalizují podle cunů (šířka palce) apod. Je sice již vypracována mezinárodní a také česká nomenklatura bodů, ale používá se promiskue s nomenklaturou čínskou.

### **Varianty akupunktury**

Vedle celotělové akupunktury existuje dlouhá řada jejích variant, které mají mít stejný efekt jako akupunktura klasická. Patří k nim např. požehování, **moxování**. To je starý čínský postup, kdy se místo vpichu jehlou mají aktivovat nebo tlumit akupunkturní body doutnajícím smotkem z čínského pelyňku, který se buď přikládá na kůži nebo se připevní na jehlu. Jinou variantou, doporučenou Japoncem Yanagiou, je tzv. **jednobodová akupunktura**, kde se sice píchá jen do jednoho bodu, ale zato silnou trojhrannou jehlou. Má to být výhodné při poskytování první pomoci u akutních stavů.

Ke klasickým čínským postupům patří dále **akupresura**, kterou pod jménem **shiatsu** používají i v Japonsku. Aktivní body se při tom aktivují mírným tlakem nebo masáží. Je to postup doporučovaný zejména pro domácí léčbu. Na našem knižním trhu je řada publikací, které tuto metodu popisují a doporučují. Podrobněji ji popíšeme v samostatné kapitole níže.

Další možností je používání jiné než mechanické energie. K dráždění lze použít stabilní magnet (**magnetopunktura**), nebo elektrický proud (**elektropunktura**), někdy stálý, jindy střídavý, zaváděný do jehly, a existuje i **sonopunktura**, **světelná akupunktura** i **laserpunktura**. Z těchto forem je nejrozšířenější laserpunktura, které se budeme věnovat v rámci popisu laserterapie v samostatné kapitole na str. 121.

Speciální formu elektroakupunktury navrhl R. Voll. Ta je dnes pod názvem **Elektroakupunktura dle Volla – EAV** z variant akupunktury nejrozšířenější. I tu zpracujeme samostatně na str. 105.

Hodně atypickým hybridem akupunktury a konvenční medicíny je **injekční akupunktura**, při které se do aktivních bodů vstříkují např. vitaminy, homeopatika nebo extrakt z placenty.

Vedle těchto materiálně působících variant existují i metody paranormální, kdy se mají body aktivovat **distančně** pomocí „mimosmyslových energií“. Stejně tak se bez styku s pacientem obejde hypnopunktura, navržená některými léčiteli. Pacient si má pod vlivem hypnózy terapii vpichováním jehel představovat..

Zvláštním typem akupunktury je akupunktura na tzv. **mikrosystémech**, kterou někteří považují za samostatnou disciplínu, protože zavádí do teorie akupunktury nový princip.

Z těchto variant rozvedeme v naší knize jen ty nejrozšířenější, akupresuru, mikrosystémy a Su-Jok, Elektroakupunkturu dle Volla a laserakupunkturu. Připojíme další dvě blízké disciplíny, irisdiagnostiku a reflexologii. Podrobnější informace o všech dalších variantách akupunktury najdou čtenáři v našich předchozích publikacích: Alternativní medicína, možnosti a rizika (ed. Kolektiv autorů) a Akupunktura, mýty a realita (Heřt J. a kol.).

Po popisu akupunktury se budeme věnovat jejímu hodnocení. Nejprve zanalyzujeme její principy, pak uvedeme další logické námitky a nakonec se budeme věnovat klinickým studiím.

### **Hodnocení principů akupunktury**

O filozofických principech čchi a jin-jang jsme již mluvili v předchozí kapitole o Tradiční čínské medicíně. Z hlediska vědecké medicíny nic takového jako energie, která by postupovala tělem nebo i vesmírem a která by měla vlastnosti, které jim taoismus připisuje, neexistuje. Dvojice protikladných kategorií, které odpovídají dvojici jin-jang, sice v přírodě existují, ale nemají absolutní platnost. Většina jevů a funkcí přechází v sebe plynule. Nelze např. ke dvojici jin-jang najít koreláty ve strukturách nebo funkcích lidského těla a nelze je racionálně aplikovat na choroby. Podle čínské filozofie jsou kategorie čchi a jin-jang

kategoriemi duchovními, nemateriálními a jako takové tedy nejsou přístupné vědeckému zkoumání. K posouzení účinnosti a smysluplnosti akupunktury však nejsou tyto kategorie nezbytné. Podstatné je potvrdit nebo vyloučit existenci meridiánů a aktivních bodů, které považuje TCM za struktury reálně existující.

### **Meridiány, akupunkturní dráhy**

Existenci meridiánů se vědeckými metodami, morfologickými ani funkčními, nepodařilo prokázat. Jisto je, že jakákoli funkční dráha, vedoucí čchi nebo jakýkoli jiný impulz, musí mít materiální povahu. Takové byt' i submikroskopické vlákno by muselo být dnešními vysoce výkonnými elektronovými mikroskopy zachytitelné. Právě tak detekční elektronické přístroje mají takovou citlivost, že by zachytily jakýkoli elektrický signál spojující části těla a běžící cestou předpokládaného meridiánu. Není myslitelné, že by se přehlédla struktura, která by mohla být podkladem meridiánů. Všechny „důkazy“ existence meridiánů, které poskytli někteří akupunkturisté, byly vždy záhy vyvráceny jako omyl.

Existenci meridiánů lze vyloučit i proto, že jejich průběh neodpovídá vývoji a členění lidského těla. To je totiž původně stavěno z příčných segmentů, které se jen na končetinách zorientovaly do šikmé až podélné polohy. Při těchto přesunech si všechny tkáně, kůže, svalstvo, kosti sebou táhnou cévy i nervy. Pokud by meridiány existovaly, musely by mít stejný průběh, nemohly by být orientovány na trupu podélně.

Existuje ještě další argument ve prospěch názoru, že čínské meridiány jsou pouhou fikcí. Meridiány nejsou vždy zakreslovány stejně, na středověkých výukových modelech, které jsem viděl v Britském museu, kde jsou dráhy vyznačeny barevnými čarami, je průběh meridiánů zcela odlišný od dnešních nákresů a popisů.

Existenci meridiánů tedy věda odmítá jako neprokázanou a logicky, z vývojového hlediska, za neopodstatněnou a nepřijatelnou.

### **Aktivní body**

Existence aktivních bodů je úhelným kamenem teorie i praxe akupunktury. Akupunkturisté o jejich existenci nepochybují. Ve skutečnosti se jim je ale dokázat nepodařilo. Je pravda, že existují desítky jejich popisů v literatuře, jenže se navzájem liší, ke shodě na podstatě bodu se nedošlo, každý autor popisuje strukturu a funkci bodu jinak a nikdy se nezdařilo nálezy reprodukovat. Stejně tak se nezdařilo prokázat jejich existenci pomocí přístrojů, např. snímáním elektrických potenciálů a zjišťováním odchylného elektrického odporu povrchu kůže v místě bodu. Přístrojem Stimul si může každý ověřit, jak subjektivní je měření elektrického odporu kůže, které závisí především na tlaku hrotu přístroje a na vlastnostech povrchu pokožky. Nepodařilo se také nalézt vztah mezi body a jim přisuzovanými orgány, popisovaný v učebnicích akupunktury. Z jednoho a téhož bodu má být údajně možno ovlivnit různé, navzájem nesouvisející orgány a široké spektrum rozdílných chorob. Existenci bodů vylučují také znalecké posudky některých institucí, např. Ústavu pro soudní lékařství v Bonnu.

Přesvědčivě mluví proti existenci bodů také dvojité slepé experimenty, ve kterých byly sledovány reakce pacienta po vpichu do bodů aktivních a do libovolně zvolených bodů „placebových“, ležících mimo meridiány. Takových experimentů byly již provedeny desítky a jejich výsledky jsou shodné: dráždění placebových bodů vyvolává stejný efekt jako dráždění bodů tradičních.

Proti existenci aktivních bodů svědčí i nevěrohodná doporučení pro používání jehel. Podle akupunkturistů jsou reakce pacienta i výsledky léčby závislé na materiálu jehly, což se neprokázalo. Rovněž je nepravděpodobné, že by bylo možné tenkou jehlou zasáhnout přesně doporučený bod, jehož velikost má být 0.5-2 mm, ležící v hloubce několika cm a jehož poloha

se měří pomocí tzv. cunů, délky střední článku prstu akupunkturisty. Absurdní je také tvrzení, že jehla má mít opačný efekt při otáčení směrem doprava a doleva.

### **Jednotný systém**

Proti vědeckému charakteru akupunktury svědčí i její vývoj. Teorie i praxe vědeckých disciplín se s přibývajícím poznatky neustále zpřesňuje a sjednocuje. Podobný vývoj v pseudovědeckých oborech alternativní medicíny včetně akupunktury nenajdeme. Mylná je už vžitá představa o jednotném systému akupunktury ve staré Číně. Ve skutečnosti tam existovaly v průběhu minulých dvou tisíců let různé filozofické výklady akupunktury i různé léčebné modifikace. Teprve po r.1949 byl z různých metod uměle vytvořen ucelený systém, ale i tato sjednocená akupunktura v dalších letech znovu divergovala jak v Číně tak v západních zemích do různých směrů. Čínská, japonská, korejská, vietnamská, anglická i francouzská verze akupunktury jsou dnes zřetelně odlišné. Např. v Japonsku je pět hlavních škol akupunktury, každá vykládá principy pěti elementů jinak. V USA existovalo v r.1989 23 institutů pro AKU a každý z nich prosazoval jinou její modifikaci, takže vznikají různé regionální styly. Ale nejen v teorii, i v praxi je patrná podobná nejednotnost. AKU používá na tutéž chorobu nejen nejrůznější varianty, ale i nejrůznější body. Jejich výběr i postup léčby závisí nikoli na stavu pacienta a choroby, ale na názoru akupunkturisty, který metodu používá. Akupunkturu diskreditují také některá čínská kritéria pro volbu aktivních bodů pro terapii. Týká se to např. pulzové diagnostiky, kterou jsme zhodnotili v rámci popisu TCM.

### **Akupunktura jako panacea**

Akupunkturu používají její protagonisté k léčbě širokého spektra chorob. Má být účinná i tam, kde oficiální medicína nemá úspěch. Vysvětluje se to např. tak, že „*akupunktura neléčí přímo chorobu a léčba není namířena proti příčině, ale léčí celkově, holisticky. Obnovuje rovnováhu organismu a uvádí jej do normálního stavu. Spoléhá při tom na vnitřní síly organismu*“. Má tedy působit podle stejného principu, kterým vysvětlují efekt své léčby i zastánci jiných metod alternativní medicíny, tedy homeopati, psychotronici i charismatičtí léčitelé. V kapitole „Souhrnné hodnocení AM“ ukážeme, proč vědecká medicína s tímto názorem nesouhlasí a holistickou léčbu odmítá.

Na tom, jaké choroby jsou AKU léčitelné, se její zastánci nesjednotili. Podle směrnice Ministerstva zdravotnictví z r.1980 lze akupunkturu aplikovat až po stanovení diagnózy, a to tam, kde „*je cílem blokovat bolesti na různých úrovních nervového systému, tlumit ložiska spontánní chorobné vzruchové aktivity, upravovat narušené regulace vnitřních orgánů a jejich funkcí nebo zlepšovat některé narušené pohybové funkce*“. To znamená, že lze očekávat efekt jen u mírnění bolestí a léčení funkčních poruch, nikoli u chorob organických, infekčních aj.

Naproti tomu podle doporučení mezinárodního semináře o AKU v Pekingu, pořádaného Světovou zdravotnickou organizací, lze akupunkturou údajně léčit akutní zánět mandlí, krátkozrakost, oční zákal, úplavici, ochrnutí střev, bolesti zubů, ischias a mnoho dalších chorob. A čínský indikační seznam zahrnuje jako panacea prakticky všechny choroby, mezi jinými chudokrevnost, mozkovou mrtvici, zánět slepého střeva, oční astigmatismus, střevní tuberkulózu, pokles dělohy, malárii atd.

Nejen nejednotnost názorů na možnosti léčby, ale i zřejmě absurdní indikace k léčbě těžkých infekčních a degenerativních chorob, kde je účinnost akupunktury vyloučena, ukazují, jak neseriózní disciplínou je akupunktura.

### **Operační anestézie**

Zajímavým argumentem ve prospěch akupunktury je skutečnost, že ji v Číně používají k celkovému znecitnění místo anestetik. Překvapivé to není. Operace bez řádného znecitnění



anestetiky jsou známé z dřívějších dob válečných, kdy zranění vojáci necítili pod vlivem těžkého šoku bolest a bylo možné provádět i amputace končetin. Podobně lze znečitnění docílit sugescí a hypnózou, jak svědčí řada dokumentovaných operací urologických nebo štítné žlázy.

Pravda je, že se v Číně operace prováděly. Používala se jak celotělová tradiční akupunktura, tak zejména aurikulopunktura, zavádění jehel do ušního boltce. Není ale pravda, že byla anestézie tak úspěšná, jak se tvrdilo. I podle čínských pramenů byl efekt jen v 60-70% případů, a to jen za určitých podmínek. Je nutné pečlivě provést výběr vhodných pacientů, nutná je psychická příprava, před operací je pacient premedikován tlumivými látkami a atropinem, zavedené jehly se musí aktivovat, zpravidla elektrickým proudem po celou dobu operace, ale ani potom není znečitlivění úplné, analgetický účinek je jen krátký a často selhává, takže musí být přítomen anesteziolog, který akupunkturistu zastoupí. Ze všech těchto důvodů se anestézie akupunkturou nerozšířila a je používána jen výjimečně u nemocných ve vážném stavu, kdy je vhodné snížit pomocí akupunktury dávku anestetika. Do běžné chirurgické praxe nepronikla.

## Hodnocení účinnosti akupunktury

Uvedli jsme sérii vážných argumentů, které akupunkturu v jejím tradičním pojetí diskreditují. Její obhájci ale s námitkami nesouhlasí a odvolávají se na prokazatelné úspěchy léčby. Rozhodnout by měly, jako při ověřování účinnosti jakékoli jiné metody v medicíně, klinické studie. Ty ovšem narážejí na vážné problémy, protože u akupunktury lze jen těžko zajistit dvojité zaslepení. Lékař vždy ví, kam zavádí jehlu a pacient ji vždy cítí. Srovnávat vpich do dvou různých bodů, jednoho aktivního a druhého placebového je rovněž kontroverzní. Teprve posledních letech byly nalezeny způsoby, jak problémy obejít. Existují např. speciální jehly, které vpich jen imitují a kůži nepronikají.

Velká většina starších studií - a byly jich tisíce, zejména v Číně -, je proto málo směrodatná a nepřekvapuje, že jejich výsledky svědčí jasně ve prospěch účinnosti akupunktury. K jiným závěrům dospěly metaanalýzy (přesněji systematické přehledy), které se opírají jen o studie z posledních let. Některé z nich vyznívají negativně, jiné jsou rozporné.

Uvedeme zde názory několika organizací, především speciálního výboru Evropské komise, který v r.1998 v rámci pětiletého programu COST Action B4 zanalyzoval 250 kontrolovaných studií a který došel k závěru, že jediný pozitivní výsledek, vyšší než u placebo, je u dráždění bodu P6 na předloktí při nevolnosti a zvracení. U ostatních chorob nebyly výsledky přesvědčivé. Podobně vyznívá i závěr konference, kterou v r.1997 uspořádal americký Národní ústav zdraví spolu s jeho Úřadem pro alternativní medicínu, příznivě nakloněným alternativní medicíně. Podle závěrů konference je akupunktura účinná jen při nevolnosti. Může sice působit i u jiných zdravotních problémů, ale výsledky studií nejsou v současné době dostatečně průkazné. Závažné je i jejich prohlášení: *„Iluzorní je vědecká báze některých klíčových tradičních orientálních lékařských koncepcí, jako je cirkulace čchi, systém meridiánů a teorie pěti elementů, které lze jen obtížně sloučit se současnými biomedicínskými poznatky.“*

V současné době je nejprestižnějším orgánem pro posouzení účinnosti lékařských metod organizace Cochrane Collaboration (viz str. 27). Jejich závěr, podložený analýzou rozsáhlého souboru studií zní, že u většiny chorobných stavů nebyl účinek akupunktury prokázán a u ostatních jsou výsledky rozporné.

## Moderní akupunktura

Výše uvedené negativní výsledky klinických studií je nutno správně interpretovat. **Nepopírají léčebný efekt akupunktury u některých onemocnění, jen tvrdí, že není zprostředkovan aktivními body, meridiány a energií čchi.** Stejný výsledek lze docílit i

vpichem mimo AKU body. Na základě tohoto zjištění se v posledních letech rozvíjí, především v USA, Kanadě a Anglii nový typ akupunktury, která používá jiné, vhodnější body. Jednou z možností je zavádění jehel do kožních okrsků, které jsou inervovány ze stejného segmentu jako nemocný orgán. Označuje se jako segmentální AKU. U svalových bolestí jsou účinné také vpichy do tzv. spouštěcích bodů, což jsou místa, kde svalové břicho přechází ve šlachy, nebo místa, kde do svalu vstupuje nerv. Dalšími formami jsou tzv. periostální akupunktura, která využívá velké citlivosti periostu, blány pokrývající kost, a také tzv. mikroakupunktura, která si vystačí s malou nebo jen několika jemnými, jen do malé hloubky zavedenými jehlami. Je otázka, zda lze tento přístup, odmítající teorii AKU, ještě nazývat akupunkturou. Vhodnější by byl termín „jehlová terapie“.

## **Mechanismy účinku akupunktury**

Akupunktura je tedy účinná metoda, ale její efekt je omezený. Nejde totiž o léčbu kauzální, příčinnou, ale nespecifickou. To vyplývá z povahy mechanismu jejího účinku. Je komplexní, podílí se na něm reflexní, opioidový a placebový efekt.

**Reflexní mechanismus:** Je nepochybné, že píchnutí do kůže nebo hlubších vrstev vyvolává reakci, jedna bolest tlumí druhou. Mluvíme také o odvedení pozornosti, tzv. derivační léčbě. Sem patří staré lidové metody, dráždivé masti, křenová placka, reflexní masáže, baňkování, nitrokožní vpichy histaminu a pod. Všechny tyto způsoby zasáhnou a podráždí kožní nervové receptory. Z nich vychází nervový impuls do míchy, kde se, řečeno zjednodušeně, střetává s bolestivým impulsem přicházejícím z nemocného místa a může ho potlačit. To je tzv. vrátkový mechanismus. Informace o vpichu probíhá míchou dále vzhůru k mozku, kde dochází k setkání s dalšími tlumivými drahami. Tento reflexní mechanismus je v současné době studován do značných podrobností, ale jeho podstatu jsem vysvětlil.

**Opioidový mechanismus:** Nervový impuls ze zasažených receptorů vyvolává v míše a mozku produkci chemických látek, které jsou příbuzné opiu a mají schopnost potlačit vnímání bolesti. Jsou nazývané opioidy, endogenní opiáty nebo také endorfíny). Podle posledních výzkumů se na tlumení podílejí i jiné látky jako serotonin, adrenalin aj. Které z nich a v jakém množství se při vpichu jehlou uvolňují, je dosud předmětem intenzivního výzkumu. Proto jsou také názory na jejich význam pro efekt akupunktury velice různé. Některými je tato hypotéza nadšeně přijímána, podle jiných se opioidy na efektu AKU neuplatňují vůbec.

**Placebový mechanismus:** Třetím je mechanismus placebový, který je podle většiny autorů považován za hlavní ze tří uvedených, i když je mnohými zastánci akupunktury a celé alternativní medicíny ostře odmítán a nenáviděn, zřejmě z neporozumění. Vzhledem k složitosti placebového mechanismu se mu budeme věnovat v samostatné kapitole.

Ať už je to jakkoli, všechny tři uvedené mechanismy nepůsobí přímo na příčinu choroby, ať už je to příčina vrozená nebo infekce, trauma, degenerace, metabolická porucha aj., ale jen na její příznaky, symptomy. Proto je správné mluvit v případě AKU o léčbě symptomatické, nebo také nespecifické. Z toho také plyne, jaké může být očekávání u léčby akupunkturou. Nesporné je, že účinně může tlumit bolesti, ovlivňovat svalové napětí, odstraňovat nevolnost, pozitivně ovlivnit náladu a zprostředkovaně pak zlepšit funkci orgánů. Možnosti AKU jsou tedy značně omezené, efekt nelze očekávat u organických chorob, kterých je převážná většina. Doporučovat akupunkturní terapii u těchto chorob, jak to uvádějí čínské i naše AKU prameny i WHO, je nezodpovědné, protože to může vést k zanedbání řádné konvenční léčby.

## **Rizika akupunktury**

Hlavním rizikem je, jak jsme právě uvedli, spoléhat se na akupunkturu a zanedbat nebo přímo odmítnout léčbu kauzální, medikamentózní nebo chirurgickou. Přímé poškození jehlou je poměrně vzácné, ale přesto se komplikace vyskytují. Největším rizikem byly

donedávna infekční komplikace místní i celkové a byly popsány i hromadné případy žloutenky i AIDS. Se zavedením jednorázových jehel toto riziko u nás prakticky zmizelo. Byla také popsána řada případů narušení hrudní stěny se vznikem pneumothoraxu, ojediněle i propíchnutí osrdečníku. Častější je několik dní přetrvávající bolest v místě vpichu, krvácení nebo i mdloba. Tyto komplikace můžeme považovat prakticky za nevýznamné. Větším problémem je někdy zalomení jehly, která pak může v lidském těle cestovat. Lokální, ale závažnou komplikací je zánět ušního boltce po aurikulopunktuře, končící deformací boltce. Vcelku lze však akupunkturu považovat, pokud je prováděna lékařem, za metodu relativně bezpečnou.

## **Závěr**

Rychlé rozšiřování AKU a její obliba v celém západním světě zprvu naznačovaly, že by AKU mohla být přijata jako racionální metoda do rámce moderní medicíny. Nestalo se tak. Filozofické principy AKU jsou z moderního pohledu nepřijatelné, existence meridiánů a aktivních bodů nebyla prokázána, klinické studie i jejich metaanalýzy specifický, vlastní účinek vpichu do AKU bodů kromě výjimek nepotvrdily. Léčebný efekt akupunktury lze vysvětlit nespecifickým reflexním, placebovým a opioidovým mechanismem. Je však omezen jen na ovlivnění subjektivních potíží, především některých typů bolesti a funkčních poruch. Dalším důvodem proti akceptování AKU jako vědecké disciplíny jsou její těsné vazby s jinými organizacemi a metodami AM. Čs. léčitelská asociace sice s akupunkturou v návrhu svých stanov nepočítá, ale v zahraničních společnostech AM a také na jejich kongresech je AKU spolu s homeopatií a psychotronikou vždy hlavním zástupcem AM. Všechny publikace i periodika alternativního charakteru, např. naše Regena, Regenerace, Meduňka nebo Salvo považují AKU za svou doménu. I v praxi se akupunktura často sdružuje s jinými metodami AM.

Ze všech těchto důvodů je akupunktura stále považována za součást medicíny alternativní a ve většině států nebyla akceptována jako součást vědecké medicíny. Ve Švédsku je dokonce podle našich informací zakázána. V mnoha jiných zemích ji praktikují jen léčitelé. Ani v ČR není považována za plnoprávný lékařský obor a je podle České lékařské komory jen funkční specializací. Vědeckými kruhy je téměř všude filozofický čínský základ AKU odmítán. Šanci na přijetí do rámce vědecké medicíny má jen nový moderní směr, rozvíjející se především v USA, Kanadě a Anglii, který odmítá všechny principy čínské medicíny a akupunktury a který využívá léčebný efekt vpichů v příslušných segmentech nebo spouštěcích bodech.

## Metody odvozené od akupunktury



### Akupresura

Jednou z nejrozšířenějších metod, odvozených od akupunktury, je akupresura. Aktivní body se v tomto případě dráždí mírným tlakem. Výhodou akupresury je, že je to zákrok neinvazivní, takže je vhodná pro samoléčbu a používají ji i léčitelé, kterým je u nás jehlová akupunktura zakázána. Teorie i praxe akupresury je velmi jednoduchá a i výběr vhodných bodů je omezen na minimum. Běžnou technikou je stálý tlak jedním prstem, palcem nebo ukazovákem, kolmo na místo předpokládaného bodu. Tlak se pozvolna zvyšuje až k mírné bolesti, poté se uvolní. Místo tlaku se někdy používají krouživé pohyby nebo se místo bodu a jeho okolí masíruje. Nejčastější indikací jsou různé bolestivé stavy hlavy, kloubů, zad, účinná má být i při celkové únavě a depresi. Body se vyhledávají buď podle čínských doporučení, nebo se volí ty, které jsou nejbližší místu bolesti.

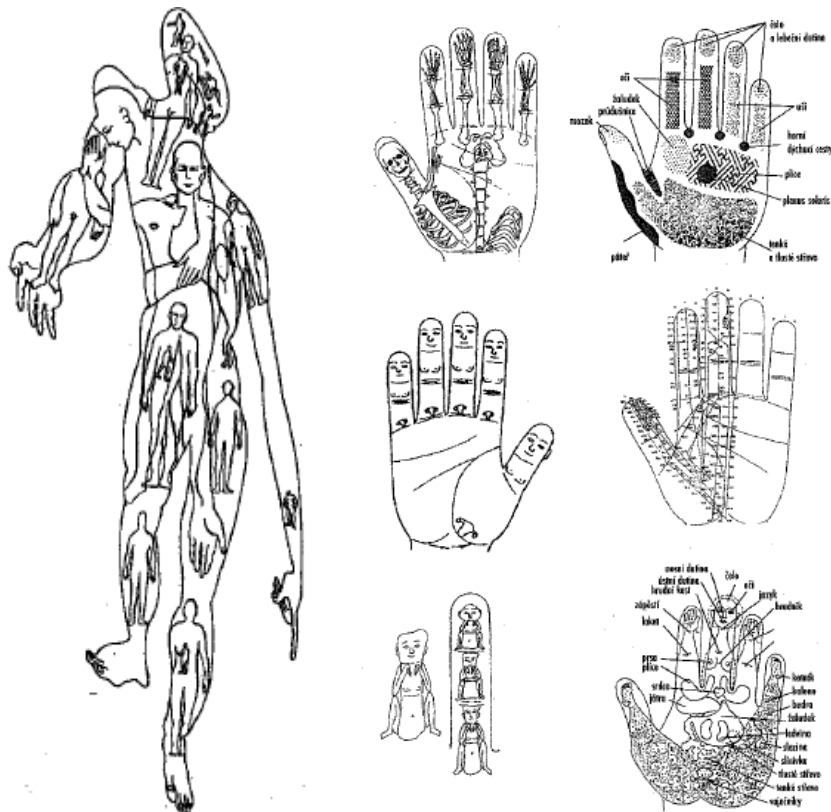
Techniku akupresury nepopisujeme, protože existuje dostatek „alternativní“ literatury s popisem vhodných bodů pro jednotlivé chorobné stavy.

**Hodnocení:** Potvrdit účinnost akupresury klinickými studiemi nelze, protože exaktní studie zatím nebyly provedeny. Pro její hodnocení tedy platí to, co jsme řekli u akupunktury. Aktivní body zřejmě neexistují, takže specifický efekt akupresura mít nemůže. Ostatně, při samoléčbě pacient často ani netuší, kde by měl odpovídající bod ležet. Úlevu od bolesti i zlepšení psychiky samozřejmě očekávat můžeme, protože se uplatňují tytéž mechanismy, jako při akupunktuře jehlové. V žádném případě však nelze souhlasit s doporučením mnoha nezodpovědných léčitelů, kteří akupresuru aplikují i při vážnějších chorobách, jako je astma, hemoroidy, diabetes, angina pectoris, hypertenze i hypotenze, nedoslýchavost, neplodnost, zánět slepého střeva (!) aj. Najdou se i zcela nesmyslná doporučení. Např. tlakem nad horní část hrudní kosti lze prý povzbudit růst malých prsů.

---

### Mikrosystémy

Akupunkturisté předpokládají, že se celé lidské tělo a jeho orgány promítají ve zmenšeném měřítku na různá místa povrchu těla, podle některých autorů dokonce včetně meridiánů a akupunkturálních aktivních bodů. Někdy se místo termínu mikrosystém používá i název displej, replika nebo i homunculus. Jako první byl „objeven“ takový systém na povrchu ušního boltce v podobě malého člověka, homunkula, promítajícího se na boltce obráceně a v embryonálním držení, a stal se podkladem aurikulopunktury. Podobné mikrosystémy byly popsány na dlani, chodidle, obličejí, lebeční části hlavy, v ústech, na nosním hřbetu, na genitálu a dokonce i jednotlivé zuby mají mít přesné vztahy k jednotlivým vnitřním orgánům (viz kap. Elektroakupunktura dle Volla). Vpichem do aktivního bodu se mají povzbudit obranné síly organismu, normalizovat vnitřní prostředí a tím se má vyléčit choroba příslušného orgánu. Podle čínských indikačních seznamů lze zásahem na mikrosystému léčit choroby všech orgánových systémů, infekční choroby včetně malárie a tuberkulózy, furunkl, růži, zánět slepého střeva atd., podle některých akupunkturistů dokonce i nádorová onemocnění. Podrobněji popíšeme jen aurikulopunkturu a tzv. aurikulomedicínu.



Obr. 6. Představa o umístění mikrosystémů na lidském těle podle J. Jonáše (Křížovka života, Ústí nad Labem, Severočeské nakl. 1988) a mikrosystémy na ruce podle různých autorů.

### Auriculopunktura

Na boltci se popisuje více než 100 bodů o údajné velikosti 0,2 mm, do nichž se mají promítat orgány a jejich funkce. Bolest, vyvolaná dotykem jemnou sondou v určitém bodě, má informovat o chorobě v příslušném orgánu, a tlakem nebo píchnutím jehlou do bodu lze orgán ovlivnit léčebně. Aurikulopunktura je doporučována jako *panacea*. Vedle pneumonie, hypertenze, ledvinových kamenů, zlomenin a schizofrenie má být účinná i při léčbě závislostí. Metodu vymyslel na základě náhodného pozorování francouzský lékař F.M. Nogier v r.1956, podle nějž má aurikulopunktura působit reflexně prostřednictvím vegetativního nervstva na orgány. Záhy poté byla převzata čínskými lékaři a zařazena do rámce Tradiční čínské akupunktury a vysvětlována podle její teorie. K terapii se používají jen velice jemné jehly, zaváděné do podkoží boltce podle francouzské nebo čínské mapy, někdy s pomocí orientačních čar a schémat. Metoda se rychle rozšířila zejména po zjištění, že ji lze použít při operacích k celkové anestézii. Po roce 1989 zdomácněla i v České republice a bylo vydáno i několik učebnic aurikulopunktury. Svou sekci pro aurikuloterapii měla i Česká lékařská akupunkturistická společnost.

F. Nogier navrhl ještě jednu variantu aurikulopunktury, tzv. **aurikulomedicínu**. Ta má využívat hypotetický aurikulokardiální reflex, totiž typickou změnu pulzové frekvence. Ta se má objevit při tlaku na bod a má tak identifikovat chorobný orgán. Nikdo nikdy ovšem existenci takového reflexu neprokázal.

Jiný takový, léčiteli často využívaný mikrosystém má být na plosce nohy. O tom se zmíníme v rámci reflexologie, což je další metoda, blízká akupunkturu. Také ve stomatologii se představa o mikrosystémech využívá. Jednotlivé zuby totiž mají odpovídat různým

orgánům, což lze údajně využít jak k diagnostice, tak i léčbě orgánových chorob. Tím se zabývá speciálně elektroakupunktura dle Volla (viz tam).

**Hodnocení:** Představa o mikrosystémech je sice zajímavá, jenže mylná, nemá žádné opodstatnění. Nebyl podán jediný důkaz existence takových projekcí a ani experimentálně se ji nezdařilo prokázat. Dalším argumentem proti jejich existenci je to, že snad každý z akupunkturistů a léčitelů má zcela jinou představu o lokalizaci a rozměrech mikrosystémů, jak je patrné z jejich knižních publikací. Z biologického hlediska není pro existenci mikrosystémů žádný důvod, z embryologického hlediska nelze jejich vznik vysvětlit a z evolučního hlediska se nemohly vyvinout, protože neslouží žádnému účelu. Mikrosystémy, displeje zakreslované na povrchu těla jsou jen fantazií autora nebo kreslíře. Udávaná velikost bodů 0,2 mm vylučuje, aby se mohl bod jehlou s jistotou zasáhnout. Event. léčebný efekt, většinou jen zmírnění bolesti, lze vysvětlit, stejně jako při celotělové akupunktuře, placebovým efektem a reflexním působením. Aurikulopunkturu nelze doporučit i proto, že riziko zranění boltce a jeho chrupavky s následným zánětem a nápadnou deformací boltce je značné.

---

## Su-Jok

Su-jok je další z metod, které připomínají akupunkturu. Je to ovšem metoda vytvořená v r.1984 uměle. Jejím autorem je Korejec Park Jae Woo. Prohlašoval, že Su-jok je součástí korejské lidové medicíny a on je jen prostředníkem. Má to být jednoduchá, vysoce účinná léčba pro každého. Laici mají používat tlak prstu, lékaři především jehly. Název Su- Jok znamená ruka – noha. Metodu vyložil ve dvou knihách: „Atlas 14 Byol meridiánů“ a později „Atlas konstituce v Su-Jok akupunktuře“. Byl úspěšný a záhy se jeho metoda rozšířila. Park školí lékaře po celém světě a i v naší republice se organizují stáže. Základnou je Korejský institut Su-Jok akupunktury v Soulu.

Park vychází z principu, podobného představě o mikrosystémech. Tělo rozčlenil na několik částí, které se mají promítat podle „principu shody“ na různé okrsky ruky nebo nohy. Trup se promítá do dlaně a plosky, hlava do palce, horní končetiny do ukazováku a malíčku, dolní do 3. a 4. prstu. Tři části končetiny, stehno, bérce a noha odpovídají vždy třem článkům prstu. V projikovných okrscích potom probíhají miniaturní dráhy, tzv. Byol meridiány a na nich leží citlivé body. Ten, který reaguje bolestivě na tlak, se označuje jako bod shody, protože odpovídá nemocnému orgánu. Pátradlo, tyčka s kuličkou, které se používá pro diagnostiku, je současně i léčícím nástrojem, protože se jím citlivý bod masíruje. Body lze ovlivňovat i jinými způsoby. Existují jakési injektory, gravitační, axiální nebo pružinový, stimulační prsteny, moxové minityčinky, magnety, ženšenové kuličky pokládávané na místo shody, kde se mají vstřebat. Stejný efekt má mít stažení gumičkou, přiložení semínek – ta mají mít mechanický a bioenergetický vliv.

**Hodnocení:** Parkova metoda má zřetelné rysy magie. U muže se k léčbě používá levá ruka a lichý počet jehel, u ženy pravá se sudým počtem. Většinou se používá více jehel, protože i bolestivých bodů se vždy najde několik. Hledání bodu však není vždy jednoduché a je nutno řídit se i principy jin-jang, konstitucí, čakrami a také pěti základními elementy. Elementům také odpovídají speciální meridiány jednotlivých elementů. Park popisuje i další dráhy, linie a body. Obrázky ruky a prstů v jeho knize jsou pokresleny desítkami různě se křižujícími drah a posety stovkami bodů v nejrůznějších kombinacích..

Parkova základní kniha má „vytvořit spojení mezi klasickou západní vědou a poznatky, které nashromáždila medicína východu od nejstarších dob.“ V r.1999 byla přeložena i do češtiny a bohatě z ní čerpá i náš akupunkturista Růžička.

Ve skutečnosti je Parkova metoda nesrozumitelnou snůškou snad všech starých iracionálních představ, doplněných bohatou fantazií.

---

### **Reflexologie – Reflexní zónová masáž**

Reflexologie je metoda, která vznikla nezávisle na akupunktuře, ale je blízká jak tradiční akupresuře tak i metodám mikrosystémovým. Týká se však jen chodidla nohy. Vytvořil ji v r.1913 dr. William Fitzgerald (1872-1942) a nazval ji nejprve zónovou terapií. Tvrdil, že podobnou léčbu praktikovali už staří Číňané a Egyptané. Lidské tělo rozdělil do 10 podélných energetických zón, které mají od špiček prstů nohou běžet k hlavě a špičkám prstů vztažených rukou. Do plosky nohy se mají promítat všechny orgány v rozmístění, které trochu připomíná homunkula. Některé orgány se promítají také na hřbet nohy a krajinu kotníků. Ve 30. letech metodu zdokonalila E. Ingham a nazvala ji reflexologií. Ta se z USA rozšířila do celého světa. Je dokonce vyučována na speciálních institutech. Praktikují ji většinou jen léčitelé a maséři. Obvykle doporučují sérii deseti půlhodinových sezení.

Choroby jsou podle reflexologů způsobeny přerušением toku energie v zónách. Proudění lze obnovit pohybem nohou, kroucením prstů, ale hlavně masáží plosky, kde lze prý najít tvrdé hrudky, blokující tok energie. Hrubou masáží se hrudky krystalické povahy rozdrť a pak se už snadno rozpustí a z těla vyloučí potem a močí. Otevřením kanálů je možno léčit, jak je tomu u všech metod AM, všemožné choroby, cukrovku, mrtvici, zácpu, astma, zánět kloubů, škytavku, padoucnici a další. Modernější reflexologové jsou opatrnější a mluví o holistické léčbě a o obnovení energetické rovnováhy těla, a také o preventivním efektu masáže.

Vedle masáže jednotlivých okrsků je možné ovlivňovat je všechny současně, třeba chůzí po oblázcích nebo pomocí chodidlových vložek. Dnes se jich vyrábějí nejrůznější typy, buď s hrbolky rovnoměrně rozestými nebo umístěnými ve středu orgánových okrsků. Místo hrbolků jsou někdy na vložkách „biomagnet“y. Jenže porovnáním map chodidlových bodů od různých autorů se snadno zjistí, že každý z nich si své mapy vyrábí podle vlastní fantazie a stejně libovolně jsou umístěny hrbolky na vložkách.

V posledních letech se reflexní zónová masáž aplikuje i na hlavě, ruce i bércei.

Také u nás je reflexologie módní a věnují se jí např. manželé Patakyovi, kteří vydali v r.2007 knihu „Reflexní terapie jako životní styl“. Termín „reflexní terapie“ má však jiný, obecný význam. Může jím být označena každá terapie, která dráždí nervové receptory a vyvolává pozitivní odpověď. V tomto případě byl termín použit uvedenými autory nevhodně.

**Hodnocení:** Pokud jde o smysluplnost metody, je zřejmé, že pro ni platí vše, co jsme řekli při popisu mikrosystémů. Rozdělení těla na deset podélných zón je výmysl a také projekční okrsky na chodidle zřejmě existují jen ve fantazii autorů reflexologie. Také „krystalické“ hrudky nebyly nikdy nalezeny a blíže popsány. Klinické studie efektivitu metody neprokázaly u žádné ze zkoumaných chorob. Nespecifický pozitivní vliv reflexní masáže je však v některých případech nepochybný. Masáž sice nemůže ovlivnit jednotlivé orgány a jejich choroby, ale může přispět reflexním mechanismem ke zmírnění různých bolestí, např. hlavy nebo páteře. Může také přispět ke zvýšení tonusu svalů chodidla, které jsou důležité pro udržení nožní klenby, a také nepřímo zvýšit péči o hygienu nohou. Obliba této metody souvisí také s tím, že masáž nohou vnímá většina lidí jako velice příjemnou.

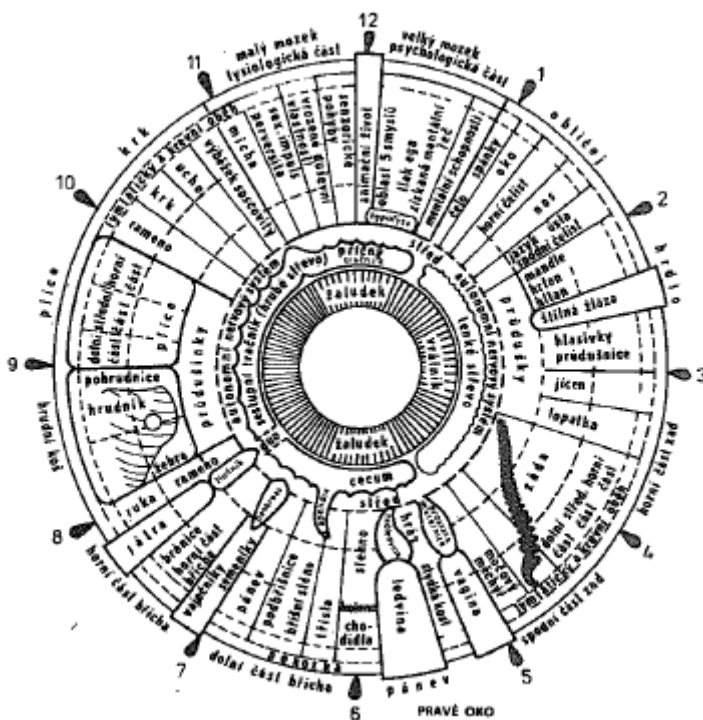
Podle některých autorů to souvisí s tím, že inervační oblast chodidla úzce souvisí s inervační oblastí pohlavních orgánů a měchýře. Hrubší masáž chodidla může proto někdy vyvolat nepříjemné reakce těchto orgánů včetně menstruačních poruch. Vložky a hrbolky

však doporučit nelze, protože lokální tlak může vést k otlakům, které mohou zejména u diabetiků vést k nekróze a nakonec k defektům, vyžadujícím chirurgický zásah.

Shrnujeme, že diagnostickou ani preventivní hodnotu reflexologie nemá, ale lze ji doporučit jako metodu relaxační i antalgickou.

### Irisdiagnostika – Iridologie

Diagnostika podle duhovky, irisdiagnostika vychází z představy, že všechny části a orgány lidského těla se promítají na duhovku, do určitých mezikruží, segmentů a políček. Princip metody je blízký aurikulopunktuře a jiným metodám, které věří v existenci mikrosystémů, ale na rozdíl od nich se do oka nepromítá homunculus, zmenšenina celého těla, ale jen jednotlivé orgány, které jsou na duhovce roztroušené neobvyklým způsobem ve třech mezikružích, zřejmě náhodně vymezených. Do vnějšího se má promítat nervový a kožní systém, do vnitřního střeva a do středního pak jsou vloženy všechny ostatní části a orgány lidského těla. Různé barevné a strukturální odchylky, jamky, skvrny nebo proužky umístěné v určitém poli ukazují nejen na chorobu příslušného orgánu, ale i na její povahu. Irisdiagnostiku vymyslel Maďar Ignác von Peczely (1825-1911), který prý jako dítě pozoroval vznik černé skvrny v duhovce sovy, které zlomil nohu. Později, už jako lékař a homeopat, údajně pozoroval podobné změny na oku u nemocných lidí a na základě svých nálezů vytvořil a zveřejnil novou diagnostickou metodu.



Obr. 6. Irisdiagnostika. Projekce orgánů do duhovky. (Kushi, M.: Orientální diagnostika. Košice, Výchoslov. nakl. 1991)

Irisdiagnostika se rozšířila především mezi léčitelé, ale přijali ji i mnozí lékaři, kteří názory Peczelyho dále rozvíjeli a vypracovali přesné mapy projekcí chorob na duhovku. Irisdiagnostikou se zabývaly i vědecké instituce, pro její výzkum byly založeny speciální



ústavy, byly uspořádány mezinárodní konference a publikovány celé knihy. Vedle prostého pozorování okem se doporučovalo přesnější hodnocení pomocí mikroskopu, moderních kamer a počítačů, byly dokonce sestrojeny speciální přístroje, v naší republice např. „irisdiagnostický testograf“ Ervína Wojnara, kterému bylo v r.1976 vydáno Úřadem pro vynálezy autorské osvědčení. Největšího rozšíření doznala irisdiagnostika v Německu v předválečné době, kdy ji praktikovalo kolem 300 lékařů, později v SSSR, odkud se také po r.1980 ve větší míře dostala i k nám. Propagovali ji ve svých knížkách snad všichni naši léčitelé a propagátoři alternativní medicíny, např. J. Jonáš. Někteří čeští lékaři ji používají dodnes.

**Hodnocení:** Zcela jiný názor má na iridiagnostiku vědecká medicína: jde o zcela absurdní výmysl, který nemá nejmenší opodstatnění. Podle změn v lidském oku samozřejmě lze usuzovat na řadu chorob (diabetes, hypertenze, hyperlipidemie, Wilsonova choroba, alkaptonurie atd.), ale jde o patologické změny, které nemají žádnou preferenční lokalizaci v duhovce a které postihují především jiné tkáně lidského oka (rohovka, bělima, čočka, sítnice) než duhovku. Drobné strukturální nebo barevné odchylky, které iridologové popisují na duhovce, jsou jen fyziologickými variantami bez jakéhokoli diagnostického významu. Projekce vnitřních orgánů na duhovku není vysvětlitelná ani anatomicky ani embryologicky, protože oční koule se vyvíjí z hlavové oblasti těla a nemá nejmenší vývojovou souvislost se segmenty hrudními a břišními. Mezi vnitřními orgány a duhovkou proto také není žádné nervové ani jiné spojení. Dělení duhovky na mezikruží a segmenty různého významu rovněž postrádá jakékoli anatomické nebo fyziologické opodstatnění. Že jde jen o výmysl, dokládá i to, že mapy jednotlivých autorů se od sebe výrazně liší. Byla také provedena řada klinických testů, ve kterých irisdiagnostici vždy selhali, nebyli schopni poznat ani jednoznačně definované choroby. Cenu 10.000 DM, která byla vypsána v r.1939 za zdařilou diagnózu série klinických případů, nezískal z irisdiagnostiků nikdo. Stanovisko vědecké medicíny je jednoznačně odmítavé.

---

# Elektroakupunktura podle Volla a příbuzné metody



## Elektroakupunktura dle Volla (EAV)

Elektroakupunktura (EAV je běžná, mezinárodně používaná zkratka) je módní, u nás dnes snad nejpoužívanější variantou akupunktury. Možná proto, že používání elektřiny a působivého elektronického přístroje jí dodává zdání vědeckosti a také to, že ji používají výhradně lékaři. Je to metoda svérázná, vzniklá kombinací akupunktury s dvěma dalšími metodami alternativní medicíny, psychotronikou a homeopatií. Navrhl ji v r.1955 Reinhold Voll (1909-1989) na základě prací několika předchůdců, kteří hledali elektrické fenomény v akupunkturálních bodech. Voll přijal základní čínskou představu o existenci drah (meridiánů) a na nich ležících aktivních bodech, pomocí nichž lze údajně diagnostikovat nebo léčit choroby. Čínskou teorii „obohatil“ o 8 dalších meridiánů a přes 1000 aktivních bodů. Meridiány považuje za sloupce elektrolytu, ve kterých proudí elektrický proud. V aktivních bodech meridiánů lze proto podle Volla elektrický proud měřit, zjišťovat tak stav orgánů a diagnostikovat jednotlivé choroby

EAV lze využívat několika způsoby, k diagnostice, terapii i k určení vhodného léku.

Vyšetření umožňuje speciální elektronický přístroj v ceně 50.000 – 100.000 Kč, který dnes vyrábí řada zahraničních i našich firem. Vyšetření se provádí na bříšcích prstů, tedy na koncích meridiánů nebo v aktivních bodech. Při diagnostice drží pacient v ruce mosaznou elektrodu, zatímco lékař měří druhou elektrodou „napětí“ (ve skutečnosti ovšem kožní odpor, impedanci) na dráze nebo v bodě, který odpovídá vyšetřovanému orgánu. Při postupném zesilování tlaku na elektrodu se v určitém okamžiku ručička měřicího přístroje zastaví. na hodnotě, která má vypovídat o „energetickém potenciálu“, o zdraví orgánu. Normální hodnota je 50 na 100 bodové škále, hodnota vyšší než 50 znamená přebytek energie, tedy zánětlivý proces, hodnota nižší než 50 úbytek energie, tedy proces degenerativní. EAV má také poznat alergii, ohrožení toxiny, otravy apod. Konkrétní diagnóza se zpravidla nestanovuje. Někdy se EAV používá i k vystopování tzv. fokusů, injekčních nebo jizevnatých ložisek, která mají být příčinou i vzdálených chorob.

Druhou možností je použít EAV k volbě vhodného léčiva, většinou homeopatika nebo nosody, pro diagnostikovanou chorobu. Jde o tzv. medikamentózní test. Pacient drží v ruce testovanou látku, uzavřenou ve skleněné ampuli, nebo se více testovaných látek v ampulích vloží společně do „antény“, tzv. „voštiny“, přiložené k měřicímu elektrickému okruhu. Testovaná látka, pokud je vhodná pro léčbu choroby, má vydávat jakési „vlnění“ nebo „vibrace“, které přes sklo ampule ovlivní elektrický proud.

Další možností EAV léčby je tzv. „bazální terapie“, totiž dobití aktivního bodu elektrickým střídavým proudem o frekvenci, která má odpovídat nemocnému orgánu. Pro každý orgán je totiž vhodná jiná léčebná frekvence.

Hojně se EAV používá i v zubním lékařství. Pomocí EAV lze údajně určit infekční ložiska v zubech a lze také posoudit i vhodnost stomatologických materiálů. Měřením elektrického odporu na jednotlivých zubech, kterým podle teorie o mikrosystémech odpovídají různé orgány, lze také diagnostikovat orgánové choroby.

EAV se velice rychle rozšířila po celém světě, existují národní i mezinárodní společnosti pro EAV. Po r.1989 pronikla i k nám. Vydávány jsou speciální učebnice, časopisy, nabízejí se kurzy EAV, a to jak pro lékaře, tak i léčitele. Záhy se EAV stala nejrozšířenější variantou akupunktury používanou nejen privátními lékaři-akupunkturisty, ale

i ve státních institucích, takže EAV získala v očích laické veřejnosti kredit seriózního a vědecky ověřeného postupu.

V současné době vznikla na principech EAV řada jejích variant pod různými názvy, např. Bioelektronická funkční diagnostika, Dekoderová dermatografie, regulační terapie, Thera-Test, VegaTest aj. Některé z těchto metod jsou již blízké metodám, založeným na předpokládané biorezonanci. Takové metody popíšeme podrobně v rámci biorezonance.

**Hodnocení:** EAV je metoda jednoznačně šarlatánská. Je syntézou tří alternativních pseudovědeckých metod s neověřenou účinností. Měřením kožního odporu v neexistujících aktivních bodech a na koncích neexistujících drah nelze diagnostikovat nic. Hlavní námitkou je, že odpor kůže je závislý na několika desítkách různých fyzikálních i biologických faktorů, zejména na velikosti tlaku na sondu, takže výsledek vyšetření nemůže být směrodatný. Dále: Při „medikamentózním testu“ je testovaná látka ve skleněné ampuli, takže je mimo uzavřený elektrický obvod. Předpoklad o možnosti ovlivnit elektrický proud informací, nesenou z chemické látky vlněním nebo vibracemi přes sklo, je absurdní, a samozřejmě nebyl nikdy potvrzen. Ostatně ani výrobci zřejmě netuší, na jakém principu by měl přístroj pracovat, jak ukazuje text z jedné firemní příručky: „...*princip tohoto testování je založen na jiných než obvyklých fyzikálních či chemických základech....., bioenergetické informace testovaných preparátů nepředstavují vliv žádného známého fyzikálního či chemického působku*“. Zásadní námitku lze vznést i proti terapii použitím elektrického proudu do aktivních bodů. Existence bodů nebyla prokázána, orgánové frekvence jsou neobjektivizovanou fantazií. V klinických studiích nebyla potvrzena účinnost EAV u alergie, u ostatních chorob nebyla nikdy vědecky testována. Rizikovou je EAV především pro peněženku pacienta, protože pojišťovny náklady na vyšetření ve výši 1000 – 3000 Kč nehradí. Určitým rizikem je i ve stomatologii, kde je pacient ohrožen ztrátou zubů, které akupunkturista označí za příčinu orgánové choroby. Česká lékařská společnost JEP považuje EAV za metodu nevědeckou a neúčinnou, a proto vyloučila Českou akupunkturistickou společnost, která má svou sekci pro EAV, ze svých řad. Ústup od této metody lze pozorovat i v jiných státech, v USA bylo dokonce používání přístrojů pro EAV zakázáno.

---

## Energoinformatika dle Lupičeva

Jako energoinformatiku označil svou modifikaci Vollovy elektroakupunktury ruský homeopat N.L. Lupičev, jehož kniha „Homeopatie a energoinformatika“ byla v r.1994 přeložena do češtiny. Lupičev tvrdí, že se mu podařilo propojit akupunkturu s homeopatií a informatikou. „Vysvětlil“, proč při medikamentózním testu (viz Elektroakupunktura dle Volla a Homeopatie) nemusí být látka zařazena přímo do elektrického okruhu. Podle Lupičeva a jeho údajných experimentů je totiž možné dálkové, nemateriální ovlivnění vzdálených objektů. Nehmotné informace lze vyslat do nekonečné vzdálenosti akupunkturou jehlou, zapíchnoutou do aktivního bodu. A další cenný objev: místo hmotných léků lze podle Lupičeva používat „energoinformační vlny“. Zkonstruoval i přístroj, korigující životní energii čchi. Lupičevova energoinformatika byla s nadšením přijata i v ČR i na Slovensku. V r.1993 byla u nás založena speciální Československá společnost EAV-L pro Lupičevovu metodu a vedle ní také Mezinárodní vědecko-výzkumné a léčebné centrum elektroakupunktury podle Volla a Lupičeva se sídlem v Praze.

Lupičevova energoinformatika je snad nejabsurdnější metodou alternativní medicíny, kombinující tři pseudovědecké disciplíny, akupunkturu, homeopatii a parapsychologii s mystikou. Lupičevova kniha, psaná módním pseudovědeckým žargonem, je jen fantastickou snůškou na první pohled zřejmých nesmyslů.

## „Informační“ diagnosticko-léčebné přístroje

Posledním výkřikem módy v oblasti diagnostických a terapeutických přístrojů jsou modifikované přístroje pro Vollovu elektroakupunkturu, které údajně pracují se zjišťováním a dodáváním informací. Podle J. Jonáše je teoretickým zakladatelem tohoto směru fyzik a informatik T. Stonier, který od 90. let 20. století buduje novou, tzv. „infonovou teorii“. Její hlavní myšlenkou je, že vesmír je tvořen třemi složkami, hmotou, energií a informací, která je stejně reálná jako hmota a energie. Informace může existovat samostatně, i bez přítomnosti energie. Jednotkou informace je potom „infon“. Dle Jonáše „...*infon je těžko uchopitelnou mezerou, dírou, která vzniká po vypuzených elektronech. Tyto otvory představují informaci uvnitř takto organizované struktury*“. Infony pak vytvářejí bohaté informační spektrum. Tato „teorie“ má umožnit pochopení principů homeopatie, staročínské akupunktury i EAV.

Typickým přístrojem, založeným na této koncepci, je přístroj **Salvia**, který používá dr. Jonáš. Přístroj snímá informace jedinou sondou ze středu dlaně ruky. Během několika vteřin získá kompletní informaci o organismu i jeho chorobách, o všech jeho buňkách, orgánech a jedech, toxinech v těle a také o fokusech (infekčních ložiscích). Informace se přenáší „holografickou technologií“ do počítače, kde se určí tzv. toxická mapa organismu a podle ní také potřebné léčivé informace. Ty se pak speciální technologií vloží do „informačních a rezonančních preparátů“, což jsou léčivé vodné nebo lihové roztoky, které obsahují informace až o několika stovkách nebezpečných toxinů (viz Detoxikační terapie).

Jiným podobným přístrojem je tzv. „**Komplex Medicínský Expertní (KME 001.000.00 No)**“, nabízený nyní na českém trhu, který je podle vyjádření firmy založen na analýze „bioinformace o organismu“ a na „rozboru dynamiky spektrálního stavu organismu“. Autorem technologie je I.V. Orželskyj a přístroj byl již schválen k distribuci v řadě zemí Východní Evropy. Přístroj má usnadnit diagnostiku chorob manifestních i latentních i jejich příčin a vyhledání vhodných léčebných prostředků. Na rozdíl od přístroje Salvia je to přístroj, pracující také bezdotykově. Jedinou sondou, umístěnou kdekoli na těle nebo i ve vzdálenosti 25 od něho sesbírá z jednoho bodu během tři sekund veškeré informace o těle. Informace získává zachycením „spinových proudů“, vyzařujících z lidského těla, které se mění na elektromagnetické záření. Počítač potom tyto informace porovnává s „orgánovými, ekologickými, etiologickými“ markery („referenční dynamická spektra“), ale také s markery léků, což umožní určit ten nejvhodnější lék pro diagnostikovanou chorobu. Ve spektru zkoušených léků jsou homeopatika, byliny, vitaminové přípravky, aromaterapeutické prostředky aj..

Třetím přístrojem této řady je **Metatron – Oberon** firmy IPP, Institutu praktické psychofyziky se sídlem v Omsku. Dalšími podobnými výrobky této firmy jsou např. Aurum, Sensitive a jiné. Ruská firma tyto výrobky propaguje i v zahraničí a úspěšně pronikla na západní trhy. Získala i výrobní licence v některých zemích, např. v Německu i v Česku. Certifikaci firmě poskytl Strojírenský zkušební ústav Brno. Cena přístroje v ČR se pohybuje od 150.000 Kč výše. I tento přístroj zjišťuje informace o celém těle i jeho chorobách. Metoda umožňuje „*prověřit celkový zdravotní stav, lokalizovat zánětlivá ložiska v jednotlivých orgánech těla, vyhodnotit charakter zánětu, objevit toxiny či alergeny, posoudit stadium poškození buněčné soustavy jednotlivých orgánů.*“ Přístroj a jeho princip je ve firemních propagačních materiálech popisován nesrozumitelně a často protichůdně. Má pracovat na principu biorezonance a údajně měří energetický stav buněk orgánů v určitých akupunkturálních bodech, a to pomocí hodnocení magnetického pole mozku. „*Přístroj funguje podle principu zesílení iniciovaných signálů s desintegrací metastabilních struktur. Ovlivněním externích elektromagnetických polí ztrácí magnetické momenty molekulárních proudů v přidáných centrech nervových buněk cortexu svou původní orientaci, což má za*

*následek chybné vybavení vířivých struktur delokalizovaných elektronů, čímž vyvolávají nestabilní metastabilní stavy.“* Podle autorů je přístroj schopen „zjistit stavy biologického objektu a změny vlnových charakteristik různých tělních tkání, jednotlivých buněk, chromozomů, a dokonce separátních enzymů a hormonů“.

**Hodnocení:** Všechny tři popsané přístroje, podobně jako řada podobných, jsou dnes na světovém trhu k dispozici a jsou jen další etapou ve vývoji módních přístrojů, vycházejících z Vollovy elektroakupunktury, založené na akupunktuře. Teorie akupunktury je však mylná a specifický účinek je vyloučen. Elektroakupunktura je syntézou akupunktury s řadou dalších pseudovědeckých metod a prvků, a je jednoznačně považována na metodu iracionální, neúčinnou (viz Elektroakupunktura). Přístroje, které navazují na EAV, musí být logicky rovněž nefunkční. Uvedeme proto jen několik námitek k jednotlivým přístrojům:

Pokud jde o „infonovou teorii“ T.Stoniera, na základě které má pracovat Jonášův přístroj Salvia, tak ta tvrdí, že informace není vázána na energii. V tom případě to musí být entita „duchovní“. Duch ovšem nemůže ovlivnit hmotu, to by bylo v rozporu s přírodními zákony, především s druhým zákonem termodynamiky o zachování energie. Žádná taková informace nebyla ostatně prokázána a předpoklad o její existenci je v rozporu nejen se samotnou informatikou, ale i fyzikou. I medicínská východiska Jonášovy detoxikace (str. 175), např. jeho názory na toxiny a ložiska, jsou chybná. Získat touto metodou informace o stavu buněk orgánů a o chemickém složení krve nelze, protože buňky ani chemické látky v krvi nevysílají žádné specifické materiální signály, které by bylo možno detekovat.

Popis funkce přístroje Oberon je snůškou navzájem nesouvisejících odborných termínů. Tvzení o získávání informací o buňkách orgánů, o přenosu informací do mozku a dále pomocí detekce magnetického pole do sluchátka přístroje a o dalším telemetrickém přenosu, počítačovém rozboru vzorků, o možnosti časně diagnostiky a dokonce o diagnostikování chorob, které se objeví v budoucnosti, to vše jsou evidentní, snadno vyvrátitelné nesmysly. Žádný biomagnetismus neexistuje. Lidské tělo není ani zdrojem fyzikálního stacionárního magnetického pole. A střídavé magnetické pole, které vzniká např. při činnosti srdce, je miliardkrát menší než je magnetické pole Země a není tedy měřitelné. Žádná biorezonance nebyla vědecky ověřena. Kromě toho popisovaný princip metody neodpovídá ani principu tzv. biorezonančních přístrojů, jako je např. Bicom nebo Vegatest a mnoha jiných, jejichž účinnost však rovněž není ověřena a teoreticky ji lze vyloučit (viz Biorezonance).

K přístroji firmy Devan pak poznamenáváme, že je vyloučeno, aby elektromagnetické záření vydávané tělem člověka ve frekvenčním intervalu 0,001 Hz až 380 GHz, o kterém autor tvrdí, že ho sonda přístroje zachytí, obsahovalo informace, podle kterých by přístroj mohl speciálním softwarem do podrobností vyhodnotit pacientův zdravotní stav a udělat dokonce prognózu budoucích nemocí. Elektromagnetické záření, které tělo člověka emituje, souvisí s neuspořádaným ohybem molekul a atomů u povrchu těla a má charakter šumu. Jediná informace, kterou nese, je informace o teplotě zářícího předmětu. Představa, že záření emitované povrchem těla má složité spektrum, ve kterém je zakódována informace o celé hierarchii procesů v těle, je mylná.

Závěrem můžeme říci, že jde nesporně o přitažlivou, zdánlivě vědeckou generaci šarlatánských výrobků, které se nyní masově objevují na trhu pod různými jmény a které se odvolávají na poslední vymoženosti počítačové techniky. Principy přístrojů, ať už jde o detekci „duchovní“ informace, EMG záření, o biomagnetismus nebo o biorezonanci, jsou ve zřejmém rozporu s poznatky biologickými i technickými i z oblasti informatiky. Neexistuje jediná studie, která by účinnost přístrojů prokazovala. Medicínskou diagnózu uvedenými přístroji nelze stanovit a právě tak neúčinná je následná léčba, v níž jsou doporučovány vědecky vyvrácené metody jako je např. homeopatie, ovlivňování čaker a meridiánů aj. Pseudovědecká hantýrka, která budí zdání serióznosti, slouží jen k matení veřejnosti.

---

# Biorezonance a biorezonanční terapie



## Biorezonance

Biorezonance má být analogickým fenoménem jako rezonance ve fyzikálním smyslu, ale má se odehrávat mezi dvěma živými objekty nebo mezi živou bytostí a okolním neživým světem. Má umožňovat přenos informace, tedy vzájemnou komunikaci, ovlivňování, léčení a pod. V oblasti alternativní medicíny hraje dnes významnou a stále sílící roli.

V České republice je biorezonance známa v několika podobách. Jako první použil termín biorezonátor pan Robert Pavlita, psychotronik z Hradce Králové, který nabíjel psychickou energií kovové tyčinky, které nazýval biorezonátory. Ty potom skrytou absorbovanou energií ovládaly vrtulky, magnetku a pod. Podstatu svého vynálezu však nikdy neprozradil, aby se nedostal do rukou imperialistů.

Druhou podobou je biorezonanční distanční léčebná a harmonizační metoda příbramského podnikatele J. Langa, zvaná Joint line, která spočívá ve vysílání „kódovaných hologramů“ obrazu léčeného objektu, nabitého duchovní energií, pomocí radionického vysílače, což je v podstatě plastická trubka s bočním otvorem. Přístroj dokáže přijímat „z transcendentna pránu, akumulovat ji a předávat vysíláním pacientům. Kolem přijímače se pak vytváří „mikroklima bioaktivizujícího pole“. Pan Lang také nabízí autorizované logo, které trvale vyzařuje kosmickou sílu. Položením potravin nebo nápojů na logo lze rezonančně aktivovat.

Pomocí rezonance lze také léčit lesy. „Léčbu“ organizoval Institut rezonanční terapie Cappenberg ve spolupráci s českými institucemi, dokonce jedním ústavem Akademie věd ČR, na vybraných lokalitách Křivoklátska, Krušných hor a Krkonoš. Nejprve se zhotoví letecký snímek, který je rezonátorem lesa, na snímku vyhledá léčitel vhodné „symboly a fraktály kosmických atraktorů lesa“ a ty se pak v podobě „kladné energie“ vysílají radionickým přístrojem k lesu.

Třetím případem využití biorezonance, dokonce vážně diskutovaným i obhajovaným v pseudovědeckých kruzích, je idea o „morfické rezonanci“ R. Sheldrakea, která předpokládá, že veškeré dění na Zemi se odráží v kosmu, v jeho paměti, a zpětnými informacemi z kosmické paměti je zase řízeno dění na Zemi.

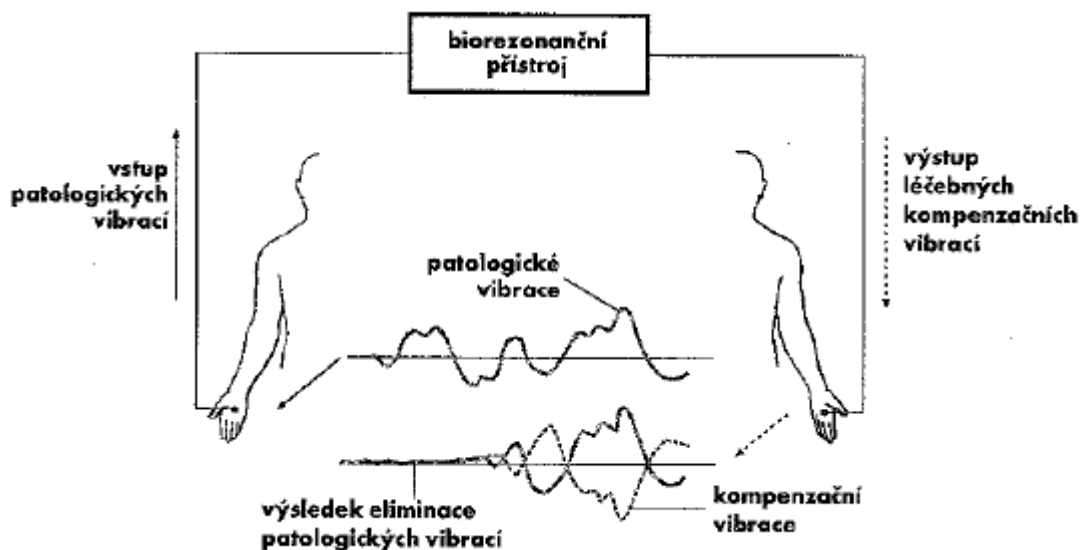
Posledním případem je využití „biorezonance“ v moderních léčebných elektronických přístrojích pro „biorezonanční terapii“- viz samostatné heslo.

**Hodnocení:** Biorezonance je pojem patřící do oblasti parapsychologie. O žádnou rezonanci se ve výše uvedených případech nejedná, jde o nepochopení a zkreslení fyzikálního pojmu rezonance. Objektivně nebyla existence biorezonance potvrzena a nebyly prokázány ani účinky biorezonančních metod. Jejich výklad, jak jej podávají autoři, používání mystických termínů a pseudovědeckých formulací, primitivní stavba radionických vysílačů i jasný ekonomický zájem propagátorů biorezonančních metod svědčí o tom, že jde o pouhé šarlatánství.

## Biorezonanční terapie

Biorezonanční terapie vychází z předpokladu některých německých fyziků o existenci biorezonance, která se má podílet na řízení lidského těla. Je to diagnostická i terapeutická

metoda, kterou vyvinuli v r.1977 lékař a také významný scientolog F. Morell a elektroinženýr E. Rasche. Jejich metoda byla označena jako MORA-metoda, dnes postmoderně „biofyzikální informační terapie“ nebo také BICOM-terapie. Výroby se ujala jejich firma REGUMED, následovaná řadou dalších firem. Vyrábějí přístroje, které se navzájem liší jen v technických detailech a v indikacích. Nesou různá jména: BICOM, Multicom, Vegatest, Akkupath, Computron, Audiocolor, Dermatron, Diagno-Metre, Interro a mnoho dalších. V poslední době se pro biorezonanční terapii používá termín biofyzikální informační terapie (BIT) nebo dokonce biokybernetická medicína. Některé z dnešních přístrojů mají mít schopnost přijímat léčivé vibrace z vesmíru a předávat je do organismu. Metodu popíšeme na příkladu přístroje BICOM2000.



Obr. 7. Schéma biorezonančního přístroje BICOM (podle G.M. Ostendorfa – upraveno)

Podle autorů metody představuje každé hmotné těleso včetně člověka komplexní vibrační systém. Všechny životní procesy proto produkují „bioenergií“ v podobě biofotonů nebo elektrických signálů, vibrací. Zdravé orgány vydávají jen harmonické elektromagnetické vibrace, zatímco v chorobném orgánu vznikají disharmonické, patologické vibrace. Tyto patologické, „falešné“ vibrace jsou vlastní příčinou všech chorob. Jejich odstraněním lze proto léčit jako panaceou všechny choroby, infekční, degenerativní, alergické, otravy aj. Metoda se doporučuje i k posílení obranných sil a detoxikaci. Mora-terapie je určena i k léčbě onemocnění, která vznikají vlivem zemního záření a kosmických vlivů.

Principem metody je zachytit patologické EMG vibrace, zodpovědné za chorobu, modifikovat je a pak je předat pacientovi jako terapeutické signály. K zachycení vibrací se používá stejný postup jako u elektroakupunktury dle Volla. Jednou sondou přístroje se z povrchu těla pacienta sejme celé spektrum vibrací harmonických (pozitivních) i disharmonických (patologických). V přístroji se ty disharmonické separují. Jádrem „separátoru“ jsou „biologicky aktivní molekuly“, které údajně rezonují se vstupujícími vibracemi. Separované vibrace se invertují, zesílí a vyšlou druhou sondou zpět do těla, aby se tam s původními disharmonickými vibracemi navzájem vyrušily. Falešná paměťová stopa zmizí. Harmonické vibrace se v přístroji zesílí a vrátí do těla k posílení léčivého účinku.

Místo „holistického“ vyšetření pacienta lze také diagnózu stanovit biorezonančním

vyšetřením jeho sekretů, krve, potu a pod. Vzorky se vkládají se do elektrod ve formě pohárku. Vložením potravin, pylu nebo prachu do pohárku lze zjistit i alergii na různé látky, ale je také možné určit nejvhodnější lék po jeho vložení do pohárku. Dr. Pekárek používal BICOM i pro ověřování schopnosti léčitelů.

Postup lze ještě vylepšit: „*Frekvenční vzorky, které se předají pacientovu tělu, mohou být kromě toho uloženy na nosných substancích. K tomu dá terapeut olej Bicom (pro vtírání) nebo minerály Bicom (k užívání jako kapky) do výchozího pohárku a vloží čip do čipového paměťového zařízení*“.

BICOM2000 má ale i jiné funkce. Lze jej použít jako přístroj pro EAV a zjišťovat energetický stav orgánů vpichem do aktivního bodu. Přístroj také obsahuje program, kterým lze vyrobit homeopatické potence jakékoli substance. A nejen to, do BICOMU je vedle oddílu pro rezonanční terapii integrován i přístroj na měření a vysílání magnetických polí, který pracuje s „Dynamickým multipulsním souborem“. Přístroj tedy umožňuje magnetickou terapii, stimulující nebo potlačující. Prostě, vše v jednom. Ještě dodávám, že BICOM obsahuje celkem 340 různých terapeutických programů, stačí zmáčknout příslušné tlačítko.

Biorezonanční metoda je široce používána v Německu léčiteli i mnohými lékaři, kteří založili i speciální společnost pro biorezonanční terapii. Po r.1989 pronikla tato metoda i do ČR, kde firmu REGUMED zastupuje firma BIOMED CZ, spol. s r.o. Vedle ní jsou na našem trhu i další firmy, které si navzájem konkurují. Hlavním propagátorem BICOMU byl u nás MUDr. Pekárek ve svém léčebném centru Salvea.

**Hodnocení:** BICOM je podle reklam jistě úžasný, ale realita je trochu jiná. Morell a ostatní zastánci této metody se odvolávají na prastarou představu A. Gurwische o existenci „mitogenetického záření“ buněk rostlin a živočichů z 20. let 20. století. Pro částice tohoto záření použil později fyzik Fritz-Albert Popp termín biofotony. Jako jejich vysílač a přijímač slouží podle dnešních výkladů DNA. Odtud už byla krátká cesta k představě, že biofotony, resp. elektromagnetické záření a jeho vibrace – frekvence hrají komunikační a integrační roli v organismu. Žádné biofotony, resp. elektromagnetické vibrace buněčného původu však fyzika neobjevila kromě těch, které vznikají při činnosti srdce, svalů a mozku. Pochybné je i dělení kmitů na zdravé a patologické. V těle totiž žádné sinusoidní, harmonické kmity nevznikají. Nejsou-li, pak nemohou hrát v těle žádnou úlohu, natož potom dominantní při řízení organismu. Nelze si také představit, jak by bylo možné separovat téměř nekonečné spektrum různých frekvencí, které mají vyzařovat nejen ze všech orgánů a jejich buněk, ale i ze všech cizích elementů, toxinů a patogenů. Ale i kdyby to bylo možné, jak přiřadit zjištěné frekvence k jejich zdrojům? Slabé elektrické potenciály, které sonda snímá z povrchu těla, jsou ve skutečnosti jen šumem, na kterém se podílejí podle Glasera měřicí chyby, elektronický šum, nedostatečné odstínění i vnější záření. Podrobnou analýzu, která principy biorezonanční terapie vyvrací, provedl R. Ziegler v knize Bioresonanz (1998).

Proti biorezonanci mluví jasně teorie a stejně tak i praxe. O neúčinnosti metody svědčí nejméně deset už provedených klinických studií. Podle nich mají biorezonanční přístroje jen placebový efekt, žádný jiný. V USA nejsou biorezonanční přístroje schváleny tamějším ústavem pro kontrolu léčiv (FDA) a jejich dovoz není povolen. Německá společnost Die Deutsche Gesellschaft für Allergie und Immunitätsforschung prohlásila metodu za neúčinnou a doporučila pojišťovněm takovou léčbu nehradit. Podobně se vyjádřil německý Společný výbor lékařů a pojišťoven. Stejně znělo rozhodnutí britské Advertising Standards Authority. V Kanadě jsou lékaři, kteří biorezonanční přístroje používají, Lékařskou komorou trestáni. K metodě se vyjádřil i prof. E. Ernst, nejkompetentnější osoba k posuzování metod alternativní medicíny. Metodu odmítl a odsoudil také masivní pseudovědeckou a esoterickou hantýrku, kterou chtějí propagátoři biorezonanční terapie zakrýt, že jde o neúčinný nonsens.



# Elektroterapie a magnetoterapie



Elektroterapie je termín, označující léčebné metody, které používají elektrický proud. Takové metody se objevily už na konci 18. století. Při každém novém fyzikálním objevu v oblasti elektromagnetizmu se vynořily nové, údajně vysoce účinné pomůcky a přístroje, používající galvanický nebo střídavý proud. Používali je jak lékaři, tak i léčitelé. Přístroje měly nejrůznější hodnotu, od účinných až po šarlatánské. K nim patřily např. výrobky Alberta Abramse, kterého můžeme považovat za předchůdce dnešní biorezonanční metody. Údajně snímal vibrace elektrických potenciálů z povrchu těla právě tak jako ze zaslaných kapek krve nebo i z rukopisu pacienta. Přístroje s krásnými názvy jako Oscilloclast, Electrobioscop nebo Biodynamometer však byly, jak se ukázalo, elektronicky naprosto nesmyslné, i když je v r.1923 v USA používalo 3500 lékařů. Americkou lékařskou asociací byl Abrams prohlášen za největšího šarlatána 20. století a uvězněn. Podobných podvodných přístrojů zná historie hodně.

Postupně se však přece jen stala elektroléčba doménou konvenční medicíny, i když mnoho přístrojů, uváděných s velkým nadšením, nakonec neobstálo. Např. přístroje, které pouštěly do těla střídavý elektrický proud s různě modulovaným napětím, frekvencí a tvarem elektrické vlny, které byly módní ve druhé polovině 20. století, se dnes již prakticky nepoužívají. Kdybychom se chtěli řídit přísně definicí AM, že do jejího rámce patří metody, jejichž účinnost nebyla prokázána řádnými experimenty, pak by řada elektroterapeutických metod musela být přiřazena k medicíně alternativní. Jiné metody se naopak staly účinnou součástí dnešní fyzikální terapie. Patří sem např. diathermie, sloužící k prohřívání tkáně a zvýšení jejího prokrvení, nebo stimulační léčba drážděním nervů nebo svalů elektrickým proudem. Jinou metodou je jontoforéza, která má zvýšit pronikání látek kůží. I když je založena na správném principu, dnes se používá zřídka, protože v praxi byl její efekt malý. Ve stadiu výzkumu jsou metody, které se snaží elektrickým proudem ovlivnit kostní hojení, hojení povrchových ran a regeneraci nervů. Blíže se těmito a dalšími metodami, které patří do rámce vědecké medicíny, zabývat nebudeme.

V oblasti alternativní medicíny se setkáváme s používáním elektrické energie méně často. Takovými metodami jsou např. elektropunktura, pouštění elektrického proudu přímo do akupunkturálních jehly, ale především elektroakupunktura dle Volla a přístroje biorezonanční. Tyto metody byly popsány v příslušných kapitolách.

V této kapitole se proto budeme věnovat jen léčbě, která se snaží využít magnetizmus. Především, že jsou to velmi rozšířené a na webu masivně propagované metody. Magnetické pomůcky se doporučují k samoléčbě a používají je i léčitelé. Přístroje s pulzním magnetickým polem používala donedávna jen konvenční medicína, dnes jsou ve skromnějším provedení nabízeny i k domácí léčbě. Na webu najdeme tisíce stránek s barnumskou reklamou a s pozitivním hodnocením magnetoterapie, zatímco kritické články prakticky neexistují. Dovolíme si jít proti proudu.

## Biomagnetizmus

Magnetizmus je fenomén zvláštní, záhadný, a proto se odpradáвна používal k magickým účelům a k léčení nemocí minerál magnetovec, který přitahuje kovové předměty. Do kusů magnetovce se vrývaly magické symboly a kámen se přikládá na bolestivá místa. Později se slovem magnetické léčení označovalo přeneseně i přikládání rukou. Mnozí léčitelé věřili a

dodnes věří v existenci tohoto „biomagnetizmu“, nazývaného také lidský magnetismus nebo animální magnetismus. Udává se, že již Sumerové, Egypťané a také Římané za Hadriana a Vespasiana léčili slepé, chromé a také vodnatelnost vkládáním rukou čili „magnetizmem“. Nemocný byl někdy vlivem léčení uveden do „magnetického spánku“. I Paracelsus z Hohenheimu považoval magnet za neselhávající léčebný prostředek. K vrcholu přivedl tuto „magnetickou“ léčbu F.A. Mesmer (1734-1815), francouzský lékař, který zprvu léčil své pacienty přikládáním permanentních magnetů na nemocná místa, ale když zjistil, že stejného efektu dosáhne svými rukama bez magnetu, došel k přesvědčení, že existuje i živočišný magnetismus, „gravitus animalis“. Proto se dnes mluví také o mesmerizmu. Mesmer pokládal tuto sílu za „univerzální fluidum“, které vyplňuje celý vesmír. Člověk je přijímá z okolí, shromažďuje v sobě a může je pak přenést i na jiného člověka. Mesmer se domníval, že choroby vznikají překážkami, kladenými volnému oběhu tohoto „magnetizmu“ v těle. Tyto překážky odstraňoval přikládáním rukou, které měly z prstů vyzařovat léčebný magnetismus, jindy rukama nad pacientem pohyboval nebo vymýšlel magnetické baterie a používal nádoby s „magnetizovanou“ vodou, do kterých pacient vkládal nemocné končetiny. Svým působením dokázal Mesmer uvést nemocného do somnambulního stavu a navodit léčící křeče, tj. uzdravující krizi. Měl značné léčebné úspěchy a hodně následovníků.

Mesmerismus sice postupně ztratil na přitažlivosti, ale v posledních desetiletích spolu se vzestupem zájmu o duchovní síly a léčitele se víra v existenci „magnetické“ síly v jiné podobě obnovila. V naší republice proslul propagováním magnetizmu už před 2. světovou válkou B. Kafka, který ve své knize „Nové základy experimentální psychologie“ psal, že *„Tělesný magnetismus podržuje svoji původní vlastnost dvou pólů. Na celé levé straně těla je kladný, na pravé straně těla záporný. Nejmocněji, svádíme-li jej silou své vůle, vyzařuje z prstů rukou a nohou. U zdravého člověka, který se živí přirozenou stravou, ne masitou, září z levé ruky barvou světla žlutavou, z pravé ruky blankytně namodralou. Sloučenině obého říkáme bílý fluid.“* Tuto absurdní představu, že existuje jakási magnetická a elektrická polarita lidského těla, obhajují i někteří současní léčitelé. Speciální knihu o léčbě biomagnetizmem vydal v r.1991 K. Weinfurter pod názvem „Životní magnetismus“. Tvrdí v ní, že magnetismus je jistou formou univerzální síly, kterou Indové jmenují „prána“ a jež je „dechem života“. Kuriózní jsou také doporučení, jak postupovat při léčbě. Podle jedné nové léčitelské příručky z 90. let se postupuje takto: *„Ještě mokřými prsty kroužíme asi 3-5 cm asi 20 minut nad bolavým místem na hlavě, pak bolest odvedeme pryč přes jeho ramena, paže a boky k jeho prstům. ....Někomu se začnou prsty chvět a kroužit. To je dobré znamení, že pacientův organizmus na léčení reaguje a nutně potřeboval doplnit magnetismus.“* Opotřebovaný magnetismus musí léčitel odhodit nebo omýt. Koupáním do 10 minut je odnímán negativní (mrtvý) magnetismus, koupání nad 10 minut odstraňuje magnetismus pozitivní. Mnozí léčitelé používají jeho metodu dodnes a hájí stejně nesmyslné názory.

**Hodnocení:** Představu o existenci biomagnetizmu dnes nelze obhájit. Mesmerovu představu vyvrátila už v r.1784 komise, ustavená Francouzskou Akademií, která požadovala, aby Mesmer animálním magnetizmem ovlivnil kompas a elektrometr. To se Mesmerovi nezdařilo. Jevy, ke kterým docházelo při mesmerizaci, byly později vysvětleny jako sugestivní (placebové) a hypnotické působení. Proto nejlépe reagovali pacienti s hysterickými stavy, např. obrnami. Přes jednoznačné vyvrácení Mesmerova výkladu mnozí esoteričtí léčitelé, kteří si říkají magnetopati, až do dnešního dne v živočišný magnetismus věří a nazývají ho ovšem moderněji „biomagnetizmem“ nebo dokonce kosmickým magnetizmem.

## Léčba permanentními (stabilními) magnety

Magnetismus u permanentních magnetů, jak jej vysvětlila fyzika, je projevem elektrického proudu, resp. pohybu elektronů v atomech. Za magnetoterapii tedy můžeme považovat jen terapii pomocí permanentních magnetů nebo pomocí pulzního magnetického pole. Léčba permanentními magnety se v posledních desetiletích stala jednou z nejběžnějších metod AM. Na internetu najdeme stovky firem a léčitelů, kteří nabízejí nepřehledné množství různých magnetických pomůcek. Vyrábějí se magnetické náramky, náhrdelníky, hodinky, přívěsky, ale i magnetické jehly, folie a náplasti. Často se také magnety vsívají do opasků, vest, polštářů, matrací a podušek. Oblíbené jsou magnetické vložky do bot, které mají působit na reflexní zóny chodidla. Existuje řada firem, např. Harmonie, Biomag aj., které se na výrobu mikromagnetů a magnetických léčebných prostředků specializují. Víra v působení magnetů ve veřejnosti je mimořádně silná a obchody s magnetickými výrobky jen kvetou. Celosvětově byl obrat magnetového průmyslu v r.1999 5 miliard dolarů.

Magnety mají široké uplatnění. Mají působit proti bolesti, mají uvolňovat svalové napětí, rozšiřovat krevní cévy, urychlit látkovou výměnu, odstraňovat otoky, mají mít i účinek detoxikační, hojivý, regenerační aj. Mechanismus účinku se obvykle nevysvětluje. Pokud se popisuje, tak velice kuriózně, např.: „*Buňky jsou slabými magnety s oběma polarizacemi, což je dáno účinky magnetického pole Země o indukci 0,6 Gauss.... Jsou-li buňky vystaveny působení magnetu o indukci 300 a více Gauss, přijímají jeho polarizaci. Na této bázi dochází k elektromagnetickým a biochemickým změnám v buňkách...*“.

**Hodnocení:** Pokusy o léčbu permanentními magnety jsou iracionální, léčba patří do oblasti alternativní medicíny. Z věcných i logických důvodů lze možnost léčivého účinku magnetu vyloučit. Už proto, že se magnetismus neuplatňuje jako mediátor, prostředník žádných biochemických, fyziologických ani patologických reakcí v lidském těle. Bylo také zjištěno, že lidské tělo není zdrojem stálého magnetického pole. Dalším argumentem je, že magnetická indukce, kterou působí magnetické výrobky na tkáň, je příliš malá. Na samotném povrchu magnetů má indukce hodnotu 0,1 T a do hloubky tkáň rychle klesá, takže v místech orgánů má hodnotu nižší než je trvalá magnetická indukce Země, která má na povrchu planety hodnotu asi 50 mT. Podobně podle výpočtu Hrazdíry dosahuje u magnetických náramků intenzita magnetického pole pouhých  $0,8 \times 10^5 \text{ A}\cdot\text{m}^{-1}$  v prostoru kolem náramku. Logickým argumentem proti názoru, že i tak slabé magnety mohou mít nějaký efekt, je skutečnost, že při vyšetřování pacientů pomocí magnetické rezonance je vyšetřovaná osoba po dobu několika minut vystavena indukci asi 2T, tedy dvěstěkrát vyšší než je na povrchu magnetických náramků, aniž by to mělo na něj nějaký škodlivý efekt.

Ani v experimentech se neprokázal žádný vliv i silného magnetického pole na laboratorní zvířata. Za významné pokládáme např. experimenty našich autorů, Hrazdíry a Doskočila (Scripta medica 62, 1989), kteří působili silnými podkovovitými magnety o hodnotě 0,2 T po dobu 8 dní na raný vývoj kuřecího embrya. To je jeden z nejcitlivějších objektů, na němž se zkoumají nepříznivé účinky různých fyzikálních nebo chemických vlivů. Neprokázaly se žádné embryologické, teratologické ani jiné změny. V jiném experimentu z McGill Univerzity v Kanadě bylo vyvráceno tvrzení, že u krav, které jsou umístěny v silném magnetickém poli pod elektrickým vedením o vysokém napětí, mohou vzniknout změny v doživosti nebo v hladině hormonů. Krávy byly ustájeny v klecích o mimořádně silném stabilním magnetickém poli. Žádný podobný nebo jiný škodlivý efekt se neprokázal.

Léčitelé někdy argumentují tím, že některé organizmy mají schopnost orientovat se v prostoru podle geomagnetického pole. Bezpečně to bylo prokázáno u některých druhů korýšů a pravděpodobně je to i některých ptáků a ryb, ale o přesvědčivém důkazu mnozí dosud pochybují. Tyto případy jsou však docela jiné povahy, protože k příjmu magnetických

signálů musí být k dispozici speciální receptory. U holubů to mají být některé buňky v čichovém nebo zrakovém ústrojí.

Byly publikovány už desítky klinických studií o vlivu permanentních magnetů, ale převážná většina došla k negativnímu závěru. Několik autorů sice hlásí pozitivní výsledky, ale ty jsou jen na hranici statistické významnosti a kvalita těchto studií neodpovídá vědeckým standardům. Nedávná metaanalýza devíti dvojitě zaslepených studií, provedená E. Ernstem v Exeteru neprokázala žádný antalgický efekt. U mnoha zaslepených studií, které neprokázaly specifický, tedy vlastní efekt magnetů, byl ale prokázán významný placebový efekt. Nepřekvapuje to vzhledem k tomu, jak vysoce si pacienti cení magnetů, resp. jak věří v jejich magickou moc. Firemní prezentace magnetických pomůcek jako léčivých výrobků je považována za falešnou reklamu. Proto také byla např. v r.1998 v USA floridská firma Magnettherapy Inc. odsouzena k pokutě 30.000 dolarů za tvrzení, že nošení magnetických zařízení na těle vede ke snížení bolestivosti. Podobně dopadla firma Tectonic Magnets. FDA varovala v r.1997 firmy obchodující s magnetickými přístroji, že nesmějí v reklamách uvádět, že magnetické výrobky ovlivňují krevní cirkulaci. Celá řada dalších procesů proběhla v Německu.

---

## **Léčba pulzním magnetickým polem**

Snad poprvé byla tato metoda použita v r.1869, kdy byla k léčbě bolesti navržena cívka, kterou procházel elektrický proud, vytvářející kolem cívky střídavé magnetické pole. Ale teprve v druhé polovině 20. století se tato metoda rozšířila v USA a záhy potom i v ostatních zemích po zprávě, že pulzní magnetické pole může urychlit hojení zlomenin. Ve velkém měřítku se používala v SSSR a dnes v Rusku a rovněž u nás zakotvila zásluhou knih J. Chvojky „Magnetoterapie v klinické praxi“ a J. Jeřábka „Magnetoterapie“. Dnes je běžnou metodou fyzikální terapie konvenční medicíny na revmatologických, ortopedických i rehabilitačních pracovištích. Přesto se o ní zmiňujeme v rámci popisu metod AM, protože její účinnost nebyla dosud s jistotou ověřena. Dnes existují desítky firem, zahraničních i českých, které vyrábějí přístroje pracující na tomto principu. Jde o zdroje elektrických impulzů, které napájejí cívky, produkující měnící se magnetické pole. Všechny takové přístroje jsou principiálně srovnatelné, s magnetickou indukcí maximálně 10 mT (militesla), s volitelným frekvenčním rozsahem – většinou 1-50 Hz, unipolárním tvarem pulzu a volitelnou délkou aplikace.

V detailech se přístroje různých výrobců liší a metoda je proto také označována vedle termínu „pulzní magnetoterapie“ různými názvy jako „rezonanční léčba magnetickým polem“, „pulzní signální terapie (PST)“, „Quantronmagnetrezonanztherapie (QRS)“, „MultiBioSignal Therapie“, nebo „Jaderná rezonanční terapie“ aj. Přístroje mají většinou tvar obruče různých velikostí, které obemykají končetinu nebo celý trup, jindy jsou plošné a přikládají se jako podušky na část těla nebo jako poduška pod hlavu nebo celý trup.

Mechanismus působení se odvozuje od experimentů na tkáňových kulturách, kde pulzní magnetické pole zvyšuje buněčnou látkovou výměnu. To stačilo k tomu, aby byla vyslovena hypotéza, že i u člověka dochází k aktivaci metabolismu buněk a jejich lepšímu oxyličení i detoxikaci. Podle firemních materiálů má být změněna propustnost buněčných membrán pro ionty, ovlivněna orientace polárních proteinových molekul, spin atomových jader, lze se dočíst i o změně atomové magnetické energie v energii vitální, má se zvýšit aktivita imunitního i hormonálního systému aj.

Léčba má mít především protibolestivý a protizánětlivý efekt, a proto se nejčastěji doporučuje pro léčbu posttraumatických, revmatických nebo degenerativních poruch

končetin a páteře, k hojení ran i odstranění jizev. Má být účinná i při léčbě migrény, poruch prokrvení, obrny, křečových žil.

**Hodnocení:** Léčba pomocí pulzního magnetického pole má na rozdíl od stabilních magnetů racionální jádro, protože ve tkáních při aplikaci těchto přístrojů vzniká elektromagnetické pole. Proudů jsou měřitelné a ověřitelná je i reakce tkání. Přes široké používání v medicíně je však tato léčba problematická.

Vážné jsou už důvody teoretické. Výše uvedené hypotézy, vysvětlující mechanismus působení magnetických polí, jsou spekulativní a jsou v rozporu s biofyzikálními poznatky. Z působení polí na buňky v kultuře nelze usuzovat na reakce lidského těla. Možnost léčebného efektu zpochybňuje také skutečnost, že hodnota indukovaných proudů je o 1 – 2 řády nižší, než je napětí a časy, při kterých fyziologové popsali alespoň prahové efekty elektrického proudu na tkáň. Ještě vážnějším argumentem proti možnému účinku těchto přístrojů s magnetickou indukcí pouhých 10 mT je argument, který jsme uvedli u popisu možného účinku stabilních magnetů, tedy nulový škodlivý efekt nukleární magnetické rezonance. Stejně nulový vliv má magnetická stimulace, používaná ke studiu funkcí mozku, která používá stejně vysokých intenzit, 2-3 T s frekvencí 60 Hz. A dále: působení elektromagnetických polí je nutně jen nespecifické a nemůže postihnout udávané spektrum chorob, které mají rozličné příčiny.

I léčebné výsledky jsou sporné a existují výrazné rozdíly v hodnocení metody. Úspěchy hlásí jen lékaři, kteří přístroje používají v praxi, zatímco teoretická pracoviště, fyzikální a fyziologická, účinek odmítají. Závěry experimentálních prací vyznívají negativně, výsledky klinických studií jsou rozporné, převážnou většinou rovněž negativní. Jen některé z nich potvrzují pozitivní efekt u kostního hojení, u artrózy a také u diabetické neuropatie. Žádný efekt nebyl prokázán u léčby hypertenze, fibromyalgie, revmatizmu, klimakterických potíží nebo u tzv. „syndromu karpálního tunelu“, kde se tato léčba doporučovala. Významné je, že nebyl prokázán žádný protibolestivý účinek v žádné indikaci.

Ve vědeckých kruzích je tato metoda pokládána za neúčinnou. Jisto je, že jde o metodu spornou, v zahraničí pojišťovny na rozdíl od naší republiky neproplácenou. Je zřejmé, že jsou nutné další experimentální i klinické studie, které rozhodnou o event. trvalém používání této metody v budoucnu alespoň u některých nemocí. Prokáže-li se v případě pozitivního efektu, že účinek na tkáň je zprostředkován elektrickým polem resp. proudem, což nelze zcela vyloučit, pak by bylo nutné metodu přiřadit k fyzikálním metodám využívajícím elektrický proud a vzdát se představy o přímém působení magnetizmu (uvedených hodnot) na člověka, která byla už do značné míry zdiskreditována Mesmerovým biomagnetismem a současným šamanským používáním stabilních magnetů.

## Fototerapie - Léčba světlem



Jak jsme ukázali dříve, v kapitole o přírodních metodách, léčba světlem je dávno známou a stále používanou léčebnou metodou. Ale teprve po poznání podstaty světla a vlivu jeho jednotlivých frakcí na živé tkáně se mohly rozvinout modernější způsoby léčby světlem. Za počátek výzkumu světla lze považovat Newtonův objev jeho rozkladu na plynulé spektrum různých vlnových délek a vědecké zjištění, že světlo je jednou částí elektromagnetického záření. Jedním z prvních experimentátorů se světlem různých barev byl J.W Goethe, který se zabýval např. skládáním světla a hledáním komplementárních barev.

Výsledky moderního výzkumu o vlivu světla na živou tkáň jsou však překvapující. Zjistilo se, že viditelné světlo, bez ohledu na jeho vlnovou délku, nemá na živé buňky žádný efekt, ani pozitivní ani negativní. Světelné paprsky totiž nevstupují do žádných interakcí s molekulami. K reakci dochází jen v těch případech, kdy jsou paprsky zachyceny nějakým barvivem. Tak je tomu v buňkách rostlin se zeleným barvivem, chlorofylem, který umožňuje fotosyntézu. U živočichů je takovým barvivem rhodopsin v oční sítnici, který zachycuje světelné paprsky a zprostředkuje vidění. Podobně je tomu v kůži, kde jsou uloženy speciální černé buňky, melanocyty, které zachycují světlo. Všechny tyto efekty se označují jako reakce fotochemické.

Zatímco paprsky viditelného světla, jehož vlnová délka je 380 – 780 nm, na živé buňky přímý vliv nemají, elektromagnetické záření těsně nad a pod hranicí viditelného spektra, tedy záření ultrafialového a infračerveného, má efekt výrazný.

Ultrafialové (UV) záření má efekt různý, v závislosti na jeho vlnové délce. Záření UV-B o vlnové délce 280 – 315 nm je důležité pro tvorbu vitamínu D a používalo se v medicíně jako prevence nebo léčba rachitidy – křivice. V dermatologii se zase využívá ultrafialové záření v oblasti UV-A o vlnové délce 320 - 400 nm. Mechanismus léčebného působení spočívá zejména v imunosupresi, omezení zvýšené produkce kožních buněk, dále v tlumení svědění a v pozitivním vlivu na psychiku pacienta. Hlavními indikacemi pro léčbu UV zářením jsou psoriáza, atopický ekzém, akné, ekzémy nebo poruchy ochlupení.

Infračervené paprsky jsou zachycovány buňkami a mají v nich tepelný účinek, a proto se v medicíně používají všude tam, kde je cílem ohřát tkáň. Výhodou je, že pronikají do tkání podstatně hlouběji, než světlo viditelné. Prohřátím se zvyšuje prokrvení tkání, urychluje se látková výměna a částečně se také zmírňují bolesti.

Jak infračervené, tak i UV lampy mají tedy v medicíně své místo, právě tak jako moderní lasery.

V posledních desetiletích se však vedle ultrafialových a infračervených lamp začaly rychle šířit ve sféře alternativní, celostní medicíny jiné typy lamp, využívající světlo barevné, světlo polarizované nebo záření laserů. Objevily se tzv. biolampy, které se v posledních letech staly módní záležitostí. Především, že u žádného typu těchto lamp, ať už využívají jakýkoli z uvedených zdrojů světla, nebyly pozitivní účinky vlastního světla, tedy specifické účinky světla, objektivně prokázány, a že příznivé pocity, které popisují pacienti, jsou dány placebo efektem. Ten je silný zejména tehdy, když je pacient ozařován v příjemném prostředí některého z center celostní terapie a když je fototerapie doplněna např. muzikoterapií, akupunkturou a charismatičtým masáží. Naopak negativní jsou často zkušenosti těch, kteří si lampu zakoupí a používají ji k samoléčbě. O některých ze specifických metod alternativní medicíny si teď promluvíme.

## Léčba barevným světlem – Colorterapie

Jak jsme se zmínili výše, hrály barvy svou roli i v dávné medicíně. Význam jednotlivých barev však nebyl vždy týž, závisel na kultuře a tradici. Snad jen rozlišování na barvy „teplé“, jako je červená a oranžová s aktivačním vlivem na psychiku, a „studené“, jako modrá a zelená s tlumivým efektem, platilo vždy. Vědecky se začal význam a vliv barev na rostliny, živočichy a na člověka studovat teprve před sto lety, kdy vznikly, především v západních zemích, celé léčebné instituty využívající barvy k léčbě. Rozkvet těchto metod ještě zesílil s příchodem New Age a stoupáním zájmu o duchovní svět a esoteriku. Dnes se terapií barevným světlem, nazývanou také colorterapií nebo „esogetickou medicínou“, zabývá nespočet lékařů, léčitelů, masérů a kosmetiček, a na trh se dostávají stále nové a „sofistikovanější“ přístroje, využívající různé zářiče a lampy. I když se instrukce a výklad účinku barevného světla biolamp jednotlivých výrobců od sebe liší, přece jen se většinou udává, že červená barva aktivuje, dynamizuje a otepluje, žlutá stimuluje, modrá uvolňuje a tlumí, zelená uklidňuje a vyrovnává, oranžová rozveseluje a fialová inspiruje. Podle jiných doporučení modrá barva naopak inspiruje, zatímco zelená souvisí s láskou, žlutá s emocemi, oranžová s vitalitou a červená se sexualitou. Barvy také mají mít určitý vztah k orgánům, červená ke krvi, zelená k žlučníku, modrá ke sluchu, oranžová k ledvinám a pod. Žádnou zákonitost a shodu mezi různými doporučeními však nenajdeme.

Barevné světlo se může používat různým způsobem. Je možné ozářit celou místnost světlem určité barvy, je možno použít barevné filtry na brýle nebo ozařovat celé lidské tělo nebo jen chorobné místo rozptýleným nebo bodově soustředěným světlem. Existuje i barevná akupunktura, používající malý přístroj ve tvaru tužky. Nejrozšířenější je však zřejmě používání větších biolamp. Některé z nich mají nastaveno záření jedné vlnové délky s indikací pro určitou chorobu, jiné pomocí filtrů dovolují nastavit světlo jakékoli barvy. Dnes existují i na českém trhu desítky takových biolamp od našich i zahraničních výrobců v ceně několika tisíců Kč pod roztočivými názvy a vždy s širokými indikacemi. Některé firmy dodávají hned celou sérii typů, určených vždy pro určitou úzkou skupinu chorob, např.: na kožní choroby, na alergie, choroby úst a zubů, kloubní nemoci atd.

Pokud jde o léčebné indikace, pak je známé, že barvy mají vliv na náladu a duševní pohodu člověka. Udávané indikace pro colorterapii se však ani zdaleka neomezuji jen na ovlivnění psychiky, stresu, poruch spánku, nálady a zmírnění bolesti, ale i na léčbu orgánových i celkových chorob. Colorterapie jako klasická „alternativní“ metoda je panaceou: účinná je údajně u krevních chorob, alergií, žlučových kamenů, chronických zánětů, ale i u plešatosti a hluchoty právě tak jako u rakoviny a AIDS.

Podle firemních návodů je třeba dodržovat určitý postup. Většinou se doporučuje začít ozařováním nemocného místa zelenou barvou a teprve pak se zvolí barva, která „odpovídá“ určitému orgánu nebo určité nemoci. Ozařování má trvat několik desítek minut a má se opakovat dlouhodobě denně nebo s několikadenním intervalem.

Mechanismus účinku vysvětlují výrobci různě. Podle některých jde o působení na „biofotony“, podle jiných mají barvy různých vlnových délek ovlivňovat cytochromy, látky, které dodávají buňce energii, jiní zase předpokládají vliv na auru, na energetické biopole nebo na negativní vibrace těla. Účinnost japonské fototerapie vysvětluje reklama Střediska celostní terapie takto: „*Kokento fototerapie je založena na faktu, který objasňuje proces živých organismů reflektujících s paprsky mající stejnou vlnovou délku jako zabarvení individuálních živých organismů*“ (sic!). Léčitelé vysvětlují účinek jednoduše: tvrdí, že dodávají tělu chybějící barvu nebo naopak komplementární barvou přebytek určité barvy tlumí. Nic z toho samozřejmě nebylo prokázáno, většinou jde o mystiku a esoterické fantazie.

Léčba barvou se někdy kombinuje i s jinými metodami alternativní medicíny, např. muzikoterapií nebo aromaterapií. Existuje také tzv. barevná akupunktura, colourpunktura, u níž se používá bodové ozařování aktivních bodů na těle nebo na boltci světlem různé barvy. Analogickým případem je používání barevného světla u tzv. biorezonančních přístrojů, a barevně lze také upravit Kirlianovu fotografii. Barva se také uplatňuje v parapsychologii, při diagnostice z aury. Nelze zapomenout na roli barev ve Steinerově antroposofii, jak v antroposofické medicíně tak ve Waldorfském školství. Všechny tyto varianty popíšeme u příslušných kapitol.

**Hodnocení:** Colorterapii lze odmítnout jako metodu iracionální. Neexistují žádné doklady ani klinické studie, které by potvrdzovaly působení viditelného světla nebo jeho barevných složek na buňky. Pozitivní placebo efekt se samozřejmě může uplatnit, ale nelze ho předpovědět, protože vnímání barev je záležitost individuální, závislé na kultuře, na situaci ve které se člověk nachází i na jeho individuální zkušenosti. Udávaná korelace mezi určitou barvou a určitým orgánem nebo chorobou patří do oblasti magie. Využívání barev při colorpunktuře, colorbiorezonanci nebo při hodnocení aury a Kirlianova snímku je rovněž neschůdné nejen z výše uvedeného důvodu, ale i proto, že existence aktivních bodů, biorezonance a právě tak „biofotonů“ nebo aury nebyla nikdy prokázána.

---

## AURA-SOMA

AURA-SOMA je léčebný systém, jehož autorkou je britská farmaceutka a léčitelka Vicky Wall, dcera židovského znalce kabaly. Aura Soma se zabývá odstraněním nemocí a problémů vzniklých psychickou, duševní nebo mentální nerovnováhou. Řadí se k „celostním“ terapiím. Její filozofie se údajně opírá o moudrost kabaly, čínského I-ťingu, staroegyptského tarotu, jógy a hinduistického učení o čakrách. Prakticky je syntézou léčby drahými kameny a minerály, energií rostlin a zejména barvami. Má být především léčbou duše a harmonizovat člověka po stránce duchovní, emocionální, mentální i fyzické. Léčba spočívá v potírání těla dvěmi rozdílnými nemísícími se barevnými tekutinami, vodou a olejem. Emulze, která vznikne smícháním obou částí, se nanáší přímo na tělo. V průběhu ošetření si klient za pomoci vyškoleného terapeuta nejprve udělá tzv. „barevný test“. Vybere si z velké sady 4 lahvičky, které se mu nejvíce líbí a jednu, která se mu nelíbí. V barevném testu se tak „nádherně zobrazí, co je jeho momentálně největší slabinou, na čem je potřeba zapracovat, kde vznikl případný blok a co bylo jeho příčinou“. Na základě toho terapeut klientovi doporučí vhodnou lahvičku a stanoví postup používání. V průběhu užívání si člověk má začít uvědomovat mnoho souvislostí, které dříve neviděl. To mu pomůže pozitivně změnit své chování. „V situacích, které byly dříve neřešitelné, se člověk stává sebejistější a lépe zvládá i stresové situace“. K dispozici jsou stovky lahviček v několika léčebných sériích nazvaných **Equilibrium**, „pomandery“ a kvintesence. Jednotlivé lahvičky jsou pak různě pojmenovány, např. po andělech. Lahvička Gabriel „připojuje duši a vědomí k svému já“ a natírá se na tělo od solárního plexu ke krku, lahvička Rafael se natírá kolem třetího oka. **Pomandery** obsahují 49 bylinek v různých poměrech, podle oblasti působení. Jejich hlavní funkcí je posílení a harmonizace aury. Nanášejí se do aury a jejich účinek je okamžitý. **Kvintesence** jsou „jemné energetické substance, které slouží k navázání kontaktu s tzv. mistrovskými energiemi. Každý barevný paprsek totiž svou frekvencí přenáší i informace“.

Metoda Aura-Soma je rychle rozšířila do celého světa včetně Ameriky, Austrálie, Číny i Japonska a dnes je propagována např. firmou Barevný svět s.r.o. Praha i v ČR, a to jak na webu, tak formou přednášek po celé republice. Aura - Soma ® je registrovaná ochranná známka společnosti Aura-Soma Products Ltd., Velká Británie. Vzdělávání učitelů Aura-somy



je centrálně řízeno orgánem ASIACT (Art and Science International Academy of Colour Therapeutics), vzdělávání je několikaleté a zakončeno poskytnutím licence k provozování metody.

**Hodnocení:** Nelze popřít, že barvy mají vliv na naši psychickou pohodu a že mohou přispět např. k relaxaci. Metodu lze považovat za bezrizikovou, psychoterapeuticky působící metodu alternativní medicíny. Předpoklad, že mohou ovlivnit i fyzické choroby, je nepřijatelný a samozřejmě neověřený. Na českých webových stránkách se Aura-Soma doporučuje jako panacea na všechny i fyzické choroby od A po Ž: afty, alergie, astma, alkoholismus, AIDS, akné, anémie, Alzheimerova choroba ..... žlučník, což je ovšem naprostý nesmysl, který může poškodit pacienty, kteří se s důvěrou spolehnou na Aura-Somu a zanedbají řádnou terapii.

---

## Léčba polarizovaným světlem

V posledních letech se na trhu objevila řada biolamp, které používají polarizované světlo. To má mít podle některých reklam stejný účinek jako lasery. Takový výrobek pod názvem Bioptron (aneb „Světlo, které léčí“) nabízí u nás firma Zepter, podobným přístrojem je Biostimul nebo Biolampa MediCom. Jde o jednoduché přístroje s halogenovou žárovkou a polarizačním filtrem, postaveným před ní. Lampa Bioptron spolu se stojánkem stojí 17.000 Kč. Přístroje mají mít široké využití při celé řadě chorob, zejména při léčbě povrchových vředů, spálenin a jizev, ale i při léčbě alergií, astmatu, degenerativních chorob, revmatizmu, traumat aj. Pokud jde o mechanismus působení, tak v příložené brožurce firmy Zepter pod názvem „Základní a praktické informace o systému světelné terapie“ se tvrdí, že polarizované světlo snižuje citlivost nervových zakončení, ovlivňuje převod vzruchu z nervu na svalové vlákno v místě nervové ploténky, rozšiřuje krevní a mízní cévy, zvyšuje mitotickou aktivitu, tedy rychlost dělení a množení buněk, zvyšuje ve tkáni energetický potenciál a zvyšuje v ní také obsah adenosintrifosfátu až o 170%. Jiné lampy zase mají působit na molekulární uspořádání buněčných membrán a posilují buněčný metabolismus.

**Hodnocení:** Slibované efekty jsou nereálné a udávané mechanismy účinku nepotvrzené. Zdrojem světla je běžná halogenová žárovka, vydávající obyčejné viditelné světlo, o kterém víme, že nemá žádný vliv na živou tkáň. A polarizační filtr před ní nemá žádný jiný efekt, než že část světelných paprsků eliminuje a propouští jen ty, které kmitají v jedné rovině, určené natočením filtru. Je sice pravda, že se polarizované elektrické pole světelného záření v mnoha fyzikálních experimentech skutečně uplatňuje, ale jen tam, kde se jedná o systémy anisotropně uspořádané, tedy orientované do jednoho směru. Lidské tkáň však za anisotropní považovat nelze (nehledě k tomu, že by v takovém hypotetickém případě musela být tkáň ozařována v přesně určeném směru), a nelze proto očekávat, že by polarizované světlo mělo jiný efekt než světlo obyčejné, nepolarizované. Ostatně ani při ozáření obyčejným světlem nebyly pozorovány žádné efekty na živou tkáň kromě výjimek, kdy je světlo absorbováno nějakým barvivem. Neexistují ani seriózní vědecké práce, které by nějaký efekt polarizovaného světla na živé tkáň prokazovaly. Výše uvedené mechanismy, které mají vysvětlit účinnost polarizovaného světla, jsou jen pouhými spekulacemi. Bylo sice publikováno několik příznivě vyznívajících sdělení, ale ta jsou dílem autorů, kteří mají vazbu na výrobce.

## Laserterapie

Laserterapii používá jak vědecká, tak i alternativní medicína. Laser (light amplification by stimulated emission of radiation) je přístroj, který vydává elektromagnetické světelné záření. Od slunečního světla se liší tím, že jde o záření monochromatické (o určité vlnové délce v rozsahu denního světla), že je koherentní (vlny jednotlivých paprsků mají stejný fázový posun), že se šíří s minimální rozbíhavostí a že je některé typy laserů vydávají v krátkých impulsech. Existují lasery několika typů. Lasery s vysokým světelným výkonem, které mají termický účinek, se využívají pro jejich destruktivní účinek na tkáň v chirurgii jako řezný nástroj, ke stavění krvácení nebo k odpaření patologické tkáně. Možnosti jejich použití se výrazně rozšířily po zavedení ohebných světlovodných kabelů, které umožňují endoskopické, minimálně invazivní výkony. Druhým v medicíně využívaným efektem je fotochemická reakce. V tomto případě se používají méně výkonné lasery. Ozáření tkáně, označené vhodným barvivem, vede k produkci toxických kyslíkových radikálů, které ničí ozářené buňky. Tato „fotodynamická terapie“ se používá v dermatologii k léčbě povrchových nádorů.

Vedle těchto užitečných metod se však od 80. let 20. století prudce rozšířilo používání tzv. měkkých laserů (s nízkým nebo středním výkonem, nebo laserů infračervených), které mají mít především „biostimulační“ účinky. Jsou to elegantní přístroje ve tvaru sond, psacích per nebo pistolí, cenově dostupné. Nabízí je dnes mnoho firem, a to ve dvou typech, buď helium-neonové nebo polovodičové. Běžný helium-neonový laser vydává kontinuálně červené světlo o vlnové délce 632 nm s výkonem 1-50 mW<sup>2</sup>. Polovodičové lasery o vlnové délce cca 900 nm mají výkon až do 1000 mW<sup>2</sup>, ale vyzařují v extrémně krátkých impulsech. Výkon těchto měkkých laserů nestačí na zahřátí tkáně, a proto se označují jako atermické. Připisuje se jim přesto široké spektrum účinků: mají povzbudit růst, regeneraci, látkovou výměnu, imunitu, prokrvení, mají mít účinky protiinfekční, protizánětlivé, antalgické (proti bolesti) a mnoho jiných. Pokud jde o mechanismus působení laserů, tak jejich výrobci nabízejí nejruznější vědecky vypadající spekulace, např. o změnách potenciálu buněčných membrán, o jejich hyperpolarizaci, dráždění cholinergních synapsí a pod. Používání laserů se rychle rozšířilo v revmatologii, ortopedii, ale opatřovali si je i praktičtí lékaři pro léčbu artrózy, bolestí zad, tenisového lokte, zánětů šlach a pod.. Oblíbené je jejich používání i v akupunktúře pod názvem laserpunktura. Ozařování jednotlivých „aktivních bodů“ má mít tonizační nebo naopak tlumivé účinky, v závislosti na frekvenci záření. Lasery dnes používají jak léčitelé, tak i mnozí lékaři, a jsou doporučovány i pro samoléčbu.

**Hodnocení:** Používání „tvrdých“ laserů jako řezných nástrojů v chirurgických oborech, v očním lékařství ke korekci optických vad nebo v onkologii k odstranění tumorů je standardní, ověřenou a široce používanou metodou v medicíně.

Naproti tomu „biodynamické“ účinky měkkých laserů prokázány nejsou a neexistuje ani žádná racionální hypotéza o mechanismu jejich předpokládaného účinku. Zásadním argumentem proti možné účinnosti měkkých laserů je experimentální zjištění, že žádná ze specifických vlastností laserového záření nemá fotobiologické účinky. Ani rovnoběžnost záření, ani monochromaticnost, ani koherence záření nemají vliv na interakce světla s atomy a molekulami. Laserové světlo tedy nemůže mít jiný účinek než světlo obyčejné. Další podstatnou námitkou je to, že laserový paprsek, podobně jako paprsek světla viditelného, se nedostane dostatečně hluboko, aby mohl ozářit chorobou postiženou tkáň nebo akupunkturní body. Do hloubky 1 cm dosahuje méně než 1% původního záření, a ještě významnější je to, že už v hloubce několika desetin mm ztrácí laserové světlo svou koherenci. A právě té jsou některými autory připisovány specifické biologické vlastnosti laserového záření.

Kromě těchto teoretických námitek byla provedena dlouhá řada laboratorních experimentů a klinických studií, které ověřovaly účinnost měkkých laserů. Sledoval se efekt léčby na bolestivost i na kloubní pohyblivost u artrózy, páteřních bolestí, tenisového lokte,

zánětů šlach. V žádné z desítek studií se nepodařilo potvrdit udávané biodynamické účinky nízkoenergetických, měkkých laserů. Právě tak se neprokázal jejich léčebný efekt na hojení ran a bércových vředů. Ke stejnému závěru dospěly proto i publikované metaanalýzy, shrnující výsledky dosavadních studií. Vliv laserového světla na tkáň byl studován i v České republice, a to v Biofyzikálním ústavu Lékařské fakulty Masarykovy univerzity v Brně se stejným negativním výsledkem. Popisované léčebné efekty léčby laserem, pokud jde o zmírnění bolesti, jsou jen placebovým efektem. Pokud jde o laserpunkтуру, tak ta je metodou zcela absurdní už proto, že existence bodů ani meridiánů, které mají propojit aktivní bod a nemocný orgán, nebyla nikdy prokázána a teoreticky je neodůvodněná.

Závěrem lze říci, že laserterapie měkkými lasery včetně laserpunkтуры je typickou metodou „alternativní“ medicíny: možnost předpokládaných účinků je v rozporu s vědeckými poznatky a experimentálně nebyly léčebné ani jiné efekty potvrzeny. Rizikovou metodou laserterapie není, pokud nezasáhne paprsek oční sítnici, ale vzhledem k jen placebovému účinku ji nelze doporučit. Rozšířila se jen proto, že byla, ostatně jako každá „alternativní“ metoda, provázena masivní optimistickou reklamou a že elegantní přístroje jsou velice působivé a lékaři i pacienti oblíbené. V posledních letech však móda laserů upadá a nahrazují ji „biolampy“ s jinými druhy záření. Přispělo k tomu i to, že se k používání laserů negativně vyjádřily i oficiální instituce. Lasery nebyly schváleny americkým úřadem pro kontrolu léčiv FDA. Podobně v Německu, kde byla na počátku 80. let laserterapie hrazena ze zákonného pojištění, bylo toto rozhodnutí už v r.1987 zrušeno. Jednoznačně negativně se k používání laserů staví také německá nadace pro ochranu spotřebitelů Stiftung Warentest v její publikaci Die andere Medizin.

---

# Parapsychologie a parapsychologické metody



Úvodem si dovolím malou poznámku. Parapsychologické diagnostické a léčebné metody jsou nesmírně diverzifikované, ale spojuje je představa, že diagnostika i terapie jsou zprostředkovány existencí zvláštních, dosud neznámých sil a jejich mimosmyslovým přenosem. Tím se tyto metody odlišují od všech ostatních metod alternativní medicíny. Pokládám proto za nezbytné vysvětlit před popisem jednotlivých parapsychologických metod podstatu i vývoj parapsychologie, objasnit povahu předpokládaných sil a mimosmyslových kontaktů a podrobně je zanalyzovat.

## Parapsychologie

Definice parapsychologie je nesnadná. Snad nejvhodnější je definice českého parapsychologa M. Rýzla: Parapsychologie je obor, „*který zkoumá jevy záhadné, tak či onak spjaté s psychikou člověka, které probíhají mimo rámec běžných zkušeností*“. Musím dodat, že to byla původně vědecká disciplína, která se postupně změnila v pseudovědu. Do sféry parapsychologie spadá jasnovidectví, čtení myšlenek, telepatie, předvídaní budoucnosti, vyvolávání duchů, víra v poltergeisty, převtělování, zjevení, levitace nebo telekineze, tedy vesměs jevy, které nelze vysvětlit zkušeností ani fyzikálními zákony. Rozsáhlé jsou také aplikace parapsychologie v oblasti alternativní medicíny.

## Historie parapsychologie

Historie parapsychologie je nesmírně zajímavá a barvitá. Východiskem je prastará představa o existenci duchů a tajuplných přírodních sil. Těmi se zabývala magie a okultismus (skryté umění), který byl chápán jako věda o jevech našim smyslům skrytých a které se mohli věnovat jen lidé s mimořádnými schopnostmi. Okultismus si vypracoval i zvláštní systém nazírání na člověka i na svět, který chápal jako živý organizmus. Lidstvo se údajně vyvinulo ze čtyř ras, lidské tělo se dělilo na tělo materiální, na ducha a na tělo astrální, zvláštní význam v přírodě hrály číselné zákony. Dodnes vidíme odezvu na tyto názory např. v antroposofii R. Steinera, v numerologii aj. Do rámce okultismu patřila např. astrologie, alchymie i různé podoby věštevství.

Duchové byli chápáni jako existující bytosti nebo také duše zemřelých, které zasahovaly do života lidí. Člověk se k duchům modlil, žádal je o pomoc a snažil se s nimi komunikovat. Z hlediska vzniku parapsychologie nás zajímá jen jedna kategorie duchů, a to **poltergeisti** (z německého „*poltern*“ – rámusit), kteří se často objevovali ve starých hradech nebo domech zemřelých osob. Vyznačují se boucháním, házením a ničením věcí, objevují se většinou v noci a kupodivu vždy v přítomnosti člověka. Záznamy o nich jsou známy už z římského období z 1. století, později z Číny a Německa. Přesnější popisy jsou ale k dispozici až od 17. století, kdy se poltergeisti objevovali snad všude.

K přímo převratné události, pokud je o duchy, došlo v r.1848 v městečku Hydesville v USA, kde se poltergeist objevil v domě rodiny Foxových. Řádil, klepal, občas něco rozbil, shodil nebo hodil. Dcerám Foxovým, 13leté Margaret a 11leté Kate se podařilo s duchy navázat kontakt. Kladly jim otázky a hláskovaly abecedu. Správné písmeno duch potvrdil. Sestry svou metodu předváděly na veřejnosti a informace o této revoluční možnosti –

navazovat kontakt se zemřelými –, se rozlétna po celých USA a stala se impulsem pro **vznik spiritizmu**. (K podvodu se přiznala Margaret až na konci svého života.)

První fází spiritizmu bylo kolektivní vyvolávání duchů pomocí zprostředkovatele – média. Záhy se však spiritizmus diverzifikoval. V malých kroužcích osob kolem kulatých stolků se spiritizmus provozoval na poutích jako lidová zábava, později se ho ujala také křesťanská náboženství. Průkaz existence duchovního světa měl podpořit tradiční náboženství v době jeho úpadku v technokraticky zaměřeném světě. Po počátečním obrovském nadšení na přelomu 19. a 20. století začal však zájem o spiritizmus klesat a v druhé polovině 20. století měl již jen minimum příznivců. Přes uvedené neúspěchy však znovu ožil koncem 20. století v souvislosti s vlnou postmodernizmu, v podobě komerčně zaměřeného channelingu, t.j. kontaktování vesmírných bytostí, „vyšších inteligencí“.

Vedle uvedené duchovní linie se už koncem 19. století začaly o spiritizmus zajímat i vědecké kruhy, jejichž cílem bylo prozkoumat tento fenomén a potvrdit objektivně existenci duchů. Mezi známými vědci, kteří se na výzkumech podíleli, byli např. A.R. Wallace nebo M. Faraday. Hledání fyzikálních sil, které by vysvětlily jevy při seancích, skončilo však neúspěchem. Situace se ale změnila, když se do věci vložili psychologové, jejichž zásluhou došlo k významnému obratu v názorech na duchy, spiritizmus a na zvláštní fenomény při seancích. Psychologové vyslovili „kacířský“ názor, že nejde o duchy, ale o reálný jev, totiž že to jsou média, která vyvolávají všechny spiritistické fenomény. Média jsou podle jejich představy nadána zvláštními mimosmyslovými schopnostmi, které se projevují různými psychokinetickými nebo psychosenzorickými, např. telepatickými fenomény. Psychologové samozřejmě chtěli správnost tohoto názoru objektivizovat. Začala tak nová fáze ve vývoji zkoumání spiritistických jevů, éra vědeckých experimentů, které měly prokázat nikoli jen existenci duchů, ale především možnost mimosmyslového vnímání a kontaktů. Zrodila se **parapsychologie**, která se později rozvinula do neuvěřitelné šíře a směřu a je dnes plně etablovanou disciplínou.

Zprvu to byl skutečně seriózní, vědecký projekt. Byly zakládány odborné společnosti, první v r.1882 v Londýně pod názvem Society for Psychical Reseach, v r.1885 další stejnojmenné v USA a ve Francii a později v mnoha dalších státech. Společnosti jsou aktivní dodnes, pořádají konference, zakládají vědecké laboratoře (např. v USA v Princetonu), vydávají časopisy, jako J. of the Soc. for Psych. Research, European Journal of Parapsychology nebo magazín Paranormal Review. Byly vymyšleny standardní testovací metody k průkazu uvedených fenoménů. Na jejich zavedení měl největší zásluhu J. B. Rhine, který začátkem 30. let 20. století vybudoval v Durhamu laboratoř, která se stala centrem výzkumu paranormálních jevů. Výsledky však byly rozporné, exaktní průkaz uvedených jevů podán nebyl. Přesto víra v existenci parapsychologických schopností trvá a parapsychologie se rozvíjí do dneška. Víře v možnosti využití parapsychologie propadla vedle vědců nejen veřejnost, ale i státní orgány. Ještě v době studené války byly v USA, SSSR i v Británii vytvořeny výzkumné skupiny, které chtěly možnost mimosmyslového přenosu využít ve vojenství. Experimenty byly zaměřené na psychokinetické rušení elektromagnetických paměťových systémů počítačů nebo na telepatické kontakty mezi vesmírnými posádkami nebo na telepatické ovlivnění nepřátelských generálních štábů.

I v naší republice zapustila parapsychologie své kořeny. Jejím nejznámějším představitelem v předválečných letech byl B. Kafka, otec české parapsychologie, jehož kniha „Zákony nové experimentální psychologie“ se stala biblí parapsychologů. Poslední vydání je z r.1991.

V poválečných letech se u nás, v návaznosti na SSSR, rozvíjela parapsychologie pod názvem **psychotronika**. Tento termín poprvé použil Francouz Clerk v r.1955, ale používal se prakticky jen v zemích východního bloku. Měl naznačovat, že jde o jevy materialistické. Jejimi nejznámějšími našimi zastánci a propagátory byli R. Pavlita, Zd. Rejdák, F. Kahuda.

Psychotronik Pavlita údajně dokázal kumulovat psychickou energii v biogenerátorech, kterými pak ovlivňoval otočné vrtulky nebo střelky magnetu. Bylo vysoce ceněno, že své tajemství, jak aktivuje biogenerátory, nikdy neprozradil a že se ho tak nezmocnily západní velmoci. V r.1973 byla v Praze při Vysoké škole chemicko-technologické zřízena Psychoenergetická laboratoř, později byl založen i „Institut pro psychotroniku a juvenologii“, řízený PhDr. F. Rejdákem. Ten byl také předsedou Mezinárodního sdružení pro výzkum psychotroniky, které bylo právě u nás založeno. Tajemství, proč mohla za tehdejšího režimu prosperovat disciplína, zabývající se duchovními jevy, se vysvětlilo, když se po revoluci zjistilo, že Zd. Rejdák byl agentem bezpečnosti. Na rozdíl od západní parapsychologie, která se snaží být přesně definovanou vědeckou disciplínou, neměla nikdy naše psychotronika jasnou koncepci ani přesnou experimentální metodiku. Místo výzkumu se záhy zaměřila především na léčitelství.

Dnešní psychotronicci rozvíjejí svůj obor pod módnějšími termíny jako je **biotronika, bioenergetika, bioinformatika, informační medicína a dnes i kvantová medicína**. Mění se i jejich slovník, který se obohacuje o termíny vědecké medicíny. Mimosmyslové jevy jsou např. vykládány jako relativistické nebo kvantové fenomény. Dnešní „bioinformatičtí“ se však dnes na rozdíl od původních parapsychologů zabývají jen okrajově výzkumem mimosmyslových sil a jevů. Většinou se věnují léčitelské praxi, diagnostice i terapii. Vystupují jako jednotlivci nadaní zvláštními schopnostmi, jako tzv. senzibilové, v angloamerickém světě jako „psychici“, mají své profesní organizace, pořádají konference, mají své časopisy, u nás např. Mandala nova, později Psychoenergetika, a do jiných, jako jsou Regenerace, Regena a Meduňka, bohatě přispívají. U nás existuje několik společností, které se psychotronicou zabývají. Je to především Česká psychoenergetická společnost (ČEPES) se sídlem v Praze, založená v r. 1991. Mezi jejími cíly z r. 2008 je např. snaha o zařazení profese „bioenergetik“ do soustavy povolání. V rámci jejich klubové činnosti také *„úspěšně probíhají aktivity klubu esoteriky. Dále jsou vytvořeny podmínky pro ustavení a činnost klubu numerologů a kartářek.“* Dalšími společnostmi jsou Sdružení badatelů v psychotronicce, Psychoenergetická společnost ASTRADAT nebo Klub psychotroniky a UFO, sídlící v Plzni, který má řadu sekcí, z nichž vyjímáme: sekce UFO, sekce Archeoastronautika, Agrosymbol, Poltergeist, Magie, Astrologie, Esoterika, Anomal a j.

Analogická je situace ve světě. Stále existují původní parapsychologické společnosti i jejich časopisy a pořádají se pravidelné konference. Přesto je ale znát určitý ústup ze slávy. Např. v Rakousku pronikla parapsychologie široce do vědecké oblasti, zejména do prestižní vědecké Společnosti Ludwiga Boltzmannova. V jejím rámci byl zřízen Institut pro biosenzoriku a bioenergetický výzkum životního prostředí, Homeopatický institut aj., na univerzitě v Grazu bylo zřízeno výzkumné pracoviště pro „nízkoenergetické bioinformace“ aj. V r.2004 však byly všechny vědecké instituty Bolzmanovy společnosti hodnoceny a ze 135 institutů jich přežila jen třetina. Podobný úpadek prožívá parapsychologie ve Švýcarsku: Basilejský Spolek PSI (PSI = psychický výzkum) na svých stránkách sděluje, že už nebude pořádat své pravidelné „Dny PSI“ pro nedostatek zájmu i financí. Sám termín parapsychologie se ve světovém měřítku stále méně používá a nahrazuje se slovem „bioinformatika“ nebo „kvantová medicína“ a pod.

Přesto stále existuje množství specifických alternativně-medicínských disciplín, mnohdy velice rozdílného charakteru, které propojuje víra v existenci neznámých nebo duchovních sil s léčebnými vlastnostmi a víra v možnosti jejich detekce nebo terapeutického využití. Před tím, než se budeme věnovat jejich popisu, ještě vysvětlíme povahu „sil a „energií“, které mají být podstatou účinnosti léčebných metod.

## Mimosmyslové vnímání, bioenergie a senzibilové

Veškeré vnímání vnějšího světa je zprostředkováno našimi smysly. Vedle těch, kterými je obdařen člověk, to mohou u jiných živočichů být receptory vnímající i elektrické nebo magnetické signály. Parapsychologové se však domnívají, že mezi lidmi navzájem, mezi lidmi a zvířaty, rostlinami nebo dokonce neživými předměty existují kontakty mimosmyslové (lidově šestý smysl). Běžně se pro jejich vnímání používá anglický termín „Extra Sensory Perception“, ESP, který navrhl v r.1927 parapsycholog J. B. Rhine. Parapsychologové předpokládají, že existuje síla dosud neznámé povahy, která takové spojení umožňuje. Údajně může jít o sílu fyzikální nebo duchovní povahy, které se dnes dávají nejrůznější jména. Všechny moderní termíny odpovídají dřívějším termínům „čchi“, „prána“, „mana“, „éter“, „fluid“, „od“, orgonská energie aj. V r.1963 navrhli Thouless a Wiesner pro tuto neznámou sílu neutrální termín „psi“ (PSI) = psychologické schopnosti, který je dnes nejpoužívanější. Tato síla má mít dvě formy, sílu „psi gama“, která má umožňovat psychosenzorické fenomény – ESP, jakými jsou např. jasnovidnost (paragnózie), přenos myšlenek (telepatie), předvídání (proskopie) nebo diagnostiku chorob, a sílu „psi kapa“, která má umožňovat fenomény psychokinetické – PK, jako levitaci, telekinezi, materializaci, distanční léčení.

Uvedené síly mají umožňovat nejen vzájemné kontakty mezi lidmi, ale mají se uplatňovat i při řízení organismu. Energie při tom někdy probíhá tělem po energetických drahách, čínských meridiánech, nebo, podle indické filozofie, propojuje navzájem čakry. A nejen to, energie nezůstává omezena na vlastní tělo, ale vystupuje i mimo ně a vytváří jakýsi obal těla, tzv. **auru**. Podle některých senzibilů má aura tři vrstvy“. Vnější vrstva zasahuje do vzdálenosti 60 cm, u senzibilů a jogínů až do několika metrů. Druhá vrstva, zachytitelná na Kirlianově fotografii (viz dále), je silná jen 1-2 cm. Ve třetí vrstvě, ležící přímo na povrchu těla, jsou umístěny body, ze kterých lze ovládat organismus. Jiní mluví ještě o vnější zóně, o energetickém bezrozměrném poli, které zasahuje do prostoru bez omezení, nekonečně daleko. U zdravých lidí je aura žlutavě bílá, někdy zlatá, v případě psychického napětí přechází přes zelenou po fialovou a při chorobách nabývá tmavých odstínů a mění se i její tvar.

O povaze uvedených sil a aury existuje velké množství spekulací, počínaje elektromagnetickou silou přes gravitační pole, emisi neutrin, imaginární elementární částice, přes podivné nejasné částice jako jsou „astraly“, „psitrony“, „deltrony“, „mentiony“ až po duchovní entity: duše zemřelých, jejich energetické tělo, kolektivní duše lidí, vesmírné bytosti, božský intelekt. Jiní parapsychologové předkládají různé kosmologické konstrukce. Např. podle Tyrella je vesmírné jsoucno vícerozměrným neeuklidovským světokontinuem, ve kterém existuje i nadsmyslový svět. Jiní zase soudí, že svět je spojen jednotným PSI polem, které unifikuje všechna základní fyzikální pole, tedy elektromagnetické, gravitační, mezonové. V současné době se mluví o kosmickém vědomí. Propagátory takových bludných představ jsou R. Sheldrake a náš Stanislav Grof, který spoluvybudoval celý nový „vědecký“ obor, „transpersonální psychologii“.

Za malou poznámku stojí „mentiony“, existující dokonce ve třech podobách. Tento termín zavedl bývalý ministr školství František Kahuda k označení jednotky síly, která měla zprostředkovávat mimosmyslové kontakty. Podle Kahudy jde o „superinfragravitační“ hypotetické částice, které se mají šířit nadsvětelnou rychlostí. Jinými z jeho fantazijních termínů jsou „elementární vakuové psychony“, „neurofág“ a „psychofág“.

Často používají parapsychologové i mnozí jiní léčitelé místo slova „síly“ termín „energie“ a navzájem oba významy zaměňují. I termín „energie“ však používají chybně. Termín energie má totiž přesně definovaný fyzikální význam. Zjednodušeně řečeno znamená potenciální nebo aktuální schopnost určitého fyzikálního systému vykonávat práci. Energie je tedy schopnost objektivně prokazatelná, přesně měřitelná v jednotkách práce. Využitelná je však vždy jen její část, tzv. volná energie, zbytek je energie vázaná. Metaforicky se pak slovo energie používá k pojmenování aktivity nebo zdatnosti člověka. V pseudovědě je však termín

energie, podobně jako termín volná energie zneužíván k iracionálnímu výkladu sporných a neexistujících jevů a efektů. Má povahu nehmotnou, duchovní a vždy neměřitelnou, protože současné fyzikální detekční metody jsou údajně nepřesné a málo citlivé. Energii pacienta jsou léčitelé schopni harmonizovat, odblokovat, naladit, vybalancovat atd., negativní energii odebírají, pozitivní energii dodávají pacientům dotekem ruky, nabíjejí jí různé předměty a jsou schopni vysílat ji i na dálku. Energii také vyzařují léčivé kameny, je obsažena v rostlinných preparátech, lze ji i získat kvašením nebo vyluhováním (spagyrika). Energie je také zneužívaným termínem v New Age filozofii.

Často se dnes také ve sféře AM pracuje s předponou bio-. Mluví se o „bioenergetické medicíně“, „bioenergii“, „biofotonech“. „Bioenergetici“ vycházejí z představy, že lidské tělo je prostoupeno proudící bioenergií, která může být blokována, což vyvolá různé choroby. Diagnostika spočívá ve zjištění blokády, terapie v jejím odstranění.

Problém s „energií“ je v tom, že má ve fyzice zcela přesný význam a je objektivně měřitelná. Zatím nebyla nikdy nalezena jako prostředník paranormálních jevů. I s energií duchovní má parapsychologie problémy, protože ta není žádnou vědeckou metodou detekovatelná. Parapsychologové ji proto zjišťují dotykem rukou nebo „vnitřním zrakem“. Mimo to používají dnešní bioenergetici k jejímu zachycení různé přístroje, od nejjednodušších jako je virgule (proutek), kyvadlo, vlašťovka až po komplikované přístroje. V zahraničí jsou jich nabízeny desítky a vyrábějí se stále další pod nejrůznějšími a často matoucími názvy. Podobné přístroje jsou nabízeny i k měření hypotetického „zemního záření“. Používání přístrojů se označuje termínem „radionika“, měření energií a „energetických vibrací“, vycházejících z těla, termínem „radiestézie“.

Vnímat „duchovní energii“ a používat ji k mimosmyslovým kontaktům, třeba k diagnostice a terapii však neumí každý. Takovou schopností údajně jsou nadáni jen někteří lidé, tzv. **senzibilové**. V angloamerických zemích se pro takovou osobu používá termín „psychic“. Do této kategorie lze řadit i někdejší *média* – paragnosty a dnešní *channelery*. Senzibilové, především mnozí léčitelé, jasnozřivě získávají informace o životě jiných lidí nebo o jejich chorobách, dokáží diagnostikovat nemoci pouhým „vnitřním zrakem“ nebo snímáním aury a cítí, když je někdo zezadu pozoruje. Zpravidla jsou nadáni i schopnostmi psychokinetickými, dovedou tedy pohybovat předměty, ovládat generátor náhodných čísel, vysílat telepaticky léčebné příkazy. K našim nejznámějším senzibilům patřil psychotronik R. Pavlita, který ovládal svou myslí mechanické strojky, malíř Kožíšek, diagnostikující podle data narození nebo vzorku vlasů pacienta, nebo senzibilové, kteří opakovaně spolupracovali s policií např. při hledání ztraceného Tadeáška nebo uprchlých zločinců.

## **Pohled na parapsychologii z hlediska vědy**

Chceme-li hodnotit parapsychologii jako disciplínu, je nutno nejprve posoudit pevnost jejího pilíře, tedy údajnou existenci mimosmyslových schopností a sil, které tyto schopnosti zprostředkují. Víra v existenci ESP vychází primárně z osobních zážitků jednotlivců. A ten lze ovšem vysvětlit přirozeně jako projev neznalosti, omyl, sebeklam, „wishful thinking“ (přání otcem myšlenky), selektivní myšlení apod. Je tedy nutno podat objektivní důkaz existence těchto fenoménů a sil, objevit jejich zdroj, tedy vysílač a také orgány pro jejich recepci. Mělo by to být snadné. Představa o existenci ESP a také PSI síly je totiž snadno testovatelná pomocí nejrůznějších experimentů s hádáním karet, dálkovým viděním, ovlivňováním generátorů náhodných čísel a j. Nejznámější jsou snad tzv. ganzfeld experimenty, při nichž má osoba, jejíž oči jsou zakryty půlkami ping-pongového míčku, ozářenými červeným světlem, určit přesně jeden z obrázků, které jsou telekineticky vysílány parapsychologem. Experimentování bylo od počátku hlavní náplní práce parapsychologických společností. Ale teprve v 30. letech vypracoval standardní metodiku hádání karet Američan



Rhine. Senzibil se soustředil a měl na dálku uhodnout, která karta byla náhodně vytažena. Do r.1938 bylo publikováno 25.000 takových pokusů, které se zdály signifikantně potvrzovat schopnost jasnozřivosti na velké vzdálenosti. Avšak po zavedení přesné techniky a moderního statistického zpracování se tyto efekty nepodařilo zopakovat. U dvou vědeckých pracovníků Rhineho ústavu byl zjištěn podvod. V minulých desetiletích byly provedeny další rozsáhlé pokusy, např. prostřednictvím rozhlasu, kdy posluchači-senzibilové měli identifikovat obrazce, na které se soustředil parapsycholog a vysílal je to éteru. Výsledky byly jednoznačně negativní. K přesvědčivě negativnímu výsledku dospěla také Akelsova metaanalýza z r.1984, ve které zhodnotil 54 parapsychologických experimentů. Ke stejnému závěru dospěl známý skeptik Hyman spolu s parapsychologem Honortonem při detailní analýze prací, věnovaných třem základním, podle parapsychologů nejprůkaznějším a také nejpoužívanějším metodám studia mimosmyslových fenoménů, totiž psychickému dálkovému ovlivňování elektronických generátorů náhodných čísel, vidění na dálku (remote viewing) a ganzfeld experimentům. Experimenty jsou prováděny dodnes se stejnými, negativními výsledky. Stejně vyznívaly i všechny experimenty ve vojenských laboratořích v USA, SSSR a Británii. „Vědecké“ týmy byly nakonec před několika léty ve všech těchto zemích rozpuštěny.

Stejným zklamáním skončilo i psychotronické experimentování v naší republice. Sérii experimentů pana Pavlity a pražské Psychoenergetické laboratoře s ovlivňováním pohybu vrtulek, magnetky, zatěžováním misky vah i pokusy s levitací vysvětlil přirozeným, fyzikálním způsobem ruský profesor Kitajgorodskij. Pavlitovy experimenty odmítlo také speciálně ustavené vědecké kolegium. A podobně se nepodařilo prokázat spoluúčast psychoenergetických sil v Kahudových a Rejdákových pokusech.

Tvrdou ranou pro parapsychologii bylo také odhalení mnoha podvodníků mezi senzibily. Dopadli podobně jako kdysi paragnosti – média a jako poltergeisti. Při prověřování schopností senzibilů se ukázalo, že jde zpravidla o podvod. Už v r.1955 byl jako podvodník odhalen v Německu jasnovidce Strob. Dokázal vnutit svou vůli hlasateli rozhlasu, který pak vyslovoval telepaticky zasláná nevhodná slova. Zjistilo se, že byl podplacen 300 markami. Snad nejznámějším senzibilem světového formátu byl Izraelec Uri Geller, který předváděl v USA i Německu na veřejných představeních i v televizi ohýbání vidliček nebo opravoval hodinky pomocí psychické energie V r.1974 vyvolalo jeho vysílání hysteroidní reakci mnoha posluchačů, protože vyzařování bylo tak silné, že se divákům programu údajně ohýbaly celé přístroje. Že se jednalo o kolektivní sugesci, je zřejmé. Nechali se zmást i profesori i ministryně zdravotnictví. Vše se ovšem záhy vysvětlilo, když byl Geller přistižen při podvodu a když jeho triky s přístroji a hodinkami vysvětlil a názorně předvedl v r. 1977 v televizi eskamotér Hüenthal. A pokud jde o udávané náročnější výkony, jako lámání zlatých náramků, praskání žárovek, vypadávání zubních výplní i ohýbání hlavní pušek, to vše bylo reklamními triky, které šířili Gellerovi manažéři. Podobně bylo při podvodu a lži dopadeno mnoho dalších parapsychologů a senzibilů, i když takové odhalení není snadné a většinou se to podaří jen profesionálním eskamotérům.

Takovou osobou je v USA James Randi, který se specializuje na odhalování telepatů a jasnozřivců. Klasický je případ Petera Popoffa, který v 80 letech minulého století ohromoval v USA náhodně vybrané posluchače na veřejných shromážděních tím, že popsal mnoho detailů z jejich života, aniž by je kdy viděl. Randi v dokonale připraveném projektu vypátral, že informace pro Popoffa sbírá před zahájením představení různými způsoby skupina jeho spolupracovníků. Informace shromažďovala v malém televizním studiu ve voze před budovou Popoffova manželka, která je pak předávala do miniaturního mikrofonu v uchu svého manžela.

Proti možnosti existence předpokládaných neznámých nebo duchovních sil svědčí i fyzikální argumenty, Jednak existují jen čtyři základní fyzikální síly, elektromagnetická, gravitační, silná a slabá jaderná, které stačí pro vysvětlení všech přirozených i „záhadných“

jevů. Existenci žádné další síly fyzika nepředpokládá. Pokud by taková nová síla byla objevena, zhroutila by se celá dnešní fyzikální představa o povaze světa. A to je jen těžko představitelné ve světle teoretických důkazů i praktického ověření platnosti současné vědy.

V medicíně jsou samozřejmě využívány různé druhy energií jak v diagnostice tak terapii, ale termín bioenergetika používá jen medicína alternativní a léčitelé. Pomůcky a přístroje určené pro zachycování, měření nebo naopak ovlivnění této „energie“ měří ve skutečnosti něco zcela jiného než udávají léčitelé nebo neměří nic. Výsledky měření ani léčebné efekty těchto přístrojů nebyly objektivizovány. Kuriózní a iracionální je také směs vědeckých, mystických a filozofických názorů, které mají vysvětlit principy jednotlivých léčitelských metod. Vzhledem k mimořádně širokému spektru metod této „bioenergetické medicíny“ uvádíme bližší údaje u jednotlivých metod.

Závažné jsou i biologické argumenty. Existence zvláštních sensorických schopností je z biologických důvodů nezdůvodnitelná. Je samozřejmé, že smyslové schopnosti lidí nejsou stejné, právě tak jako všechny jiné psychické i tělesné schopnosti. Jsou rozdíly ve schopnosti vnímat barvy, tóny. Mimořádně je rozvinutá hmatová schopnost slepců, ale to vše jsou jen rozdíly kvantitativní v rámci přirozeného rozptylu. Kvalitativní rozdíly mohou být jen ve smyslu negativním, např. při barvosleposti, hluchotě apod. Nová, zvláštní schopnost by vyžadovala zdroj i receptor signálu, které se však nepodařilo prokázat ani anatomicky ani fyziologicky. Navíc by takové vlastnosti musely být dědičné. Každý genetik ale potvrdí, že taková mutace, která by vedla k náhlému vzniku nového smyslu, komplexní funkce nebo orgánu nebyla dosud nikdy v přírodě pozorována a nebyla by ani vysvětlitelná. V každém případě by taková schopnost znamenala obrovskou evolučně konkurenční výhodu. Kdyby tomu tak bylo, museli bychom dnes být všichni senzibily.

Konečně lze použít i logické argumenty proti možnosti existence předpokládaných sil a ESP jevů. Kdyby taková možnost existovala, pak by bylo snadno možné odhalit ztracené děti, hledané zločince, nevěrné manžely a manželky, ovlivňovat ruletu a vyhrávat v loteriích. A určitě by některých senzibilů už dávno získal milion dolarů, které nabídl James Randi tomu, kdo prokáže existenci mimosmyslových fenoménů.

**Ze všech uvedených argumentů plyne jasný závěr, že výchozí princip parapsychologie, představa o existenci neznámých sil, umožňujících komunikaci mezi lidmi, je mylná. Názor vědecké komunity je jednoznačně negativní. Americká U.S. National Academy of Sciences vydala v r.1988 prohlášení, že „z výzkumu trvajících 130 let, nevyplývá žádné vědecké oprávnění pro předpoklad existence parapsychologických fenoménů., Z tohoto hlediska je nutno hodnotit nejen parapsychologii a psycho- nebo biotroniku, ale i všechny její dále uvedené lékařské aplikace.**

## **Diagnostické parapsychologické metody**

### **Radionika – virgule, kyvadlo**

Parapsychologie tvrdí, že senzibil je schopen detekovat duchovní PSI síly přímo, např. přiložením rukou, nebo je vnímá „šestým smyslem“. Vedle toho se však k průkazu těchto sil používají nejrůznější pomůcky i složitější přístroje. V tom případě se mluví o radionice nebo o radiestézii, což jsou však termíny užívané jen v oblasti pseudovědy. Nejznámějším a také nejjednodušším takovým nástrojem je proutek, virgule. Pomocí ní se od pradávna vyhledává podzemní voda, ložiska rud nebo různé poklady. Není to nic jiného než pružná větvička ve tvaru vidlice, kterou proutkař drží za ohnuté, napružené konce, někdy podhmatem, jindy nadhmatem. V místě, kde je hledané ložisko, se proutek skloní hrotem k zemi, dojde k tzv. proutkařské reakci. Je to pohyb prudký, nečekaný a budí dojem, že jej vykonává nějaká vnější

síla, ať už „narušené elektromagnetické pole“ nebo dosud neznámá síla fyzikální nebo duchovní povahy.

Proutkaři údajně existovali už ve starověku, ale přesnější údaje pocházejí teprve z 15. století. Proutkaření a proutkařské nástroje se od té doby, přes rychlý všeobecný rozvoj techniky, nijak nezměnily. Nezměnilo a nezmizelo ani proutkařství a zájem o ně se v současné době dokonce zvyšuje. Dodnes je vyhledávání vody virgule oceňovanou profesí, existují i specializované proutkařské firmy na vyhledávání vody a v účinnost proutku věří i většina občanů. Možnosti proutku využívají dnes kromě hledačů vody také různí amatérští archeologové, kteří pátrají po kovových předmětech na prehistorických, nejčastěji keltských sídlištích.

Jiným podobným nástrojem je tzv. siderické kyvadlo (lat. pendulum, lidově také také pendl z německého Pendel), dalším vlašťovka, L-tyčka aj. Kyvadlem může být jakékoli volně pohyblivé těleso, visící na vlákně. Vedle siderického – kovového (siderický znamená také hvězdný, božský) lze použít i kyvadla z jiného materiálu, třeba drahokamu. Kyvadlo se zpravidla drží mezi palcem a ukazovákem a jeho pohyby, směr výchylky nebo směr kroužení mají vypovídací hodnotu. Jindy se esoterik kyvadla ptá, a to mu odpoví: ano, ne nebo zůstane němé. Práce senzibila s kyvadlem někdy připomíná čarování a je provázena složitým rituálem.

Pomocí virgule nebo kyvadla je podle parapsychologů možné navazovat mimosmyslové kontakty mezilidské i s duchovním světem, získávat informace o umístění předmětů nebo vody pod zemí, zjišťovat zemní záření a geopatogenní zóny, testovat sílu energetických polí. Jinou kategorií proutkařů jsou senzibilové, kteří pomocí proutku nebo kyvadla lokalizují místo pobytu zločince nebo ztracených dětí, a konečně proutek používají i dnešní léčitelé. Ti vyhledávají v bytech nemocných tzv. geopatogenní zóny, které mají být příčinou nemoci. Dokáží také lokalizovat nemocné orgány a určit i příslušný lék, i když k tomuto účelu častěji používají siderické kyvadlo.

Kyvadlem není nutno pracovat přímo v terénu nebo nad pacientem, protože ke stejným výsledkům dojde psychotronic, když kyvadlem pohybuje nad mapou, fotografií pacienta nebo nad listem papíru s nakreslenými orgány nebo jmény léků. Kyvadlo údajně spolehlivě ukáže na místo, kde má nemocný postiženou auru, kde v jeho těle sídlí nemoc, který lék je na postižený orgán vhodný. Kyvadlo se používalo i při spiritistických seancích a někdy ho používají i dnešní astrologové, když věští budoucnost z horoskopu. Virgule a kyvadla nejrozmanitějších typů a velikostí, zhotovené z nejrůznějších materiálů, ze dřeva, kovu i drahokamů, lze dnes zakoupit ve všech esoterických prodejnách a veletrzích a bohatá je i nabídka na webu.

**Hodnocení:** Proutkaři nabízejí několik teorií, navzájem zčásti protichůdných, které mají vysvětlit „schopnost“ proutku detekovat vodu, rudná ložiska, mince a jiné kovové předměty nebo chorobná ložiska. Jedna z nich předpokládá, že je to „biopole“ proutkaře, které cíleně vyhledává určené předměty a které pak vyvolá pohyby ruky, podle jiné teorie reaguje proutkař na různé síly, vibrace, ódické pole a pod., jiní mluví o přímém působení jakési raddomotorické síly svalstva na proutek, modernější teorie pak předpokládá, že proutek v ruce proutkaře čerpá informace z paměťového „M pole“, které se rozprostírá kolem celé Země (M = memory).

Všechny uvedené teorie lze snadno odmítnout. Jde o fantazie, odporující vědeckým poznatkům. Žádná z nich nebyla ověřena. Dnes víme, že určit pomocí proutku nebo kyvadla místo výskytu vody nebo čehokoli jiného nelze. Jejich pomocí nelze získat žádné informace. Virgule a kyvadlo mají zcela stejný význam jako křišťálová koule, tarotové karty a pod., mají totiž upoutat pozornost klienta a dodat věrohodnosti výrokům proutkaře, jasnovidce, resp. léčitele. Jedním z těch, kdo na základě zkušenosti považovali proutkaření za pověru, byl už slavný mineralog Georgius Agricola. Jasně se vyjádřil ve svém díle „De re metallica“

z r.1550. Dnes víme, že taková možnost odporuje všem vědeckým poznatkům o vodě, proutku i člověku. Neexistuje totiž žádné zemní záření nebo jiná informace, kterou by voda nebo rudné ložisko „vysílalo“ na zemský povrch. Proutek není ničím jiným než kouskem dřeva, které není právě dobrým vodičem energie, a člověk zase nemá v sobě žádný detektor přepokládaného záření nebo vlnění.

Možnost detekovat cokoli pomocí proutku nebo kyvadla vyloučily i četné exaktně provedené experimenty s hledáním vody, různých předmětů nebo s diagnostikou chorob. Jeden z takových pokusů popsal s podrobným vylíčením použité metody L. Pekárek a M. Rojko v r.1990, popis dalších lze najít v knihách P. Prokopa a E. Kašpara. V posledních letech provedli řadu takových experimentů američtí a němečtí skeptici. Jednoznačně rozhodnout o schopnostech proutkařů měl experiment, který zorganizoval v r.1980 v Mnichově komitét ustavený německou vládou. Rozsáhlý výzkum byl financován částkou 400.000 marek a prováděli jej vědečtí pracovníci spolu s proutkaři. Výzkum byl prováděn ve velké budově, v jejímž přízemí se posouvalo příčně položené potrubí s proudící vodou. Nad stropem měli proutkaři určit polohu potrubí virgulí nebo kyvadlem. Bylo provedeno více než sto testovacích sérií, na kterých se podílelo nejprve 500 proutkařů, z nichž bylo vybráno 43 nejzkušenějších. Výsledky byly zpracovány statisticky a prokázaly, že výsledky proutkařů jsou stejné jako by byly získány generováním náhodných čísel. Ani ten nejzkušenější z proutkařů neurčil polohu trubice přesně. Ke stejným výsledkům dospělo mnoho dalších různě modifikovaných experimentů, ať už šlo o hledání vody, předmětů nebo ložisek choroby.

Řada institucí vydala jasné záporné stanovisko k proutkaření. Např. Úřad geologického průzkumu USA se vyjádřil jednoznačně v neprospěch proutkařů již v r.1917 a dodal: Další ověřování proutkaření by bylo zneužíváním veřejných prostředků.

Zbývá vysvětlit zdánlivé úspěchy proutkařů. Skutečnost je prostá. Zkušený proutkař, hledající vodu, je obvykle dobře obeznámen s hydrologickými poměry v krajině a navíc se může orientovat podle reliéfu terénu a podle druhu a kvality vegetace. To vše mu umožní dobře odhadnout nebo i s jistotou určit, kde se při vrtu musí na vodní zdroj narazit. Věrohodnosti proutkařům dodává mylná představa, že voda se pod zemí vyskytuje jen v podobě úzkých stružek, které je obtížné zachytit. To je omyl, protože voda pomalu protéká plošně mezi vrstvami půdy. Proto lze na vodu narazit téměř všude. Lze také vysvětlit, proč je většina proutkařů o svých zázračných schopnostech přesvědčena. Jejich reakce je totiž zpravidla podvědomá a jde proto o sebeklam. Tušení nebo jistota, že v určitém místě se voda, poklad nebo chorobný orgán vyskytuje, vyvolá drobný, tzv. ideomotorický pohyb ruky (termín zavedený Carpenterem), který stačí k tomu, aby uvolnil potenciální energii napjatého proutku nebo pohnul kyvadlem. Je to pohyb, zpravidla ruky, který není vykonáván volně, s plným vědomím a intencí, ale podvědomě, pod vlivem určité, emočně vypjaté představy. Podobně i divák při fotbalovém zápase automaticky pohne nohou, když útočník střelí branku.

Prudký pohyb i jeho síla jsou často nečekané a vyvolávají přesvědčivý dojem působení vnější síly. Je pravděpodobné, že většina proutkařů je o mimořádných schopnostech proutku přesvědčena a neuvědomuje si, že pohyb proutku vyvolávají sami. K přesvědčení, že jde o záhadné vnější působení sil na proutek, přispívá okolnost, že se zapomene na fyzikální práci, kterou ruce vykonávají při ohýbání proutku před začátkem hledání. V každém případě jde buď o sebeklam nebo o podvod.

Zdalo by se, že používání těchto pomůcek, především kyvadla v léčitelství je jen neškodnou hříčkou, podobně jako křišťálová koule, posilující placebový efekt léčby. Není tomu tak. Tajuplná, emočně vypjatá situace, charisma věštce a zdánlivě věrohodná výpověď kyvadla, např. o nemoci nebo budoucí smrti, může vyvolat těžší psychické reakce u klienta, nebo při nejmenším v něm posiluje víru v existenci duchovního světa a paranormálních fenoménů.

Vedle uvedených jednoduchých pomůcek se v diagnostice používají i složitější přístroje. V tom případě se mluví o radionice. Termín navrhl Američan Albert Abrams, vynálezce slavné „Magické skřínky“, jejíž konstrukce byla vždy obestřena tajemstvím. Sloužila k hodnocení bioenergie. Přístroj analyzoval nemoci pacienta, určoval rytmus vibrace, opravoval jej a opraveným rytmem byl pacient léčen. V mnoha státech USA bylo však používání skřínky prohlášeno za podvod a zakázáno. Jiným přístrojem byla „kamera“ anglického inženýra George de la War, která hodnotila krevní vzorky a vytvářela negativy nemocných orgánů. Některé diagnostické přístroje mají umožnit hodnocení zdravotního stavu po vložení nějakého „předmětu totožnosti“, jiné se musí napřed naladit na konkrétního pacienta, jiné zase simulují aplikaci homeopatických přípravků a hodnotí jejich účinnost. Tyto přístroje měly často zajímavá jména, např. Boydův „emanometr, Puač-Hapiho „emocimetr“ nebo maďarský výrobek „Egely Wheel“. Tyto přístroje už zmizely ze světa, ale objevují se další, které jsou nabízeny na webových stránkách. U žádného z nich nebyla prokázána účinnost, a proto jejich používání neschválila např. americká Food and Drug Administration.

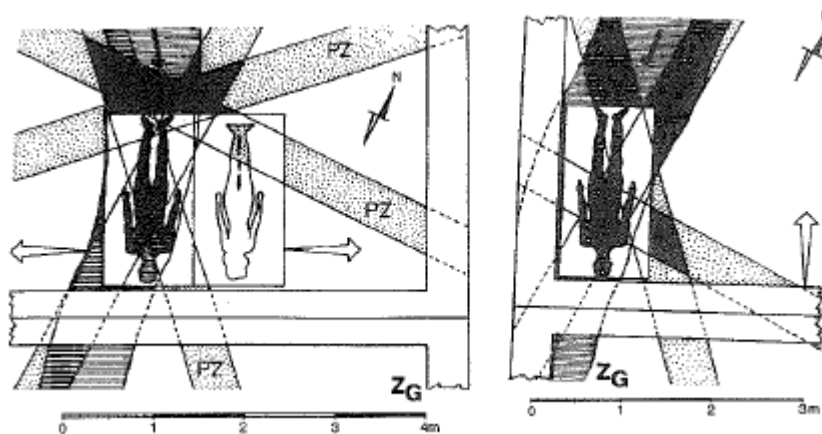
Termíny „Radionik“, „Radionic“ nebo „Radionics“, užívané v zahraniční literatuře, však dnes ztrácejí svůj někdejší přesný význam. Používají se pro nejrůznější diagnostické i terapeutické pomůcky, ale i postupy v rámci medicíny i mimo ni. Abramovu skřínku nahrazují moderní přístroje na principu Vollovy elektroakupunktury nebo přístroje „biorezonanční“. I ty jsou dnes někdy inzerovány jako přístroje „radionické“. Zajímavé je, že termín „Radionics“ převzaly do svého názvu i některé seriózní firmy, vyrábějící různé standardní lékařské i nelékařské přístroje. Vzhledem ke zmatečnému významu tohoto termínu by asi bylo vhodné termín „radionika“ nepoužívat.

Shrnujeme: Proutkaření i přístrojová radionika jsou mylné nebo podvodné postupy, které nemají žádnou detekční ani terapeutickou schopnost. Nemohou určit, kde se voda vyskytuje ani polohu vody, různých neživých předmětů nebo nemocného orgánu. Svědčí proti tomu jak logické důvody tak negativní výsledky experimentů. Je proto téměř neuvěřitelné, že přes tyto přesvědčivé argumenty, široce přístupné a sepsané např. ve skvělé knize E. Kašpara, věří v účinnost těchto metod nejen většina populace, ale i mnoho českých vysokoškolsky vzdělaných geologů.

---

## Geopatogenní zóny

Významnou roli v léčitelství hraje představa o existenci tzv. geopatogenních zón (GZ), které mají mít zhoubné účinky na zdraví, protože v místě zóny má ze země vycházet škodlivé „zemní záření“. Nazývají se i jinak: patogenní zóny, dráždivé zóny, dračí žíly, Hartmannovy nebo Curryho sítě nebo také geoanomální zóny. Jejich přítomnost „pozná“ jen psychotronic – senzibil pomocí proutku nebo kyvadla, i když v posledních letech některé firmy nabízejí k detekci také elektronické detektory a počítače. Tyto pravidelně probíhající pásy, údajně známé už ze starověku, přesněji „popsal“ v r.1915 E. Hartmann jako pruhy 20 cm široké, probíhající v rozestupu 2 m v severojižním a východozápadním směru. V r.1981 tuto představu doplnil M. Curry další sítí s pruhy, které běží diagonálně a odchylují se od severojižního směru o 45 stupňů. Ty jsou od sebe vzdáleny o 7 m. Oba autoři předpokládali, že sítě souvisejí s magnetizmem a svou teorii označovali jako geobiologii. Podle dnešních proutkařů existují i pásy nepravidelně probíhající. Pásy samy jsou pro člověka neškodné, ale v místě, kde se kříží, mají na člověka, zejména v místě jeho lůžka, škodlivý vliv.



Obr. 19. Průběh geopatogenních zón v ložnici jednoho obytného domu v Olomouci (Sborník 5. mezinárodní konference o psychotronice, Bratislava, Dům kultury, ČSVTS)

Zemní záření, na které se většina léčitelů odvolává, je dosud neznámého charakteru a zjištěné není žádnou technickou metodou. Zemní záření údajně vyvolává nespavost, únavnost, bolesti hlavy, impotenci, poruchy plodnosti a při dlouhém působení také srdeční onemocnění, rakovinu. Prakticky i veškeré ostatní choroby. Typ choroby závisí na délce pobytu v patogenní zóně. Podle některých autorů však existují i zóny s pozitivními účinky, a to nejen na zdraví lidí a zvířat, ale i na růst rostlin. Proto někteří proutkaři mluví dnes o zónách geanomálních nebo geoaktivních místo patogenních.

V existenci patogenních zón věří i řada lékařů a geologů. U nás se tímto tématem zabýval onkolog MUDr. Oldřich Jurišek, který průzkumem bytů v Olomouci došel k závěru, že výskyt zhoubných nádorů souvisí s geofyzikálními anomáliemi pod terémem a průběhem podzemních vod. Jiný proutkař, RNDr. Ing. E. Andres tvrdí, že minimálně 40% zkoumaných domů bylo u nás postaveno na geologicky nevhodných místech a byly tak příčinou zdravotních potíží jejich uživatelů. Ing. J. Chmelař a RNDr. J. Chmelař vydali knihu „Geopatogenní zóny a rakovina“. V r.1994 byla u nás vydána kniha francouzského autora Roger de Laffresta s názvem „Domy, které zabíjejí“. Podle knihy anglické lékařky J. Thurnel-Readové „Geopatogenní zóny kolem nás“ vyvolávají zóny „geopatogenní stres“.

Zemní záření lze naštěstí podle tvrzení proutkařů a léčitelů odstranit. Na webových stránkách najdeme desítky nabídek detekce a také odstranění patogenních zón. K dispozici je množství nejrůznějších prostředků. Někdy stačí vrstva alobalu, korku, smyčka z drátu, špalek z javorového dřeva nebo vanička z umělé hmoty se zrcadlem (Janča), nebo lze záření zrušit magnetem. K dispozici jsou i nákladné speciální odrušovače. Jedním z nich je český výrobek Depolar, výrobek firmy Karel Sylvat, který je na našem trhu již 15 let. Je chráněn ochrannou známkou Federálního úřadu pro vynálezy a patenty pod č. 926706. Podle reklamy firmy jde o „elektro-psychotronický přístroj – depolarizátor, neboli odrušovač patogenních zón. Přístroj se chová jako anténní jmač energetického kladného vesmírného záření a touto jímanou energií pozitivně mění rozložení záporných vyzářování geopatogenních zón. Prostor vyčistí a po 2 hodinách naopak naplní kladnou energií.“ Podobných přístrojů lze dnes najít desítky na zahraničních webových stránkách.

Jiný způsob k odrušení vlivu patogenních zón doporučuje léčitelka E.M. Černá: Doporučuje „surový propolis, stačí velikost jedné pětkoruny, zašitý v látce a zavěšený na krku. Po dobu jednoho a půl měsíce absorbuje negativní záření a dodává vám pozitivní záření od včel. Po tomto čase propolis vyhodíte. Bude nasáklý negativním zemským zářením.“

Jinou, nejlacinější možností, jak se vyhnout působení GZ, je ovšem přemístění postele nebo židle mimo GZ. Ani to však není zcela spolehlivé, protože po přemístění nábytku se

někdy s určitým zpožděním zóny samy od sebe přemístí – nepochybně opět pod lůžko. Proto je třeba detekci zón provádět opakovaně po půl roce.

**Hodnocení:** Představa o GZ je jen modernizovanou a v léčitelství použitou verzí převzatou ze středověké geomancie, která předpokládala existenci různých významných center a podzemních linií v přírodě. Někteří proutkařící geologové se pokoušejí ztotožnit GZ s geologickými zlomy, ze kterých někdy vystupuje radon. Tyto zlomy však mají zcela jiné prostorové vlastnosti než GZ, jsou daleko hrubší, nepravidelné a chybí jim patogenní vlastnosti GZ. Jiní věří v existenci jakéhosi záření. Fyzika vytvořila detektory, které odhalí i v extrémně nízkých intenzitách elektromagnetické záření všech vlnových délek, stejně tak jako velmi slabé záření korpuskulární, typické pro radioaktivní rozpad a pro kosmické záření. Při měření záření, vycházejícího ze zemského povrchu se zjistilo, že z elektromagnetického záření je to především všudypřítomné tepelné záření a velmi slabé záření gama, vysílané spolu s korpuskulárním zářením alfa a beta z rozpadajících se jader atomů draslíku, uranu, thoria a jejich produktů. Jediným činitelem, který vyvěrá ze země a má škodlivé účinky na zdraví, především rakovinotvorné, je radon, který ovšem jako plyn nemá žádné prostorové ohraničení a s patogenními zónami tedy nesouvisí. Ani žádné z uvedených záření nemá vlastnosti, které by mohly vysvětlit průběh a tím i účinek patogenních zón. Názorně je to patrné na popisovaném průběhu zón ve vyšších patrech obytných domů. Podle tvrzení mnohých proutkařů intenzita patogenních zón s výškou nad zemí neklesá a ostrost jejich hranice se nerozmývá, naopak s výškou patra zóny často přibírají na intenzitě a jejich šířka i ostré hranice zůstávají nezměněné. Což je z fyzikálního hlediska nesmysl. Je zjevné, že tzv. patogenní zóny jsou pouhým výmyslem, kterému bohužel věří značné množství osob.

Pokud jde o význam proutku, vysvětlili jsme ho v předcházející kapitole. V některých případech je pohyb proutku vyvolán tzv. podvědomým ideomotorickým pohybem proutkaře, který se domnívá, že právě našel geopatogenní zónu. Ve většině případů však jde nepochybně o prostý podvod. To si lze snadno ověřit. Stačí přemísťovat lůžko do různých míst pokoje a zavolat několik proutkařů. Všichni z nich najdou křížení zón s jistotou přesně v místě lůžka. Závěrem ještě poznamenáváme, že účinnost odstranění nebo odstínění zón mnoho pacientů s nadšením potvrzuje, ale objektivně takový příznivý efekt potvrzen nebyl. Neexistuje žádná dvojité slepá, statisticky zpracovaná studie.

Náš názor na patogenní zóny je jednoznačný. Patogenní zóny neexistují, jde o omyl nebo o vědomý podvod. Pozitivní účinky „odrušení“ zón lze snadno vysvětlit placebovým efektem. Nezodpovědné šíření nesmyslných a nepravdivých informací o existenci patogenních zón a jejich škodlivosti může ovšem vést skutečně ke stresu, psychickým poruchám i finančním ztrátám.

---

## Kirlianův fenomén

Kirlianův fenomén (KF) je rozzáření, barevný lem kolem objektu na fotografickém snímku, který psychotronici považují za obraz a tedy i za důkaz existence aury, životní energie, resp. za projev astrálního těla, které má být součástí každého živého těla, zvířete i rostliny. Fenomén je znám už z počátků fotografie, ale pro psychotroniku ho objevil ruský elektrotechnik z Krasnodaru Semjon Kirlian v r.1939. Kirlian jej popisoval takto: „*To, co jsme spatřili v úžasném panoramatu skrze mikroskop, vypadalo jako kontrolní deska obrovského počítače. Vybuchovalo to jako zářící ohňostroj. Mnohobarevné zášlehy vystřelovaly vzhůru a rozpadaly se v jiskrách, mihotání a ve světelných záblescích.... Byly to signály vnitřních procesů.*“ Obraz se objeví, položíme-li např. ruku spojenou s vysokofrekvenčním elektrickým polem nad fotografický film, ležící na uzemněné kovové

desce. Podobný obraz lze získat i z obličeje klienta. K tomu se používá speciální aurakamera, která má před objektivem předsazený kruh diod. Podoba této luminiscence, její šířka, barva, pravidelnost atd. je lokálně měnlivá a závislá na stavu kůže a celého organismu. Drobné nepravidelnosti v obrazu aury měly být odrazem patologických změn orgánů. Metoda byla přijata s nadšením zejména v Sovětském svazu a záhy se rozšířila i do západní Evropy. Byla používána ke zjištění, zda je osoba pod vlivem drog nebo v hypnotickém stavu, ke stanovení diagnózy a posouzení postupu rakoviny, k vyhledávání akupunkturálních bodů a pod. Z hlediska alternativní medicíny je podstatné, že KF byl prohlášen za obraz aury, tedy vnější projev astrálního, energetického těla, jinými slovy za důkaz existence duše. Přístroje pro zhotovení obrazu jsou prezentovány na výstavách zdravotnické techniky. Léčitelé na esoterických shromážděních nabízejí zhotovit snímek KF a posoudit jeho pomocí kvalitu aury a tedy psychický i fyzický zdravotní stav. Někteří léčitelé určí jen obecně např. hormonální dysregulaci, jiní diagnostikují se suverenitou depresi nebo neurózu, nebo, podle obrazu koróny na levém malíčku, onemocnění tenkého střeva. V západních zemích jsou mezi léčiteli rozšířeny i různé moderní varianty využití fenoménu, např. Plasmaprint nebo „Energetische Terminalpunkt-Diagnose“ (ETD), která považuje auru kolem prstů za vyústění akupunkturálních meridiánů. Po stanovení diagnózy na základě analýzy velikosti, tvaru a struktury Kirlianova obrazu nabízejí léčitelé ihned některou z metod alternativní medicíny, např. akupunkturu nebo homeopatický preparát. Diagnostika pomocí KF je dokonce vyučována na některých školách pro léčitele.

**Hodnocení:** Kirlianův fenomén nemá nic společného s (neexistující) aurou a astrálním tělem. Je to čistě fyzikální fenomén, který vzniká i kolem mrtvého těla i kolem neživých objektů, třeba kamenů. Jde o obraz korónového výboje v důsledku ionizace částic plynu na povrchu objektu, připojeného ke zdroji vysokého napětí. Rychlé elektrony v silném elektrickém poli a při následném přechodu do nižšího energetického stavu vydávají viditelné i UV záření. Myšlenka využít KF k posouzení zdravotního stavu byla prověřována i na seriózních vědeckých pracovištích v západní Evropě, v r.1974 byla dokonce na podporu takového výzkumu zřízena mezinárodní společnost. Ukázalo se však, že obraz KF závisí na širokém spektru fyziologických vlastností organismu a jeho kůže, např. na její vlhkosti, prokrvení, činnosti potních žláz, inervaci, úrovni metabolismu aj., ale i na 35 dalších fyzikálních parametrech, nesouvisejících s živým organismem. Obraz ruky je proto nesmírně měnlivý, každý obrázek je jiný. Je tedy obtížné jakkoli interpretovat obraz, nelze ani posoudit vlastnosti kůže. Posuzovat stav organismu a jeho orgánů podle KF ruky nebo diagnostikovat choroby je samozřejmě nemožné nejen z uvedených důvodů, ale i proto, že ruka ani akupunkturální body (neexistující) na ní nemohou mít žádnou kauzální souvislost s vnitřními orgány těla (viz také akupunkturu). V medicíně se proto KF nepoužívá, zůstal doménou léčitelů.

---

## **Manuální parapsychologické terapeutické metody**

### **Stručný přehled některých historických i dnešních metod**

Všechny léčebné parapsychologické metody spočívají v představě, že léčitel – senzibil je nadán schopností léčit nemocné zvláštní léčivou energií, kterou někdy čerpá z kosmu, jindy ji objeví v sobě, a předává ji pacientovi mimosmyslovou cestou. Někdy ji posílá pacientům telekineticky, třeba až do jiného světadílu, jindy mu energie sálá z očí, ale nejčastěji jsou to ruce léčitele, z nichž léčivá energie vyzařuje. V posledních letech se vydiferecovalo několik dosti přesně definovaných metod, z nichž u nás nejznámějšími jsou Reiki, Therapeutic Touch,



Spinal Touch a dnes nejmódnější Reconnection – Reintegrační léčení. Nejprve se ale stručně zmíním o několika starších i recentních metodách, které používají v podstatě stejný princip i podobný postup.

Někdejší léčitelé mluvili jen o léčebné síle vyzařující z rukou, aniž by ji spojovali s pojmy jako psychoenergetické síly, kosmická energie, astrální tělo apod. První zmínky o léčení příkládáním rukou najdeme u autora z Hippokratovy školy v Řecku v 5. století př. n. l. Později bylo léčení vztahováním nebo příkládáním rukou na čelo nebo nad nemocné orgány součástí různých křesťanských praktik. Přesnější informace o takových metodách však pocházejí teprve ze 17. století, kdy byly navrženy propracovanější, standardní postupy. V té době se objevil „stroking“, kdy léčitel jen pohyboval rukama podél těla pacienta, aniž by se ho dotýkal. Jiný postup navrhl později irský léčitel Greatraker, který nejprve hnětl svými rukama čelo pacienta a pak třikrát opakovaným pohybem rukama shora dolů vyhnal chorobu do nohou nemocného. Jeho postup se rychle rozšířil a někteří léčitelé ho praktikují dodnes.

Začátkem 20. století proslul podobnou metodou Angličan Matthew Manning, který byl schopen diagnostikovat choroby svým vnitřním zrakem podle barevných kódů, které na pacientovi viděl. Při vlastní léčbě Manning pohyboval rameny pacienta, pak se jeho ruce přesunuly nad nemocný orgán a vznášely se lehce nad povrchem těla. Léčbu Manning doplňoval radami, které měly posílit vůli pacienta k uzdravení. Manning se domníval, že při léčbě využívá paranormální síly a že je ovládán nehmotnými bytostmi, které do něj vstupují. Stejnou představu, že do jejich těla vstupuje duch některého slavného lékaře, mělo i mnoho jiných léčitelů – viz např. „Psychickou chirurgii“.

Mnozí léčitelé se snažili o experimentální průkaz léčebného efektu příkládání rukou. Např. bývalý plukovník polského jezdeckva Estebany léčil v 60. letech řezné rány na kůži myši. Proti kontrolní skupině došlo v údajně slepém pokusu k významnému urychlení hojení v léčené skupině. Stejným způsobem pak docílil Estebany zvýšení aktivity enzymů ve zkumavce po 90minutovém přiložení rukou a urychloval pozitivně růst rakovinných buněk v laboratorních podmínkách. Bohužel to po něm nikdo nezopakoval.

V SSSR byla ověřována schopnost léčitelky Davitašviliové léčit žaludeční vředy příkládáním rukou. Podle zpráv lékařů, jak píše jeden člen Akademie věd SSSR, se urychlil postup hojení a již za pět minut po čtvrt hodinovém zásahu se objevil na spodině vředu film nově vytvořených buněk.

Existenci léčivých sil, vyzařujících z rukou, dosvědčovaly pocity pacientů, např. pocit tepla v místě přiložené ruky nebo v místě chorobného orgánu. Objektivně však zvýšení teploty ani jiné další změny prokázány nebyly.

Nejnámějším našim léčitelem, který léčil „bioaktivačně“ a často telepaticky, byl ing. J. Janča. Tvrdil, že psychotronika zajišťuje energetickou rovnováhu a že tedy v pravém smyslu neléčí, ale dodává organizmu energii, aby mohl svou chorobu zvládnout sám. Pacienty léčil Janča i v Austrálii. Podobně, telepaticky posílala sovětská senzibilka Barbara Ivanovová v 80. letech minulého století mentální energii z Moskvy do New Yorku. Možnost takového zákroku byla experimentálně „ověřena“ v české Psychoenergetické laboratoři (!). Telepaticky lze léčit i zvířata. Doc. ing. RNDr. Ivan Dolejší, CS. z Výzkumného ústavu biochemie a farmacie v Pardubicích tvrdil, že ve svých experimentech uspěl hojení myších ocásků tím, že na poraněné myši doma myslel. Svému výzkumu přičítal velký význam pro chirurgii.

Jiní léčitelé postupují tak, že napřed identifikují špatnou auru a tu pak odstraňují z těla pacienta. Snímají ji rukama, odhazují za hlavu nebo ji spalují nad plamenem.

Slavným byl kdysi také dr. Reich, který využíval „orgonskou energii“. Tento termín se stal velice oblíbeným a dodnes ho používají vedle léčitelů i proutkaři. Orgonská energie byla všude. Chvění vzduchu nad jezery nebo zelenavá barva červených krvinek pod mikroskopem, to vše bylo pro něj důkazem této energie. Reich sestrojoval orgonské akumulátory velikosti skříní, do nichž uzavíral pacienty. Jejich organizmus přijímal k samoregulaci tolik energie,

kolik potřeboval. Přístroje (ve skutečnosti bedny ze dřeva a plechu) byly v USA zakázány a dr. Reich pro podvod byl odsouzen a uvězněn.

Další možností je léčit duchovní energií nepřímo, např. nabít jí některé předměty a ty pak prodávat pacientům. Tím u nás proslul pan J. Lang, který podle svých iniciál pojmenoval svou metodu „**Joint line**“ – **JL**. Technologii vypracoval doc. RNDr. Ivo Chudáček ve své fyzikální laboratoři FYZAP. Výzkum je údajně podporován mezinárodním grantem COST 244, poskytovaným z Bruselu. I. Chudáček se odvolává na Reichenbachovu teorii o existenci „ódictké energie“ a sestrojil přístroj, sestávající v podstatě z několika dřevěných tyčinek sestavených do tvaru pyramidy, který bez jakéhokoli energetického zdroje vysílá na dálku, s celoplanetárním dosahem, léčivé hologramy. Vynález schválil a propaguje i Český komitét pro vědecké řízení. Vysílací techniku převzal pan J. Lang, který ze své firmy Libena v Berouně vysílá kódované hologramy, které mají mít „blahodárné účinky“ na člověka i na jiné organizmy. Účinek vysvětluje pan Lang tak, že se kolem radiopřijímačů vytváří „mikroklima bioaktivizujícího pole“. Technologie JT má být také účinná jako „*aktivní ochrana proti patologickým vlivům působícím při užívání elektřiny vyráběné technickými prostředky.*“ Osoba přijímající léčebnou energii musí mít svůj kód a také osobní přijímač ve tvaru malé tenké destičky s nápisem JT. Kromě této osobní léčby nabíjí firma Libena energií i titulní stránky některých týdeníků, např. Reflexu. Pan Lang také nabízí své „autorizované logo, které trvale vyzařuje kosmickou sílu“. Možné je i aktivovat nápoje a jídla jejich položením na logo. Firma JT existuje dodnes a údajně úspěšně proniká i do zahraničí.

Technika Joint line je z fyzikálního hlediska zcela nesmyslná. Z pyramidy sestavené ze špejlí nelze vysílat nic, natož potom celoplanetárně. A žádná ódictká energie, Od, nebyla nikdy prokázána. Případ je zajímavý z psychologického hlediska. Ukazuje, jak je lehkověrná a nevzdělaná nejen česká laická veřejnost, která si zakupuje Langovy osobní přijímače, ale i úřady, dokonce nadnárodní, pokud jim techniku předkládá osoba s důvěryhodným titulem.

Nakonec se musíme zmínit o postupech, které využívají moderních médií, především televize. V SSSS proslul léčitel Čumak, který nabíjel energií skleničky vody postavené před televizor. Dalším podobným byl Kašpirovskij, který před léty působil i v české republice, ale v jeho případě měla metoda spirituální podtext, a proto ji popíšeme na jiném místě. Naproti tomu pan Tomáš Pfeiffer je skvělým reprezentantem tohoto postupu. Vystupoval v televizi Nova, v desetiminutových sekvencích vysílal léčivou energii do éteru. Tvrdil, že navazuje na dědictví svého učitele, „božího přinašeče“ Josefa Zezulky, který nám předal „filozofii Bytí“ a spolu s ní biotroniku. Od něho se dozvěděl, že zvláštními schopnostmi obdařený biotronic neboli „sanátor“ dokáže zprostředkovat telepaticky tok životní energie od „Podstaty“ k pacientovi. Nezáleží na vzdálenosti od sanátora ani na počtu příjemců. Důležitý je určitý rituál a psychické soustředění. T. Pfeiffer Založil Nadaci Bytí, na jejíž konto jenom za léta 1993-1996 došly finanční dary ve výši 5,8 milionů korun. Peníze investoval do dosud nedokončené, velkorysé výstavby „Biotronického Centra Sociální Pomoci“ v Soukenické ulici v Praze. V léčení je úspěšný, např. v měsíčníku Meduňka (3/08) referoval o dvou ženách biotronic ky vyléčených z rakoviny žaludku. Pro vzdělávání svých vyznavačů Pfeiffer založil „Duchovní Univerzitu Bytí“. Nedávno našel při putování přírodou kovovou mísu, které připisuje tibetský původ. Nazval ji „vodnářským zvonem“ a v mystickém vytržení začal na mísu hrát, přičemž objevil její léčebné účinky. Psychotronickou energii zvonu nyní pan Pfeiffer prodává na nosičích CD a DVD.

Je zřejmé, že možnosti přenosu léčivé psychoenergie jsou nekonečné. Proto jsme se omezili jen na několik příkladů. Jednotlivě je nehodnotíme, ale snad každému čtenáři je zřejmé, že jde vesměs o naivní, nesmyslné a někdy přímo podvodné neúčinné metody.

## Reiki

„Reiki“ je jedna z metod, které léčí pomocí přikládání rukou. Je to metoda, kterou rozšířil japonský křesťanský mnich Mikao Usui (1865-1926), který dostal v průběhu několikátýdenního půstu halucinace, v nichž slyšel hlasy, které mu poskytly „klíč k léčbě“. Objevil tak energii, kterou měl k léčení využívat i Kristus. Z USA se metoda v 80. letech 20. století dostala do Evropy, kde se rychle rozšířila. Používají ji zasvěcení Mistři Reiki v různých esoterických centrech i individuálně. Někteří z nich léčí i na dálku. Metodu lze použít také k samoléčbě. Do České republiky zavedla Reiki Mistrová (Mistryně?) E. Müllerová. Na 2. světovém kongresu alternativní medicíny v Karlových Varech v r.1992 metodu Reiki popsala a nabídla vyučení dalších Mistrů. Slovo reiky znamená japonsky „božská energie“. Podle Reiki jsou všechny nemoci jen důsledkem poruchy a blokády proudění životní síly. Na rozdíl od jiných metod, třeba akupunktury a reflexologie se neodstraňuje blokáda přímo, ale je nutno poruchu opravit vléváním nové kosmické reiki energie.. Mistr nasává energii reiky z kosmu a pak ji předává pacientovi. S. Nevins, autorka knihy o Reiky, doporučuje tuto metodu k léčení poškození mozku, diabetu, rakoviny i pohlavních chorob. A nejen to, jako „regulační terapie“ má být reiki schopna léčit všechny choroby. Vlastní léčba probíhá tak, že Mistr nejprve přiloží své ruce na čelo klidně ležícího pacienta. Pak ruce přikládá na nemocná místa nebo nad chorobné orgány. Přitom se hluboce soustředí na přijímání a vysílání reiki. Někdy na postižená místa přikládá krystaly a léčebné kameny. Běžně se léčba skládá z několika jednodinových sezení. Vedle vlastní léčby se také Mistři reiky věnují organizování kurzů, v nichž jsou ve dvou stupních zasvěcování za úplatu noví adepti. K dosažení titulu Mistra, kterých je nyní ve světě více než 350, je třeba zasvěcení účinnějšího v ceně tisíců Euro. Reiki patří dnes k nejoblíbenějším metodám AM i v naší republice a rychle se šíří. Na webových stránkách najdeme desítky nabídek léčby i výcviku. Metodu propagují a pořádají přednášky i některá kulturní zařízení, např. veřejné knihovny včetně krajských.

**Hodnocení:** Reiki je metodou patřící do rámce metod parapsychologických, předpokládajících existenci jakési „božské energie“, ale obsahuje i prvky spirituální. Leží tedy na hranici parapsychologie a léčení vírou. O žádné novum ovšem nejde, princip i technika je obdobná výše i níže uvedeným metodám. Reiki je metoda neškodná. Její event. účinek, podobně jako u všech podobných metod, spočívá v sugestivním, autosugestivním, relaxačním, tedy v podstatě v placebovém efektu. Objektivně, experimentálně její specifický účinek potvrzen nebyl, existuje jen několik málo kvalitních, nepřesvědčivých a nezaslepených studií. Nemusíme dodávat, že energii reiky nikdo nikdy nezměřil a její existenci ani nepotvrdil..

---

## Reconnection – Reintegrační léčení

Reconnection je léčitelská metoda, kterou objevil dr. Eric Pearl, původně chiropraktik. V r.1993 zjistil, že po přiložení svých rukou k pacientovi z nich vyzařuje mimořádně silná léčivá energie. Tato schopnost je prý v zakrnělé formě vrozená každému člověku, ale je ji možno obnovit v třístupňových kurzech dr. Pearl. Při léčbě leží pacient na zádech se zavřenými očima a hluboce se soustředí. Dr. Pearl k němu přiloží ruce a po chvíli začne do pacienta vstupovat léčebná energie, která reintegruje a vyléčí jeho tělo. Léčit je možno i na dálku. Reconnection je podle dr. Pearl *„dynamická metoda úplného připojení Vašich vlastních energetických polí k energetickým polím vesmíru. Připojením meridiánů a energetické dráhy Vašeho těla na dráhy Země a vesmírný energetický cirkulační systém se zlepší Váš vývoj, životní síla a především tímto rituálem získáte osobní schopnost léčit.“* Je to

„transsenzorické léčení, které umožňuje pomocí dosud neznámé energie realizovat celý potenciál osoby a dokonce restrukturalizovat DNA informace a zvýšit imunitu.“ Léčebný potenciál metody je skutečně udivující: rakovina, AIDS, epilepsie, chronický únavový syndrom, mnohočetná skleróza, osteoarthritis, poporodní deformace aj.

Metoda vznikla v USA, ale rychle se rozšířila do Evropy a v poslední době pronikla i k nám. Dr. Pearl navštívil v letošním roce naši republiku, byla také už vydána jedna z šesti jeho knih, „Návrat k léčivé energii“ (Pragma, Praha 2008), na webu se k této metodě hlásí a aplikují ji desítky léčitelů a nadšených pacientů. Byla už u nás založena registrovaná společnost „Asociace praktiků Reconnection“.

**Hodnocení:** Jde o jednu z mnoha metod používající léčebnou energii, jako je reiky, spinal touch aj., ale hustě opředenou bohatým fantazijním pseudovědeckým slovníkem a nabídkou panacey. Slovník dr. Pearla hýří všemi dostupnými termíny z vědecké i esoterické oblasti. Je téměř neuvěřitelné, že zjevně šarlatánská a věcně nemyslná metoda se tak rychle rozšířila a že se jí ihned ujali i čeští léčitelé.

---

## Terapie dotekem –Therapeutic touch

„Therapeutic Touch“, léčba dotkem je metoda nedávného původu, ale založená na prastarém principu. Název metody však není přesný, protože se léčitel svými prsty pacienta nedotýká. Termín Therapeutic Touch vymyslela v 70. letech 20. století v USA zdravotní sestra, theosofka a Mesmerova obdivovatelka Dolores Krieger, Ph.D. Tvrdila, že živé tělo má své pole životní energie, které zasahuje v podobě aury do okolí. Čakrami v dlaních rukou lze toto pole vnímat a manipulovat jím pomocí pohybů rukou, držných 5-10 cm nad povrchem těla. Pohyby vypadají jako masáž vzduchu. Léčba probíhá ve třech fázích. V první se léčitel hluboce koncentruje, v druhé hodnotí kvalitu pole a ve třetí pak odblokuje energii nebo energetické pole vybalancuje a harmonizuje. Metoda má být účinná u bolestivých stavů, migrény, astmatu, různých zranění, u nemocí štítné žlázy i autismu. Jedna z protagonistek léto metody tvrdí, že lze její pomocí léčit vše bez jakýchkoli limitů. Tento nijak originální způsob léčby se rychle rozšířil mezi zdravotními sestrami v USA a odtud rychle i do Evropy. Dnes se Therapeutic Touch vyučuje na 100 vysokých školách v 75 zemích a léčbě se údajně věnuje více než 100.000 lidí, převážně zdravotníků.

**Hodnocení:** Princip i technika metody Therapeutic Touch není ničím originální. Originální je jen její „teoretický“ výklad, který je směsicí nejrůznější prastarých i módních názorů. Využívá termínů čakry a aura ve spojení s energetickým životním polem a odvoláváním se na kvantovou teorii. Všechny dílčí prvky této „teorie“, patřící do oblasti náboženské, parapsychologické a postmoderní, lze snadno vyvrátit. Z fyzikálního hlediska lze možnost léčby dotykem vyloučit už tím, že rukama nelze zachytit žádnou energii (kromě tepelné) a protože dnešní detekční přístroje, o mnoho řádů citlivější než receptory ruky, nejsou schopny detekovat ani auru ani životní energii. Existují také experimenty, které jednoznačně vyvrátily možnost diagnostikovat nebo léčit choroby touto metodou. Jednoduchý a zcela přesvědčivý experiment byl uveřejněn v prestižním časopise Journal of American Medical Association (JAMA). Vymyslela a provedla jej devítiletá školačka Emily Roseová se svou matkou. Léčitelé, kteří prostrčili své ruce otvorem v neprůhledné přepážce, nebyli schopni poznat ani to, že k nim Emily přiblížila své ruce, natož něco diagnostikovat.

## Spinal Touch

Spinal Touch je další z mnoha módních parapsychologických metod, které se v poslední době rychle šíří v naší republice. Uvádí se, že tuto variantu dotekové léčby vymyslel Dr. John Hurley v 20. letech 20. století pod názvem Aquarian Age Healing, což je hodně podivné, protože o Věku Vodnáře se začalo mezi léčiteli mluvit teprve v době New Age. V dnešní podobě metodu zavedl teprve dr. Rosquist v r.1970 pod novým názvem. Tedy ve stejné době, kdy se objevila analogická metoda paní Dolores Krieger „Therapeutic Touch“. Metoda Spinal Touch se rychle rozšířila snad do všech západních zemí, existují speciální školicí centra, vydávají se licence, existuje i světová organizace pro Spinal Touch. Dnes najdeme různé varianty této metody pod různými názvy, např. Ishta Spinal Touch – Core Alignment, nebo metoda dle dr. Mary Staggs a jiné, jejichž zastánci si konkurují a ostře proti sobě vystupují.

Metoda vychází z představy, že mnohé bolestivé stavy, především páteře, ale i četné vnitřní a celkové choroby jsou způsobeny vadným držením páteře. Při léčbě se postupuje tak, že se nejprve podle olovnice určí porucha páteře, a pak se pacient podrobí masáži vleže na břiše po dobu cca 15 minut. Pomocí lehkých dotyků a povrchní masáže zad, krku a hýždí špičkami prstů v reflexních nebo akupunkturálních bodech, nad meridiány nebo v místě svalových úponů lze nejen choroby diagnostikovat, ale také léčit. Dotek údajně působí celostně, vyvolá změny proudění životní energie, vyplavování toxinů a změny svalového napětí, které působí vždy přesně v chorobném místě, takže se páteř vlastními silami organismu vyrovná, držení se upraví a těžiště těla se vrátí samovolně do správné polohy. Tím se odstraní základní příčina akutních i chronických chorob, které se pak spontánně vyléčí. Metoda je údajně účinná nejen u bolestí páteře, ale i u zácpy, hemoroidů, křečových žil, nemocí ledvin a měchýře, impotence, menstruačních poruch, otoků, astmatu, u srdečních chorob, hypertenze, závratí, zánětů dutin, zánětů kloubů, mnohočetné sklerózy, chronických infekcí i u poruch zraku a samozřejmě u stresu a všech psychických a psychosomatických poruch.

**Hodnocení:** Jde o jednu z mnoha desítek manuálních metod, patřících do rámce AM, které nemohou mít žádný specifický léčebný efekt. Od výše uvedených metod se Spinal Touch liší tím, že se do pacienta nevlévá vnější energie, ale že se jemným dotykem vyvolá proudění vnitřní energie v těle. Principy metody nedávají smysl, žádná životní energie v těle neproudí, nikdo nikdy nepotvrdil existenci akupunkturálních bodů ani meridiánů, žádné toxiny se z těla nevyplavují a působení doteku kůže vždy přesně na vzdálenou chorobu patří do říše fantazie. K reflexnímu uvolnění svalového napětí sice může dojít, ale to jen těžko může ovlivnit poruchu držení páteře, která je většinou důsledkem ochabnutí svalů. Že jde o léčbu iracionální, dosvědčuje i používání termínů jako životní energie, jemnohmotná substance, celostní léčba, harmonizace těla a pod., a také paralelně doporučovaná jiná alternativní léčba v léčebných centrech pro Spinal Touch.: Reiki, reflexologie, detoxikační léčba aj., což jsou vesměs metody odporující vědeckým poznatkům a prokazatelně neúčinné. Jde samozřejmě především o obchod, a proto se k léčbě vedle doteků doporučují nejrůznější potravinové doplňky – vitaminy, prvky, enzymy i speciální Spinal Touch produkty. Pokud dojde k zlepšení páteřních bolestí nebo jiných obtíží, pak je to proto, že se uplatní placebo efekt a přirozené léčebné síly organismu, nebo že pacient si dává lepší pozor na držení svého těla.

## Manipulační metody



Ruce hrály vždy důležitou roli při léčbě chorob, ať už sloužily k předání léčebné nebo snímání škodlivé energie, k masážím, manipulacím a napravování vykloubení a zlomenin. V této kapitole se však budeme věnovat jen metodám manipulačním, zatímco ostatní, „duchovní“ nebo „bioinformační“ metody, které využívají ruku jako nositele duchovní moci nebo zářiče „energie“, byly probrány v rámci parapsychologických metod. Masáže jsme pak zařadili mezi tradiční lidové metody. Existuje ještě jedna manuální metoda, reflexologie, rozšířená i v naší republice, ale ta má blízko k akupunktuře, a byla proto popsána v této souvislosti.

Manipulační metody mají nesporně racionální podklad a používají se v různých modifikacích jak v alternativní, tak i v konvenční medicíně ve fyziatrii, balneologii a při rehabilitaci. Různost metod je dána jednak místní tradicí, jednak tím, že vycházejí z různých principů. Některé tzv. „měkké“ manuální techniky se snaží o přímé uvolnění svalstva, jiné o zvýšení prokrvení svalů, jiné chtějí reflexní cestou ovlivnit i vnitřní orgány. Mobilizační a manipulační techniky potom odstraňují blokády a snaží se normalizovat funkci kloubů. Všechny tyto metody jsou starého původu, vyvinuly se z tradiční lidové medicíny, jsou empiricky ověřeny jako účinné a používají se běžně v medicíně konvenční

Vedle nich existuje mnoho dalších manuálních metod, principiálně odlišných od výše uvedených postupů. Vycházejí z nevěrohodných, někdy mystických principů, jsou vymyšlené konkrétním lékařem nebo léčitelem a jsou vždy provázeny masivní reklamou jako zcela nová, zázračná technika. Nejsou doporučovány jen k léčbě chorob pohybové soustavy, ale i k léčení vnitřních i celkových chorob a jejich propagátoři se obvykle stavějí odmítavě k metodám vědecké medicíny. Nejznámějšími z nich jsou osteopatie a chiropraxe, které vznikly v USA a odtud se rozšířily do celého světa. Zajímavé je, že se v různých zemích rozvinuly jiným směrem a v různém rozsahu a že jsou zcela jinak akceptovány. Do některých oblastí, např. právě do České republiky, dosud nepronikly. Naproti tomu se u nás rychle šíří nová varianta osteopatie, tzv. kraniosakrální terapie. Přestože se u nás osteopatie ani chiropraxe nepraktikují, popíšeme je podrobněji z řady důvodů. Jsou silně zastoupeny v AM západních zemí, významně ovlivnily vývoj fyzioterapeutických metod v medicíně a lze na nich dobře demonstrovat rozdíly i vztahy mezi vědeckým a nevědeckým přístupem v léčbě chorob. Další dvě metody, které pracují s dotekem ruky, Therapeutic Touch a Spinal Touch, řadíme do rámce metod parapsychologických, protože účinným prvkem má být bioenergie.

---

### Osteopatie

Osteopatie je manuální terapie, kterou navrhl a postupně zdokonaloval od r.1879 Andrew Taylor Still. Podle jeho názoru jsou všechny choroby včetně nemocí infekčních způsobeny poruchou páteře, konkrétně strukturální poruchou kloubů a vazů. Z toho odvodil i jméno metody: osteon = řecky kost. Porucha páteře měla vést ke stlačení tepen kolem páteře a následnému poškození nervů, což je pak vlastní příčinou všech chorob. Později byla teorie osteopatie modifikována a osteopati začali mluvit o jakési neurčitě definované „osteopatické lézi“ (poškození), která má vést k zvýšené dráždivosti nervů a jejich prostřednictvím k poruše homeostatických a integračních funkcí nervového systému a ke vzniku nemocí. Manipulacemi

páteře a napravením polohy obratlů nebo uvolněním svalstva lze podle Stilla do tohoto procesu zasáhnout, protože tělo je jeden celek, mezi strukturou a funkcí jsou těsné vztahy, a také proto, že tělo má mohutné autoregulační schopnosti. Manipulacemi se jen tělu pomáhá, aby se mohly tyto schopnosti uplatit. I osteopatii lze tedy považovat za jednu z forem holistické, celostní medicíny. Pokud jde o způsob léčby, tak i dnes používají osteopati především měkké manipulační techniky, masáže, propracování měkkých tkání a aktivaci svalů. Na rozdíl od chiropratiků jen výjimečně používají páčení. Metoda se rychle rozšířila v USA. Vedle klasické osteopatie, která se distancuje od medicíny a omezuje se na manipulace a tedy na napravování páteře, se v USA objevil i její moderní proud: Někteří osteopati začali přejímat metody konvenční medicíny a začali se s ní sblížovat. Zdůrazňovali i význam vzdělání, zakládali osteopatické školy a záhy vytvořili samostatné odborné organizace. Vznikla tak „osteopatická medicína“, která je v USA odlišována od pouhé tradiční osteopatie. Osteopatická medicína je dnes dokonale etablovaná a uznávaná konvenční medicínou jako partner a její výkony jsou hrazeny ve stejné výši jako výkony lékařů. Dnes v USA existuje 25 osteopatických vysokých škol, jejichž absolventi v dnešním počtu cca 50.000 mají titul DO (Doctor of Osteopathic Medicine), vykonávají medicínu v plném rozsahu, a vlastní manipulační výkony tvoří jen malou část jejich praxe. Co je odlišuje od MD, je snad jen jejich „celostní přístup“ a víra, že tělu svými výkony jen umožňují, aby si pomohlo samo. Význam osteopatické medicíny i počet jejich stoupenců v USA stále roste. Jiné je to v Evropě, kde (kromě Anglie) je osteopatie stále považována za pseudovědeckou metodu AM. Existuje zde sice také jako samostatná disciplína s vlastním školením, ale její role je jen okrajová.

**Hodnocení:** Osteopatii můžeme definovat jako empirickou metodu s pseudovědeckou teorií. Manipulace páteře mohou být v některých případech u chorob páteře a pohybového systému úspěšné, avšak klinické studie většinou nepotvrdily, že by účinnost osteopatických metod byla vyšší než metod konvenčních. Teorie osteopatie má však „alternativní“, pseudovědecký charakter. Osteopatická léze není řádně definována a nebylo ani prokázáno, že pacienti, léčení nebo i vyléčení osteopatickou metodou, měli skutečně podvrtnutý obratel, stlačenou cévu nebo nerv. Absurdní je pak představa, že by tyto spekulativní změny mohly působit „celostně“ a mohly být společnou příčinou všech, tedy i orgánových, degenerativních nebo i infekčních chorob. Léčba takových chorob pouhými manipulacemi páteře je neodůvodněná.

Jiné je to s „osteopatickou medicínou“ v USA. Ta je dnes samostatnou větví konvenční medicíny s vlastním vybudovaným školstvím, které se v podstatě neliší od medicíny konvenční. Rozdílná je jen její filozofie se zdůrazněním celostního přístupu a samoregulačních schopností organismu.

---

## Chiropraxe

Chiropraxe (cheir = řecky ruka) je léčebná manuální metoda, která se snaží pomocí páčení a manipulací páteře a končetin odstranit nemoci pohybového systému i vnitřních orgánů. Vyvinul a zavedl ji do praxe v r.1895 Američan D.D. Palmer, dřívější magnetopat a osteopat. Vymyslel několik nových principů, kterými se chiropraxe odlišuje od osteopatie. Zatímco osteopati vidí příčinu chorob v jakési neurčité osteopatické lézi (poškození), podle Palmera a jeho následovníků je příčinou chorob subluxe (částečné vykloubení) obratlů, což má vést k porušení nervů a poruše přenosu informace, „vrozené inteligence“ od mozku k orgánům. Celých 95% všech chorob má být způsobeno touto subluxací. Teorie byla postupně vylepšována, takže následující definice společné příčiny chorob z r.1996 je přijatelnější.

Příčinou chorob je „komplex funkčních a/nebo strukturálních patologických kloubních změn, které narušují integritu nervů a mohou ovlivnit funkce orgánů i celkový zdravotní stav“. Chiropraktici vypracovali řadu manuálních postupů, které se liší od osteopatie. Zatímco osteopati používají především jemné techniky a masáže, chiropraktici (také „chiropraktoři“) dávají přednost prudkým trhnutím a páčením a pracují i na končetinách. Chiropraxe má umožnit léčbu nejen pohybového systému, ale i všech vnitřních orgánů i chorob infekčních, tedy např. angíny, cukrovky, astmatu, padoucnice, lupénky, nemocí srdce i rakoviny. V poslední době se ale chiropraktici přece jen soustřeďují převážně na bolestivé stavy páteře, kde bývají úspěšní. Určitě nejrozšířenější je chiropraxe v USA, kde se počet chiropraktiků už v r.1956 odhadoval na 12.500, dnes na 70.000 osob. Vybuodovali si tam dokonalou organizaci a mají 15 vysokoškolských vzdělávacích center. Přesto však chiropraktici netvoří homogenní společenství. Časem se vytvořily skupiny, lišící se léčebnou technikou a výkladem účinku. Dnes je chiropraxe, podobně jako osteopatie, uznávána jako účinná metoda lékařskou komorou USA i Kanady a léčba je částečně hrazena pojišťovnamí. V USA jsou obě hlavní manuální metody a jejich školy, osteopatie a chiropraxe, dobře definované a od sebe ostře odděleny nejen organizačně a svými metodami, ale i svým vztahem k medicíně. Na rozdíl od tolerantní osteopatie byli chiropraktici od počátku v opozici vůči konvenční medicíně, spolupráci odmítali a stále považují chiropraxi za zcela samostatný typ medicíny. Farmakologickou léčbu, právě tak jako očkování, považují chiropraktici nejen za výkony zbytečné, ale přímo za škodlivé. Chiropraxe se dnes praktikuje ve více než 50 zemích světa, ale do České republiky, stejně jako osteopatie, dosud nepronikla.

**Hodnocení:** Základní představa chiropraktiků, že příčinou všech nemocí je jakési podvrtnutí, subluxace páteře, a že je blokováno proudění vitální energie, je mylná. Obratle jsou do sebe pevně zaklesnuty a ke skutečné subluxaci může dojít jen při těžkém traumatu. Není tedy možno chiropraktickými metodami léčit orgánové, natož potom infekční nebo nádorové choroby. Vedle neudržitelné hypotézy o blokádě vitální energie svědčí proti chiropraxi i to, že klinickými studiemi nebyly udávané pozitivní výsledky potvrzeny přes dlouhou řadu klinických studií ani u chorob vnitřních ani u chorob pohybové soustavy. Navíc se prokázalo, že diagnostické schopnosti chiropraktiků, přes jejich několikaleté školení, jsou nedostatečné. Ukázal to např. už v Anglii v r.1976 dr. Barnett, který referoval o výsledcích experimentu, organizovaného „Komisí proti podvodům ve zdravotnictví“. Zdravá 4letá holčička byla poslána na vyšetření k pěti chiropraktikům. První našel zmáčkuté nervy pro žaludek a žlučník, druhý pokroucenou pánev, třetí prorokoval budoucí bolesti hlavy a trávící poruchy z důvodu deformace pánve, čtvrtý předpověděl poruchy menstruace a obtížný porod, pokud nebude prodloužena zkrácená končetina, pátý diagnostikoval deformaci kyčle a krku. Stejně vyzněla řada dalších podobných experimentů.

Snad nejzávažnějším argumentem proti chiropraxi je její vysoká rizikovitost. Už bezprostředně po výkonu si údajně téměř polovina pacientů stěžuje na zvýraznění bolesti nebo na celkovou nevolnost. Nejnebezpečnější jsou výkony na krční páteři, které mohou vést k poškození tepen a narušení přítoku krve do mozku s následnými závratěmi a případně s akutní mozkovou příhodou s poruchami vědomí, řeči a pohybu. Byly popsány stovky takových případů. Např. v Německu a podobně i v Anglii bylo během jen jednoho roku zachyceno téměř 30 případů těžkého mozkového postižení. Byly popsány i případy přerušení míchy s následnou obrnou těla. I po méně rizikových výkonech na hrudní a bederní páteři může dojít k poškození páteřních vazů, plotének, míchy a hybnosti.

Přes tyto závažné argumenty nelze popřít, že manipulace jsou v některých případech onemocnění pohybové soustavy skutečně účinné a že si tím chiropraktici získali určitý respekt u odborné veřejnosti, zejména v USA, ale především značnou oblibu u veřejnosti. Chiropraxe proto patří k dlouhodobě nejúspěšnějším empirickým metodám AM.



## **Manuální medicína (Chiroterapie)**

Vzhledem k iracionální teorii a sporným léčebným výsledkům nemohli osteopati a chiropraktici dlouho najít společnou řeč s medicínou. I zmodernizovaná „osteopatická medicína“ a moderní chiropraxe v USA si zachovávaly svou samostatnost. Ale i jiné, konkurenční a komerční důvody jsou příčinou, proč jsou oba tyto obory většinou považovány za součást medicíny alternativní. Přesto se v r.1975 uskutečnil v USA pokus o syntézu těchto oborů s konvenční medicínou. Z podnětu Národních institutů zdraví se sešli zástupci obou těchto alternativních oborů s lékaři a ustavili několik skupin, které měly vědecky zkoumat účinnost manuálních metod. Výsledky četných experimentů však byly rozporné a konflikty mezi stoupenci klasické medicíny a oběma alternativními směry se opět rozhořely.

Mnozí lékaři si však byli vědomi pozitivního přínosu manipulačních metod pro léčbu některých onemocnění pohybového systému, především páteře. Tato široká oblast častých bolestivých obtíží byla totiž dlouho oficiální medicínou zanedbávána nebo alespoň podceňována. Protože však spolupráce s chiropraktiky a osteopaty, kteří vypracovali jemnou segmentální diagnostiku páteře a také řadu různých manuálních zásahů, které měly často lepší efekt než běžná léčba farmakologická a ortopedická, nebyla možná, našlo se jiné řešení. Lékaři sami začali přebírat užitečné diagnostické a léčebné metody léčitelů a postupně tak vznikl obor, který se nazývá manuální medicínou, chiroterapií. Už v r.1965 byla ustavena „Mezinárodní lékařská společnost pro manuální medicínu“ a začaly se pořádat světové kongresy. Německá společnost pro manuální medicínu byla založena v r.1966 a od konce 70. let je v Německu, Francii i jinde na lékařských fakultách manuální medicína vyučována. V Německu byly také manuální metody podrobeny vědeckému zkoumání a kritice a vznikla skutečná škola manipulační terapie

Ještě rychlejší byl vývoj v naší republice. Už v 50. letech, především zásluhou prof. Lewita, se začaly na Neurologické klinice v Praze přezkušovat manuální metody léčitelů a chiropraktiků. Cílem bylo oprostit manuální léčbu od nánosu mystických teorií a komercializace a také vymezit řádné indikace léčby. A už v r.1960 začal Institut pro doškolení lékařů a farmaceutů pořádat kurzy v manuální medicíně. V r.1979 byla založena Sekce manipulační a reflexní terapie v rámci Rehabilitační společnosti, která byla později přejmenována na „Společnost pro myoskeletální medicínu“. Technika se samozřejmě dále zdokonaluje, manipulační metody ustupují do pozadí a používají se moderní neuromuskulární, facilitační aj. techniky. Postupně se rozvíjí i neurofyziologická teorie, vykládající mechanismus léčebného efektu manuálních metod. Manuální medicína se tak podstatně liší od spíše řemeslných oborů, jakými jsou chiropraxe a osteopatie.

Vznik tohoto nového lékařského oboru je dokladem toho, že konvenční medicína není tak ortodoxní, jak se jí vytýká, a že je schopna přijmout do arzenálu svých léčebných metod i původně spornou metodu, jestliže lze prokázat její účinnost a lze v ní najít racionální jádro.

Nakonec ještě musíme poznamenat, že přesto, že účinnost medicíny je nepochybná a že se manuální medicína stala uznávaným oborem konvenční medicíny, není její výhodnost oproti konvenčním léčebným postupům (klidová terapie, fyzioterapie, farmaka) u jednotlivých poruch a chorob dostatečně prokázána klinickými studiemi. Snad je to tím, že uspořádání dvojité slepých studií je velmi obtížné a že ke všem lze mít technické výhrady. Přesto i v tom případě, kdyby manuální medicína nebyla úspěšnější než farmakoterapie, měla by se jí dát přednost, protože dlouhodobé užívání chemických medikamentů je zatíženo riziky.

## Kranioskrální terapie (Kraniální osteopatie)

Kranioskrální terapie, varianta *osteopatie*, je jednou z nových, ale také nejkurióznějších metod, které obohatily českou AM, a rok od roku je přitažlivější. Vymyslel ji začátkem 20. století americký osteopat W.G. Sutherland. Podle jeho výkladu mozkomíšní mok, který obklopuje centrální nervstvo, rytmicky pulzuje se základní frekvencí 6-12x za minutu. Lze si to prý ověřit na pulzaci lebečních kostí, které se podle jeho názoru v malém rozsahu pohybují proti sobě. Lebka se má v pravidelném rytmu střídavě prodlužovat a zkracovat v předozadním směru, zatímco v příčném směru se rozměry mění opačně. Podobně se střídavě, v pravidelném rytmu rozvíjí a zužuje i pánev. Hnací silou pulzace bylo být podle Sutherlanda zkracování a prodlužování mozku. Podle dnešních stoupenců této metody se periodicky zvyšuje a snižuje produkce mozkomíšního moku. Pulzací má být ovlivňována i hypofýza a produkce jejích hormonů. Svou roli údajně hraje i vazivo, spojující lebeční kosti, které může být patologicky změněno v důsledku fyzických i psychických traumat a ovlivňuje pak kvalitu pulzace. Ta se má přenášet páteřním kanálem až na pánevní kosti včetně kosti křížové. Příčinou všech chorob je pak zablokování volného průtoku moku, ke kterému může dojít v oblasti mozku i míchy, ale zejména porucha normálního rytmu pulzace.

Léčba spočívá v odblokování proudění mozkomíšního moku a má charakter panacey. Léčit lze nejenom alergie, poruchy imunity, nemoci interní, psychické i nervové včetně epilepsie a roztroušené sklerózy, ale i retardaci a dyslexii dětí, je možno urychlovat porod a dokonce léčit i zubní nemoci, šilhavost i odstávání uší. Léčba se doporučuje i u novorozenců, aby se předešlo následkům obtížného těhotenství nebo těžkého porodu. Léčbu provádí léčitel ve stavu hlubokého uvolnění tak, že přiloží ruku nad dolní konec páteře, určí místo blokády a pak střídavým tlakem silou pěti gramů a jeho uvolňováním blokádu odstraní. Nakonec do pacienta vlévá energii, božskou sílu. Podobně zjišťuje anomálie na lebce. Lebku manipuluje tak dlouho, až má pocit, že se lebeční kosti při pulzaci pohybují symetricky a všemi směry.

Metoda se vyučuje ve speciálním Sutherland-Institutu na Floridě a dále ji šíří řada učitelů v Evropě. Používali ji na konci 20. století zejména němečtí maséři, osteopati, fyziio- i psychoterapeuti i někteří lékaři. Dnes je tam na ústupu, zatímco nyní byla importována do naší republiky a do češtiny byla přeložena kniha chirurga Upledgera „Ty a Tvůj skrytý dotek“, která kranioskrální terapii propaguje. Podle něj je metoda „*vstupem do nejhlubší oblasti lidského bytí*“, lidé jsou ihned plni energie, cítí se šťastnější a spokojenější. Upledger její pomocí „*uvolňuje energetické cesty na plicích*“ a léčí tak opakované infekce průdušek. „*Elektrickým přístrojem měřil resistenci mezi pacientem a terapeutem a byl svědkem toho, že vyšší elektrický odpor souvisí s negativním postojem terapeuta stejně jako pacienta.*“

**Hodnocení:** Metoda je nesmyslná nejen proto, že nelze nikam vlévat neexistující psychickou energii, ale zejména proto, že mozkomíšní mok pulzaci o frekvenci 6-12/min nevykazuje, žádným přístrojem to nebylo ověřeno. Mok pulzuje, a to jen v minimálním rozsahu, v závislosti na pulzaci krve přitékající do mozku, tedy s frekvencí činnosti srdce kolem 70 tepů za min, ale u dospělého není pulzace zjiřitelná. Je patrná jen na lebce dítěte, protože lebeční kosti v prvních letech života jsou spojeny vazivovými švy, zatímco po ukončení růstu jsou kosti lebky navzájem pevně srostlé. Jinou námitkou proti této metodě je to, že mezi prouděním, resp. „pulzací“ míšního moku a popisovanými chorobami nelze najít jakoukoli logickou souvislost. Pulzace, které terapeut popisuje, jsou buď sebeklamem, nebo spíše podvodem. Závěrem: Lebeční kosti se navzájem nepohybují, pulzace nebyla prokázána, její kauzální vztah k chorobám také ne a nikdo ještě neprokázal, že pulzaci skutečně vnímá. Na rozdíl od osteopatie, na kterou se dnešní propagátoři kranioskrální terapie odvolávají a která se může hájit empirickými zkušenostmi, je její dnešní odvozenina zcela nesmyslná a není možno ji nazvat jinak než pouhým šarlatánstvím.

## Chirofonetika

Další disciplínou, kterou lze zařadit mezi manuální manipulační metody a která se rychle šíří zejména v českých speciálních školách, je chirofonetika, určená primárně pro léčení nejrůznějších poruch řeči, problémů při navazování řeči i řečových problémů autistů. Doporučuje se i v normální pedagogice při nespavosti, úzkostech, poruchách pozornosti, chování, slabosti v učení, u předčasných porodů jako prevence následků porodního traumatu atd. Metodu vymyslel dr. Alfred Baur spolu se svou ženou Ilsou a publikoval ji v r.1972. V naší republice vyšlo jeho dílo *Základy chirofonetiky I.-IV.* díl v r.1990 v nakl. ÚÚVZPP, Praha. Při koncipování své metody se Baur opíral a dílo J.W. Goetha, o jeho naturfilosofii a představu o metamorfózách, a také o antroposofii R. Steinera. Baur se domníval, že hlasové ústrojí člověka má svou paralelu v celém organismu a dokonce i v jednotlivých částech těla. Za nejvhodnější místo, které má „odpovídat“ ústům, považoval krajinu zad. Při nácvičku řeči terapeut vyslovuje určitou hlásku a současně provádí na zádech masážní tah, kterým napodobuje proud vzduchu v ústní dutině. Pro každou hlásku jsou předepsány jiné tahy. Pacient má vnímat kožními receptory tlak a teplo ruky terapeuta a uvědomovat si proces tvoření hlásky. Drážděním kůže se tak mají posilovat podněty, které pacient přijímá sluchovým ústrojím. Metoda má být vhodná i pro domácí léčbu dítěte. Rodiče mají uvedeným způsobem cvičit s dítětem 2-3x denně po dobu několika měsíců. Pro výcvik rodičů jsou nabízeny kurzy v trvání 6 dnů v rozsahu 36 vyučovacích hodin, rozdělených do praktického a teoretického výcviku. Studium je zakončeno písemnou prací o průběhu ošetřování jednoho pacienta. Na kursu je o této práci přednesen referát. Po 4. absolvovaném kursu může studující začít s ošetřováním pacienta pod vedením učitele Školy chirofonetiky.

**Hodnocení:** Metoda je velice pochybná už proto, že Goethova dávno odmítnutá naturfilozofie nemá žádný reálný základ a že Steinerovy názory jsou pustou fantazií. Představa o analogii mezi proudem vzduchu v ústech a masážemi zad je zcela nesmyslná a připomíná tvrzení moderních akupunkturistů, že se celé tělo i s jeho aktivními body a meridiány promítá do nejrůznějších částí těla jako tzv. mikrosystém, někdy v podobě homunkula. I tvrzení, že se proud vzduchu v ústech např. při tvorbě hlásek BPM liší, lze jen těžko akceptovat. I sdužování s jinými metodami AM, aplikovanou kineziologií, aromaterapií aj. svědčí o nevědeckém charakteru metody. Přesto jí můžeme přisoudit určitý racionální prvek. Musíme připustit, že podněty, které mají aktivovat řeč, lze skutečně posilovat jiným podnětem, který po nácvičku může sám o sobě vyvolat podmíněnou reakci. Přesto není nejmenší důvod, proč se snažit imitovat proud vzduchu čarami na zádech, když lze vyslovení hlásky sdužit např. se stiskem různých prstů. Přes spornou teorii nelze vyloučit určitý pozitivní efekt v praxi, ale ten dosud nebyl žádnou studií potvrzen. O malé úspěšnosti metody svědčí to, že se za 40 let od svého vzniku mimo Rakousko nerozšířila. S výjimkou České republiky.

---

## Léčení vírou



Jako léčení vírou se označují terapeutické postupy, u nichž je nositelem léčebného efektu víra pacienta v Boha, osobu léčícího nebo víra v úspěšný výsledek léčby. Takovou osobou bývá léčitel, mystik, guru, nebo mesiáš s mimořádnými vlastnostmi a schopnostmi, člověk s určitým *charismatem*. Místo léčení vírou se proto někdy mluví o léčbě charismatické nebo přesněji o léčbě sugescí, protože podstatou léčebného efektu je v těchto případech vždy sugesce, přesněji autosugesce. Sugestivní efekt je zvláště silný, má-li víra povahu náboženskou, když pacient věří v nekonečné možnosti nadpozemské osoby, Boha. Léčením pomocí víry se už ve středověku zabývaly některé náboženské řády. Dodnes v Anglii existuje sekta Bratrstvo svatého Rafaela a celosvětově je rozšířena sekta se zavádějícím názvem „Křesťanská věda“. Některé sekty jsou ze společenského hlediska do sebe uzavřenými neškodnými náboženskými jednotkami, které se věnují jen duchovním činnostem, jiné jsou pro své členy nebezpečné z důvodu závislosti na vůdci sekty, kvůli kterému jsou schopni nechat se např. sexuálně zneužívat nebo dokonce spáchat sebevraždu. Jiné představují riziko, protože odmítají poskytnout svým členům řádnou racionální léčbu, např. transfuzi (Svědci Jehovovi) nebo dokonce jakoukoli léčebnou péči (Mormoni). Další pak používají alternativní, iracionální neúčinné léčebné metody s rizikem zanedbání vážné choroby. Vážné riziko pro celou společnost představují sekty s politickými ambicemi, jako je Hubbardova scientologie, která sice nabízí „cestu k duševnímu zdraví“, ale především chce postupně ovládnout celý svět. Z exotických sekt je neznámější Transcendentální meditace neboli Maharishi-jóga, kterou jsme popsali v kapitole Exotické systémy.

V moderní době, od poloviny 20. století se uvnitř křesťanských církví, jak protestantských tak katolických šíří tzv. charismatické hnutí, jehož cílem je duchovní obnova křesťanství, ale také uzdravování. Vznikají tak nové církve, sekty i menší charismatické komunity s tímto posláním. U nás k nim patří např. církev Křesťanské společenství, církev Slovo života, menší komunita Koinonia Jan Křtitel a charismatické rysy má dnes i Jednota bratrská. Do oblasti léčení vírou patří i léčba modlitbou a návštěvy poutních míst, jako jsou Lourdy, kde údajně dochází k zázračnému uzdravování.

**Hodnocení:** Mechanismem léčby vírou je autosugesce. Autosugesce, resp. placebový efekt, se sice podílí na výsledku jakékoli léčby, ať už metodami klasické nebo alternativní medicíny, ale pevná víra, zejména v nadpřirozenou moc Boha, autosugesci mimořádně zesiluje. V případě léčby ve větším kolektivu, např. při bohoslužbách, je významné i to, že víra pacienta je posilována vědomím, že i ostatní věří. Při takovém obřadu se pacient může dostat do zvláštního stavu vědomí, které se blíží hypnotickému stavu, zejména tehdy, když při léčbě dochází k situacím emočně vypjatým. Zužuje se vědomí pacienta, snižuje jeho kritičnost a současně se značně zvyšuje jeho sugestibilita a představitost, objevují se i halucinace. V takovém stavu si pacient dokáže vsugerovat, že se jeho stav zlepšil, že jeho potíže zmizely nebo že jeho choroba ani neexistovala. Efekty léčby vírou, podobně jako některých psychoterapeutických postupů, mohou být skutečně mohutné. K největším, téměř zázračným efektům dochází v případech hysterických, tedy jen funkčních obrn, dnes už velmi vzácných, kdy pacient např. nevidí nebo mu ochrne ruka a pod.

Přesto jsou ale možnosti léčby vírou omezené. Uplatňují se jen tam, kde jde buď jen o problémy psychické, např. o „neurózu“, hysterii, nebo o choroby psychosomatické. Jaký je podíl víry na vyléčení, nelze obvykle v konkrétních případech přesně určit, protože vedle víry se vždy uplatňuje léčebná síla přírody (*vis medicatrix naturae*) a klasické léčebné prostředky, které pacient často používá současně. Z téměř nepřehledné palety postupů, které lze řadit do kategorie léčení vírou, popíšeme jen několik typických případů.

## Charismatictí léčitelé, mystici a mesiáši

Léčitelé používají při své diagnostické nebo léčebné činnosti nepřehledný rejstřík metod. Aplikují nejrůznější medikamenty, dodávají nebo snímají energii, mají různé pomůcky od jednoduché virgule až k počítačem vybaveným přístrojům. Vedle nich však existují výjimečné osobnosti, které se spoléhají jen na své slovo a své charisma. To si získali svým zajímavým, nezvyklým nebo důstojným vzhledem, laskavým a přesvědčujícím způsobem chování i jednání a samozřejmě také pověstí, kterou si dovedli sami nebo pomocí svých pomocníků postupně vybudovat. Pacientům imponuje i suverenita, s jakou takový léčitel dovede odhalit i vysvětlit příčinu nemoci, stanovit jasnou diagnózu a navrhnout „určitě“ úspěšnou léčbu. Pacienti se takovému léčiteli svěřují s naprostou důvěrou, protože jsou ohromeni jeho zázračnými schopnostmi, a jeho výrokům a doporučení věří bez jakýchkoli pochybností.

Takovou osobností je např. Anatolij M. Kašpirovskij, původem Ukrajinec, který působil nejprve v Sovětském svazu, ale po zákazu své činnosti v tomto státě se přesunul v 90. letech minulého století do naší republiky, aby později zakotvil v USA. Jako jiné podobné osobnosti, i on vystupoval vždy jen na veřejnosti, před co největším publikem. Častým hostem byl v rozhlase i televizi. Vždy dovedl vyvolat velký zájem médií, která jeho slova dále propagovala. U nás se jeho propagace ujal deník Rudé právo, které týden co týden referovalo pod jeho velkou fotografií o jeho nových léčebných úspěších. Svě posluchače dovedl upoutat sugestivně laděnými přednáškami, ale také svými psanými texty, které šířil tiskem i na videokazetách. Sám Kašpirovskij vysvětloval své úspěchy a svou metodu tak, že v pacientech svými slovy „spouští mechanismus biologické autoregulace“, který existuje v každém lidském organismu. Tvrdil, že působí více duchovně než jen medicínsky nebo psychologicky a sliboval, že vyléčí nejen psychické poruchy, ale že vrátí pacientům zdraví i mládí, že je zbaví šedivých vlasů a dokáže léčit i choroby, které by jinak vyžadovaly skalpel.

Ve skutečnosti však jeho slova nepůsobila na pacienty svým obsahem, ale svou mystickou, nesouvislou strukturou, plnou paradoxů a neustálého opakování. Jeho texty nedávají žádný smysl, ale uvádějí sugestibilního pacienta do polobdělého stavu, blízkého hypnóze. Výsledný efekt případného subjektivního zlepšení zdravotního stavu pacienta je tedy pouhou autosugescí.

Objektivně nebyly léčebné výsledky Kašpirovského nikdy potvrzeny. Naopak se zjistilo, že je jeho působení rizikové. Např. v Rusku v r.1989 po jedné jeho seanci upadla řada posluchačů do hypertonické krize a zvýšil se počet výjezdů záchranné služby k pacientům s plicním otokem nebo poruchami srdečního rytmu. Totéž bylo popsáno i v Bulharsku, kde přijímali sovětskou televizi. Proto byla další činnost Kašpirovského v SSSR zakázána.

Jinou takovou osobou, která si záhy získala velký zájem veřejnosti díky svému nepochybnému charismatu, je pan Tomáš Pfeiffer, který se pokládá za pokračovatele díla známého psychotronika z doby komunismu, „božího přinašeče“ Josefa Zezulky (1912-1992). Několik let, od r.1994 vystupoval T. Pfeiffer v televizi Nova i v ostatních médiích, kde působil na pacienty svými květnatými sugestivními proslovy. Vedle toho ale T. Pfeiffer účinek svých slov potencoval vysíláním bioenergie ze vztažených rukou. Je i schopným organizátorem a „numismatikem“. V Praze založil Nadaci bytí a z darů vděčných klientů buduje Biotronické Centrum Sociální pomoci. V posledních letech rozšířil svůj léčebný repertoár, když v přírodě někde ve velehorách našel „Vodnářský zvon“, zvláštní kovovou mísu. Hra na tento zvon má mít silné léčebné účinky. Proto také tuto „hudbu“ Pfeiffer prodává na CD a DVD. Jak se záhy zjistilo, „vodnářský zvon“ je ve skutečnosti laciným mosazným suvenýrem z čínského trhu. V Pfeifferově případě zřejmě pouhé charisma nestačilo a muselo být doplněno vysíláním bioenergie a později šarlatánským bušením na

plechovou mísu. Za svou činnost byl pan Pfeiffer řádně odměněn Českým klubem skeptiků Sisyfos Zlatým Bludným balvanem za r.2008

Vedle léčitelů, kteří se snaží působit především svým charizmatem, se v naší republice od začátku 90. let objevují i nejrůznější mystici a mesiáši, zejména z Orientu, především z Indie, ale i ze západních zemí, hlavně z USA. Při své činnosti se opírají o různé mystické principy a ideje. Některým z nich prý byla tato víra a léčebné schopnosti vrozeny nebo vnuknuty Bohem event. jinou vyšší bytostí, jiní vyznávají různé náboženské kultury a vystupují jako zástupci větší skupiny nebo sekty. Naši republikou prošly už desítky takových mesiášů, např. Peter Youngreen, kanadský evangelista, léčitel Mahesh Chavda afrického původu nebo mystik Sathia Sai Baba z Indie. Jejich působení je zpravidla krátkodobé, protože záhy odcházejí do jiných koutů světa šířit svou víru a léčit jiné pacienty.

Brzy je ovšem nahradí jiný guru. Uvedu příklad současný, ukazující, jak nebezpečné může být působení takových mesiášů. Před pěti léty se do Čech vrátil pod jménem Jogi Mokšanand Ing. Jan M., který strávil dvacet let v indických ášramech. Oblečen v šafránově zbarveném hávu a s turbanem na hlavě se prezentuje jako znalec jógy a indické filozofie, který se v Indii vyléčil z rakoviny, dosáhl osvícení a zná recept na nesmrtelnost. Chce založit novou politickou stranu vycházející z principů textu Mahábháraty. Propaguje jógu, která otevře člověka dalším vitálním silám a doporučuje správnou životosprávu. Poslyšte jeho názory: „*Jíst se má zásadně jen syrová strava, vařené jídlo je největší jed. Mléko není pro normálního člověka, to je jen pro degenerované a vede k totální degeneraci. Moderní medicína je největší podvod, který tady existuje. Úplně největší podvod je farmacie. Každý lék je chemoterapie a jed. Lékařská věda je pavěda a každý doktor vrah.*“ Jogi Mokšanand bohužel není výjimkou. Podobné názory, snad jen s menší intenzitou, slyšíme i od jiných léčitelů.

Pokud jde o diagnostické a léčebné možnosti působení charismatických léčitelů, mystiků a mesiášů, platí to, co jsme řekli v úvodu k této kapitole.

---

## Křesťanská věda – Christian Science

Křesťanská věda je velice matoucí termín pro církev, která se zabývá duchovním léčením jak hříchů, tak i nemocí. O vědu však nejde a i křesťanské myšlenky jsou zkresleny. Zakladatelkou církve byla v 60. letech 20. století Mary Baker-Eddyová. Hlásala, že všechny choroby mají svůj původ v lidské mysli. Podle sdělení dr. Escribana na 2. světové konferenci alternativní medicíny v Karlových Varech v r.1992 „*nemoci nejsou důsledkem patologických procesů ve tkáních nebo zevních vlivů, ale jsou jen projevem nemocné duše. Nemoc je projevem sebepodvodu, lži. Tělo a jeho nemoci jsou jen objektivizovaným přesvědčením*“. Léčení proto spočívá v napravování chyb ve vědomí. Stačí uvěřit, „odmítnout“ nemoc a ta prostě zmizí. Vlastní léčení však provádí vůle Boha. Křesťanská věda byla od samého začátku velice úspěšná. Nejprve se rozšířila v USA, pak postupně do celého světa. V současné době existuje v 57 zemích a má více než 3500 kostelů. Církev také vydává vlivný deník Christian Science Monitor.

**Hodnocení:** Představa, že všechny choroby mají stejnou příčinu, že jsou jen projevem nemocné duše, je zcela bizarní a samozřejmě odporuje zjištění, že existuje široké spektrum nejrůznějších příčin chorobných stavů. Stejně tak léčba odmítnutím choroby je zřejmým nesmyslem. Věřit takovému postupu a opomenout nebo dokonce odmítnout řádnou kauzální léčbu představuje pro pacienta značné riziko.

## Scientologie, dianetika

Scientologie nebo také dianetika je název pro moderní „cestu k duševnímu zdraví“, kterou navrhl v r.1950 spisovatel sci-fi literatury L.F. Hubbard v knize: „Dianetics: The modern Science of Mental Health.“ Vytvořil tak ideologii, kterou sám považoval za vědu, ale kterou později prohlásil za náboženství. V USA je proto Hubbardova církev, „Church of Scientology“, od r.1993 považována za religiózní organizaci daňově zvýhodněnou. Postupně se Hubbardovi podařilo vybudovat na základě původní ideologie i vlivnou a ekonomicky silnou náboženskou organizaci charakteru sekty. Scientologie také obsahuje léčebnou techniku, která má odstraňovat psychické a psychosomatické choroby. Umožňuje údajně najít základní příčinu neuróz, psychóz, výchovných a výukových problémů.

Základem Hubbardovy „vědy“ je zvláštní představa o charakteru lidské mysli a o tzv. „engramech“. Hubbard odlišuje „analytickou“ a „reaktivní“ mysl, ve které jsou umístěny „engramy“, jakési nevědomé vzpomínky, které mají být základní příčinou nemocí, včetně astmatu, artritidy, alergií atd. Engramy, které mají být někdy i prenatálního původu nebo pocházejí z minulých životů, mají blokovat mozkovou činnost, takže je využíváno jen 10% celkové mozkové kapacity. Hubbardovy názory se ovšem od neurofyziologických znalostí ostře liší. Cílem dianetické terapie, kterou provádí tzv. auditor, je odblokovat mozek, odstranit engramy, „vyprázdnit banku engramů v reaktivní mysli“, obnovit plně mozkovou činnost a zbavit tak pacienta stresů a nemocí. Dianetická výchova je nabízena v četných a obvykle velice drahých psychokurzech. Jsou různého typu a pro různé věkové kategorie v několika stupních, od pouhého auditingu, komunikace s auditorem, až po tzv. očištný cyklus. Některé kurzy stojí i desítky tisíc dolarů. Základem je tzv. auditing, rozhovor, odehrávající se formou otázek a odpovědí. Osoby na začátku kurzu jsou považovány za „preclear“ (nevyčištěné), po odstranění engramů za „clear“, čisté. To je jen první stádium terapie, dalším stádiem je OT = operating thetan. V podstatě jde o manipulační psychotechniku, která zasahuje do vědomí člověka a vede ho postupně k závislosti na auditorovi a na scientologii.

**Hodnocení:** Hubbardova scientologická teorie včetně výkladu příčin nemocí je snůškou absurdních, pseudovědeckých názorů. Ve vědecké literatuře nebylo popsáno nic, co by odpovídalo předpokládaným engramům, „*trvalým stopám, vyvolaným stimulem v protoplazmě buněk.*“ Jeho výklady jsou jen metafyzikou, zahalenou do vědeckého žargonu. Terapie nabízená scientology je v podstatě vymýváním mozku, které má sloužit vybudování silné organizace s protidemokratickou a protiliberální filozofií, která má podle názoru kritiků politické cíle. Snaží se i hospodářsky ovládnout společnost a „scientologizovat“ ji. Scientologové skutečně postupně pronikají i do hospodářské sféry a některé firmy už pořádají scientologické kurzy. Některé státy, např. Německo, se snaží vliv scientologie administrativně omezit.

---

## Modlitba jako léčba

Lidé věřící v Boha jsou přesvědčení, že modlitba má léčebný efekt, a snaží se tak pomoci buď sobě nebo svým bližním. Není to nic nového, modlitba jako léčba se praktikovala už ve středověku, za nemocné se modlili členové jejich rodin, modlitbou léčily některé náboženské řády a sekty. Občasné úspěchy takové léčby vírou jsou srozumitelné, pokud léčený věděl, že se jeho blízcí za něho modlí. V poslední době však vstoupila do módy dálková léčba modlitbou, která ovšem spadá do rámce parapsychologie. Přenos léčivé informace totiž má být zprostředkován mimosmyslově, prostřednictvím psychokinetické síly, obecně zvané „psí“. Povaha této síly je neznámá, i když různých fantaskních hypotéz bylo

vyřekáno mnoho. V poslední době parapsychologové přicházejí s názorem, že dálkový přenos při dálkové léčbě modlitbou, tzv. „intercesorní přenos“ (pomocí prostředníka) umožňují kvantově mechanické fenomény. Podle jednoho fyzika se při přenosu léčivé informace uplatňuje osmá dimenze.

Možnost léčit modlitbou byla v minulých letech ověřována i experimentálně, většinou však autory, věřícími v její účinek. Jedním takovým experimentem byl výzkum E. Targové, pracovnice „Národního centra pro komplementární a alternativní medicínu“ v USA, na 20 pacientech. Po půl roce zemřeli 4 z nich, všichni z kontrolní skupiny. Všech deset, za které se modlili příbuzní, žilo. Statistik by se ovšem jen pousmál. Úspěch léčení modlitbou potvrdil i její další, rozsáhlejší projekt, podporovaný týmem centrem. Jiný, dvojité zaslepený experiment na koronární jednotce provedl v r.1998 R.C. Byrd se stejně úspěšným výsledkem. O léčení modlitbou vyšla i u nás kniha Ing. Žerta: „Zázračné uzdravování z pohledu víry a vědy“.

**Hodnocení:** Dálková léčba pomocí modlitby patří do oblasti parapsychologie. Takovou možnost lze vyloučit už tím, že žádné mimosmyslové, psychokinetické fenomény, které by léčbu zprostředkovaly, nebyly prokázány a z teoretických důvodů ani nemohou existovat, a neuskutečnitelný je i mimosmyslový přenos informace. Ani experimentálně se nepodařilo, přes dlouhodobé úsilí parapsychologů, prokázat existenci mimosmyslového přenosu právě tak jako existenci síly, která by ho mohla zprostředkovat (viz kapitulu Parapsychologie). Pokud jde o experimenty, tak v obou projektech E. Targové byly nalezeny hrubé chyby. Targová sama, přesto že byla léčena vírou, zemřela na karcinom před dokončením svého projektu. V Byrdově případě bylo zase prokázáno, že pokus nebyl dostatečně zaslepen, pacienti byli jednou členkou výzkumného týmu informováni, do které skupiny patří. Výsledky proto nejsou validní. Stejně dopadly i další studie, které úspěchy léčby modlitbou „prokazovaly“. Naproti tomu precizní studie ze slavné Mayo Clinic (Aviles a kol. z r.2001) zhodnotila rozsáhlý soubor 799 pacientů, z nichž polovina byla léčena i modlitbou. Modlitba neměla absolutně žádný efekt. Ze skeptického hlediska je ovšem absurdní organizovat takové experimenty, protože vzhledem k existenci jasných vědeckých, logických i argumentů, svědčících proti možnosti léčit modlitbou, tedy vírou v Boha, jsou všechny experimenty, které by tuto možnost měly zkoumat, neodůvodněné.

---

## Pozitivní zdraví

Termín pozitivní zdraví je trochu nelogický, protože zdraví je vždy jevem pozitivním, nicméně se tento termín dnes často používá v oblasti AM ve smyslu pozitivního myšlení a jednání, kterými má být dosaženo plného zdraví. Protože jde v podstatě o působení vírou, resp. autosugescí, můžeme tuto metodu zařadit také do rámce této kapitoly. Podobné metody jsou už dlouho známy z Orientu. V západní společnosti se metody pozitivního zdraví rozvinuly v posledních desetiletích v souvislosti se snahou dosáhnout maximální výkonnosti a úspěchu, tedy i optimalizovat své zdraví. Někdy se mluví o posedlosti zdravím, o „healthismu“.

Předchůdcem těchto dnešních tendencí byl francouzský lékárník Coué, který doporučoval několikrát denně se postavit před zrcadlo a říkat si: „*Den ode dne je mi v každém směru lépe a lépe.*“ Jeho metoda, která byla ve Francii široce aplikovaná, se nazývala „couéizmem“. Podmínkou takové léčby je samozřejmě silná víra v efekt. V poslední době bylo vydáno i na našem trhu několik knih (např. Carneigy, Tepperwein), které učí, jakým způsobem se má při cestě k pozitivnímu zdraví postupovat. Např. podle Tepperweina je nutno napřed se hluboce soustředit opakováním barev spektra nebo číslovek a dosáhnout tak změny mozkové činnosti, hladiny alfa (viz Silvova metoda). Pak si má člověk opakovat, podobně



jako Coué, slova: „*Stále více užívám svých životních sil a jsem den ze dne úspěšnější... Budu uvažovat jenom pozitivně, což přispívá k mému zdraví. Moje krev a pleť jsou čisté*“ a pod. Podle Tepperweina je také vhodné, zapsat si své negativní myšlenky a chyby na černou tabuli, tu pak rozdupat a vyvěsit si jen bílou tabuli s pozitivními myšlenkami.

Metodu pozitivního zdraví hodnotíme stejně, jako všechny ostatní metody léčby vírou.

---

## Zázraky

Jako zázrak se označuje výjimečná událost, která odporuje přírodním zákonům, resp. je podle názoru některých věřících překračuje, a která je zprostředkována Bohem nebo jinou božskou osobou. V existenci zázraků věří všechny křesťanské církve a přinášejí o nich zprávy, prověřují a potvrzují je. Zcela jiný charakter mají případy „záračného“ překračování přírodních zákonů bez zásahů božské síly. Ty jsou však doménou parapsychologie a v tom případě nemluvíme o zázraku, ale o jevu paranormálním, magickém, esoterickém, který ve skutečnosti existuje jen ve fantazii parapsychologa.

Náboženské zázraky mohou mít různou povahu, někdy jde o zjevení Panny Marie nebo Ježíše, jindy se objeví na těle zbožného křesťana krvavá stigmata, jindy se potí nebo pláčou sochy, ale nejčastěji se zázraky objevují v podobě vyléčení z vážné choroby, obvykle rakoviny. Podmínkou a léčebným mechanismem popisovaných záračných uzdravení má být opět silná víra v uzdravení. Místo, kde se takový zázrak odehrál, např. Lourdy, Fatima, Čenstochova, Meždugorje, se pak stává poutním místem, které navštěvují nejen jednotlivci, ale celá procesí. Pacienti se tam svázejí všemi dopravními prostředky a tisíce nemocných lidí tam vytvářejí zvláštní spirituální atmosféru, která posiluje očekávání zázraku.

Nejnámějším takovým místem v Evropě jsou francouzské lázně Lourdy, kde měla mladá dívka Bernadette Soubirousová v r.1858 vidění Panny Marie. Tuto příhodu zpracoval literárně Franz Werfel v románě „Píseň o Bernadettě“. Zpráva o zjevení Panny Marie se rychle rozšířila a Lourdy se staly a dodnes jsou světoznámým střediskem záračného uzdravování.

**Hodnocení:** Léčebné výsledky ani zdaleka nejsou tak velké, jak se udává. Podrobné analýze vyléčených případů se věnoval např. dr. L. Weatherhead v knize „Psychology, Religion and Healing“. Zjistil, že určitou subjektivní úlevu lze vysledovat jen u dvou z deseti pacientů. U ostatních se naopak často dostaví po neúspěchu návštěvy Lourd zhoršení stavu s těžší depresí. Jinou analýzu jedenácti případů domnělých zázraků provedl dr. D.J. Wet v knize „Eleven Lourdes Miracles“. Analýza ukázala, že ani v jediném případě nebylo možno nezvratně doložit zázrak a vyloučit jiné, racionální vysvětlení udávaného vyléčení.

Je ovšem nepochybné, že v některých případech je subjektivní zlepšení výrazné a pacienti je považují za zázrak. Pokud jde o vysvětlení udávaného zlepšení vážné, tělesné choroby, pak lze uvažovat o několika možnostech. V řadě případů jde o hysterické, tzv. konverzní obrny, které se sice v současnosti již téměř nevyskytují, ale v minulosti byly časté, zejména u osob ženského pohlaví. Takové obrny postihovaly končetiny nebo řeč a měly jen funkční povahu. Byly totiž vyvolány změněným psychickým hysterickým stavem osoby pod vlivem silné emoce nebo stresu. Jakmile došlo k odeznění stresu, např. po hypnóze, elektrickém šoku nebo i pod dojmem silného, např. náboženského zážitku, porucha okamžitě zmizela. Takových případů byla jistě mezi udávanými zázraky většina. Jiným vysvětlením je, že byla nesprávně stanovena diagnóza, např. rakoviny, takže k „záračnému“ vyléčení mohlo snadno dojít. I Rtg stín nádoru mohl zmizet, pokud na plicích nikdy nebyl. Jindy jde o opožděný, doznívající léčebný efekt chemoterapie. Nelze vyloučit ani podvod, třeba z reklamních důvodů. Ojediněle se však jedná skutečně o vyléčení téměř záračné. Byly

popsány případy rozvinutého nádorového onemocnění, kde z neznámých důvodů došlo k zástavě růstu a dokonce k ústupu i úplnému vyhojení pacienta. Sám vím o případu, kdy se růst metastazujícího melanoblastomu, jednoho z nejzhoubnějších nádorů, zastavil a metastázy zmizely poté, co pacientka prodělala streptokokovou těžší infekci, erysipel – růži. Příčinou této spontánní regrese nádoru byla zřejmě aktivace imunitních mechanismů. V literatuře jsou takových, ovšem stále velmi vzácných případů popsány stovky. Pokud takový pacient navštívil Loudy nebo jiné podobné místo, jistě našel vysvětlení v síle léčivé vody a v moci Panny Marie.

Jiný názor na zázraky má však katolická církev, která v existenci zázraků pevně věří. Podle jejích údajů bylo v Loudech od r.1858 hlášeno 7200 zázraků, z nichž církev uznala 67. Církev tyto „zázraky“ ověřuje a po jejich „průkazu“ prohlašuje osoby, které takový zázrak zprostředkovaly, za blahoslavené. S touto prací však část kléru nesouhlasí a domnívá se, že uznávání zázraků spíše církev poškozují. Typickým příkladem je blahoslavení Matky Terezy v r.2003, které následovalo po uznání zázračného vyléčení jedné bengálské ženy, u níž ihned po modlitbě Matky Teresy zmizel rakovinný nádor. Případ byl za zázrak uznán, přesto, že se proti tomu ohradili indičtí lékaři i politici. Celou řadu takových ostudných, církví uznaných „zázraků“, přiznaných papežem Janem Pavlem II i dnešním Benediktem XVI popisuje např. slovenský astronom – skeptik Igor Kapišinský ve svém článku „Existují zázraky?“

---

## Hildegard-Medicína

V německy mluvících zemích se od 70. let 20. století šíří tzv. „Hildegard-Medizin“ (medicína podle sv. Hildegardy z Bingenu). Nelze vyloučit, že v dohledné době pronikne i do České republiky, a proto se o ní stručně zmiňujeme. Hildegarda žila v létech 1098-1179 jako významná jeptiška, později svatořečená. Od mládí byla údajně nadána jasnozřivostí. Založila dva kláštery, napsala řadu náboženských spisů, plných jejích vizí, ale její největší zásluhou je vydání dvou věcně psaných knih o zdravotědě. V první z nich („Physica“) shromáždila všechny tehdejší znalosti o léčivých vlastnostech rostlin, živočichů a minerálů, v druhé („Causae et curae“) o příčinách nemocí a léčbě. Vedle doporučené léčby, vycházející z jejích vlastních zkušeností, kriticky hodnotila některé tehdejší metody, např. pouštění žilou a důraz kladla na řádnou životosprávu a hygienu. Hildegarda chápala nemoc jako porušenou rovnováhu mezi tělem a duší, jako důsledek hříšného života. Proto byla hlavním léčebným prostředkem, vedle různých přírodních léků, náboženská víra. Bez ní jsou ostatní prostředky neúčinné. Její dílo bylo mimořádné a významně ovlivnilo medicínu následujících století.

Od r.1970 jsou principy její léčby znovu objevovány. Propagovali je především rakouský lékař G. Hertzka a léčitel W. Srehlow, kteří Hildegardiny knihy považovali za dílo Boží. Vydali několik knih o Hildegardě a jejích léčebných metodách a založili také centra Hildegard-Medicíny se zasilatelskou službou léků. Jsou to většinou bylinné preparáty a léčivé kameny (viz Lithoterapie), ale nabízeny jsou také knihy, zdravotní kosmetika a potravinové doplňky. Mimořádný léčebný efekt mají mít produkty z tvrdé pšenice – špaldy (což však nebylo nikdy prokázáno).

**Hodnocení:** S prostou představou Hildegardy z Bingenu, že hlavním léčebným prostředkem je víra a že vše léčí Bůh („So heilt Gott“ – titul jedné její knihy), samozřejmě nebudeme polemizovat. Ani s tím, že může mít stejné efekty jako každá jiná metoda léčby vírou. Jiné je to s bylinnými i jinými léčebnými prostředky, které zásilková služba nabízí. Některé jsou jistě neúčinné a neškodné, některé zřejmě mají určitý efekt, jiné však mohou být rizikové. Problémem je, že tehdejší nedokonalé znalosti, nepřesné popisy a názvy nemocí i rostlin nedovolují, abychom porozuměli tehdejší empiricky zjištěným indikacím. Hildegard-

Medicína je riziková i z jiného důvodu: v publikacích, které ji propagují, se uvádějí choroby jako epilepsie, plicní absces, rakovina, záněty srdce nebo obrny. S tím souhlasit nelze.

Podle německých odborníků se dnes vydávaná Hildegardina díla vůbec nekryjí s originály. A dodávají, že mýtus o Hildegardě a Hildegard-Medicína byly zřejmě uměle vytvořeny z obchodních důvodů. Hildegard-Medicínu musíme proto považovat za eticky nepřijatelný artefakt a za rizikový anachronizmus.

---

## „Alternativní psychoterapie“



Do této kapitoly jsme zařadili řadu metod hodně nesteroidních, které se odvolávají na psychiku. Některé z nich, např. meditační a relaxační techniky, se snaží různým způsobem ovlivnit psychiku pacienta, jiné tvrdí, že používají k léčení „psychickou“ energii, jako je např. „psychická chirurgie“. Některé z nich leží na hranici vědecké a alternativní medicíny, medicíny, většina odpovídá definici alternativní medicíny a ani si nezaslouží název metoda psychoterapeutická. My jsme proto použili termín „alternativní psychoterapie“, jinou možností je mluvit o „tzv. psychoterapiích“.

Psychoterapie, jako řádná součást vědecké medicíny, je soubor verbálních, neverbálních a paraverbálních komunikačních technik užívaných psychoterapeutem ke zvýšení duševního zdraví klienta či pacienta. Je nedílnou součástí medicíny. Psychoterapii, na rozdíl od farmakologické nebo chirurgické terapie, však komplikuje několik problémů. **Prvním problémem** je, že není přesně definována. Do rámce psychoterapie totiž patří nejen léčba duševních ale i psychosomatických chorob, a také pomoc při řešení různých osobních, existenciálních, partnerských, rodinných nebo skupinových vztahů, kdy jde už spíše o poradenství než o léčbu. Pomoc i v těchto případech považují psychologové a psychoterapeuti za svou doménu. A dnes se rozvíjí ještě třetí větev aktivit psychologů, jejímž cílem je snaha vylepšit psychiku klienta, rozšířit jeho schopnosti, otevřít mu nové světy. **Druhý problém** představuje skutečnost, že psychické choroby, problémy a potíže jsou do značné míry individuální a jejich diagnostika i terapie jsou obtížné. Volba způsobu léčby je proto nesnadná a mnohdy zcela arbitrární. **Třetím problémem** je extrémně široké spektrum nejrůznějších psychoterapeutických metod. I v rámci oficiální, „školní psychoterapie“ existují desítky základních směrů a stovky jejich variant. K těm nejznámějším směrům patří psychoterapie existenciální, humanistická, kognitivní, behaviorální, kognitivně-behaviorální, systemická, ale také psychoanalýza, Gestalt terapie a řada dalších. Některé z nich jsou racionální, jiné sporné. Je jen logické, že obrovská variabilita psychoterapeutických metod a velké rozdíly v přístupu poskytovatelů sebou nesou široký rozptyl názorů na možnosti, užitečnost a výsledky psychoterapie a jejich jednotlivých metod. Tyto metody však nejsou předmětem našeho zájmu, protože patří do oblasti „oficiální“, vědecké psychologie a psychoterapie.

Situaci komplikuje ještě **čtvrtý problém**, a to že se vedle kvalifikovaných osob „psychoterapii“ věnují i osoby nekvalifikované, samozvaní „psychologové“, instruktoři, léčitelé, senzibilové a nesporní šarlatáni, kteří si vymýšlejí stále nové a kurióznější postupy. Ačkoli jejich metody často nemají s odbornou psychoterapií nic společného, považují se za psychoterapeuty a matou tak veřejnost. Jejich činnost patří nesporně do rámce alternativní medicíny.

Z oblasti „psychologických“ metod se zmíníme jen o těch nejznámějších nebo nejmódnějších. Některé z nich se věnují jen léčbě, jiné mají spíše poradenský charakter, některé jsou součástí vědecké psychoterapie, ale jsou zneužívány léčiteli, jiné nemají s vědou společného nic. Protože jejich principy často nemají téměř žádnou logiku a vzájemnou souvislost, seřadili jsme tyto metody abecedně.

## **Audiovizuální stimulace (AVS)**

Audiovizuální stimulace (AVS) je metoda, vyvinutá v 70. letech 20. století. Z výzkumných pracovišť se rychle rozšířila do oblasti vědecké i alternativní medicíny. Jejím cílem je pomocí zvukových a světelných signálů o určité frekvenci, vysílaných speciálními sluchátky a brýlemi, ovlivnit mozkovou činnost. Vysílané signály mají přeladit mozek do jiných frekvenčních stavů, patrných na elektroencefalogramu. Předpokládá se, že se frekvence mozkových vln přizpůsobuje frekvenci signálu, že se synchronizuje činnost mozkových buněk a že se také mění produkce neurotransmiterů a endorfinů – látek, které mění náladu a zvyšují práh bolestivosti. Převedení na hladinu alfa (8-12 Hz) vede v jisté míře k relaxaci, na hladinu beta (16-24 Hz) ke stimulaci a zvýšené bdělosti, na hladinu delta (1-4 Hz) k hlubokému útlumu a spánku, Kromě ovlivnění psychiky může AVS ovlivnit i některé vegetativní funkce organismu. AVS má tedy blízko metodám relaxačním, jako je meditace, autogenní trénink nebo biofeedback (který je však vybaven zpětnou vazbou). Na vývoji AVS se podílela i NASA a řada vědeckých pracovišť. V posledních desetiletích probíhá intenzivní výzkum této metody a ověřují se indikace pro její použití. Metoda se používá na řadě neurologických a psychologických pracovišť k odstranění lehčích mozkových dysfunkcí, např. dyslexie, hyperaktivity, nepozornosti a jiných problémů s učením u dětí. Používá se i v některých jazykových školách jako prostředek ke zvýšení efektivity výuky. Existuje široká škála přístrojů pro AVS, většinou americké výroby. Do široké veřejnosti v Česku AVS pronikla zásluhou firmy Galaxy, nabízející řadu AVS přístrojů, tzv. „psychowalkmanů“, s návody pro domácí použití.

Mezi hlavní indikace AVS patří odstraňování únavy, stresu, nesoustředěnosti, nespavosti, tenzních bolestí hlavy, ale i hypertenze a řady jiných funkčních poruch nebo i chronických bolestivých stavů. Při dlouhodobém používání se udává, že AVS může pozitivně ovlivnit koncentraci a paměť.

**Hodnocení:** Výše uvedené pozitivní účinky jsou ověřeny, ale firmy, které AVS přístroje nabízejí, nerespektují slibují efekty nedosažitelné. Firma Galaxy např. uvádí vyléčení ze zápalu plic, deprese nebo šedého zákalu a inzeruje i další absurdity: Naladění na frekvenci 7,82 Hz, což má být frekvence pulzujícího Zemského jádra (!!), má vyvolat mystické zážitky. AVS není bez rizika, protože v reklamách obvykle není uvedeno, že existují jasné kontraindikace, především epilepsie. Použití „psychowalkmanů“ není vhodné ani u pacientů s ischemickou chorobou srdeční nebo latentní psychózou, protože může dojít k náhlému vzplanutí choroby. Někdy dojde paradoxně místo relaxace ke stresovým, křečovým nebo neurotickým reakcím. Závislost zatím zjištěna nebyla. Hlavním problémem AVS tedy je, že se nepoužívá jen na seriózních pracovištích, ale že je nabízena mnoha nekompetentními léčiteli a šarlatány. Proto je zatím většinou řazena do rámce alternativní medicíny.

---

## **Autogenní trénink**

Autogenní trénink je metoda, která se vymyká ostatním uvedeným v této kapitole. Má totiž racionální teorii a je uznávanou součástí vědecké medicíny. Přesto jsme ji do této kapitoly zařadili, protože se na ni při popisu ostatních metod odvoláváme a protože je v zahraničních příručkách řazena stále do rámce alternativní medicíny.

Autogenní trénink (AT) je jednou z metod, které mají sloužit psychickému a fyzickému uvolnění, relaxaci a k léčbě některých funkčních obtíží. Metodu vymyslel neurolog J.H. Schultz, když hledal způsob, jak se během 1. světové války vyrovnat v zákopech se stresem. Jeho autosugestivní metoda se rychle rozšířila, protože prokázala svou účinnost a je relativně jednoduchá na nácvik. Dodnes je AT nejvíce rozšířen v Německu. Později se

objevily i jiné, stejně účinné relaxační postupy., jako je meditace, biofeedback a řada jiných, u nás dosud ve větším měřítku nepoužívaných technik, jako je relaxace podle Jacobsona, Eutonie, funkční uvolnění podle Fuchse a pod. V poslední době se rozšířily techniky tzv. audiovizuální stimulace pomocí přístrojů, jakým je např. „psychowalkman“, které mají stejné i vyšší cíle než jen relaxaci.

AT probíhá obvykle pod dohledem trenéra, nejprve ve skupinách, zprvu jen jednou týdně, později individuálně třikrát denně po 15 minutách. Po zvládnutí relaxační techniky se doporučuje cvičit pravidelně jednou denně alespoň několik minut. Trenér se nejprve vyptává pacienta na jeho problémy a pak mu přikazuje, aby se v uvolněné poloze na zádech intenzivně soustředil na jednu končetinu a aby si představoval, že je těžká a teplá. Takový pocit se záhy skutečně dostavuje. Postupně se pacient soustředí na další části těla a snaží se dosáhnout uvolnění celého těla. Na konci cvičení pacient na výzvu trenéra relaxaci ruší, hluboce dýchá a znovu napíná své svaly. Po tomto základním cvičení se pacient učí ovládat svůj vegetativní nervový systém, tedy dech, srdeční rytmus nebo krevní tlak. Výcvik trvá týdny i měsíce, ale jednou získaná schopnost ovládat některé tělní funkce se neztrácí.

Technika AT se používá při poruchách spánku, stresu, úzkosti, ale může také zmírňovat bolesti a normalizovat krevní tlak nebo potíže se zažíváním, je vhodná i jako předoperační příprava a svůj smysl má i ve sportu.

**Hodnocení:** Autogenní trénink je ověřenou technikou, pokud je prováděn zkušeným cvičitelem. Osoby, které jsou dostatečně motivovány a cvičí pravidelně, se mohou dosažením psychického uvolnění zbavit stresu a úzkostí, různých funkčních a psychosomatických potíží oběhového, trávicího i pohybového systému. Klinickými studiemi bylo ověřeno, že mezi vhodné indikace patří i některé konkrétní nemoci, např. nespavost, hypertenze, menopauzální potíže, astma, migréna, křečové stavy, ale i řešení osobních a pracovních konfliktů. Určitým rizikem je, že autogenní trénink a podobné techniky uvolňovací techniky mohou vést ke ztrátě iniciativy, k rezignaci na aktivní způsoby léčby nebo i k zanedbání nutné klasické terapie. Proto nejsou tyto techniky vhodné jako samostatná terapie u orgánových onemocnění ani u depresí a úzkostných stavů, které vyžadují terapii psychiatrickou.

---

## Biofeedback

Termín biofeedback (BF) je anglický, internacionálně používaný termín pro biologickou zpětnou vazbu, která umožňuje kontrolu a řízení tělních funkcí. Otcem biofeedbacku je Neal Miller, psycholog a neurovědec, který experimentálně u krys i lidí dokázal, že je možné vědomě ovládat procesy řízené autonomním nervovým systémem. Potvrdil tak prastarou zkušenost indických jogínů. Samotný termín BF navrhla Barbara Brown. BF je od 60. let 20. století intenzivně studován na lékařských výzkumných pracovištích, jakým je např. Biofeedback Research Society. Zájem o tuto metodu po počátečním rychlém rozvoji upadl, jak tomu bývá u všech módních metod, ale v posledních desetiletích prožívá BF renesanci. V současné době je BF používán v praxi k terapii řady potíží, a to jak v oblasti vědecké medicíny, tak i v oblasti léčitelství. Princip metody spočívá v tom, že pacient je informován o činnosti orgánů, např. o rychlosti srdeční akce, dechu, výši krevního tlaku pomocí signálů, které snímají elektronické senzory a které jsou převedeny a zesíleny na signály vizuální nebo akustické. Podobně lze snímat i galvanický kožní odpor, teplotu kůže nebo také svalové napětí, v tomto případě pomocí elektromyografie např. na žvýkacím svalstvu nebo na předloktí. Pacient, který tyto funkce může sledovat v podobě uvedených signálů nebo i křivek na obrazovce, je pak může podvědomě ovlivnit metodou pokusu a omylu. Pokud se to zdaří, může pak nacvičit i ovládání těchto funkcí svou vůlí.

Proto se BF nazývá také **mind-body terapií**. To se u části pacientů zdaří po 10 – 50 každodenních sezeních, trvajících většinou 45 minut. Jindy může nácvik trvat i měsíce. Existují proto i přenosné aparatury pro domácí nácvik a léčbu. Pomocí BF je možno docílit celkového uvolnění, snížení psychického napětí, odstranit úzkost, stres a pod., ale i konkrétně ovlivnit určitou narušenou funkci. Terapeuticky je BF úspěšný při bolestech hlavy, migréně, nespavosti, svalových nebo kloubních obtížích, je možné snížit krevní tlak a zmírnit astmatické nebo kardiovaskulární potíže. Uvádí se, že existuje již 15 lékařských indikací pro použití BF. Nejúspěšnější lékařskou indikací je léčba inkontinence (úniku) moče pomocí vědomé kontroly svalového napětí svěračů.

Lze také sledovat elektroencefalografický záznam mozkové činnosti na obrazovce a snažit se jej soustředěním ovlivnit (**neurofeedback**). Často se skutečně zdaří ovlivnit mozkovou činnost a frekvenci mozkových vln. I tímto postupem lze docílit psychického uvolnění, zklidnění, vyrovnaní, harmonie a pod. Neurofeedback se používá také pro odstranění výchovných problémů dětí, nebo také dyslexie, dysgrafie, koktavosti a pod. V ČR existují i samostatné ordinace pro BF. Podobné využití jako BF mají i některé jednodušší metody, které nepoužívají zpětnou vazbu. Patří k nim autogenní trénink, audiovizuální stimulace (AVS) nebo i meditace. Řadu přístrojů pro AVS a BF nabízí na webu firma Galaxy.

**Hodnocení:** Je nesporné, že léčba pomocí BF může přinést psychické zklidnění nebo pozitivně ovlivnit vegetativní nervstvo a činnost orgánů, tímto nervstvem ovládaných, Úspěšná je někdy i u psychosomatických chorob a může zmírnit některé symptomy i u chorob organických. Kontrolovaných dvojité slepých studií je však zatím málo a indikace nejsou přesné. Mnozí autoři o užitečnosti BF ve většině uváděných indikacích pochybují, nehledě k tomu, že stejného efektu lze někdy docílit lacinějšími a přístupnějšími technikami, jako meditací, autogenním tréninkem nebo audiovizuální stimulací. Mechanismus efektů BF také není zcela jasný, podle většinového názoru je základním faktorem relaxace. V medicíně je BF chápán jen jako pomocná metoda, doplněk jiných osvědčených léčebných postupů. Někteří psychologové a léčitelé možnosti biofeedbacku zveličují a metodu doporučují i k odstranění výchovných a vzdělávacích problémů i k léčení vážných organických chorob. Vycházejí z mylného názoru, že i organické choroby jsou jen záležitostí psychosomatickou. Je tu ovšem, právě u vážných a přehlédnutých chorob riziko zprodlení. Nevhodný je BF také u psychóz, depresí, úzkostných neuróz, hypochondrie aj. Tvrzení některých léčitelů, že se lze naučit ovládat pomocí BF i různé přístroje, je samozřejmě zcela absurdní a patří do rámce parapsychologie.

V USA je BF řazen do oblasti komplementární a alternativní medicíny (CAM). Podle našeho názoru leží BF na hranici vědecké a alternativní medicíny. Záleží na jeho interpretaci a na způsobu použití.

---

### **Emotional Freedom Techniques – EFT**

Žhavou novinkou v naší republice je EFT „psychoterapie“, označovaná za „univerzální léčebnou metodu“. Propaguje ji zejména „Institut energetické psychologie“, založený a vedený paní Zdenou Katayama – Sindy. O této metodě už také byla do češtiny přeložena kniha německé autorky R.B. Wagner pod názvem ETF – „Svoboda emocí“. Metodu EFT vymyslel v polovině 90. let 20. století Gary Craig. V podstatě jde o zjednodušenou verzi metody R. Callahana TFT (Thought Field Therapy).

Základním principem je představa, že příčinou všech chorob jsou negativní emoce. Ty mají být vyvolány poruchou energetického pole těla. Toto pole se dá údajně upravit, vybalancovat poklepáváním na 12 bodů, které mají odpovídat 12 čínským meridiánům. Je to

tedy jakýsi kříženec akupresury s „aplikovanou kineziologií“. Vybrané body leží v obličeji, na ruce a na prsou. Na pořadí bodů nezáleží na rozdíl od původní Callahanovy metody, při které je nutné určit přesné pořadí, algoritmus bodů svalovým testováním podle zásad aplikované kineziologie. Protože je metoda určena i k samoléčbě, institut nabízí výukové kurzy, ale i na webu jsou k dispozici jednoduchá instruktážní videa. Pacient postupuje tak, že se na své problémy intenzivně soustředí a při tom si poklepává na zvolený bod. Léčit lze touto metodou podle jejich propagátorů nejen psychické potíže, ale i celé spektrum tělesných chorob. Metoda má údajně 90% úspěšnost a účinkuje u depresí, úzkosti, posttraumatických stavů, fobií i u léčení závislostí, podle některých autorů i u nachlazení, astmatu, neplodnosti přes poruchy imunity až po všechny vážné chronické choroby, třeba mnohočetnou sklerózu i rakovinu. Vedle přímé léčby Institut nabízí i semináře a certifikované kurzy.

**Hodnocení:** I když metoda není experimentálně falzifikovatelná (nelze ji zaslepit), lze ji snadno vyvrátit, protože všechny její základní principy jsou mylné. Možnost existence meridiánů i akupunkturálních bodů odporuje vědeckým poznatkům o architektuře lidského těla a nebyla potvrzena ani anatomicky ani fyziologicky. Jde o iracionální představu čínské medicíny, odmítanou i dnešními moderními akupunkturisty. Ani druhá představa, že existuje jakási bioenergie a energetické pole těla, nemá žádné opodstatnění. Nic takového jako bioenergie nebylo prokázáno a fyzikům taková „energie“ nijak nechybí. Další představa, že lze metodou EFT ovlivnit a léčit tělesné choroby, je rovněž mylná, protože psychoterapií lze ovlivnit jen potíže psychické a psychosomatické. Konečně o tom, že jde o metodu pseudovědeckou, svědčí i masivní neseriózní propagování na internetu a i to, že je doporučována spolu s celou sérií jiných vyvrácených alternativních metod. V Institutu energetické psychologie jsou to např. Reiky, neurolingvistické programování, intuitivní tarot aj. Metoda ETP může mít léčebný efekt, jenže ten je v takovém případě zprostředkován jinak. Působí zde automaticky řada psychologických fenoménů: odvedení pozornosti pacienta od jeho potíží, sugestivní působení léčitele a autosugestivní placebový efekt.

---

### **Hlubinná abreaktivní psychoterapie podle Dragomireckého**

Hlubinná abreaktivní psychoterapie (HAP) je léčebná metoda, navazující na dianetiku R. L. Hubbarda, kterou lze údajně léčit všechny psychické a psychosomatické nemoci. Slibuje vyléčit astma, mentální anorexii, drogovou závislost, schizofrenii (!), migrénu, obezitu, sexuální deviace, syndrom chronické únavy aj. Vytvořil ji a na webových stránkách dnes propaguje ing. Andrej Dragomirecký, původně konstruktér radiolokátorů, který má vazby na scientology a astrologie. Podle jeho slov metoda „vychází z teoretického předpokladu, že člověk není tvořen jen tělem, ale i duchem“ a že všechny nemoci jsou následky traumat, prožitých v jeho minulých životech. K tomu přistupují další faktory, „přivtělené duše“, uhranutí, vlivy černé magie. Své názory publikoval Dragomirecký v několika knižních publikacích: „Teorie osobnosti“, „Informační teorie psychiky“ nebo „Psychoterapie I“. Léčba spočívá v abreagování (odreagování), znovu prožití minulého traumatu. Ing. Dragomirecký suverénně tvrdí, že HAP má „exaktní teorii, vysvětluje všechny psychologické jevy, umožňuje poznání různých duchovních zákonitostí“ atd. Kromě léčby nabízí Dragomirecký také jednotýdenní kurzy HAP za 2900 Kč. Jedním tématem kurzu je „Práce s přivtělenými dušemi“. Náplní je: „*Teorie vztahující se k duším, které nemají momentálně své hmotné tělo. Způsoby nalézání přivtělených duší, komunikace s nimi, odvádění.*“ Se svou HAP má zřejmě úspěch. Založil občanské sdružení „Česko-slovenskou společnost pro HAP“, „Společnost aplikované psychologie“, přednášel na Katedře psychologie ČVUT. Podařilo se mu získat řadu následovníků, „auditorů“. Na webu lze najít seznam 79 terapeutů HAP – 19 z nich má



vysokoškolské vzdělání. Mnozí z nich inklinují i k dalším sporným léčitelským metodám, například aplikované kineziologii, Reiki či astrologii.

**Hodnocení:** HAP patří do kategorie regresních metod AM. Je možno ji striktně odmítnout jako nonsens, protože vychází z absurdní představy o existenci minulých životů. Zatímco psychoterapie uznává mnohočetnost příčin duševních onemocnění, individualitu pacienta a individuální výběr vhodného léčebného postupu, HAP vidí příčinu všech psychických nemocí v předpokládaném traumatu v jeho prenatálním nebo minulém životě a „léčbu“ omezuje na abreakci, tedy odreagování znovuprožitím traumatu. Indoktrinování pacienta nesmyslnou představou o minulých životech a vracení se k prožitému traumatu může pacienta spíše poškodit než vyléčit. Že léčebné úspěchy HAP nebyly potvrzeny žádnou klinickou studií, je samozřejmé. Vhodnějším postupem je behaviorální postup, léčba posttraumatických poruch, logoterapie, daseinsanalýza a jiné směry, které jdou na „problém traumatu“ jinak. Opravdová psychoterapie představuje hledání a vybírání vhodné cesty, nikoli aplikaci předem vytvořené doktríny.

Přesnější kritické informace o HAP lze najít na webové stránce <http://regrese.wz.cz/clanky/clanek%20skodova.htm> nebo v časopise Psychologie Dnes 3/2005.

---

## Hypnoterapie

Čtenáře možná překvapí, že do rámce AM zařazujeme, podobně jako všechny zahraniční prameny, i hypnózu, která je regulérní součástí vědecké medicíny. Je to proto, že v zahraničí se hypnóze věnují i léčitelé, často nedokonale vycvičení a také proto, že se hypnóza někdy používá neadekvátním, neodborným způsobem. Ostatně, laickou veřejností je hypnóza většinou chápána jako záležitost téměř magická, esoterická.

Hypnóza (z řeckého hypnos – spánek) je stav, při kterém dochází ke zúžení vědomí. Je omezeno vnímání reality a myšlenkové i tělesné procesy jsou zpomaleny. Nejde tedy o nějaký kvalitativně zcela jiný, dokonce patologický stav vědomí, ale o fyziologické, kvantitativní změny. Do podobného stavu, i když ne tak nápadně vyznačeného, se může pacient dostat i při aplikaci jiných metod, jakými jsou autogenní trénink, biofeedback, meditace nebo jóga.

Hypnoterapie má dlouhou historii, praktikovali ji fakíři a jogíni v Indii, aby se autosugescí dostávali do transu, v Egyptě ji používali lékaři při léčení chorob a šamani mnoha národů se uvedením do hypnotického stavu snažili navazovat kontakty s vyššími bytostmi. Paracelsus (1494-1541) doporučoval hypnózu pro léčbu nervových chorob. V 19. století používali hypnózu angličtí vojenští lékaři při operacích válečných traumat, po 1. světové válce se uplatnila při léčení posttraumatických stresových stavů.

Jaká je podstata hypnotického stavu, se dlouho nevědělo, marně se hledaly výklady materialistické, přírodovědecké. Teprve ve 20. století se prokázalo, že jde zvláštní stav vědomí. Jaké procesy se přesně v mozku odehrávají, to je stále předmětem výzkumu, ale sám hypnotický stav byl pochopen a popsán jednoznačně. V psychické oblasti je zúženo vědomí, je snížena bdělost, mění se smyslové vnímání, zvyšuje se představivost, sugestibilita a v tělesné oblasti se mění mnoho funkcí vegetativního nervového systému, zvolňuje se dýchání, akce srdeční i látková výměna a snižuje se svalové napětí.

Tyto znalosti umožnily široké používání hypnózy v medicíně u řady tělesných i psychických chorob a stavů i jako pomůcky při předoperační přípravě. Léčba je určena pro akutní, ale především pro chronické stavy, a proto se aplikuje v sériích o 10-20 sezeních v trvání 30-90 minut. Jaké hypnotizér používá techniky k uvedení pacienta do hypnózy a

vyvedení z ní a jakými otázkami a podněty se ho snaží ovlivnit, nebudeme popisovat, to není účelem naší knihy. K dispozici jsou jiné prameny.

**Hodnocení:** Hypnóza je standardní léčbou medicíny s ověřenými účinky. Léčebné efekty byly posuzovány už mnoha klinickými studii a potvrdily se u následujících stavů: stavy úzkosti, poruchy spánku, psychosomatické potíže, dráždivý tračník, bolesti porodní, pooperační, při nádorovém onemocnění. Naproti tomu nebyla účinnost bezpečně potvrzena u akutních bolestí, u odvykací léčby při tabakizmu ani u těhotenského zvracení, i když je u těchto stavů hypnóza často chybně doporučována.

Pro léčbu hypnózou není vhodný každý, existují kontraindikace: psychózy, epilepsie, sklon k hysterii, nízký intelekt pacienta, nespolupráce pacienta aj.

Rizika při správně vedené hypnóze jsou malá, při neodborném vedení však závažná. Menší problémy, závratě, bolesti hlavy, poruchy koncentrace mohou vzniknout např. při rychlém vyvedení z hypnózy. Dalším rizikem je mylná indikace, tedy použití hypnózy u osob, kde je hypnóza kontraindikovaná. Hlavním rizikem je však nevhodný přístup terapeuta. Při hypnóze se totiž někdy vyvolají vzpomínky na minulá traumata a vedle nich často bohaté fantazie. A ty mohou být chybně interpretovány jako reálné události. Pacientovi jsou tak vsugerovány zážitky, které neprožil a které mohou vést nejen ke zhoršení jeho psychického stavu, ale i k problémům rodinným se soudní dohrou. Blíže popíšeme vyvolávání „falešných vzpomínek“ v kapitole „Potlačené vzpomínky“.

Nakonec musíme zdůraznit, že hypnózou nelze klienta přinutit k činnostem, se kterými sám nesouhlasí. Nikomu nelze nic vsugerovat proti jeho vůli.

---

## Kineziologie aplikovaná

Kineziologie je vědní obor, který se zabývá studiem pohybu. Jeho organizační základnou v České republice je Česká kineziologická společnost. V paranormální sféře vznikla však pod názvem „aplikovaná kineziologie“ metoda, která se zabývá diagnostikou a léčením fyzických i duševních poruch a odstraňováním problémů při výuce dětí. Se skutečnou, vědeckou kineziologií a tedy se studiem pohybu nemá nic společného.

Základním principem kineziologie je kuriózní představa, že všechny tělesné i duševní problémy jsou způsobeny poruchou proudění energie mezi orgány včetně mozku a svalstvem a že se blokáda projeví oslabením příslušného svalu. Příčinu choroby lze pak snadno objevit tzv. svalovým testem. V teorii kineziologové uvádějí, že test lze provést ve stoji, v poloze vsedě i vleže na nejrůznějších svalech, ale v praxi se jich používá jen asi pět, z nichž nejběžnější je tzv. „delta“ test, který posuzuje sílu ramenního, deltového svalu. Léčitel, „facilitátor“, přitlačuje upaženou paži pacienta dolů. Pokud paže pod mírným tlakem poklesne, znamená to poruchu. Orgánové choroby se diagnostikují tak, že si pacient položí volnou ruku na místo předpokládaného nemocného orgánu a provede se test. Kineziologové se ale varují vyslovit konkrétní diagnózu. Mluví o funkční poruše orgánu, psychosomatické poruše, poruše napětí svalů, blokáдах energie, o stresorech. Svalovým testem lze také zjistit nesnášenlivost některých potravin, alergií, chybění vitaminů nebo minerálů, ale také vyhledat vhodný medikament pro léčbu poruchy. V tom případě klient drží potravu, alergen v ampulce nebo medikament v ruce nebo si ho vloží pod jazyk. Postupně se vyzkoušejí různé látky a ta správná se určí tím, že paže poklesne. Jiní facilitátoři kladou pacientům otázky a ptají se cíleně, jaký je stav jejich orgánů, jaké mají pocity a jakými problémy trpí. Tělo samo poklesem paže odpovídá „ano“ nebo „ne“.

Cílem terapie je odstranit blokádu a obnovit rovnováhu mezi duševní a fyzickou úrovní. Terapie spočívá ve výběru vhodných medikamentů podle svalového testu, v masáží

akupunkturních bodů nebo v různých tělesných cvičeních. Často se léčba doplňuje jinými metodami alternativní medicíny, jako je homeopatie nebo Bachova květinová léčba aj. Metodu vytvořil V 60. letech minulého století chiropraktik George Goodheart. Rozvoji metody dal silný impulz J. Diamond svou knihou „Tělo nelže“ v r.1979. Titul knihy se stal mottem pro kineziologii. Záhy se objevila téměř nespočetná řada jejích variant. Úspěch měla např. Edu-Kinestetika P.E. Dennisona, zaměřená na léčbu výchovných a výukových problémů dětí, která do terapie zavedla různá gymnastická cvičení. V posledních letech se Edu-Kinestetika, propagovaná „Českou společností pro rozvoj osobnosti“, rychle šíří v naší zemi, právě tak jako One-Brain, „Jednotný mozek“, propagovaná Američankou C.A. Holtzovou a společností AMIKUS s.r.o. Tyto metody předpokládají, že stresy, duševní poruchy a výchovné nebo výukové problémy jsou způsobeny bloádou spojení mezi oběma hemisférami. Bloádou lze údajně odstranit a tělo harmonizovat tlaky na určité body, manipulací nebo určitými cviky. Edu-kinestetika, One-Brain kineziologie nebo Neurogenika se zaměřily na odstraňování výchovných a vzdělávacích poruch dětí, dyslexie, dysgrafie, ale i koktavosti nebo šilhavosti. Dalšími variantami jsou např. kineziologie klinická, křesťanská, integrativní, transformační nebo behaviorální, biokineziologie, kinezionika, Grain-Gym apod. Existuje i „psychologická kineziologie“, zaměřená na psychické poruchy. Léčí se psychoterapeutickými postupy a meditací. Všechny uvedené varianty se liší ve volbě léčebných prostředků, ale všechny spojuje diagnostika svalovým testem. Dnes je aplikovaná kineziologie v různých formách rozšířena po celém světě. V USA existuje Mezinárodní společnost pro kineziologii, v mnoha státech existují národní společnosti, vydávající desítky knižních publikací a pořádající kurzy kineziologie. Kineziologii se věnují léčitelé, maséři, fyzioterapeuti, lékaři včetně zubních, ale i učitelé. V naší republice pronikla kineziologie především do školství, zejména do školství speciálního a podporují ji i někteří vysokoškolské pedagogové.

**Hodnocení:** Základní představa, že tělesné choroby, duševní poruchy nebo výukové problémy vedou k oslabení svalstva, je výmyslem, který nemá žádné teoretické opodstatnění a nebyl nikdy objektivně potvrzen. Stejně zásadní námitkou je to, že hodnocení svalové síly je zcela subjektivní a navíc je snadno manipulovatelné. Další námitka: svalové napětí nemusí být projevem slabosti svalu, protože závisí především na momentálním naladění a také na sugestivním vztahu mezi léčícím a pacientem. Výsledky hodnocení stavu svalů nejsou také reprodukovatelné. Mylné je i tvrzení, že existuje vazba mezi vnitřními orgány a určitými svaly na končetinách. Vnitřní orgány souvisejí se svalovými a kožními okrsky stejného segmentu. Svaly horní končetiny jsou však zásobovány z krční části míchy, vnitřní orgány z hrudní a bederní. Nelze se odvolávat na proudění energie, což je převzaté z čínské filozofie, protože žádná taková energie nebyla zjištěna a ani akupunkturní body, kde kineziologové provádějí masáž, neexistují. Kineziologii také diskvalifikuje spojení s chiropraxí a čínskou medicínou, právě tak jako používání řady dalších metod alternativní medicíny, jako je Reiki, meditace, Bachova květinová léčba, aromaterapie, homeopatie aj.

Nejde jen o zcestnou teorii. Bylo provedeno už mnoho klinických studií, které vyloučily možnost určit svalovým testem jakoukoli tělesnou nebo duševní chorobu. Kineziologie představuje značné riziko chybné diagnózy, falešně negativní nebo i falešně pozitivní, kdy je klient ohrožen i užíváním zbytečných a nevhodných medikamentů. Právě tak nebyla žádnou studií doložena terapeutická účinnost kineziologie. Některé zahraniční organizace, např. Svaz německých psychologů, varují před používáním EDU-Kinestetiky. Některé svazové země v Německu zakázaly používat kineziologii ve školství.

## **Konstelace rodinné, „systemické“**

Jedním z módních „psychoterapeutických“ postupů je metoda, nazvaná „rodinné, resp. systemické konstelace“ (Family Constellations), rozšířená především v anglofonních zemích, ale dnes rychle pronikající i do ČR. Vymyslel ji německý psychoanalytik a filozof Bert Hellinger v 80. a 90. letech 20. století. Je určena pro jedince a páry, které chtějí vyřešit rodinné problémy, změnit osobní postoje, odstranit negativní vzorce myšlení a začít nový harmonický život. Nabízí se i pro podnikové kolektivy. Principem metody je vybavení si problémů a kritických zážitků v rodině pomocí jakési podvědomé rekonstrukce traumatických situací v kruhu asi 30 navzájem cizích osob. Jedna z nich hraje vedoucí roli a z ostatních vybere představitele členů rodiny a „postaví je do určité pozice v prostoru“. Na rozdíl od psychodramatu se při „konstelaci“ v podstatě nemluví, jen se tiše soustředí, seanci řídí facilitátor. Účastníci si intuitivně vybavují konfliktní situace, hledají nejvhodnější postavení vybraných členů, až dojde k obecné shodě a tím ke katarzi. Metoda je příbuzná léčbě pomocí vybavování „potlačených vzpomínek“

**Hodnocení:** I když je provádění této metody licencováno některými psychoterapeutickými společnostmi, jde o metodu spornou, která má četné kritiky. Je to metoda fenomenologická, nekauzální, subjektivistická, jejíž účinnost nelze standardními metodami ověřovat. Podobně jako u všech pseudovědeckých metod, i zde má být léčba zprostředkována „energeticky“. Nevěrohodné jsou sliby, že jedním sezením lze klienta zbavit jeho potíží. Vážnou námitkou je i to, že ji většinou provozují nekvalifikované osoby. V ČR jde o metodu v oficiální psychoterapii téměř nepoužívanou a šířenou především na alternativních, esoterických webových stránkách. Nabízeny jsou přednášky, semináře a kurzy „výuky konstelací“. O charakteru této péče svědčí to, že se její propagátoři a lektoři odvolávají na „kmenovou duši“, karmu, „šamanské koncepty“, „působení energetického pole“, „kondenzované obrazy v čase“, působení „přímo do esence“ aj. a na svých stránkách často nabízejí i jiné metody AM, jako je meditace, kraniosakrální terapie, kineziologie, Aura-Soma, Bachova terapie aj. Někteří kritici považují metodu za magické divadlo, za destruktivní kult. Závěrem: „Rodinná konstelace“ je alternativní metoda, u které dosud chybí dlouhodobé zhodnocení. V českých podmínkách se jí ujali nekvalifikovaní esoteričtí léčitelé a propojili ji s jinými pseudovědeckými postupy.

---

## **Léčba „minulými životy“**

Léčba minulými životy je jednou z řady tzv. regresních metod, které se snaží léčit pacienta uvedením do minulosti – viz Regresní terapie.

Zjištění, že život člověka je konečný a že smrt je definitivní, je nového data a souvisí s osvícenským, vědeckým pohledem na svět. Všechny dřívější civilizace i všechna náboženství světa věřily, že život není konečný, ale že pokračuje v jiné formě dál. Člověk jen ztrácí své tělo, kdežto jeho duše je věčná a odebírá se po smrti do duchovního, nadzemského světa, konkrétně do nebe, ráje resp. astrálu. V některých kulturách však vznikla myšlenka, že se duše po dočasném pobytu v duchovním světě znovu vrací do pozemského těla, že se znovupřetěluje, reinkarnuje do jiného tvora, člověka, zvířete, rostliny i kamene, a podle některých názorů si sebou nese i své stopy, paměť svého předchozího života, svou karmu.

Přesvědčení o možnosti reinkarnace trvá dosud a dnes se dokonce rychle šíří i v křesťanských, západních zemích. Stalo se dokonce módou, vracet se do svých minulých životů a poznávat svou karmu. Přispělo k tomu vedle postmoderní filozofie a přejímání orientálních názorů také to, že se existence posmrtného života jevila pravděpodobnější v souvislosti se zveřejňovanými „zážitky“ osob, které byly na hranici smrti a které se podařilo

resuscitovat. Někteří si vybavují jen vzpomínky na blížící se smrt, tzv. „zážitky blízkosti smrti“, jiní si údajně vybavují vzpomínky na předchozí životy v duchovním světě, na tzv. „život mezi životy“.

Byla vypracována řada metod, jak své minulé životy vyvolat uměle a poznat je. Doporučuje se astro-numerologická metoda, která využívá tzv. karmickou astrologii, metoda logicko-deduktivní, vizualizační, nebo hledění do magických zrcadel.

Poznávání minulých životů má podle tvrzení parapsychologů a léčitelů i léčebné účinky. Člověk poznává, čím se v minulém životě zasloužil a provinil, tedy svůj úděl, karmu. Porozumí tomu, proč má své dnešní potíže a choroby, a dovede se pak s nimi lépe vyrovnat. Na šíření léčby „minulými zážitky“ se významně podílel Raymond Moody, americký doktor filozofie a psychologie, ale především parapsycholog, který proslul sepsáním několika knih z této oblasti. Největší úspěch získal knihou „Život po životě“ z r.1975, která popisuje „zážitky blízkosti smrti“. Moody také po hypnotické seanci uvěřil v možnost reinkarnace. Sám měl prý devět předchozích životů. Výlety do minulých životů podle něj mají léčebný efekt, umožňují zbavit se depresí, fobií nebo závislostí. Léčba návratem do minulých životů se tak stala jednou z módních metod dnešních léčitelů a psychologů. Hlavním propagátorem této metody v ČR je paní PhDr. Marta Foučková. Jako odstrašující příklad toho, kam až lze při aplikaci těchto metod zajít, uvádíme vyjádření PhDr. M. Říhové: „*Pokud pracujeme s takovým dítětem, které nemá ani nohy ani ruce a zjistíme, že to byl v minulém životě gestapák, který v koncentračním táboře házel děti do plynu, tak najednou vidíte, že všechno je jak má být*“. Jistě dokonalá psychoterapie pro matku dítěte.

**Hodnocení:** S konečností života se většina lidí asi nikdy nedokáže smířit. Proto i víra v nesmrtelnost, ať už má náboženskou nebo jinou podobu, bude člověka provázet trvale. Z biologického hlediska je však smrt chvílí, kdy se všechny tělesné i duševní funkce zastavují a struktury se rozpadají. Konec jedince je definitivní. Dualistická představa o existenci samostatné duše, ducha, resp.astrálního těla není vědecky ani logicky opodstatněná, právě tak jako související názory o karmě, reinkarnaci a minulých životech. Léčba „minulými životy“ tedy nemá žádné racionální opodstatnění a nemůže mít žádný specifický efekt. Regresní terapie, kterou u nás propagují psycholožky PhDr. M. Říhová a dr. M. Foučková, jejichž činnost Český klub skeptiků ocenil zlatým Bludným Balvanem, je absurdním, nebezpečným nesmyslem.

---

## Léčba objetím – Holding Therapy

Jinou velice pochybnou léčbou, šířenou i v naší republice, je tzv. terapie objetím, v západních zemích nazývaná „Holding therapy.“ nebo také „attachment therapy“, terapie přilnutí. Je určena pro agresivní, nezvládnutelné, „zlé“ děti – „malé tyrany“ – s negativními postoji ke svým rodičům nebo opatrovatelům. Problém se objevil nejprve v USA s adoptovanými dětmi, u nichž byly jejich negativní postoje důsledkem traumatizujících událostí v jejich raném věku. Původní „attachment-based therapy“, založená na Bowlbyho „attachment teorii“ se snažila obnovit nebo navázat pozitivní kontakt rodičů s dětmi a vycházela z představy, že základním prvkem při léčení takových dětí musí být empatie, tolerance, trpělivost, vstřícnost a laskavý dlouhodobý přístup se snahou vybudovat vzájemnou důvěru.

Dnešní Holding Therapy, používaná v různých podobách, především v USA, je však založena na zcela protichůdném přístupu a nemá s původní metodou nic společného. Léčitel, rodič nebo opatrovník má dítě pevně, násilně držet, a to tak dlouho, až se dítě přestane vzpouzet, naříkat, křičet a bojovat. Cílem je demonstrovat dominanci, zlomit odpor dítěte, což má vést ke katarzi. Dítě se má údajně vrátit do svého raného dětství, ztratit své agresivní

tendence a pak je prý možné, dítě si znovu získat laskavým chováním, mazlením, houpáním, dokonce krmením z láhve. Metoda vychází ze staré metody R. Zaslova, určené pro potlačování zlosti a z některých psychoanalytických názorů. Do praxe ji pod názvem Holding Therapy zavedla M. Welch publikací „Holding Time“. Metoda má hodně společného s jinou, stejně násilnou a odborníky neuznávanou „léčbou novými životy – Rebirthing.

V Česku se léčba objetím rozšířila především zásluhou německé psycholožky J. Prekop, která svou variantu terapie objetím popsala v knize „Malý tyran“, vydané i v Čs. republice a také zásluhou předsedy Českomoravské psychologické společnosti J. Šturmy, propagátora této metody.

Léčba objetím však ani zdaleka není přijímána pozitivně většinou psychologů a vychovatelů. Nedávno ji kritizoval v ostře laděném článku v Lidových Novinách doc. Z. Vybíral, který ji považuje za metodu nevhodnou, patřící do rámce pseudovědeckých alternativních metod. Zastánci metody však s jeho názory nesouhlasí a ostře protestovali.

**Hodnocení:** „Attachment-based therapy“ je dnes standardním, i když technicky variabilním postupem, vědecky zdůvodněným. Léčba objetím – „Holding therapy“ je však v zahraničí ostře kritizována zejména proto, že pozitivní výsledek lze očekávat jen v některých případech, zatímco v jiných dojde naopak k výsledku právě opačnému. Negativní postoj k jejich rodičům nebo vychovatelům se může ještě prohloubit a vést k trvalému odporu a nenávisti. Velice negativně může zlomení odporu a násilné potlačení vůle a svobody dítěte ovlivnit jeho budoucí charakter a životní osudy. I na českých webových stránkách najdeme zprávy rodičů o tom, že se jejich vztahy k dítěti po takové „terapii“ ještě vyostřily. Podle Vybírala se „v USA Holding therapy stala předmětem vážných odborných debat i soudních sporů. Při tomto způsobu zacházení s dětmi a dospívajícími (při pevném držení trvajícím i několik hodin) jich několik zemřelo“. J. Prekop čelí v Německu tvrdé kritice, jak lze zjistit na webu na adrese „Festhalttherapie Kritik“.

Závěrem lze říci, že při léčbě objetím jde v podstatě o aplikaci tzv. dvojné vazby, připomínající tzv. stockholmský syndrom ve vztahu vězňatele a vězně. Současné působení na dítě agresí a láskou není logické, může u dítěte vyvolat velice zmatené prožitky. Výsledky metody nejsou zaručené a často naopak vedou ke zhoršení vztahu mezi rodiči a dítětem. Riziko nesporně převažuje nad event. prospěchem. Princip léčby objetím je absurdní i z hlediska dnešních odmítavých a uznávaných názorů na trestání a bití dětí. Je to metoda neodborná, nezdůvodněná, vědeckou komunitou většinou neuznávaná a potenciálně nebezpečná. Do rámce vědecké psychoterapie ji řadit nelze.

---

## Meditace

Jako meditaci označujeme duchovní cvičení, které vede k hlubokému vnitřnímu uvolnění, relaxaci a jejím prostřednictvím údajně k proniknutí do nitra vlastní osobnosti, k duchovnímu obohacení a i ke zlepšení duševních i tělesných schopností včetně zlepšení zdraví. V podstatě jde o výcvik koncentrace, která umožní kontrolovat vlastní myšlenky. Podle představ esoteriků má meditace umožnit navázání kontaktu s vlastním duchem, dosáhnout vyššího vědomí až osvícení a splynout s vědomím kosmickým. Meditaci praktikovali a praktikují věřící většiny velkých světových náboženství, a od 60. let minulého století patří meditace do arzenálu duchovních cvičení a terapeutických metod novodobých guruů, sekt i léčitelů. Velkou roli při šíření meditace do západních zemí sehrál Maharishi Mahesh Yogi, který také založil organizaci – sektu „Transcendental Meditation“. Existuje mnoho meditačních způsobů, od statických v jogínské poloze lotosového květu až k nejrůznějším formám dynamickým, provázeným tělesným cvičením. Meditace je také

nezbytnou součástí jógy. Někdy se dosahuje relaxace opakováním stále stejného slova, mantry, jindy pomocí pozorování symbolických obrazů, mandal. V dnešním esoterickém světě je meditace módní i mezi postmoderně laděnou veřejností jako prostředek ke zlepšení duševní i fyzické kondice. Provozuje se v různých klubech, wellness centrech i individuálně podle návodu.

**Hodnocení:** Meditace je nesporně užitečným prostředkem k navození vnitřního klidu, ke snížení stresu, úzkostí, zvyšuje schopnost soustředění a sebeovládání. Meditace umožňuje ovládat nejen psychiku, ale do jisté míry i vegetativní funkce vlastního těla, např. rychlost dechu i tepu, krevní tlak, tělesnou teplotu, ovlivnit vnímání bolesti a pod. Meditace se proto stala i součástí různých terapeutických metod. Není však jediným způsobem, jak dosáhnout těchto výsledků. Stejné efekty dosahují jiné relaxační metody, např. autogenní trénink, jóga, audiovizuální simulace, biofeedback a řada dalších. Určitým nebezpečím meditace je, že často dochází k vytvoření úzké vazby až závislosti na skupině, sektě nebo jejím guru, která může vést až k „vymytí mozku“, brainwashingu.

---

## Neurolingvistické programování

Neurolingvistické programování se objevilo koncem 20. století jako nová alternativní „psychoterapeutická“ komunikační metoda. Je inzerována jako téměř zázračná metoda, která má změnit prožívání a chování člověka, má dojít k vnitřnímu „přerámování“ (reframing). Metoda má údajně i léčebné účinky, odstraní fobie, deprese, stresy, vede k pozitivnímu myšlení a přístupu ke světu. Metodu vymysleli lingvista J. Grinder s psychologem a matematikem R. Bandlerem. Zveřejnili ji v knize „Die Struktur der Magie“. Údajně je to sukus těch nejlepších psychoterapeutických metod. Centrální představou neurolingvistického programování je to, že každý člověk se řídí jen jedním, reprezentativním smyslem, např. zrakovými nebo jen sluchovými vjemy, ale ne vždy je to ten nejvhodnější smysl. Terapeut naváže s pacientem kontakt, zjistí, jakým smyslem se primárně řídí a postupně ho převede na jiný, vhodnější způsob vnímání a prožívání, na jinou „orientaci na jeho vnitřní mapě“. Postupuje se tak, že pacient se zkoncentruje na svůj problém a terapeut tento problém „zakotví“, zpravidla zatlačením na rameno. Pak si pacient představí, že má všechny schopnosti k vyřešení svého problému. To se potvrdí tlakem na druhé rameno. Konečně se tlakem na obě ramena problém „integruje“. Úspěch metody se dostavil rychle a metoda se nyní šíří z Německa do přilehlých zemí i do USA. Příčinou úspěchu je nejspíše sám zajímavý, vědecky vypadající název. Do medicíny ani do psychologie metoda zatím nepronikla, využívají ji spíše jen učitelé nebo sociální pracovníci.

**Hodnocení:** Jde o alternativní metodu, která nemá nic společného s neurologií, psychologií, lingvistikou ani s programováním. Kniha „Die Struktur der Magie“ se sice tváří vědecky a používá odborné formulace z transformační gramatiky, což je vědecká lingvistická disciplína, ale ty jsou mylně interpretovány a navíc nesmyslně a nesouvisle nakupeny. Různé hypotézy, o které se autoři opírají, např. hypotéza o nezávislé činnosti obou hemisfér, jsou v rozporu s poznatky experimentální neurovědy. Nebyly také provedeny žádné experimentální studie, které by účinnost neurolingvistického programování potvrdily. Metodu řadíme k řadě jiných dnes módních pseudovědeckých metod, které mají klienta vést k pozitivnímu myšlení.

## Potlačené vzpomínky – Repressed memories

Podle klasické Freudovy psychoanalýzy je nevědomí samostatnou součástí lidské psychiky, vedle vědomí a podvědomí. Do nevědomí mají být zatlačovány všechny negativní vzpomínky zejména sexuální povahy z období raného dětství. Tyto potlačené vzpomínky mohou být skutečnou, skrytou příčinou pozdějších psychických problémů a obtíží, jako anorexie, bulimie, depresí, úzkostných stavů, nespavosti apod. Pomocí různých metod, např. hypnózou, vizualizací, skupinovou terapií, automatickým psaním atd. je údajně možné tyto vzpomínky opět vybavit. Poznání vlastní příčiny onemocnění má přispět k vyléčení nemocného. Vznikl tak dokonce samostatný psychotherapeutický obor, „repressed memory therapy“ – léčba vybavováním potlačených vzpomínek. Tato „léčba“ se stala v 90. letech 20. století módní záležitostí, zejména v USA, kde psychologové a psychotherapeuti stále častěji „zjišťovali“, že příčinou poruchy osobnosti a psychiky je sexuální zneužívání dětí v prvních letech jejich života. Viníkem byli obvykle rodiče, především otec. Pacienti, kteří svým terapeutům uvěřili, podávali pak na své rodiče žaloby, které vedly k soudním řízením, končícím odsouzením viníka. Vedlo to k četným rodinným konfliktům, tragediím, sebevraždám, k rozpadu rodin. Udává se, že byly takto postiženy stovky, možná tisíce osob. Záležitost vyvolala značný odpor ze strany vědeckých psychiatrických i skeptických organizací (významnou roli hrála skeptická psychiatrická E. Loftusová), kterým se podařilo dokázat, že vzpomínky pacientů na sexuální zneužívání byly jen konfabulacemi, vzniklými na podkladě sugestivního působení psychotherapeutů a že šlo tedy o vzpomínky falešné. Mluví se proto o „syndromu falešných vzpomínek“.

**Hodnocení:** Freudova představa o nevědomí jako o samostatné součásti vědomí, do které se ukládají vzpomínky je mylná. Nic takového jako nevědomí, resp. „nevědomá mysl“, neexistuje. Není to ani anatomicky ani funkčně lokalizovaná samostatná jednotka. Právě tak neexistují „potlačené“ vzpomínky. Zjistilo se, že všechny negativní zážitky zůstávají v paměti trvale. Psychologie také prokázala, že vzpomínky nejsou neměnným záznamem, doslovným otiskem proběhlé události. Vzpomínky vznikají tím, že se vždy znovu složí z informací, které jsou rozmístěny v mnoha vzdálených okřscích mozku. Vzpomínky jsou závislé na mnoha současných i minulých vlivech, jsou stále přepracovávány a modifikovány. Jsou tedy nutně nepřesné a také snadno ovlivnitelné sugescí. Případ falešných vzpomínek je klasickým příkladem zneužívání medicíny a mylné teorie k osobnímu obohacování. Jiným příkladem vybavování falešných vzpomínek jsou „únosy osob mimozemšťany“ nebo vybavování vzpomínek na satanské rituály. Odborné psychiatrické společnosti se proto většinou od metody léčení pomocí vybavování potlačených vzpomínek distancovaly. Britská The Royal College of Psychiatrics oficiálně zakázala svým členům tuto metodu používat.

---

## Psychická chirurgie

Už ve středověku existovali šarlatáni, kteří dovedli z břicha pacienta vyoperovat žábu nebo hada. Podobná varianta nekrvavé chirurgické léčby se objevila i v moderní době v 50. letech 20. století na Filipínách. Tamější léčitelé sídlící především v Manile nebo v lázeňském středisku Bagnio začali odstraňovat pacientům nádory nebo kameny bez nože, jen pomocí svých prstů, bezbolestně, bez porušení kůže a následné jizvy. Pomoc vyhledávali pacienti trpící rakovinou, hypertrofií štítné žlázy, žlučnickovými nebo ledvinovými kameny. Většina zákazníků byla ze zahraničí, z Evropy a především ze Spojených států, odkud byly za tímto cílem pořádány celé výpravy. V 80. letech se objevily informace o této léčbě i v naší republice. V možnost takové terapie uvěřili nejen laici, ale i mnozí lékaři. Někteří čeští pacienti prodali svůj majetek a odjeli za psychickým léčitelem na Filipíny.



I když léčitelé pracují svými prsty, předpokládalo se, že k úspěšné léčbě je zapotřebí zvláštních psychických, duchovních schopností, proto název „psychická chirurgie“. Léčitelé se většinou hlásí k různým duchovním sektám, někteří jsou katolíci. Léčbě předchází modlitba, vzývání Boha a navození patřičné atmosféry. Pak léčitel na „operačním“ stole vnoří prsty do břicha pacienta a během jedné až dvou minut vyjme nádor, krevní sraženinu nebo kámen. Operace byla mnohokrát nafilmována a vypadá velice věrohodně. Výkon je provázen krvácením, vyjmutý orgán léčitel ukáže přihlížejícím. Pak jej ovšem rychle odstraní. Vyčerpaný chirurg se nakonec opět posiluje modlitbou. Později začal stejnou metodu používat i brazilský psychický chirurg Arigo, který pracuje pomocí kuchyňského nože a tvrdí, že do něho vstoupil duch německého chirurga dr. Fritze a že on je jenom prostředníkem. V poslední době zájem o tuto metodu rychle upadá.

**Hodnocení:** Odstranit nádor nebo jakoukoli část orgánů je bez otevření kůže nemožné. Trik „psychických chirurgů“ je dobře objasněn. Léčitel si připraví do ruky smotek vaty s krví a kousek zvířecího, většinou kuřecího orgánu, např. střeva. Svůj „výkon“ zakryjí rukou nebo svou ruku zanoří do měkkého břicha a manipulaci zakryjí záhybem kůže pacienta. Histologické vyšetření ukázalo, že krev i vyjmutý orgán jsou zvířecího původu. Řada eskamotérů trik dokonale napodobila. Opakovaně byl předveden v televizi. Jde o vysoce neetický podvod, využívající kritickou situaci často těžce nemocných osob, které se chytají poslední naděje a buď oni nebo členové rodiny jsou schopni vynaložit za záchranu nemocného veškeré prostředky.

---

## Rebirthing – Léčba novým zrozením

Rebirthing sice není „psychologickou“ metodou, ale přesto ji zařazujeme do této kapitoly, protože je příbuzná „Transpersonální psychologii“, regresní terapii nebo „léčbě minulými životy, které probíráme na tomto místě. Rebirthing vychází z hypotézy, že mnoho psychických i tělesných chorob v dospělosti je způsobeno neuspokojenými potřebami nebo traumaty vzniklými při početí, implantaci, porodu i v raném dětství, což vede k bloádě emocí. O existenci „implantačního traumatu“ byla přesvědčena řada psychoanalytiků. Odblokováním traumat, tedy návratem do doby porodní, lze vyvolat emoční krizi, odstranit potíže a změnit chování člověka. A nejen to, metoda má být účinná i u chorob, který údajně mohou mít svou příčinu v uvedených traumatech. Patří sem migréna, astma, deprese, klaustrofobie, schizofrenie (!) a hysterie.

Rebirthing vychází z názorů psychoanalytika D.W. Winnicotta, který u několika svých pacientů zjistil, že „znovuprožití okamžiku zrození“ má terapeutický efekt. Podle A. Janova je důležité vyvolat u pacienta „prvopočáteční novorozenecký křik“. Zastánci takových postupů založili v r.1973 „Mezinárodní organizaci pro terapii zrozením“. K návratu do doby porodu používali několik způsobů, hypnózu, požití lysergové kyseliny (LSD), simulaci zážitků při narození nebo dýchací cviky. Tento poslední postup propagoval L. Orr, který je považován za zakladatele nejrozšířenější verze této terapie.

Léčba se provádí tak, že pacient nejprve hyperventiluje, tedy hluboce a nepřerušovaně dýchá, pak se položí na žíněnku nebo do vodní lázně a léčitel ho intenzivně masíruje a brání mu v dýchání. Někdy vede „lčení“ téměř k udušení. Pak dojde k uvolnění prudkým nádechem, křikem, pláčem i výbuchem zloby, tedy ke znovuprožití porodu. Po této emoční krizi dojde k uvolnění a „odplavení negativních emocí“.

**Hodnocení:** Teorie léčby znovuzrozením je čistou fantazií. Představa, že novorozenecký mozek je schopen vnímat „nepohodu“, psychická nebo fyzická traumata a zapamatovat si je, je mylná, pro její platnost nebyl podán žádný důkaz. Na druhé straně je

ovšem nesporné, že po tak intenzivním a nepříjemném zážitku, jako je dušení, pacienti skutečně mohou cítit úlevu. K psychickému uvolnění ovšem lze dospět mnoha jinými, méně drastickými metodami, které popisujeme v této kapitole. Že uvolněním emocí nelze vyléčit choroby, které jsme uvedli výše, je zřejmé. Ještě poznamenávám, že rizikovost metody je vysoká, byly dokonce popsány případy udušení se soudní dohrou.

---

## Regresní terapie

Pod pojmem regrese se v psychologii a léčitelství rozumí návrat vědomí pacienta do minulosti s představou, že uvědomění si minulých nemocí nebo skutků může mít psychotherapeutický efekt, event. že lze terapeuticky pacienta v regredovaném stavu vyléčit. Za regresní terapii lze považovat i **psychoanalýzu**, která umožní pacientovi vybavit si nepříjemné zážitky z raného mládí, které mohou být příčinou vnitřního, nevědomého konfliktu a jeho současných obtíží. Podle klasické představy může pak pacient vybavením zážitků, jejich zpracováním, např. odpuštěním těm, kdo mu ublížili, event. rezignací na ně svůj psychický stav příznivě ovlivnit. Zcela jinak chápou **regresi do minulosti homeopati**. Přestavují si, že při tzv. konstituční léčbě, kdy pacient dostává přísně individuálně, podle svého typu vybraný lék, dojde k regresi jeho zdravotního stavu do minulosti. Podle jednoho z našich vedoucích homeopatů, J. Čehovského, se po podání správného konstitučního léku objevují „reverzní“ příznaky, které ve zpětném pořadí rekapituluji příznaky předchozích chorob, které pacient prodělal v minulosti. Pod vlivem homeopatického preparátu se minulé choroby hojí a odstraňují se i jejich příčiny a následky. S jiným typem „regresní terapie“ se setkáváme v Grofově „**transpersonální psychologii**“. Po podání halucinatorní drogy LSD (lysergová kyselina) nebo v průběhu holotropního dýchání se objevují halucinace, při kterých se člověk podle Grofa vrací zpět do svého mládí, doby fetální a dále až hluboko do evoluce člověka. Takový návrat má mít léčebný efekt. Dále lze do rámce regresní terapie řadit nedávný výmysl, léčit návratem do doby porodu, aby pacient mohl po znovuzrození začít nový život a zbavit se tak současných potíží. Mluví se o „**rebirthingu**“, „léčbě znovuzrozením“. I **léčba objetím** je v podstatě regresní terapií.

Pod regresní terapií v užším slova smyslu však rozumíme postup, kdy léčitelé i graduovaní psychologové vedou pacienta pomocí sugesce nebo hypnózy k návratu ke vzpomínkám z jeho mládí, při čemž se někdy vybavují „**falešné vzpomínky**“, nebo do jeho minulého života. Tento postup tedy předpokládá jak možnost reinkarnace, tak i přenos karmy z minulosti do současnosti. Jde o „**léčbu minulými životy**“. Tím, že si pacient uvědomí, co je příčinou jeho dnešních obtíží, se s nimi může lépe vyrovnat nebo se jich zbavit. Hlavním propagátorem této metody v ČR je paní PhDr. Marta Foučková.

V současné době se regresní terapie stala hitem. Na webu jsou tisíce stránek věnovaných regresní terapii, kterou inzerují desítky léčitelů. Nabízejí jak léčbu, tak i dlouhodobé několikastupňové a samozřejmě draze placené kurzy. Nejfrekventovanější z těchto metod je tzv. „**Hlubinná abreaktivní psychoterapie**“ ing. A. Dragomireckého, kterou jsme popsali, podobně jako všechny výše uvedené regresní metody, v samostatných kapitolách.

**Hodnocení:** Regresní terapie není součástí vědecké medicíny, není ani přesně definována, takže se tento termín používá v několika různých souvislostech. Všechny varianty regresní terapie vycházejí z mylného předpokladu, že možnost regrese existuje. Biologické procesy, jak fyzikální, biochemické, tak i psychické, jsou však jednosměrné a není tedy možné, aby probíhaly zpětně. Plynulá regrese neexistuje. Je ovšem možné pomoci pacientům vybavit si vzpomínky na stará traumata, která mohou být příčinou obtíží, a

psychoanalytickým „pracováním“ nebo pomocí kognitivně-behaviorální terapie jim pomoci. I takový postup má však značná rizika. Vzpomínky se nikdy nevybavují v původní podobě, protože jsou v mozku neustále přepracovávány a mohou tedy být zcela klamavé, nehledě k tomu, že sugestivní metody psychoterapeutů vedou často neúmyslně nebo záměrně k vyvolání i neexistujících, tzv. „falešných vzpomínek“, někdy s vážnými důsledky pro pacienta i jeho rodinu. Regresní terapie, prováděná laickými „psychoterapeuty“ je ovšem absurdním nebezpečným nesmyslem. Jednu dvojici propagátorek této metody, psychologičky PhDr. M. Říhové a dr. M. Foučkové, proto ocenil Český klub skeptiků Sisyfos Zlatým Bludným Balvanem.

---

## Silvova metoda

Tzv. „Silvova metoda ovládnání mysli“ je svépomocný program, který má zvyšovat inteligenci, získat schopnosti jasnozření, schopnost ovládat a léčit své tělo a navazovat kontakt s Bohem. Vymyslel ji v 60. letech 20. století Mexičan José Silva (1914-1999), původně inženýr elektrotechniky. Studium psychologie a parapsychologie ho přivedlo k přesvědčení, že mozek lze naladit na hladinu alfa, kdy EEG vlny kmitají s frekvencí 8-10 Hz. Na této hladině, která odpovídá stavu klidu, relaxaci nebo snění, získává prý mozek zvláštní schopnosti. Sestupem na hladinu alfa může prý člověk ovládat svou mysl a tělesné funkce. Má se zvyšovat představitivost a schopnost vizualizace. Za tohoto stavu údajně mohou vyškolené osoby transformovat své duševní síly tak, aby mohly pronikat do libovolně vzdálených jedinců, zjistit jejich choroby a silou vůle je vyléčit. Pomocí „vnitřní obrazovky“, „mentální vizualizace“ prý mohou ve stavu alfa nahlížet do minulosti i budoucnosti posunem obrazovky doleva nebo doprava. Ve stavu alfa lze dokonce komunikovat s Vyšší inteligencí. Podle Silvy je možné i trvalé „naprogramování“ mozku tak, aby měl člověk jen prospěšné myšlenky. Silva a jeho organizace nabízí čtyřdenní kurzy. První den se žák, resp. pacient naučí vstupovat do hladiny alfa, druhý den se učí meditovat, podobně jako při autogenním tréninku, třetí den se rozvíjí schopnost vnímání, zejména mimosmyslového, a schopnost přenášet se v čase na různá místa. Poslední den je žák již schopen vyvolávat vyšší inteligenci a ovládat fyzické funkce svého těla..

Silvova metoda se rozšířila údajně už do celého světa, používá se ve 105 zemích, do České republiky pronikla koncem 90. let po překladu dvou jeho knih do češtiny. V posledních letech však zájem o ni v našich zemích rychle upadá.

**Hodnocení:** Silvův výklad mechanismu činnosti mozku, tedy významu alfa vln a možnosti dosáhnout alfa hladiny, nebo jeho názory na asymetrii funkcí mozkových hemisfér sice vycházejí ze současných neurofyziologických poznatků, ale jsou zkreslené, chybně interpretované a spojené s magickými prvky. Kuriózní a samozřejmě zcela mylný je např. jeho názor, že 90% lidí používá jen levou hemisféru, pracující na beta hladině, zatímco jen 10% lidí, především géniové, jen hemisféru pravou, která pracuje na alfa hladině. Proto se Silva snažil prostřednictvím převodu na alfa hladinu naučit lidi používat hemisféru pravou, tu lepší, pozitivní. Další jeho představy o vnitřní obrazovce nebo o dálkovém, mimosmyslovém přenosu léčebných informací patří už do oblasti pavědy, do parapsychologie. Silvova metoda nesporně může zlepšit subjektivní pocity a odstranit některé psychické i psychosomatické potíže, ale její možnosti jsou na stejné úrovni jako možnosti všech ostatních autosugestivních a relaxačních metod, ať už jde o meditaci, autogenní trénink, pozitivní zdraví, Křesťanskou vědu, audiovizuální stimulaci aj.

## Transpersonální psychologie

Transpersonální psychologie je kuriózní směr v psychologii, který vykládá člověka z holistického, celostního hlediska a zabývá se jeho vztahem ke světu a kosmu. Společnost pro transpersonální psychologii založil 70. letech 20. století český emigrant Stanislav Grof spolu s psychology Maslowem a Sutichem. Jeho metoda se snaží proniknout k podstatě osobnosti a pochopit uvedené vztahy pomocí halucinatorních drog, např. lysergové kyseliny (LSD) nebo pomocí **holotropního dýchání**, které má podobný efekt. Ve stavu intoxikace, resp. metabolického rozvratu po vydýchání oxidu uhličitého se totiž dostávají nejružnější halucinace a iluze, týkající se současnosti i daleké minulosti. Pacient si tak údajně vybavuje zážitky z dětství, z doby porodu, z minulých životů a dokonce se může vrátit až do doby před vznikem sluneční soustavy. Grof se domnívá, že „zážitky“ vyvolané otravou odpovídají realitě, resp. že musí nějakou realitu odrážet, třeba jen v symbolické podobě. Zážitky pacientů pak Grof podle své teorie interpretuje. Své představy publikoval Grof v sérii knih, které byly zčásti přeloženy i do češtiny, např. *Za hranicemi mozku* (Gemma 1989, Praha 1992), nebo *Dobrodružství sebeobjevování* (Gemma 1989, Praha 1991). Kromě publikační činnosti se Grof věnuje léčitelské praxi, především skupinovému výcviku v holotropním dýchání, které má mít léčivé účinky. Pacient totiž znovuprožitím minulých traumat, třeba i vyřešením psychických problémů, které měl v minulých inkarnacích, má dosáhnout zlepšení i současného psychického i tělesného stavu.

Podstatu Grofovy interpretace halucinací dokládá nejlépe citát z jeho knihy: *„Mnohé transpersonální zážitky zahrnují události z mikrosvěta nebo z makrokosmu – z oblastí, které nelze přímo vnímat pomocí lidských smyslů – nebo z období, která historicky předcházela době vzniku sluneční soustavy, planety Země, živých organismů, nervové soustavy a Homo sapiens. Tyto zážitky zřetelně ukazují na to, že – jakýmsi dosud nevysvětlitelným způsobem – každý z nás obsahuje informace o celém vesmíru a o veškeré existenci.“* Tuto interpretaci autor ve svých knihách dokládá četnými kazuistikami, které pokládá za „důkazy“.

**Hodnocení:** Transpersonální psychologie jako obor je vystavěna na zcela mylném předpokladu, že výpovědi osob, které jsou ve stavu intoxikace, odrážejí realitu a že je možno na jejich základě odvozovat závěry o vztahu člověka k přírodě a kosmu. Názory transpersonální psychologie jsou současnou psychologií jednoznačně odmítány a Grofovy čtivé knihy, psané kultivovanou řečí, jsou pokládány jen za zábavné fantazie, za science fiction. Je proto absurdní, že je transpersonální psychologie mnohými postmoderními intelektuály a filozofy pokládána za vědecký, seriózní obor a že St. Grof je v naší republice pokládán za jednoho z největších českých vědců. Dostalo se mu řady ocenění, obdržel např. cenu Vize 97 a byl také zařazen do televizního pořadu GEN jako jeden ze stovky největších žijících Čechů. Za nejcennější však jistě nebude považovat udělení anticyeny, Bludného balvanu za rok 2000 a zejména „Diamantového jubilejního bludného arcibalvanu“, který mu udělil v r.2008 Český klub skeptiků Sisyfos za bludné myšlení a matení veřejnosti.

Udávaný léčebný efekt seancí s holotropním dýcháním lze sice připustit, ovšem jen jako efekt nespecifický nebo placebový. „Hlubinné sebezkoumání“ prostřednictvím psychotických prožitků může přinést pacientům uklidnění tím, že jim poskytne „výklad“. Mnohým pomáhá i tím, že přináší více zážitků do jejich všedního života. V každém případě však jde v případě transpersonální psychologie o pseudovědu. Ještě dodáváme, že metoda holotropního dýchání není bez rizika. Byly popsány křeče, stavy zmatenosti a jiné následné psychické poruchy.

## **Závěr kapitoly**

To bylo jen několik příkladů z mnoha, které zaplavují léčitelský svět a matou veřejnost. Hranice mezi působením psychiatrů, psychologů, školených psychoterapeutů, samozvaných „psycholéčitelů“ a šarlatánů se v očích veřejnosti stírá. Mizí také meze účinnosti jednotlivých metod, např. „aplikovaná kineziologie“ slouží léčbě, poradenství i vzdělávání. A právě tak jako mizí hranice mezi „druhy“ poskytovatelů psychoterapie, stírá se i hranice mezi racionální psychoterapií, poradenstvím, vzděláváním a i alternativní medicínou, která je v podstatě „také jen psychoterapií“. Psychoterapií je dnes všechno a stává se z ní zcela nepřehledný guláš. S takovou situací mají velký problém všichni psychoterapeuti – profesionálové, ale ještě větší problém má klient. Zmatený nešťastník, který potřebuje seriózní pomoc, radu nebo léčbu, se zmítá mezi naočkovanou nedůvěrou k vědě, medicíně, školství, chrlením protichůdných informací z médií, propagací desítek nejrůznějších „psychických“ metod nabízejících léčbu, radu, výchovu i vzdělávání, a třeba i provokujícím varováním ze strany skeptiků. Na uklidnění čtenáře musíme říci, že výše uvedené metody jsou většinou bezrizikové a řada z nich může vést k relaxaci a tedy k pozitivnímu ovlivnění psychiky a zmírnění různých funkčních obtíží i psychosomatických nemocí, jak bylo uvedeno např. u autogenního tréninku.

---

# Oxygenterapie a ozonoterapie



## Oxygenterapie

Oxygenterapie, léčba kyslíkem se logicky nabízí jako vhodná léčba v případě nedostatečného přívodu nebo využívání kyslíku v těle. Proto se už od chvíle objevu kyslíku v r.1774 J. Priestleyem datují snahy použít jej při léčbě astmatu nebo tuberkulózy. Výsledky ale nebyly uspokojující. Léčba proto upadala do zapomnění a teprve od 30. let 20. století se dočkala oxygenoterapie renesance v medicíně vědecké i alternativní.

V medicíně se dnes podávání kyslíku používá při akutních poruchách dýchání, u chronických chorob plicních nebo při některých otravách. Nejúčinnější je podávání kyslíku v přetlaku v hyperbarických komorách, které umožní zvýšit nasycení krve kyslíkem. Ty jsou nyní k dispozici ve více než deseti českých nemocnicích a používají se především u těžkých, život ohrožujících stavů, např. při otravách kysličníkem uhelnatým, při plynaté sněti, plynové embolii, dekompresivních stavech, sepsi a pod., ale vhodné jsou i při léčení bércových vředů a jiných poruch prokrvení. Dnes se hyperbarická oxygenterapie stala samostatným lékařským oborem a v r.2004 byla ustavena i Česká lékařská společnost pro hyperbarickou terapii.

Léčba kyslíkem se však používá v četných variantách a v řadě jiných indikacích také v oblasti alternativní medicíny, resp. způsobem pseudovědeckým se sporným efektem. Všechny takové metody spočívají na mylném předpokladu, že dodaný kyslík zlepší mikrocirkulaci a podstatně zvýší sycení tkání kyslíkem. V České republice je pak zejména v posledních letech léčba kyslíkem nabízena v různých centrech alternativní terapie jako léčebný prostředek k odstranění stresů, únavy, depresí nebo ke zvýšení fyzické a duševní zdatnosti. Má zvýšit imunitu, zpomalit stárnutí, zrychlit hojení a pomáhat při léčbě mnoha nemocí. Ideální prý je pro psychicky přetížené podnikatele a manažéry.

Vedle pouhého vdechování vzduchu se zvýšeným obsahem kyslíku nebo jen čistého kyslíku existují i metody komplikovanější. V západních zemích byla nejpoužívanějším způsobem inhalačního použití kyslíku metoda „léčba kyslíkem ve třech krocích“, kterou vyvinul fyzik Manfred von Ardenne v r.1978. Zjistil, že ve stáří klesá parciální tlak kyslíku v krvi, což má vést podle jeho názoru ke sníženému zásobení buněk kyslíkem, snížení výkonnosti orgánů a postupnému zužování cév. Navrhl terapii, která má mít dlouhodobý efekt, protože údajně zajišťuje plné využívání kyslíku tkáněmi po dobu několika měsíců. Prvním krokem léčby je podání medikamentózního koktejlu (vitaminy, minerály, léky rozšiřující cévy a řada jiných), druhým krokem vdechování kyslíku po dobu dvou hodin, třetím intenzivní cvičení. To má být opakováno v několika sezeních. Von Ardenne takový postup doporučoval pro léčbu různých poruch prokrvení, především mozku, srdce a končetin, ale i nemocí stáří i rakoviny.

Jinou alternativní léčbou je terapie kyslíkem obohaceným pozitivně nebo negativně nabitými ionty, což má zvýšit biologickou aktivitu kyslíku a pozitivně ovlivnit vegetativní nervový systém.

Další metodou je tzv. „hematogenní oxidační terapie“, kterou navrhl švýcarský lékař Wehrli v r.1956. Odebere se 100 ccm krve, ta se ve speciálním přístroji okyslíčí a navíc ještě ozáří UV světlem a opět se pacientovi injekčně aplikuje. Takto upravená krev údajně nepůsobí jen svým obsahem kyslíku, ale má mít i stimulační a regulační význam.

**Hodnocení:** Vdechování kyslíku u osob, které netrpí těžší plicní chorobou a mají normální nasycení krve kyslíkem, jak se to dnes provádí v četných wellness centrech alternativní medicíny, nemá smysl žádný, protože červené krvinky mají omezenou kapacitu vázání kyslíku, která je u zdravého plně využívána. Další přívod kyslíku nemůže zvýšit jeho množství v krvinkách. Stoupne jen množství kyslíku rozpuštěného v krvi, ale jen v

nepodstatné míře a jen po dobu aplikace. Podávání kyslíku v této formě je tedy neškodným postupem, který může mít spolu s jinými procedurami, které jsou zpravidla nabízeny, placebový efekt. Jiné je to s podáváním kyslíku v hyperbarických komorách, kde je účinnost léčby nesporná. Zařízením pro hyperbarickou terapii jsou dnes vybavena i některá privátní léčebná zařízení a lázeňské domy, které se ovšem omezují jen na léčbu lehčích onemocnění.

Pokud jde o ostatní výše uvedené aplikace kyslíku v oblasti alternativní medicíny, tak ty jsou sporné a v posledních letech jsou proto na ústupu. Všem z nich a mnoha dalším podobným je společné, že jejich výchozí hypotézy jsou spekulativní, neověřené a že některé z nich přímo odporují vědeckým poznatkům. U žádné z nich nebyly pozitivní výsledky exaktně potvrzeny klinickými studiemi. Např. proti Ardennově metodě lze vznést hned několik vážných argumentů: choroby, u nichž je léčba doporučována, nejsou způsobeny sníženým parciálním tlakem kyslíku, účinek medikamentů v koktejlu nebyl potvrzen, efekt netrvá měsíce, ale vždy jen několik minut, klinické studie účinek metody nepotvrdily a odborné společnosti metodu neuznávají. Podobně není prokázán pozitivní účinek iontů ani stimulační efekty "hematogenní oxidační terapie". V České republice jsou uvedené metody zcela okrajové a používané ojediněle. Léčbu metodou podle M. v. Ardenne nabízí např. Centrum zdraví a regenerace v Hradci Králové.

---

## Ozonterapie - Oxyonterapie

Ozonterapie a dnes jen její varianta „Oxyonterapie“ (směs ozonu a kyslíku) je rozšířena ve větším rozsahu v západních evropských zemích, především v Německu, Rakousku, Švýcarsku a Itálii, kde existují i národní společnosti pro ozonovou terapii. Údajně dnes tuto metodu používá v Německu 8000 lékařů v soukromých praxích i na klinikách a v sanatoriích a kromě toho přibližně 2000 léčitelů. V posledních letech je nabízena řadou soukromých léčebných center i v České republice. Takovým zařízením je např. UM Zlín, Středisko reflexní terapie v Praze, podobná zařízení jsou v Karlových Varech, Nejdku a jinde. Firma Therapy Systems nabízí oxygenátory, firma OxyLife zase desítky různých léčebných i kosmetických produktů s obsahem ozonu, v prodeji jsou i malé přenosné generátory ozonu k samoléčbě. Stačí nalistovat několik webových stránek s popisem takových zařízení a každý pacient, trpící jakoukoli chorobou, musí získat přesvědčení, že nejlepší možnou léčbou pro jeho potíže je nepochybně ozonterapie. Chvalozpěvy na její účinnost neznají mezí, zatímco nezaujatý nebo dokonce kritický článek na českých webových stránkách nenajdeme. Realita je však jiná, jak svědčí zkušenosti s ozonterapií v západních zemích, kde má tato léčba dlouhou tradici.

Ozon (ozein – vydávat vůni), molekula se třemi atomy kyslíku, byl objeven v r.1783 a jako lék byl použit poprvé v r.1879 lékařem Constantinem Lenderem k inhalační léčbě plicních chorob. Během první světové války se jím léčily infikované rány, později i infekce dutinových orgánů, žaludku, močového měchýře, střeva nebo vagíny. Léčba ozonem v nejrůznějších podobách se rozšířila ve 30. letech 20. století, ale později, v souvislosti se značným rizikem při jeho výrobě i aplikaci, se na ozon v medicíně téměř zapomnělo. Teprve po patentování moderních přístrojů na výrobu oxyonu, plynové směsi pro zdravotnické účely, došlo začátkem 70. let k obnovení zájmu o ozonterapii. Dnes jsou na trhu generátory, které ozon vyrábějí z kyslíku. Výsledný plyn obsahuje obvykle kyslík s 0,5 - 5% ozonu. Existuje mnoho způsobů jeho použití. Jedním z údajně nejúčinnějších je odebrání 200 ccm žilní krve, její protřepání a nasycení oxyonem a pak její vrácení do žilního oběhu v pomalé infuzi. Jindy se používá nitrosvalová aplikace 5 ccm oxyonem nasycené krve, kdy se očekává povzbuzení imunity. Další možností je inhalace ozonizovaného vzduchu, pití ozonizované vody „k

celkovému očištění organismu“, vložení končetin s infikovanými ranami nebo vředy do plastického pytle s obsahem ozonu, potírání ran olivovým olejem nasyceným ozonem nebo vyplachování dutých orgánů ozonizovanou vodou. Konečně se ozon vpravuje injekčně pod kůži. Udávané indikace jsou nesmírně široké, ozonoterapie se doporučuje u více než 200 chorob. Patří k nim všechny choroby oběhového systému, zánětlivé i infekční nemoci, choroby látkové výměny, alergické choroby, kloubní bolesti, zubní nemoci, zejména zubní kaz, ale i obezita a plešatost, všechny choroby stáří, dokonce má být léčba ozonem pomocnou terapií u rakoviny a AIDS. Vedle léčby se ozonová kúra doporučuje i jako omlazovací prostředek ke zlepšení paměti i odstranění únavy a poruch spánku

Mechanismus účinku může být podle stoupenců ozonoterapie několikerý. Při zevním použití se mají uplatnit nesporné dezinfekční, tedy antibakteriální a antivirové účinky, při vnitřním užití má mít ozon pozitivní účinky na krevní cirkulaci, má usnadnit předávání kyslíku tkáním, oddaluje stárnutí buněk a má také aktivovat enzymy a imunitu.

**Hodnocení:** Ozon je ve skutečnosti jedním z nejjedovatějších plynů a pro práci s ním proto platí přísné předpisy. I při jeho lékařském používání je nutno s negativními účinky počítat. Účinnost ozonoterapie je sporná už proto, že nebyl nalezen teoretický důvod, proč by měl ozon léčebně působit. Předpoklad, že má ozon antiseptické vlastnosti, je sice správný, ale použité koncentrace jsou pro tento účel nedostatečné. Hypotézy o zvýšeném prokrvení tkání byly experimentálně vyvráceny, výsledný efekt je spíše opačný, protože ozon ve skutečnosti snižuje předávání kyslíku tkáním. Ani imunoaktivační efekt nebyl zjištěn. Vážným problémem je, že ozon je silně reaktivním oxidativním činidlem a že ve tkáni vytváří volné kyslíkové radikály. A ty se dnes považují za jeden z faktorů, který se podílí na vzniku chorob stáří, aterosklerózy i onkologických onemocnění. Ozon tedy urychluje, nikoli oddaluje stárnutí buněk. V době, kdy jak konvenční, tak i alternativní medicína naléhavě upozorňují na nebezpečí oxidativního stresu, je proto používání ozonu paradoxní. Kritické prameny upozorňují také na to, že je používání ozonu značně rizikové vzhledem k četným lékovým interakcím a komplikacím, zejména v rukách léčitelů, kteří samozřejmě nejsou schopni případné komplikace zvládnout. Mezi nejčastější komplikace patří bolesti a abscesy při lokálním injekčním použití, a bolesti hlavy, závratě, poruchy srdečního rytmu i nervového systému, alergizace kůže, ekzémy, anafylaktický šok i kolapsy při aplikaci do krevního oběhu. Jinou komplikací jsou žilní trombózy a při některých formách aplikace také plynové embolie s trvalým postižením mozku. Bylo popsáno mnoho případů přenosu žloutenky i několik smrtelných, soudně projednávaných příhod. Nebezpečí spočívá i v tom, že se používají koncentrace ozonu, značně převyšující přípustnou normu ozonu ve vzduchu na pracovištích a že může dojít k otravě pacienta nebo personálu. Na pseudovědecký charakter metody poukazuje i to, že se dnes často používá v neodpovídajících indikacích, dokonce i pro léčbu AIDS, a že není vypracována jednotná metodika. Používané koncentrace a dávky ozonu totiž při injekční léčbě kolísají v širokých mezích, až 28x. Zajímavé je i to, že ozonoterapie je jen evropskou záležitostí, zatímco v anglofonní sféře je ozonoterapie prakticky neznámá. Jako doklady o účinnosti metody slouží jen jednotlivé kazuistiky a tvrzení ozonoterapeutů, zatímco exaktní klinické studie, které by účinnost ozonoterapie v jakékoli indikaci potvrdily, dosud neexistují. Ani u bércových vředů, kde je možné účinnost ozonoterapie předpokládat, takové studie zatím neexistují. Nelze vyloučit, že se pacient po ozonoterapii bude cítit lépe díky placebo efektu, ale tvrzení o přímém vlivu ozonu na zdravotní stav a na tělesné choroby, uváděná v propagačních materiálech ozonoterapeutických zařízení je nutno považovat za neseriózní a falešnou reklamu. A názor firmy UM Zlín, že ozonoterapie je přírodní léčbou, která je prostá vedlejších účinků, je už nepravdou nebezpečnou.



## Detoxikace a tzv. Detoxikační medicína



Detoxikace, odstranění jedů, toxinů z těla je standardní metodou konvenční medicíny. V oblasti alternativní medicíny jde však o detoxikaci „alternativní“. Ještě v posledním vydání německé klasické publikace o alternativní medicíně „Die Andere Medizin“ z r.2005 se termín detoxikace nevyskytuje. Dnes, během několika málo let, se detoxikace, existující v mnoha variantách, stala jednou z nejpopulárnějších „alternativních“ léčebných metod ve světě včetně naší republiky. Na jejím rozšíření má zásluhu zejména MUDr. Josef Jonáš, který vypracoval vlastní variantu detoxikace, tzv. „řízenou a kontrolovanou detoxikaci“.

Základní idea detoxikačních postupů není nová. Vychází z prastaré představy, že nemoci jsou způsobeny špatnými tělesnými šťávami (dnes jedy, toxiny), nebo jejich špatným složením (dyskrazií). Léčba proto musí spočívat v jejich vypuštění (dnes detoxikaci). Možností je mnoho. Patří k nim vyvolání pocení, zvracení, průjmu, pouštění krve, odstraňování hnisu řezem nebo tzv. fontanelou, vysávání jedů baňkami, pijavkami, výplachy střeva a pod. Obecně platná prastará idea, že všechny choroby jsou vyvolány špatnými šťávami nebo „toxiny“, byla sice překonána a uvedené metody upadly téměř do zapomenutí, dnes však prožívají renesanci.

Nabízejí se desítky nejrůznějších postupů. Mnohé z nich jsou založeny na změně výživy nebo celého způsobu života, na speciální dietě, hladovce nebo na podávání různých potravinových doplňků. Na trhu jich existují stovky. K nejprodávanějším patří např. Carbofit, Manayupa, Yucca, OXY-OXC, Detoxin aj. Jsou to preparáty nejrůznějšího složení, od přírodních extraktů až k výrobkům „sofistikovaným“. Např. Detoxin „*byl sestaven na základě nejnovějších poznatků v oblasti fytotherapie, homeopatie, krystalterapie, psychotroniky a biorezonance. V přípravku jsou obsaženy osvědčené a účinné rostliny, které jsou podle svého vyzářování sestaveny tak, aby se s bioinformacemi vzájemně synergicky doplňovaly.*“

Některé firmy nabízejí i speciální léčebné režimy. Takovým typickým příkladem je „program Colonix“ firmy Dr.Natura. Jde o soubor tří postupně užívaných preparátů, obsahující zhruba 100 různých přírodních látek. Podle návodu „*nejdříve provedeme očistu střeva speciálními léčivými rostlinami, abychom odstranili veškeré usazeniny a parazity. Po očištění doplníme vzácné bakterie, které udržují rovnováhu střevní flóry a nakonec pomocí léčivých rostlin s detoxikačními účinky, aminokyselin, vitamínů a nerostných látek detoxikujeme játra, krev, mozek, tkáň a vlastně konec konců celé tělo.*“

Existují i detoxikační přístroje. Např. přístroj, který nabízí paní dr. Mary Staggs, je vanička, do které se vloží chodidla. „*Po zapnutí přístroje začne v lázni probíhat elektrolyza provázená ionizací vody... Přístroj ukáže aktuální hodnoty bioenergetického pole v lázni. Toto pole je přijímáno tělem skrze nohy... Jsou stimulovány veškeré reflexní zóny a akupunkturální body..., čímž jsou účinně stimulovány jim odpovídající orgány a systémy v těle... Především je toto bioenergetické pole přijímáno krví, u které se významně zlepšuje schopnost mikrocirkulace*“. Oblíbenou detoxikační metodou je také colonhydroterapie (viz Ostatní metody) nebo Reckewegova homotoxikologie, kterou přijali do své náruče čeští homeopati.

Indikace pro detoxikační terapii jsou bohaté. Je doporučována při únavě a slabosti, nadýmání, obezitě, alergiích, parazitech, zácpě, opakovaných infekcích, hemoroidech, chronické zácpě, oslabené imunitě, při všech civilizačních chorobách a zejména také pro jejich prevenci.

**Hodnocení:** Především je třeba zdůraznit, že ani samotné výchozí principy této „medicíny“ nejsou racionální. Už sám termín „detoxikace“ je chybně používán. Toxiny jsou organické látky biologického původu, nikoli spektrum všech škodlivých faktorů, které působí

na člověka. A představa o hromadění toxinů v těle jako o obecné příčině nemocí patří do středověké mytologie. Příčin nemocí jsou desítky a u většiny chorob se zpravidla kombinují a potencují. Převést je na jediného jmenovatele nelze. I léčba každé choroby musí být specifická, individualizovaná vzhledem k příčině, povaze a stadiu nemoci i individualitě a reaktivitě konkrétního pacienta.

Rovněž představa o hromadění jedů ve střevě a zejména o jejich pronikání do celého těla je chybná. Ani při dlouhodobé zácpě nejsou zjišťovány příznaky intoxikace organismu, protože bílkovinné toxiny ani plyny do krevního oběhu nepronikají. Skutečný efekt terapie nebyl také nikdy objektivně prokázán, nehledě k tomu, že by neměl dlouhé trvání. Původní střevní flóra se totiž prokazatelně sama záhy vrací do původního stavu. Doplnění „vzácných“ bakterií není tedy smysluplné.

Většina detoxikačních přípravků patří do skupiny potravinových doplňků. To znamená, že obsahují látky v doporučených dávkách neškodné, ale účinnost těchto přípravků nebyla zkoumána a prověřena. Vzhledem k tomu, že teoretické principy detoxikace jsou mylné, nelze jejich účinnost ani předpokládat. Pokud jde o výše popsany přístroj dr. Staggs a o podobné přístroje, už esoterický popis jejich účinku ukazuje na jejich nesmyslnost. Doporučit uvedené detoxikační metody nelze. Přesto se jejich používání šíří. Jsou módní, nabídka přípravků i detoxikačních metod je obrovská, právě tak jako reklama a psychologicky dokonale propracovaný marketing firem. Málokterý z pacientů je však informován, že žádná detoxikace není nutná a že pro správné fungování organismu postačí pestrá, vyvážená strava s dostatkem zeleniny a ovoce, hodně pohybu a málo stresu.

---

## Detoxikační medicína dr. J. Jonáše

Samostatný rozbor zaslouží nová, moderní „detoxikační medicína“ (DM) dr. J. Jonáše, která se v ČR republice i mimo ni rychle uplatňuje. Dr. Jonáš ji podrobně popisuje ve svých knihách: „Praktická detoxikace podle MUDr. Josefa Jonáše“, „Kde končí duše a začíná tělo“ a „Abeceda detoxikace“, sepsaná spolupracovníkem dr. Jonáše, Ing. V. Jelínkem. Metodu vymyslel dr. Jonáš, původně psychiatr, který v r.1995 založil Institut celostní medicíny a v r.1999 firmu Joalis. Dnes existuje už 45 „detoxikačních center“ ve 38 městech republiky. Firma Joalis organizuje letní školy, videokonference, mezinárodní kongresy o DM v ČR i sousedních zemích. Léky firmy Joalis jsou distribuovány do 9 evropských států. Firma připravuje výstavbu nové velké továrny na výrobu léčivých preparátů.

Při vyšetřování se postupuje se tak, že se pomocí přístroje Salvia, což je modifikovaný přístroj pro elektroakupunkturu podle Volla, provede tzv. „vegetativní funkční test“. Sondou, položenou na jediné místo, do středu dlaně, se zjistí prakticky veškeré informace o lidském těle i chorobách. Nejdůležitější je zjistit, které toxiny tělo pacienta obsahuje, a pak se „spektrální informace“ o těchto toxinech holografickou HDT technologií přenesou do počítače. Pomocí „počítačové databáze se stanoví toxická mapa organismu“. Pak se přenesou léčivé informace o toxinech do „informačních a rezonančních preparátů a problémy se odstraní.“... „Organismus je schopen rozpoznat ze souboru našeho informačního preparátu spektrální obrazy-hologramy. Po zachycení konkrétního toxinu se zvýší imunitní aktivita, aby se toxin začal z organismu vylučovat“.

Za toxiny považuje Jonáš všechny škodliviny, od chemických látek přes viry, pesticidy a radioaktivní záření až po geopatogenní zóny a „toxiny psychické“. Kromě toho se přístrojem Salvia zjistí i event. toxická ložiska v těle a jejich obsah. Ložiska jsou v Jonášově podání kolonie patogenů obalené hlenem. Podle jeho slov „...se jedná o váčky miniaturních rozměrů obvykle kulovitého tvaru“, které se v těle spontánně rozpadají, vyvolávají chronická

onemocnění a blokují průchod energie čchi. Léčba se děje pomocí „informačních preparátů“. Každý z nich obsahuje až stovky informací o jedné homogenní skupině toxinů. Tyto informace se nahrávají z počítače do různých médií, např. lihu, sirupů aj. Důležité je, že nelze detoxikovat celý organismus najednou, ale pro každý orgán – dr. Jonáš jich napočítal 170 – je nutno použít jiný preparát s jinou skupinou informací o toxinech. Informačních preparátů nabízí dr. Jonáš a jeho firma Joalis téměř nepřehlednou řadu ve třech sériích: Joalis (lihové komplexy), Abelié (sirupové komplexy) a Joalis Help (herbálně-minerální tablety). Firma také dodává tzv. detoxikační balíčky pro jednotlivé choroby po 1200 Kč, obsahující léčivé informace. Jednu skupinu tvoří preparáty proti toxinům, jinou léky proti infekčním ložiskům. Při jejich přípravě, která je ovšem výrobním tajemstvím, se dr. Jonáš řídí i čínským pentagramem.

Jonášova metoda, „*originální a celosvětově ojedinělá řízená a kontrolovaná detoxikace organismu*“ je „*univerzální prevencí téměř všech onemocnění a degenerativních pochodů v lidském těle. Toxinů zbavený organismus nepodléhá zanášení cévního systému, vzniku zhoubných nádorů, depresím, ztrátě paměti, vitality a sexuality.*“ Detoxikační terapie je samozřejmě proces „*dlouhodobý, nepřetržitý a stále se opakující*“. V první fázi se provede pomocí specifických preparátů odstranění ložisek, samozřejmě v několika orgánech několika různými preparáty. Druhým krokem je odstranění volných infekcí. Pak se odstraní, pochopitelně dalšími preparáty, neživé toxiny. Ve čtvrté fázi přijdou na řadu ložiska v podřizených tkáních. To vše však byla jen obecná detoxikace. Jinak je nutno postupovat při detoxikaci nemocných orgánů, třeba míchy, oka, nehtů, varlat nebo beta-buněk. Přístroj Salvia ke zjištění poškozených orgánů a přítomných toxinů je však drahý, není všude k dispozici, ale to podle dr. Jonáše nevadí. Jsme přece všichni vystaveni stejným toxinům, a proto i bez vyšetření lze v lékárně koupit detoxikační preparáty pro léčbu v čtyřech krocích. Nápadně to připomíná situaci v homeopatii. Všichni homeopati jednomyslně tvrdí a pyšní se tím, že homeopatické vyšetření je individuální, podrobné, mnohahodinové atd., tedy zcela jiné než u alopatických lékařů. Jenže homeopatika jsou v lékárnách volně dostupná i bez toho „speciálního vyšetření“. Hlavně když se homeopatika a Jonášovy preparáty kupují.

Potenciál detoxikační medicíny se však dosud nevyčerpal. Dalším stadiem jejího rozvoje je orientace na pacienty s vážnými genetickými chorobami. Firma Joalis (podepsán dr. Jelínek) dnes v českých nemocnicích šíří letáky, ve kterých nabízí účast na genovém výzkumu, který se týká oprav genu při tzv. monogenových chorobách a vyzývá příznivce detoxikační medicíny, aby oslovili lidi v jejich okolí, trpící chorobami jako je cystická fibróza, hemofilie aj.. Na základě genetického vyšetření firma Joalis vyhotoví genové preparáty, které budou pacientům zaslány s návodem k použití. Jde o zřejmý podvod, protože možnost opravy genů pomocí „genových preparátů“ je dnes nedostupná i vysoce specializovaným vědeckým laboratořím a jejich náročným metodám genetického inženýrství, natož potom firmě Joalis, nehledě k tomu, že i pouhý výzkum by musel být schválen – což nebyl – etickými komisemi. Je nepochybné, že zde už dr. Jonáš s jeho firmou vykročili daleko za oblast lékařské morálky, protože genetické choroby se objevují už u dětí, a jejich rodiče jsou ochotni obětovat pro zdraví svého dítěte vše.

**Hodnocení:** Jisto je, že vše, co jsme řekli o detoxikaci, platí snad ještě ve větší míře o „detoxikační medicíně“ dr. Jonáše, která je snad nejtypičtější ukázkou, do jakých absurdit může dnešní alternativní medicína dospět. Jde o fantaskní kompilaci snad všech dnes existujících nesmyslných teorií, chybných medicínských názorů, archaické čínské filozofie a několika vědecky vyvrácených metod, a to vše je obaleno pseudovědeckou terminologií. Asi je nutné tato tvrzení doložit konkrétními argumenty:

Základní představou dr. Jonáše je, že všechny choroby jsou způsobeny jedy, resp. toxiny. Za toxiny přitom považuje všechny faktory, působící na člověka, tedy např. i kosmické síly, vítr, vlhkost i faktory psychické. To nelze akceptovat, nelze měnit smysl

jednoznačně definovaných termínů. Toxin je jedovatou, většinou bílkovinnou látkou. Nic jiného nelze nezyvat toxinem.

Druhý předpoklad, že prakticky všechny choroby jsou vyvolány toxiny, je rovněž zcela mylný. Dnes známe bezpečně příčiny většiny chorob a víme, že je to široké spektrum faktorů, od příčin genetických, vrozených, traumatických, degenerativních, psychických, fyzikálních, metabolických, alergických, způsobených nevhodnou výživou nebo fyzickým přetížením. Jen menšina chronických chorob je vyvolána bakteriální infekcí nebo jedy.

Třetí základní představou a omylem je tvrzení, že člověk už od mládí je zahlcován toxiny a že je nezbytné, provádět trvalou, celoživotní prevenci, tedy detoxikaci. Jonášovými slovy lidé „*již od dětství kumulují toxiny, což postupně vede ke vzniku chronických zdravotních potíží, tedy ke smrti... Kdybychom dokázali detoxikační proces provádět naprosto dokonale, prodloužili bychom lidský život až někam k bájně hranici a především bychom dokázali zajistit zdravé fungování organismu po celý život.*“ Z ekonomického hlediska je to jistě pro poskytovatele takové léčby racionální, jenže z biologického hlediska je toto tvrzení iracionální. Člověk, jako každý jiný organizmus, je na své prostředí plně adaptován, optimalizován. Při řádné životosprávě a výživě nemůže být žádný organizmus dlouhodobě vylepšován, ani masivním podáváním vitaminů, prvků a ani detoxikací.

Dalším z východisek Jonášovy terapie je názor, že v těle existují infekční ložiska a že „*Likvidace infekčních ložisek a jejich detoxikace je základním kamenem detoxikační medicíny. Bez tohoto postupu si nedovedeme představit proces, jenž by měl člověka zbavit chronických chorob.*“ Opět nepravda. Jistěže taková ložiska existují, ale i u chronických chorob spíše výjimečně, a důkaz, že jsou příčinou těchto chorob, zpravidla chybí. Nejčastějšími chronickými chorobami vyššího věku jsou choroby srdečně-cévní soustavy a choroby degenerativní. Žádná z nich nemá příčinu v chronickém ložisku.

Konečně posledním základním kamenem Jonášových názorů je představa T. Stoniera z r.2002, který formuloval tzv. „*infonovou*“ teorii. Podle ní je informace vlastností vesmíru a je stejně reálná jako hmota a energie. Každý orgán i toxin mají mít svou úplnou informaci a cílem detoxikace je nejprve získat informaci o nemocném orgánu a toxinech a pak pacientovi dodat informaci léčivou. Že žádná taková informace neexistuje a že je její předpoklad v rozporu nejen se samotnou informatikou, ale i fyzikou, není třeba rozvádět. Je patrné, že všechna medicínská východiska Jonášovy detoxikace jsou chybná.

Dr. Jonáš je ovšem svým způsobem geniální: do jeho „*detoxikační medicíny*“ se mu podařilo zabudovat většinu existujících pseudovědeckých názorů a alternativních metod a přetavit ji ve fantastický guláš ohromující lékaře a oslňující pacienty. Mezi toxiny řadí Jonáš iluzorní geopatogenní záření a zóny. Představa o infekčních ložiscích je převzata z Hunekeovy kdysi módní neurální terapie a nebyla potvrzena. Jonášova terapie se opírá o čínskou medicínu, hlavně o princip pěti elementů. Víme ovšem, že jde o princip symbolický, iracionální, který nemůže být žádným vodítkem v moderní medicíně a který odmítají i moderní západní akupunkturisté. Jonáš operuje i s čakrami, které jsou stejnou fantazií jako principy čínské medicíny. Jonáš uplatňuje i vyvrácené principy akupunktury a mikrosystémů, jejichž existenci nikdo nikdy neprokázal. Elektroakupunktura podle Volla, od níž je odvozen přístroj Salvia, je vědecky jednoznačně odmítnutou metodou, založenou na propojení tří pseudovědeckých disciplin, akupunktury, parapsychologie a homeopatie. Modifikovaný přístroj Salvia nemůže snímat z jediného bodu na povrchu těla žádné relevantní informace už proto, že nic takového, jako jakási celková informace o orgánu neexistuje. Jonáš také uvádí, že k vyléčení stačí zbavit se psychotoxinů a somatotoxinů, protože „*jejich přijímání je přijímáním falešné reality*“. Zřejmě se inspiroval tzv. Křesťanskou vědou. Léčivé rostliny podle Jonáše mají vibrace a lze je použít jako biorezonátory, což je kuriózní nonsens.

Jonášova „*detoxikační medicína*“ je tedy konglomerátem desítek „*alternativních*“ teorií a metod nejrůznější provenience, stáří a typu. Vesměs to jsou metody teoreticky

vyvrácené, odporující vědeckým poznatkům a neúčinné pokud jde o diagnózu i terapii. Sdružením desítek takových metod samozřejmě nelze dojít ke smysluplné medicíně.

Ještě připojím citaci z prestižní recentní knihy o alternativní medicíně S. Singha a E. Ernsta „Trick and Treatment. Alternative Medicine on Trial“: *„Detox (detoxikační terapie) jako metoda alternativní medicíny je založena na mylných představách o fyziologii, metabolismu, toxikologii aj. Neexistuje žádný důkaz o účinnosti jakékoli detoxikační metody a některé z nich jsou rizikové. Jedinou substancí, kterou lze z pacienta extrahovat, jsou peníze.“*

Preparáty, které nabízí firma Joalis, jsou zřejmě bezrizikové, ovšem také bez jakéhokoli specifického účinku. Samu „detoxikační medicínu“ však pokládám za značně nebezpečnou, protože má dnes vysokou popularitu a zájem se o ní stále šíří. Pacienti, kteří podlehnou charismatu dr. Jonáše a optimistickým reklamám, mohou odmítnout racionální konvenční terapii a ohrozit své zdraví a také svou peněženku vzhledem k doporučené nákladné, komplexní a dlouhodobé terapii.

---



## „Alternativní“ medikamenty

Existuje nesmírné množství léčebných preparátů nebo potravinových doplňků, které patří do arzenálu alternativní medicíny, protože nebyly akceptovány oficiálně jako léky. Doporučují se v nejrůznějších indikacích. Většina z nich je bylinného původu a patří tedy do rámce bylinářství jako pomocné, mírně působící léky u lehčích onemocnění. Některé z těchto přípravků jsou však doporučovány i jako lék u vážných chorob i u rakoviny, a o ty je samozřejmě ve veřejnosti a zejména mezi onkologickými pacienty největší zájem a mají také největší publicitu. Patří sem stovky preparátů, používaných v různých státech s různou frekvencí. Jejich móda však zpravidla rychle pohasíná a dnes jsou mnohé z nich zapomenuty. Málokdo ví, jaký byl před léty zájem o Švédské kapky nebo Beresovy kapky. Na českém internetu už o nich není ani zmínka. Zmíníme se proto jen o několika vybraných preparátech, které jsou u nás dnes nejznámější nebo nejpoužívanější. Především, že u téměř žádného z nich nebyl slibovaný, zejména protirakovinný účinek bezpečně prokázán

### Beta-glukan

Beta-glukan (beta 1,3/1,6 glukan) je složitý polysacharid, obsažený v semenech obilovin a v buněčných stěnách kvasinek a hub. Od 80. let 20. století je intenzivně zkoumán, protože je vhodným potravinovým doplňkem a navíc u něho bylo prokázáno, že aktivuje makrofágy i jiné buňky imunitního systému a zvyšuje tak obranyschopnost organismu. Je proto doporučován jako pomocný preventivní a léčebný prostředek v případech snížené imunity, podobně jako mnoho jiných látek s podobnými imunomodulačními účinky. Proti používání beta-glukanu lze však mít výhrady. Existuje široká škála různých chemicky odlišných glukanů, tovární výrobky nejsou standardní a jejich účinky nejsou konstantní. Existuje také dosud málo klinických studií, které by výrazný léčebný, zejména protirakovinný účinek potvrdily. Beta-glukan proto není ještě uznán za lék, ale jen za potravinový doplněk. S tím kontrastuje nesolidní masivní reklamní kampaň firem vyrábějících beta-glukan, která preparát doporučuje jako moderní všelék v případě infekcí, cévních chorob, cukrovky, alergie, stresu, poruchy krvetvorby, hojení ran, ale i u zhoubných nádorů. Vedle zlepšení imunity má působit na nádorové buňky, a to přímo, cytostaticky. Podle MUDr. Pekárka např. beta-glukan „jako přírodní látka působí selektivně, ničí jen nádorové buňky... Beta-glukan je zcela bez nežádoucích vedlejších účinků...“. Takové tvrzení je absurdní. Neexistuje dosud cytostaticky působící látka, která by působila selektivně jen na nádorové buňky. Cytostatika působí na všechny mladé, rychle rostoucí buňky, zejména krvetvorné, jak vědí všichni onkologičtí pacienti. A neexistuje také žádný účinný lék, který by byl bez nežádoucích účinků. I po podání placebo se mohou vedlejší účinky objevit. Podobná tvrzení neodpovídají realitě. Beta-glukan nelze zatím pokládat za ověřený a účinný lék, jak to vyhláší propagační materiály firem.

### Homocystein

Homocystein (Hcy) je aminokyselina, která vzniká v našem organismu při metabolismu methioninu. Její vysoká hladina, jak je tomu u vzácné dědičné choroby, je toxická a vede k vážným poruchám. Z toho vyvodil v r.1969 McCully, že i mírné zvýšení hladiny Hcy vede ke vzniku chorob, především cévních, trombózy, mrtvice, infarktů. Snížení hladiny pomocí vitamínu B6, B12 a kyseliny listové mělo vést k prevenci i léčbě cévních nemocí. Klinické studie však žádný efekt neprokázaly. Jednoznačně negativně vyzněly rozsáhlé zahraniční klinické studie NORVIT, HOPE 2 a VISP. Jak Americká, tak i Česká

kardiologická společnost se proto opakovaně vyjádřily negativně k používání vitaminů v těchto indikacích. Dlouhodobé dodávání vitaminů může mít spíše škodlivý efekt. V naší republice se propagátorem této léčby stal MUDr. Karel Erben a Svaz pacientů, kteří opakovaně od r.2001 podávají všem ministrům zdravotnictví petice s požadavkem, aby se prováděl celostátní screening Hcy a poté i celostátní prevence civilizačních chorob podáváním vitaminů.

Nezůstalo ale jen u prevence kardiovaskulárních chorob. V r.1994 uveřejnil McCully další práci, „Carcinogenesis and Homocysteine Thiolactone Metabolism“, ve které tvrdil, že Hcy je zodpovědný i za vznik nádorů. Podle jeho názoru „*bez účasti Hcy většinou nádor nevznikne*“. Dr. Erben McCullyho názory převzal a ještě rozvinul. Tvrdí, že „*homocystein je tedy jedinou známou a uznatelnou příčinou vzniku civilizačních chorob včetně nádorů*“. (Meduňka, 3/2007) Větší nonsens si snad nelze ani představit ve světle faktu, že existují desítky různých civilizačních chorob a typů nádorů, a také široké spektrum nezávislých faktorů, které se na jejich vzniku mohou podílet. Žádný všelék, panacea, proto už z principu nemůže u těchto různorodých civilizačních chorob existovat. Protirakovinný efekt snížení hladiny Hcy nebyl nikdy prokázán.

### **Imuregen**

Imuregen je preparát českého původu. Vychází z představy farmaceuta D. Rakúse, že výtažky z živočišných tkání by mohly příznivě působit na imunitní systém a jeho prostřednictvím na řadu chorob. Prvním komerčním preparátem byl Juvenil, následovala řada dalších. Dnešní Imuregen vyrábí firma Uniregen. Je to preparát, který se připravuje autoenzymatickým rozkladem hovězí krve s následnou extrakcí jednodušších látek. Nositelem účinku mají být jednoduché nukleotidy, frakce bílkovin, cukry, tuky a minerály. Podle firemních údajů je Imuregen účinný jako prevence civilizačních chorob kardiovaskulární, diabetické a astmatické povahy, ale i u rakoviny. Spektrum jeho údajných účinků je však ještě daleko širší a preparát má tedy charakter panacey, všeléku. Žádný z udávaných účinků preventivních i léčebných však nebyl ověřen, preparát nebyl řádně testován, neexistují seriózní studie. Léčebný efekt nelze ani očekávat, protože Imuregen je směsí běžných látek, které jsou v potravě živočišné i rostlinné. Imuregen by nemohl mít u normálně živeného člověka žádný léčebný efekt ani v megadávce, natož potom v dávkách doporučených. Obsah účinných látek v takových dávkách je o několik řádů nižší, než je jejich denní příjem v běžné potravě. V r.2006 se objevil na trhu nápoj Fromin s přídavkem Imuregenu, který měl být účinný proti ptačí chřipce, která tehdy hrozila. Fromin byl však jako neúčinný a také pro neetickou reklamu stažen z trhu.

### **Koenzym (Coenzym) Q 10**

Koenzym Q 10 (Coenzym) je jedním z módních, nejčastěji nabízených doplňků stravy vedle vitaminů a minerálů. Na webových stránkách najdeme stovky reklam, nabízejících Koenzym Q 10 samostatně nebo ve směsi v různých potravinových doplňcích. Je nabízen ve formě tabletek, mastí, krémů nebo ampulí s jeho roztokem. Jedna krabička tablet stojí několik set Kč, pleťové krémy přes tisíc.

Koenzym je často vydáván za vitamin. Je to omyl, protože vitaminy jsou látky, které si tělo samo nedovede vytvořit a jsou v těle obsaženy v minimálních množstvích. Koenzym Q 10 je chemická substance, patřící do skupiny ubichinonů, přesný název je 1,4 benzochinon. Vyskytují se ve značném množství ve všech živých buňkách (proto je jejich název odvozen od latinského „ubique“ – všude), živočišných, rostlinných i v mikrobech, zejména v mitochondriích, a buňky si ho samy syntetizují. Z potravin je ve větší míře ubichinon obsažen v kukuřici, sóji, ořechu, ale i v mase a rybách. Ubichinon se podílí na aerobním

metabolizmu buněk a na produkci energie. Má také antioxidační schopnost a v těle likviduje volné radikály.

Účinnost ubichinonu je přičítána právě jeho antioxidační schopnosti, která byla prokázána v laboratorních experimentech. Proto je Koenzym Q 10 doporučován při selhání srdce, při infarktu, hypertenzi, rakovině, při nervových chorobách, migréně, neplodnosti mužů i při kožních chorobách. Má také zvyšovat obranyschopnost organismu a oddálit stárnutí.

Do dnešní doby bylo už provedeno množství klinických studií, ale s rozpornými výsledky. Podle systematického přehledu z americké Mayo Clinic nebyl pozitivní efekt prokázán s jistotou u žádné choroby a je zapotřebí další výzkum. Tím spíše je jasné, že u zdravého člověka nemá jeho preventivní podávání smysl žádný. Zřejmě proto, že organismus má dostatečné zásoby ubichinonu, takže jeho dodávání v různých potravinových doplňcích je bezúčelné. Německá společnost pro výživu proto považuje Coenzym Q 10 za preparát neúčinný.

### Koloidní stříbro

Koloidní stříbro se stalo v posledních letech hitem v oblasti alternativní medicíny. Nejde o nic nového, od starověku se stříbru připisovala dezinfekční schopnost a až do r. 1938 se roztoky stříbra, jak kovového tak i jeho sloučenin, používaly v medicíně, k desinfekci k léčbě povrchových kožních onemocnění. Od r.1990 nastal prudký vzestup zájmu o roztok koloidního stříbra k celkovému ústnímu používání s širokou indikací všeléku. V posledních několika letech vlna zájmu o tyto preparáty pronikla i do ČR. V prodeji jsou nejen hotové výrobky, ale také přístroje na principu elektrolyzy k domácí výrobě koloidního stříbra v cenách 3.000 - 6.000 Kč. Výroba se stále zdokonaluje a dnes se používají roztoky s nanopartikulami o průměru 1-5 nm, které mají mít větší účinnost. Koloidní stříbro má působit oligodynamicky přes ovlivnění buněčných enzymů. Má být účinné proti všem virům, bakteriím i plísním a lze jím údajně léčit nejen povrchové infekce, ale i všechny infekční choroby včetně antraxu, Tbc, zápalu plic i AIDs, ale i choroby neinfekční jako je cukrovka, rakovina, artróza, neurasthenie, chronický únavový syndrom aj. V tomto případě se předpokládá pozitivní účinek na imunitní systém, antioxidační působení a pod. Koloidní stříbro se doporučuje i jako preventivní prostředek k doplnění jeho zásob v těle. Preparáty koloidního stříbra se prodávají jako potravní doplněk, u něhož se léčebný efekt neprověřuje, ale jejich dovoz byl nedávno rozhodnutím Ministerstva zdravotnictví ČR zakázán, protože koloidní stříbro bylo pro své toxické účinky přeřazeno do skupiny Léčiva.

**Hodnocení:** Představa o silném dezinfekčním účinku koloidního stříbra je mylná. Dřívější názor, že stříbro zabíjí všechny bakterie, nebyl bezpečně prokázán. Účinek je slabý a různě velký na různé kmeny, působení musí být dlouhodobé, bakterie si mohou vyvinout rezistenci podobně jako na antibiotika, a na viry stříbro působí minimálně. (Právě tak nebyl prokázán desinfekční účinek výrobků firmy Samsung (ledničky, pračky), jejichž povrch obsahoval nanopartikel stříbra.) Desinfekční účinky stříbra jsou tedy slabé. A pokud jde o léčebné účinky koloidního stříbra, ty nebyly prokázány vůbec a jejich používání není odůvodněné. Neexistují žádné klinické studie, které by léčebný efekt u jakékoli choroby prokázaly. Koloidní stříbro nemá smysl ani jako preventivní prostředek k odstranění event. nedostatku stříbra v těle, protože stříbro není stopovým prvkem, potřebným pro tělo. Vážným argumentem proti používání koloidního stříbra je, že stříbro působí toxicky a při delším používání může vyvolat neodstranitelné šedomodré ztmavnutí kůže – argyrii a řadu jiných poruch, např. nervového systému. Exaktní a nejsolidnější informace o koloidním stříbre podává renomovaný Americký úřad pro kontrolu léčiv, Food and Drug Administration (FDA), podle jehož vyjádření **není prokázán účinek koloidního stříbra na žádnou chorobu, a proto na potravinových doplňcích na bázi stříbra nesmí být taková doporučení udávána.** Právě tak i americké Centrum pro Komplementární a Alternativní



Medicínu (které je příznivě nakloněné metodám AM) vyhlásilo, že reklamní tvrzení o účinnosti koloidního stříbra jsou vědecky nepodložené. a že obsah stříbra v těchto preparátech kolísá natolik, že jejich používání představuje zdravotní riziko. Podobně je to např. v Austrálii a v Německu, kde je sice koloidní stříbro považováno za léčivo, ale jen proto, že toxické preparáty musí být pod kontrolou. I podle jejich tvrzení jsou důkazy účinnosti koloidních preparátů stříbra nedostatečné a rizika převažují nad event. prospěchem. Jejich prodej jako potravinové doplňky je zakázán.

### **Melasa**

Melasa je všelékem, který nadšeně propagoval MUDr. M. Pekárek (zemřel na jaře 2007) v jeho Naturcentru SALVEA a v knize „Tajemství zdraví a naděje“. Melasa je odpadním produktem při výrobě cukru z cukrové řepy nebo třtiny. Obsahuje bohatou směs nejrůznějších organických a anorganických látek. V našich zemích se donedávna melasa používala jen jako doplňková výživa pro dobytek, zejména pro koně. Málo se vědělo, už od středověku byla používána také jako léčivý prostředek. U nás se jako lék objevila teprve nedávno, když se k nám začal z Anglie dovážet výrobek firmy PERFEKTRA z cukrové třtiny s názvem Černý zázrak. Jako u každé panacey je výčet chorob, u nichž melasa působí preventivně i léčebně, téměř nekonečný: choroby cévní, kožní, pohybového ústrojí, traumata, poruchy metabolismu, choroby nervové, gynekologické a samozřejmě také onkologické, u nichž má zlepšit jak stav výživy, tak i imunity. Že neexistují žádné experimenty ani klinické studie, které by udávané účinky potvrdily, je snad samozřejmé. Melasu lze doporučit jen jako prospěšný, zdravotně nezávadný doplněk výživy, obsahující vedle základních složek výživy i všechny minerály a vitaminy.

### **MMS – Miracle Mineral Supplement**

MMS byl původně potravinový doplněk, který navrhl americký inženýr Jim V. Humble. V r.1996, kdy pracoval jako zlatokop v Guayaně, použil náhodně silné oxidační činidlo, chlordioxid, jako lék pro své dělníky, kteří onemocněli malárií. Protože byl lék úspěšný, několik let s ním Humble experimentoval a v r. 2001 začal vyrábět preparát MMS – Zázračný minerální doplněk. V letech 2001-2006 údajně ověřoval jeho účinek na 75.000 dobrovolnících. Od r. 2006 jej již podle Humbleova tvrzení použil milion občanů v USA a další milion v celém světě. V posledních letech přesunul Humble svou aktivitu do zemí střední Afriky, kde už údajně vyléčil 100.000 lidí z malárie.

Preparát MMS se dodává ve dvou skleničkách, jedna je s roztokem chloritanu sodného ( $\text{NaClO}_2$ ), druhá s roztokem kyseliny citronové. Před použitím se smíchá několik kapek z obou lahviček. Chlordioxid ve vodném roztoku uvolňuje účinné oxidační činidlo chlordioxid ( $\text{ClO}_2$ ). Přídavek aktivátoru, kyseliny citronové, zvyšuje účinnost chlordioxidu a hlavně způsobí, že MMS působí jen na patogenní bakterie, viry a toxiny, ne na ty hodné. Pacienti lék používají vnitřně v minimálních, postupně se zvyšujících dávkách od 1 do 25 kapek v krátkých několikahodinových intervalech. MMS má být účinný jako panacea u všech chorob infekčních i neinfekčních včetně astmatu, Tbc, AIDS, rakoviny, aterosklerózy aj. V těle MMS zvyšuje stonásobně účinnost imunitního systému a detoxikuje organizmus. Život prodlužuje o 25 let.

Humble je zdatný organizátor: vydává vlastní časopis pro MMS, založil „Institut of Advanced MMS Studies“, dvě nadace na podporu šíření své metody a rozvinul na webu kolosální propagační kampaň, kde vedle bohaté základní stránky prezentuje rozhovory, videa, nabízí školení, svůj lék i svou knihu „Breakthrough“. V posledních dvou letech pronikla jeho metoda i do ČR a zájem o ní prudce narůstá. Do češtiny byla přeložena i jeho kniha pod názvem: „MMS – Miracle Mineral Supplement. Zázračný minerální doplněk pro 21. století.“.

**Hodnocení:** Jde evidentně o metodu šarlatánskou. Lék, provázený bombastickou reklamou, nemá ohlašované účinky. Jako silný oxidant je chlordioxid používán k bělení a dezinfekci. Hubí ovšem všechny, nikoli jen patogenní bakterie a viry. Jeho průnik sliznicí trávicího traktu do červených krvinek a buněk těla je sporný a prokázán nebyl. Neexistuje žádný experiment, který by prokázal vliv chlordioxidu na imunitu, natož potom stonásobné zvýšení její aktivity. Proti pozitivnímu působení na buňky lidského těla existuje zásadní námitka: buňky nejsou volnými kyslíkovými radikály aktivovány, ale poškozovány, mluvíme o oxidativním stresu. Proto se v medicíně doporučuje jako preventivní prostředek proti chorobám podávání antioxidantů, tedy např. vitamin C a E. Použití chlordioxidu je zcela protichůdné těmto snahám a zcela nevhodné pro použití v terapii. Neexistují také žádné studie o účinnosti MMS proti jakékoli chorobě. Humbleova zpráva o vyléčení malárie u tisíců pacientů v Africe je prokázána lež a jeho knihy i výklady na webu jsou plny odborných nesmyslů.

Zahraniční odborné společnosti MMS preparát odmítají, Americká FDA (Food and Drug Administration) zakázala používat název MMS, protože jednoduchá chemická látka jako chloritan sodný nemůže být nabízena jako potravinový doplněk. Humble proto v USA lék přejmenoval na „Water Purification Drops“.

Reklamní kampaň J. Humbla má mimořádnou razanci a rozsah a může přesvědčit neinformované pacienty jak u nás, tak zejména v Africe. MMS je však toxická látka, při vnitřním užití nebezpečná a bez jakýchkoli prokázaných léčebných účinků. Humbleovu šarlatánskou činnost pokládám za velmi nebezpečnou.

## Mumio

U mumia se sice neuvádějí protirakovinné účinky, ale jde o zajímavý všelék, importovaný i do ČR, a proto se o něm na tomto místě zmiňujeme. Mumio je hnědošedá látka, která se vyskytuje na skalách, zejména na Kavkaze a Altaji, v podobě shluků nebo krápníků. Mumio bylo označováno za „slzy hor“ a od starověku se používalo jako lék. Doporučovali ho už Aristoteles i Avicenna. V současné době bylo a je dosud používáno a jako lék uznáváno zejména v zemích bývalého Sovětského svazu. Jeho vývoz ze SSSR byl zakázán, protože mumio bylo považováno za národní poklad podléhající zvláštní ochraně. V současné době extrakt z mumia dováží firma Pharma Activ pod názvem Mumio – Silajit i do České republiky. Původ mumia není zela jasný, ale podle dnešního názoru to jsou organické pozůstatky fauny a flóry, které se vzájemně v průběhu tisíciletého přirozeného procesu promísily a spojily s anorganickými skalními minerály. Podle jiných autorů jde o mineralizované exkrementy horských hlodavců. Mumio proto obsahuje bohatou směs nejrůznějších organických a anorganických látek ve velice variabilním složení. Extrakt z mumia má podle firemní reklamy pozitivně ovlivňovat metabolické procesy a má mít protizánětlivé, baktericidní i analgetické účinky. Urychluje proto regeneraci všech tkání, zkracuje dobu hojení kostí 2-2,5x, je lékem chorob cév a srdce, chorob krvetvorby, likviduje otravy a léčbu tuberkulózy zkracuje třikrát. Jako u všech podobných a výše uvedených preparátů, které jsou dováženy i do ČR, je reklama nevěrohodná, protože neexistují klinické studie, které by udávaný účinek prokazovaly, nehledě k tomu, že složení mumia není standardní a zejména že extrakt z něho je vzhledem k vzácnosti mumia vysoce ředěný.

## Ovosan

Ovosan je preparát podobného typu jako Imuregen. Podle firemní reklamy „*Ovosan je originální preparát s protinádorovými účinky získaný z ischemizovaných kuřecích embryí, který je čs. patentem. Vyznačuje se schopností účinně pomáhat při léčbě a prevenci nádorových onemocnění a autoimunních a alergických chorob.*“ Ovosan je přípravek obsahující fosfolipidy a slunečnicový olej v želatinových kapslích. Ačkoliv u některých

fosfolipidů byly prokázány protinádorové účinky v experimentu, žádná seriózní studie, která by opravňovala k použití Ovosanu jako protinádorového léku, nebyla publikována. Lék nemá nežádoucí účinky, a byl proto schválen k distribuci jako potravní doplněk.

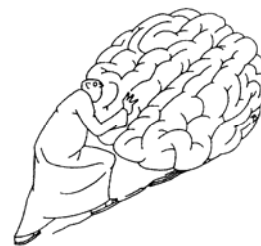
### **Žraločí chrupavka**

Zhruba před deseti léty se objevil na alternativním nebi nový zázračný lék charakteru panacey – žraločí chrupavka. Měla mít hlavně protirakovinné působení. Vedle toho měla také léčit revmatické choroby a lupénku, omezovat osteoporózu, zvyšovat imunitu organismu, podporovat hojení ran a zmírňovat projevy stárnutí. Protirakovinné působení chrupavky bylo založeno na skutečnosti, že se u žraloků údajně nevyskytují nádory a že chrupavka je tkáň bezcévná, což bylo interpretováno tak, že chrupavčitá tkáň brání vrůstání cév. Preparát z chrupavky měl tedy zamezit vrůstání cév do nádoru a zastavit tak jeho růst. Dvě ojedinělé klinické studie z r.1992 a 1994 takový efekt naznačovaly. Záhy nato uveřejnil W. Lane knihu „Žraloci ještě stále nemají rakovinu“, která byla přijata veřejností s nadšením a novou nadějí na úspěšnou léčbu rakoviny. Na trhu se objevila řada léků obsahujících výtažky z chrupavky žraloka, např. Cartilade, Bene-Fin nebo později k nám dovážený Regestin Prokloubin a řada jiných. Vedle rakoviny měly být účinné i při revmatických chorobách.

Brzy se však ukázalo, že původní předpoklad o možnosti omezit růst nádorů extrakty z chrupavky je mylný. Klinické studie z Mexika a Kostariky byly nesolidní, mylně interpretované a tedy neprůkazné. Kromě toho se všechny prodávané preparáty ze žraločích i jiných chrupavek podávají ústně a nemohou mít žádný efekt, protože bílkovinné molekuly, které mají být nositelem účinku, se nevstřebávají, ale rozpadají v průběhu trávicího procesu. Mylný je i Laneův názor, že žraloci nemají rakovinu. I u žraloků byly totiž zjištěny benigní i maligní tumory, některé z nich vrůstaly do chrupavek a byl zjištěn i chondrosarkom, z chrupavky vyrůstající. Klinické studie, prováděné v posledních letech, protirakovinný účinek neprokázaly. Podle amerického ústavu National Cancer Institute jsou tyto preparáty při léčbě rakoviny neúčinné. Účinek nebyl prokázán ani u dalších uváděných chorob.

---

## Léčivé vody



Léčebným nápojem může být i sloučenina nejběžnější, voda. Účinek se připisuje od pradávna zejména vodám s vyšším obsahem minerálních látek. Jsou součástí různých léčebných režimů např. v rámci lázeňské léčby. Účinné jsou především u chorob trávicího nebo močového systému a metabolických poruch. Dělí se nejčastěji na přírodní minerální vody běžné, léčivé a stolní, jindy podle stupně kyselosti a pod., i když se dnes v ČR podle nových předpisů za minerální vodu považuje jakákoli čistá podzemní voda. Používání minerálních vod však není předmětem našeho zájmu, nepatří do rámce alternativní medicíny.

Hitem alternativní medicíny se dnes staly „léčivé“, speciálně připravované vody. Ta nabídkou nejrůznějších „vysoce účinných“ léčivých vod přímo hýří. Vychází se z představy, že léčivé vlastnosti vody se zvýší pomocí různých fyzikálních, chemických nebo duchovních vlivů. Efekt léčby tedy nemá být způsoben např. obsahem minerálů, jak je tomu u minerálních vod, ale změnou struktury vody. Někteří dělí takové léčivé vody na tři skupiny, na vody „informované“, na vody energetizované, a to buď přírodními fyzikálními poli, léčitelem, tvarovými zářiči nebo průmyslově, a konečně na vody současně informované i energetizované. Nabídka je už extrémně široká. Jsou to vody aktivované, vitalizované, oxygenizované, clusterované, ionizované atd., vyráběné pod nejrůznějšími názvy. Uvedeme jen několik takových vod, starého i nejnovějšího data: Živá a mrtvá voda, Diamantová voda, Pí-voda, levitovaná voda, magnetizovaná voda a Granderova voda. Léčivou vlastnost vody má vysvětlit tzv. „paměť vody“, schopnost uchovávat a dokonce množit „otisky“ původní látky i po jejím odstranění, jak se domnívají např. homeopati. Vykládají to tím, že shluky, tzv. klastry, do kterých se seskupuje část vodních molekul, mají kolem cizích molekul jiný, specifický tvar. Tyto „solvatační obálky“ mají ve vodě přetrvávat i po odstranění cizí molekuly a nést dál její „informaci“.

**Hodnocení:** Základní idea je chybná, protože fyzikální ani chemické vlastnosti vody, tedy vlastnosti jejích molekul ani klastrů nelze trvale změnit. Pokud má voda jiné působení než chemicky čistá voda, pak je to způsobeno přidávanými substancemi. Termíny jako frekvence, vibrace nebo energie vody, informovaná voda, pravo- a levotočivost nebo duchovní vlastnosti vody, to vše jsou jen nesmyslné termíny, které mají reklamě dodat zdání věrohodnosti. Účinnost léčivých vod se neprokázala žádnými experimenty nebo studiemi, jde o šarlatánství v nejčistší podobě. Byla vyloučena i možnost polymerizace vody. Podrobněji jsou uvedeny kritické námitky u některých jednotlivých léčivých vod. Chybné jsou i představy homeopatů o „paměti vody“. Existence klastrů je totiž v důsledku chaotického pohybu molekul nesmírně krátkodobá, neustále se rozpadají a znovu vznikají v pikosekundách (biliontina sekundy). Kolem určité molekuly nebo větší částičky může mít klastr specifickou strukturu, ale po vymizení poslední molekuly, u homeopatického potencování nad C10-12, se už takové typické klastry netvoří a ihned tedy mizí jakákoli stopa po účinné látce. V dalším se zmíníme jen o několika takových „léčivých“ vodách.

---

### Živá a mrtvá voda

Živá a mrtvá voda patřily kdysi jen do světa pohádek, avšak dnes, v moderní době, se staly především výhodným obchodním artiklem. Do naší republiky se dostal tento vynález před třiceti léty ze SSSR, přesněji z výzkumného ústavu v Taškentu, kde se živá a mrtvá voda používaly nejprve k mazání vrtných souprav a hubení plevelů. Teprve když „výzkumníci“

objevili jejich léčebné vlastnosti, dostala se živá a mrtvá voda do popředí zájmu. V naší republice se začala vyrábět z obyčejné pitné vody nejprve na některých Vysokých školách v Praze, později ji vyráběli někteří léčitelé na zcela primitivních přístrojích. V nedávno minulých letech ji ve velkém produkovala firma Aquarion pod názvem Luno. Na etiketě se uvádělo, že vody obsahují příměs jódu v malém množství 0,5 mg v litru tekutiny. Mrtvá voda je mírně kyselá, její pH je 3, živá voda mírně alkalická o pH 9. Dnes výrobu převzala firma CaliVita Electronics a vyráběný přístroj se nazývá Aquarion filtr v ceně 53.000 Kč. Voda se v takovém přístroji vyrábí pomocí elektrolýzy s použitím stejnosměrného elektrického proudu o napětí několika set až tisíc voltů. Díky elektrolýze má získat voda v anodovém prostoru dezinfekční vlastnosti, voda z prostoru katodového, odděleného od anodového prostoru polopropustnou membránou, účinky aktivační a léčivé. Vody se doporučují pro léčbu širokého spektra chorob vnějších i vnitřních, např. pro léčbu ran a odřenin, popálenin, plísňových chorob, bércových vředů, při zánětu pochvy, bolestech zubů, dále u hypertrofie prostaty, bolesti hlavy, zánětu jater, průjmů, angíny, chřipky, bolesti páteře a j. Nejprve se vždy použije voda mrtvá, následuje živá. Mechanismus působení vysvětlují stoupenci této léčby někdy jen odlišnou reakcí vody, firma CaliVita i změnou velikosti klastrů: *„Zatímco v běžné vodě jsou tyto klastry tvořeny 12-18 molekulami, ionizovaná voda má hexagonální klastry, ve kterých se nachází pouze šest molekul. Tyto malé struktury vody se tak mohou do buněk dostat mnohem snadněji než běžná voda. Klastrová struktura vody se vytváří v průběhu ionizace. Díky tomu je hydratační schopnost vody šestkrát vyšší, protože se mnohem snadněji vstřebává, lépe proniká do buněk a tělo ji mnohem snadněji využívá.“* Kromě toho má ionizovaná voda i odstraňovat nebezpečné volné radikály. Mrtvé a živé vodě se připisují i jiné než jen léčivé vlastnosti. Živá voda má mít také psychokinetické vlastnosti, a *„umožňuje zkušenému psychotronikovi čerpat hmotu z tělesa do ní ponořeného a transformovat ji v mentiony.“* V současné době zájem o živou a mrtvou vodu zřetelně klesá a do popředí se dostávají vody módnější. Přesto Aquarion nadále existuje a na webu své vody propaguje.

**Hodnocení:** Léčba živou a mrtvou vodou nemá nejmenší opodstatnění. Elektrolýzou nemůže dojít k žádné takové změně vlastností vody, která by mohla vysvětlit udávané účinky. V důsledku chemických změn na povrchu elektrod dojde v anodovém prostoru jen k mírnému okyselení vody chlornanem sodným a v katodovém prostoru k alkalizování sodným louhem. Okyselená, „mrtvá“ voda může mít lehce desinfekční účinek, „živá“ voda lehce leptavá, v žádném případě však léčebná. Snad jen u pálení žáhy by mohla mít význam, ale nesrovnatelně větší alkalizační schopnost a tedy i efekt má jedlá soda, natriumbikarbonát. Jako lék nemůže být kromě toho živá ani mrtvá voda uznána, protože se vyrábí z vod různého složení a výsledné vlastnosti vody mají proto nestandardní složení i vlastnosti. Škodlivý účinek při vnitřním používání žádná z obou vod obvykle nemá, protože kyselost nebo zásaditost vody je okamžitě překryta a likvidována už kyselinou solnou v žaludku. Tím také odpadají uváděné blahodárné efekty ionizované vody a klastrů. Riziková je ovšem možnost zanedbání řádné léčby při pokusech o léčbu vážnější choroby živou vodou. Nelze doporučit ani vnější aplikaci živé vody, protože opakované vyměňování roztoků a manipulace s obklady při léčbě kožních onemocnění vedou zákonitě k infekci a prodlouženému hojení. Hlavním nebezpečím je možnost vážného zranění při manipulaci s přístroji na výrobu vody, napájenými elektrickým proudem o vysokém napětí.

---

## Magnetizovaná voda

Snaha využít magnetů ke zlepšení vlastností vody je rovněž starého data. Metody jsou různé, buď se magnet vkládá přímo do vody, nebo se připevní na přívodní trubku, jindy

se používají speciální přístroje. Existují i magnetické tyčinky na míchání tekutin. Vedle stabilních magnetů se používají i přístroje s pulzním magnetickým polem. Nabízí je v ČR firma Biomag, která tvrdí, že „ *experimenty prokázaly větší odolnost organismu proti infekci, regulační účinky na trávicí trakt, protiaterosklerotické efekty, zklidňující účinky na nervový systém* “ a že magnetizovaná voda má i detoxikační účinky.

**Hodnocení:** Protože je voda diamagnetická, mohou silná magnetická pole ovlivnit fyzikální vlastnosti vody, vazbu jejích molekul i tvorbu klastrů, avšak změny mizí, jakmile magnetické pole přestane působit. Všechna tvrzení o léčebných vlastnostech vody jsou proto mylná. Opakovaně bylo prokázáno, že jediný efekt, který lze pozorovat, je mírné změkčení vody, a to jen v případě velmi tvrdé vody a při použití extrémně silných magnetů. Jednoznačně negativní je i stanovisko Národního referenčního centra (NRC) pro pitnou vodu k přístrojům na úpravu vody na bázi magnetické úpravy. Zájem o magnetizovanou vodu z uvedených důvodů rychle upadá a na trhu se nabízejí vody modernější.

---

## Pí-voda ( $\pi$ -voda)

Novinkou na českém trhu je tzv. pí-voda. Prodává ji firma Saffron, spol s r.o., která zastupuje japonskou firmu L.B.E. Co. Ltd. Ta získala mezinárodní patent na výrobky  $\pi$ -water systému, vyráběné pomocí  $\pi$ -technologie. Dnes má firma Saffron prodejny pí-vody v 16 pí-centrech v naší republice a budují se centra další, ve kterých se prodává pí-voda balená i volně čerpaná do přinesených nádob vedle širokého spektra různých pí-výrobků i Bio-pí-výrobků, např. pí-kosmetiky, pí-piva, pí-vína, pí-medoviny, pí-mýdla, pí-kombuchy a pod.

Pí-voda má mít neuvěřitelně širokou paletu pozitivních účinků. U člověka její pravidelné pití vede podle firemního doporučení k pročištění, regeneraci, zvýšení pohyblivosti, úpravě váhy nahoru i dolů, úpravě vylučování, krevního tlaku, hojení a čištění zánětů, podpoře imunity aj.. Trvalé používání pí-vody umožní dožití do 120 let v plném zdraví. V zemědělství pí-voda zvyšuje výnosy rostlin o 30-40%, urychluje klíčivost, zvyšuje odolnost proti nepříznivým podmínkám, odstraní půdní únavu, mění zrnitost půdy. Ve stavebnictví zvyšuje pevnost betonu, zvyšuje přilnavost materiálů, odstraňuje mikrotrhliny atd.

Účinek vody vysvětluje firma takto: Podstata účinku spočívá ve změně vlastní frekvence vody, která se harmonizuje a dochází ke změně jejích strukturálních vlastností. Pravotočivá a levotočivá složka vody se vyrovnají. Hlavně ale dochází k odstraňování špatných informací z vody. Pí-voda nahrazuje a z tkání vytlačuje vodu nabitou špatnými informacemi. Pí-voda tak umožňuje zvýšit energetický přenos univerzální kosmické a zemské energie. Univerzální kosmickou energii definuje firma takto: „*Univerzální energie je pro hmotný svět obtížně diagnostikovatelná a měřitelná, je jí absolutní množství ve Vesmíru a je nazývána jako „tmavá energie“ a „antihmota“.*“

Jaká je technologie výroby pí-vody, popisuje přesněji komentář Státního zdravotního ústavu: Obyčejná voda projde fyzikálními filtry, chemickým filtrem, je ozářena UV světlem a nakonec prochází keramickým filtrem napuštěným sloučeninami dvoj- a trojmocného železa. Na vodu se tak má přenést „informace železa“.

**Hodnocení:** Z popsaného „mechanizmu účinku“ i širší indikací je zřejmé, že nejde jen o pavědu, ale čisté šarlatánství. Slovní hrátky se slovem „informace“ nedávají smysl. K žádné stabilní změně struktury vody nemůže dojít z principiálních důvodů, jak jsme uvedli výše. K pí-vodě zaujalo své stanovisko vzhledem k četným dotazům i Národní referenční centrum pro vodu Státního zdravotního ústavu v r.2002. Komentář SZÚ mluví jednoznačně: „*Jde o účelovou reklamní dezinformaci. Firemní popis obsahuje „naprosté výmysly“.* Žádné studie

*dokládající účinek pí-vody nebyly předloženy. Jedinou studii provedl maďarský Národní ústav pro zdraví a životní prostředí. Výsledek byl negativní, účinek prokázán nebyl.“*

---

## **Diamantová voda**

Fantazie šarlatánů, ani těch, kteří se specializují na nejrůznější úpravy nejběžnějšího nápoje, vody, nezná mezí. Vedle homeopaticky potencované vody, imunomodulační vody Fromin, magnetické a pí-vody existuje dnes i Diamantová voda (DV), která má mít skvělé léčivé účinky. Díky vloženým „kódům“ do její energetické struktury navrácí DV zdravotní výkyvy do normálu tím, že navyšuje vibrace těla a navíc opravuje poškozený vzorec na úrovni DNA a paměťových buněk. DV nás také napojuje na vyšší vědomí, čistí přehrady, v chladiči prospívá motorům. DV je neomezeně reprodukovatelná přídatkem pitné vody v desetinásobném množství. Jinou možností je převibrování přiložením lahvičky s DV k nádobě s vodou. Vynálezcem technologie takové vody je údajně Joël Ducatillon, původně hudebník a jazzový pianista. Proč nazval svůj výmysl diamantovou vodou, nevedl. V r.1994 měl tři sny, které ho přivedly ke vzniku DV a k sestrojení přístroje DNS 850 na její výrobu. Všechny tyto informace jsou šířeny na některých webových stránkách i v řadě časopisů, např. Meduňka a Medium, kde se lze dozvědět o dalších zázračných účincích DV. Nejcennější je jistě schopnost DV dekontaminovat vody z jaderných reaktorů. DV však představuje i určité nebezpečí, protože ve vaně s DV se objevily nezvyklí tvorové, zřejmě mimozemského původu, a na zahradě zalévané DV vyrostly mykologům neznámé houby, původem nejspíše ze čtvrté dimenze.

**Hodnocení:** Jde samozřejmě o naprostý nonsens a autorův výklad je čistou fantazií. Zda jde v tomto případě o pouhou mystifikaci nějakého žertěře, který si vymyslel k vlastnímu pobavení DV i jejího francouzského autora, nebo o výtěžný podnik, nelze říci. Jisto ale je, že autor svůj výklad účinku DV doprovodil podrobným, vysoce „odborným“ výkladem, hemžícím se módními vědeckými termíny z oblasti fyziky, chemie i biologie, a že se mu proto zřejmě daří některé naivní občany o účinnosti DV přesvědčit, a také asi dobře zpeněžit svůj výmysl. Případ DV je jen jednou z nesčetných ukázek dnešního ohlupování, a na druhé straně také dokladem nevzdělanosti a lehkověrnosti některých lidí. Demonstruje také, jak velké jsou manipulační možnosti internetu. Podle našeho názoru je odsouzeníhodné využívat naivních lidí a vydělávat na jejich slabostech. O pravém úmyslu autora snad svědčí i výzva na jeho webové stránce: *„Podpořte vydání knihy o Diamantové vodě. Hledáme sponzora nebo přímo nakladatele... Návratnost je zaručena, zájem veliký. Prosíme o laskavé přispění na vydání knihy a také o propagaci DV... Finanční dary prosíme na číslo účtu...“*

---

## **Levitovaná voda**

Dalším výrobkem je tzv. levitovaná, volným kyslíkem obohacená voda firmy Aqua Health Care s.r.o., která je dnes nabízena především v různých regeneračních centrech a salonech. Má charakter všeléku, stejně jako všechny ostatní „alternativní vody“. Umožňuje údajně zdravou výměnu látek, má vysokou detoxikační schopnost, rozpouští kameny žlučnickové i ledvinné, usazeniny v cévách, kloubech, omezuje záněty, normalizuje krevní tlak, zlepšuje imunitu, a j. Tuto metodu léčby, kde má hrát hlavní roli ústy podávaný kyslík, rozpuštěný ve vodě, údajně vymyslel lékař prof. Dr. Pakdaman, který ji pokládá za stejně účinnou jako ostatní formy kyslíkové terapie. Její účinek vysvětluje inzerce takto: *„V levitačním zařízení voda zvířením urazí dráhu asi 40,5 km a dosáhne rychlosti 1500 km/h. To*

zaručuje úplné smazání všech známých škodlivých informací. Jedinečná dynamika proudění zvětší vnitřní povrch vody. To způsobí fyzikální regeneraci vody a obnovení její energie. Voda přijme během levitačního procesu volný kyslík. Tímto procesem lze docílit 70 až 90 mg kyslíku/litr vody. (Pitná voda: 2-4 mg O<sub>2</sub>/l, voda ze studánky 8-10mg O<sub>2</sub>/l.)“. Krásné je také vysvětlení, že „voda po úpravě v levitačním přístroji má zeslabené mezimolekulární síly. V měření se to projevuje vznikem signálu ve vysokých frekvencích a zvýšením úrovně šumu...“

**Hodnocení:** Jak jsme uvedli výše, voda nemůže v sobě uchovávat žádné informace, vnitřní povrch vody se nemůže trvale měnit, detoxikace je koncept zcela mylný (viz příslušnou kapitolu), volný kyslík není k ničemu, protože krev je kyslíkem za normální situace téměř plně sycena. Výklad mechanismu účinku je fantaskní, účinky levitované vody nikdo seriózně neproověřil.

---

## Granderova voda

Velkým hitem posledních let je tzv. Granderova voda, obsahující léčivou informaci. Vyrábí ji od r.1999 Rakušan pan Johann Grander podle Grander<sup>R</sup>Technologie. Dnes se tato voda prodává i v ČR. V reklamě je označována jako „unikátní technologie revitalizace molekulární struktury vody s efektem zlepšení a obnovení kvality“. Prodej zajišťuje firma VodaEko. Zázračnou aktivovanou vodu Grander vyrábí na pokyn shůry, od Ježíše. Podrobnosti o výrobní metodě však pan Grander tají. Přesto byl v r.2001 byl za svůj „objev“ oceněn v Rakousku Čestným křížem za vědu a umění. Granderova voda se doporučuje pít dlouhodobě, jedna odlivka denně. Voda působí tak, že upravuje nerovnováhu organismu. Podle reklam Granderova voda mírní a léčí ekzémy, akné, boreliózu, migrénu, deprese, hypertenzi, revma, astma, žaludeční a ledvinové potíže, urychluje pooperační průběh a pomáhá i při rakovině. I rostlinám se lépe daří, zatímco řasy a plísně jsou ničeny. Filiálka firmy Mercedes ve Vídni používá Granderovu vodu k mytí aut, protože výrazně snižuje spotřebu mycích přísad. Granderova voda už pronikla snad do celého světa. Největších zisků dosahuje novozélandská firma U.V.O. prodejem přístrojů na výrobu Granderovy vody. Do přístroje je zataveno trochu této vody, která dokáže aktivovat všechnu vodu, procházející potrubím přístroje. Takový přístroj rakouské výroby typu Grander W 101“ pod názvem „Revitalizátor vody“ si lze zakoupit i v ČR za 41.259 Kč. V reklamě se píše: „Granderova voda vykazuje určité vibrace na molekulární úrovni. Při průtoku jednotkou se přenášejí vibrace na vodu..., Revitalizací selepší její organoleptické vlastnosti, zlepši se chuť,... voda je měkčí, lze docílit např. snížení dávkování pracích prostředků atd.“

**Hodnocení:** Z popisu je zřejmé, že jde o nesmysl, ale zřejmě hodně výdělečný. Přesto byl rakouský biolog a skeptik E. Eder panem Grandem obžalován za vyjádření v tisku, že „se jedná o paravědecký esoterický humbuk, jehož komerční využívání hraničí s podnikatelským podvodem“. Je téměř neuvěřitelné, že soudní pře trvala dva roky a že měl pan Eder uhradit soudní náklady ve výši 40.000 Euro. Nařčení firmy z podvodu musel odvolat, protože nemohl dokázat panu Granderovi úmysl obohatit se. O tom, že se pan Grander obohatí, není ovšem pochyb. Jednolitrová láhev stojí 328 Kč.



## Ostatní diagnostické i terapeutické metody



### Analýza z vlasů

Jednou z módních diagnosticko-léčebných metod je diagnostika z vlasů. Vyšetření prvkového složení vlasů není ovšem metodou novou. Do vlasů se totiž preferenčně deponují některé sloučeniny, především těžkých kovů, např. arsenu, olova, rtuti, kadmia aj., takže je možné vyšetřením vlasů prokázat např. otravu osoby, třeba i s mnohaletým odstupem, nebo také dlouhodobou zátěž organismu těžkými kovy, vdechovanými z ovzduší, nebo i obsah drog. Tyto metody patří plným právem do oblastí kriminalistiky, toxikologie nebo epidemiologie.

Na rozdíl od těchto osvědčených postupů má dnešní komerční vlasová analýza, kterou lze řadit do rámce tzv. ortomolekulární medicíny (viz), vyhodnotit metabolismus organismu a uvést ho do rovnováhy. Má tedy být diagnostickým podkladem k terapii. Je doporučována jako preventivní vyšetření i k navržení vhodné léčby u mnoha chorob: při poruchách hormonálních, kardiologických, neurologických, gastroenterologických i dermatologických, při obezitě, otravách, při nemocech kostí a kloubů, při rehabilitaci aj. Postup je jednoduchý: k vyšetření se odeberou vlasy v délce 3-5 cm, odstřižené těsně u kůže z několika míst na zadní straně hlavy. V laboratoři se pak po rozpuštění vlasů provede spektrografická analýza jejich prvkového složení a určí se, které prvky jsou nedostatkové nebo nadbytečné. Z toho se vyvodí závěry diagnostické i terapeutické. Na vyšetření navazuje doporučení k používání „mikroelementů“, vitaminů a antioxidačních preparátů. Metoda je známá už od 80. let minulého století, ale teprve v posledních letech je k dispozici pacientům i v České republice. Jejím reprezentantem u nás jsou především manželé Orlíkovi z Opavy, ale i mnoho jiných lékařů, kteří nabízejí vyšetření na webových stránkách. Spolupracují většinou s polskou firmou Biomed-Bio, sídlící v Lodži, která zajišťuje vyšetření a která také organizuje školení českých lékařů na kurzech v Olomouci.

**Hodnocení:** Smysl metody není zřejmý. Existuje totiž dostatek standardních diagnostických postupů, jak zjistit zásobení organismu prvky, které jsou daleko přesnější a směrodatnější: je to vyšetření krve, moči, stejně tak jako vyšetření stolice nebo mozkomíšního moku. Vyšetření z vlasů kromě toho poskytuje jen částečnou informaci, protože důležité není jen prvkové složení, ale především hladina vitálně důležitých složitých chemických sloučenin. Propagační sliby, např.: „*Laboratoř zkoumá minerály, vitaminy a katabolické procesy. Ještě než se objeví fyzický problém má organismus zapsány tendence k onemocnění, genetické a z prostředí*“ jsou mystifikací, protože o metabolismu vyšetření vlasů neinformuje a žádné konkrétní prognostické závěry o vzniku budoucích chorob kromě výjimek nelze z obsahu prvků odvodit. Ale jsou i jiné problémy. Podle V. Senfta totiž „*obsah prvků ve vlasech a výsledky analýzy závisejí na velkém množství faktorů (velké interindividuální rozdíly, koncentrační gradienty, časový průběh expozice, stav organismu, délka a pozice analyzované části vlasů atd.)*. Ještě obtížnější je relevantní interpretace výsledků, protože jsou zatím jen velmi omezené informace o souvislosti koncentrace prvků ve vlasech a ve tkáních, a o vlivu obsahu prvků ve vlasech na orgány a zdravotní stav.“ Např. i při nedostatku zinku může být jeho množství ve vlasech zvýšené. Dalším problémem je kontaminace vlasů kosmetickými prostředky, znečištěním z prostředí i při manipulaci se vzorkem. Jsou i další důvody k odmítnutí této metody, které uvádíme při popisu ortomolekulární medicíny.

Ještě dodáváme, že vlasová diagnostika, módní na konci 20. století v západních zemích, je tam na rychlém ústupu. Kromě výše uvedených důvodů i proto, že výsledky vyšetření různých firem se od sebe lišily až desetinásobně. Je zřejmé, že vlasová diagnostika

je bezcennou a při tom značně drahou záležitostí. Vyšetření stojí cca 1700 Kč a následná, zpravidla zbytečná léčba představuje další velké položky.

## **„Anti-aging“ medicína**

Anti-aging medicína je nový, rychle se rozrůstající, ale hodně pochybný obor medicíny. Jeho cílem je prodloužení lidského života. Není to nová myšlenka, už před sto lety, v souvislosti s objevením hormonů, se objevil názor, že podáváním hormonů, především růstového, je možné člověka omladit a prodloužit mu život. Jedním z propagátorů této možnosti byl slavný francouzský fyziolog Ch.-É. Brown-Séquard a po něm S. Voronov a E. Steinach. Největším hitem byla tehdy transplantace opičích varlat stárnoucím lidem. Optimizmus dlouho netrval, protože tehdejší ani žádné pozdější pokusy neměly žádný efekt. Dodnes nebyl objeven žádný elixír mládí, žádný lék, který by dokázal prodloužit život. Dnešní velké prodloužení průměrného lidského života bylo umožněno prevencí a účinnějším léčením chorob, vyšší hygienou a lepším životním stylem, takže se lidé dožívají svého geneticky předurčeného biologického věku.

Jednou cestou, jak člověka „omladit“, kterou ale neřadíme do rámce Anti-Aging Medicíny, jsou rozmanité kosmetické úpravy, na kterých se podílí dermatologie, plastická a transplantační chirurgie. Stárnutí těla, jeho buněk a orgánů se tím bohužel neoddláčí.

Pod Anti-Aging Medicínou se rozumí komplexní přístup, který zahrnuje nejen všechna známá racionální opatření k dosažení dlouhověkosti, tedy nekouřit, nepít, jíst střídavě, hodně cvičit, vyhýbat se stresům atd., ale především aplikaci hormonů, antioxidantů (vitamin C, E, karotenoidy aj.) a různých potravinových doplňků včetně různých detoxikačních a esoterických metod, od kterých se očekává prodloužení života.

Anti-Aging Medicína vznikla teprve nedávno, uprostřed 90. let minulého století. Jejím zakladateli byli dva osteopati, Robert Boldman a Ronald Klatz, kteří v r.1993 založili společnost „The American Academy of Anti-Aging Medicine“ (A4M). Společnost se rychle rozvíjela a záhy její vliv přesáhl hranice USA. V současné době, v r.2008 má A4M již 20.000 členů, certifikovaných lékařů ve 100 zemích po celém světě. Věnuje se vzdělávání a licencování lékařů, výchově veřejnosti, ale především propagování a lobování pro AntiAging medicínu. Společnost je velice aktivní, má dceřinné společnosti po celém světě, pořádá pravidelné konference a vydává časopisy „Anti Aging Medical News“ a také „International Journal of Anti-Aging Medicine. V dubnu letošního roku pořádá A4M již 8. světový kongres v Monaku. V současné době vznikají další podobné Anti-Aging společnosti, které organizují kurzy, vydávají licence, vydávají vlastní časopisy, pořádají konference a samozřejmě nabízejí „účinné“ léky proti stárnutí.

Nedávno se Anti-Aging Medicína zabydlela i v naší republice. První certifikovanou lékařkou v tomto oboru u nás byla MUDr. Monika Golková. Podílela se na vzniku první české Anti-Aging společnosti pod názvem AMPS ČR, která byla na Ministerstvu vnitra zaregistrována v r.2005. Dr. Golková se stala prezidentkou této asociace a působí ve zdravotnickém zařízení, zvaném A2C Anti-Aging Clinic. Klinika nabízí konzultace, komplexní vyšetření a cílenou preventivní léčbu. Kromě klinického, imunologického i genetického vyšetření nabízí „holistické měření biologického věku orgánů“ pomocí speciálního BioAging Systému, což je softwarový dotazníkový program, který vypracuje „grafy o funkci orgánů“. Na základě těchto vyšetření jsou pak doporučeny preventivní a léčebné postupy. Jiným lékařem, který u nás nabízí Anti-Aging Medicínu je MUDr. Pavel Nývlt. V jeho podání má být Anti-Aging Medicína panaceou. Dr. Nývlt nabízí „Remodelaci tělesných proporcí neinvazivními metodami“, „HADO technologii Masaru Emota“ nebo

„Rozšíření vědomí pro rozvoj osobnosti.“ Už tento výčet svědčí o pseudovědecké, „alternativní“ povaze této Anti-Aging Medicíny. Vstupní konzultace v jeho ordinaci stojí „pouhých“ 3.000 Kč.

**Hodnocení:** Anti-Aging medicína není ze strany vědeckých společností uznávána jako seriózní směr. Negativní stanovisko k této nové disciplíně a jejím cílům má např. významná „American Medical Association“ (AMA) nebo i „Federal Drug Administration“ (FDA – Úřad pro kontrolu léčiv). Tyto i jiné odborné organizace v USA považují Anti-Aging medicínu za podivnou směsici komerčních a vědeckých zájmů. Významná americká národní organizace the „National Institute of Aging“ nepovažuje ani časopisy, vydávané A4 M za seriózní, jsou spíše reklamním plátkem. Výrobky Anti-Aging Medicíny pokládá za podvodné, neumožňující oddálení stárnutí organismu.

Hlavní námitkou proti Anti-Aging medicíně je, že její tvrzení o možnosti prodloužit v současné době lidský věk není pravdivé a že léčebné prostředky, které doporučuje, jsou v tomto ohledu neúčinné. Používání růstového hormonu nebo pohlavních hormonů je do jisté míry rizikové a nesplnily se ani velké naděje vkládané do antioxidačních látek. Podle multicentrických studií z posledních let chybějí důkazy, že tyto prostředky oddalují stárnutí a v jedné „Cochrane studii“ bylo dokonce zjištěno mírné zkrácení délky života.

Je nesporné, že mohutná reklamní kampaň s nereálnými sliby, skutečnost, že hormonální a antioxidační prostředky, které jsou těžištěm terapie Anti-Aging Medicíny, nemají slibované efekty, a časté používání některých metod alternativní medicíny, to vše Anti-Aging medicínu diskredituje. Musíme ji hodnotit jako velice módní a zřejmě lukrativní podnikání, ležící na pomezí vědecké medicíny.

---

## Aromaterapie

Kouř ze spalovaných rostlin s obsahem těkavých vonných látek se používal k léčbě již ve staré Číně, Řecku, v arabských zemích i v jiných starověkých civilizacích, ale dnes se pod názvem aromaterapie rozumí používání vonných látek v moderní modifikaci. Tu vynalezl v r.1928 francouzský chemik R. M. Gattefossé, když doporučil vdechování par některých olejů s antiseptickými vlastnostmi u chorob dýchacích cest. Oleje jsou připravovány destilací, a proto obsahují jen lehké, volatilní sloučeniny, jako monoterpeny i sesquiterpeny, různé estery i neterpenové karbohydráty. Účinnou složkou jsou podle Gattefossova názoru tyto „esence“, nikoli jejich samotné aroma. Později se zásluhou R. Tisseranda rozšířilo používání „esenciálních“ olejů i v jiných formách, v mastech k potírání kůže nebo v roztoku ke koupelím a masáží i k vnitřnímu použití. Nová metoda se rychle rozšířila ve Francii a Anglii, kde záhy vznikly speciální léčitelské aromaterapeutické společnosti a byl založen mezinárodní časopis „International Journal of Aromatherapy“. Z aromaterapie se postupně stala panacea, rozšířená po celém západním světě. Dnes se doporučuje nejen pro mírnění obtíží psychických a psychosomatických, ale i pro léčbu vážných celkových chorob, jako je deprese, revmatismus, srdeční selhání, chronická bronchitis, astma i traumata. Vyléčí se údajně 70-85% pacientů. Během doby se vyvinulo několik forem aromaterapie, tzv. „medicínální“ resp. „klinická“, rozšířená zejména ve Francii, která používá inhalační i ústní aplikaci léků u infekčních chorob, kde se má uplatnit protimikrobiální působení olejů. Jinou variantou je tzv. estetická aromaterapie, zaměřená na léčení kosmetických poruch, např. akné nebo na obezitu. Podle Tisseranda je však nejúčinnější „holistická aromaterapie“, která používá především masáže olejem nebo koupele s přísadou olejů. Tisserand vytvořil z aromaterapie celý teoretický systém, který spojuje předpokládané účinky vonných olejů s idejemi orientální filozofie, antroposofie i kosmické esoteriky. Tzv. éterické oleje, které

Tisserand vyrábí ve své továrně v Anglii, mají působit komplexně, svou vůni psychoterapeuticky přes čichový orgán a mozek, vstřebáváním kůži na cílové orgány, ale i holistickým působením „jakési subtilní, velmi jemné léčebné substance“ na celé tělo. Objektivně však mechanismus účinku nestudoval. Tisserandovi následovníci poskytli i zajímavější výklady mechanismu účinku. Např. podle Rovesiho elektrický náboj aromatických molekul esenciálních olejů ovlivňuje buněčné magnetické pole, podle jiných je při léčbě rakoviny redukován elektrický odpor buněk, a někteří uvažují zase o účinku na auru, čakry nebo na proud energie.

Diagnostika se provádí různým způsobem. Sám Tisserand diagnostikoval nemoci pomocí virgule nebo se řídil astrologickými a taoistickými principy. Jiní léčitelé nehledají konkrétní nemoc a neřídí se její povahou, ale hledají, podobně jako homeopati, lék individuální, tzv. konstituční, působící holisticky, současně na všechny choroby pacienta. Vhodnou individuální směs olejů sestavuje pak aromaterapeut pomocí virgule, siderického kyvadla nebo testováním svalů (viz Kinezie aplikovaná). Takto vybraný lék má působit na všech úrovních.

K terapii se používalo původně zhruba 40 různých olejů, např. z levandule, heřmánku, šalvěže, fenyklu a jiných rostlin, ale v současné době je spektrum používaných rostlin téměř nepřehledné. Léčebné přípravky se připravují lisováním, extrakcí nebo destilací. Jejich léčebná šíře pokrývá snad všechny nemoci, stejně jako většina ostatních metod alternativní medicíny, tedy jak psychické tak i tělesné. U každé esence se uvádí celé spektrum chorob, kde je údajně účinná. Např. bergamotový olej má následující indikace: „*akné, deprese, dyspepsie, herpes, hojivé působení, chuť k jídlu, jizvy ošetřuje, kolika, mastná pleť, močový systém, nadýmání, napětí, nečistá pleť, nervozita, paraziti, sedativum, tělesný zápach, úzkost, zlost, zoufalství, žaludek.*“

Po r.1990 se metoda rychle rozšířila i u nás Do češtiny bylo přeloženo několik Tisserandových knih, např. Umění aromaterapie (Alternativa, Praha 1992) nebo Aromaterapie pro každého (Oppidum, Praha 1992) a rozběhla se reklama v tisku i na webu. Aromatické esence se záhy objevily v lékárnách i specializovaných prodejnách, kde lze obdržet dnes už nepřehlednou řadu olejů pro různé účely, indikace i způsoby použití. V prodeji jsou i keramické odpařovače. Aromaterapie je doporučována i pro samoléčbu, ale především ji používají léčitelé i lékaři v různých soukromých zdravotnických zařízeních, většinou spolu s řadou dalších módních metod AM, např. Bachovou květovou léčbou, detoxikací, aplikovanou kineziologií, meditací, ušními svíčkami aj. V ČR byla také založena „Asociace aromaterapeutů“, která nabízí vedle léčby i prostory pro kurzy, meditace a setkávání zájemců. Existuje i Institut aromaterapie v Praze, který vydává pro absolventy licence.

**Hodnocení:** Do rámce vědecké medicíny lze zařadit jen používání vonných olejů inhalačním způsobem, kdy se využívají mírné antiseptické vlastnosti těchto látek a také pozitivní působení na psychiku prostřednictvím vůně. Avšak aromaterapie, tak jak ji vymyslel Tisserand a jak se většinou praktikuje, je právem řazena do oblasti medicíny pseudovědecké. Už její diagnostika není racionální. Ani od terapie nelze čekat žádné přímé specifické léčivé účinky. Není totiž srozumitelné, jak by mohly jednotlivé esence působit na určité orgány a choroby. Objektivní důkazy o účinnosti aromaterapie v těchto indikacích chybějí. Několik z 12 dosud provedených studií potvrdily jen mírný a krátkodobý uklidňující a zejména úzkost mírnící efekt. Osvědčilo se proto její použití u neklidných dementních osob i u onkologických pacientů. Používání aromaterapie ve všech ostatních indikacích, zejména u vážnějších tělesných chorob je proto vzhledem k možnosti zanedbání řádné léčby nezodpovědné. Rizikem je i možnost podráždění nebo alergizace kůže. Některé oleje zvyšují fotosenzibilitu kůže, takže ozáření sluncem může vést až k popálení. Tvzení o „přírodní“ léčbě a esoterickém významu rostlin je také sporné vzhledem k syntetickému původu řady olejů. Ze všech těchto důvodů je aromaterapie v angloamerické oblasti považována na pseudovědeckou

disciplínu. Naproti tomu ve Francii, v místě jejího vzniku, je aromaterapie akceptována konvenční medicínou, většinou však jen v její inhalační podobě. Také v některých jiných zemích byly esenciální oleje zařazeny mezi rostlinné léčebné prostředky, ale jako řádná disciplína vědecké medicíny nebyla aromaterapie přijata nikde.

---

## Arteterapie

Zvláštní formu léčebných metod představuje léčba uměním, arteterapie, na níž lze dobře demonstrovat, jak rozdílně využívají jednu a tutéž léčebnou možnost vědecká a alternativní medicína. Arteterapie nepatří k metodám starým. V medicíně se používá jako doplňková metoda teprve v posledních desetiletích. Využívají se různé umělecké oblasti i umění slovesné, třeba i poezie, ale daleko častěji výtvarné umění a hudba. Je nepochybné, že hudba a umělecké vizuální vjemy mohou silně působit na citovou, emocionální stránku duševního života. Mohou vzbuzovat příjemné pocity, působit uklidňujícím, relaxačním způsobem, odstranit stres, jindy naopak mohou aktivovat, nebo konečně mohou odvádět pozornost pacienta od jeho obav a fixovaných představ. Je pochopitelné, že tyto metody mají své místo především u různých psychických poruch, event. u chorob psychosomatických. Vedle tohoto přímého působení hudby nebo kreslení na psychiku má tvůrčí kolektivní výtvarná nebo jiná umělecká aktivita v psychiatrických léčebnách i svůj terapeutický význam rehabilitační a resocializační.

Správná volba léčebného postupu je však velmi nesnadná, protože umění je záležitostí individuální, subjektivní. Jsou totiž velké rozdíly ve schopnosti vnímat obraz nebo hudbu, a jsou také rozdíly v zájmu pacientů o umění, dané jejich vlohami i jejich uměleckou výchovou. Někoho uklidní Bachova kantáta, jiného dřež a třetího speciální New age hudba, už skládaná jako psychoterapeutikum s relaxačním efektem. Jedna a táž hudba může proto také vyvolat nejrozumnější psychické odpovědi u různých pacientů, a u téhož pacienta v různé zdravotní situaci. Jinou hudbu potřebuje pacient, který čeká v úzkostném stavu na operaci, jinou v období rehabilitace. A víme konečně, že pro mnohé pacienty je jakákoli hudba nepřijatelná a že největší úlevy jim přináší absolutní ticho. Ostatně heslo „ticho léčí“ nebylo jen přechodnou módou.

Jiným problémem je, jakou formu arteterapie zvolit, zda pasivní, kdy na pacienta působí obraz nebo hudba, nebo aktivní, kdy má pacient sám tvořit. Tato druhá forma je propagována především západními arteterapeuty. Má vést k otevření introvertovaného pacienta, k jeho aktivaci, zařazení do kolektivu, seberealizaci. Volbu metody by měl proto po dohodě s pacientem určit školený arteterapeut. V některých západních zemích, např. v Anglii, takoví arteterapeuti existují. Jsou to většinou absolventi uměleckých škol, kteří se po vyškolení ve speciálních kurzech stávají součástí pomocného lékařského personálu. V r.1981 byla proto založena Britská asociace pro léčbu uměním.

Uměleckých projevů pacientů lze využít také k diagnostickým účelům, především opět v psychiatrických zařízeních. Ukázalo se, že mnozí psychotičtí pacienti dovedou své pocity, obavy a potíže vyjádřit lépe kresbou než slovem. Těchto jejich projevů je pak možno využít v diagnostice, popřípadě ke sledování průběhu nemoci a změn zdravotního stavu po léčbě, např. u schizofrenie, i když interpretace výtvarných projevů není snadná.

Arteterapie má přes uvedené obtíže nesporně racionální jádro, je cennou při léčbě určitých skupin pacientů i v diagnostice, ale je nutno se na ni dívat jen jako na metodu doplňující základní terapii psychoterapeutickou nebo medikamentózní. Je dosud vědecky nepropracovaná, subjektivní z hlediska terapeuta i pacienta, a proto zatím není k dispozici objektivní hodnocení na větších souborech pacientů.

V popsané podobě patří arteterapie plným právem do rámce VM. Vedle toho je však arteterapie pěstována také v módní „alternativní“ podobě.

## Alternativní arteterapie

Patří sem především **alternativní léčba obrazy**, kterou používal např. svérázný kreslíř a malíř K. Kožíšek, autor „Knihy, která léčí“ (Praha, Eminent 1992). Jeho ornamentální i mystické malby vyvolávají hluboký umělecký dojem, ale Kožíšek jim připisuje i léčebnou moc. Kožíšek, který se věnoval i okultizmu, „zjistil“ pomocí siderického kyvadla, že před některými obrazy krouží kyvadlo pravotočivě a že tyto obrazy vyzařují kladnou energii. Naopak levotočivě působí obrazy se zápornou energií. Takové jsou obrazy malířů, kteří oponují náboženství. Podle Kožíška lze obrazy používat k léčbě různým způsobem: je možno postavit za sklenici s vodou reprodukci obrazu např. od Kupky, Rubleva nebo jeho vlastní dílo. Po krátkém působení se voda nabije pravotočivou kladnou silou, jak dokumentuje pohyb kyvadla. Voda se tak stává léčivým zmagnetizovaným nápojem. Postaví-li se však za sklenici Picassova kresba, pozitivní energie je pohlcena a nahrazena negativní. Kožíšek doporučuje i jiné způsoby čerpání energie. Můžeme k obrazu připevnit přísavkou lněný namočený provázek a na jeho konec navlékneme dřevěnou nebo kovovou jehlu. Tu potom přikládáme na bolestivá místa a necháme krátce působit. Před každým takovým zákrokem je nutno očistit tělo od pasu dolů, protože „jedině tak lze zajistit odchod negativ z těla“.

Kromě terapie používá však mistr Kožíšek své umění i k diagnostice. Podle fotografie, písma nebo odstřížku vlasů pacienta kreslí malířova ruka automaticky podobu astrálního těla pacienta, ve které se potom podle temných skvrn určí nemocné orgány a povaha choroby. Metoda, kterou vypracoval s primářem hustopečské nemocnice MUDr. Olivou, byla schválena v pražské Psychoenergetické laboratoři a obhájena před oponentní komisí. Svým magickým, mystickým a náboženským charakterem se Kožíškovy metody blíží okultizmu, psychotronice a léčbě vírou.

Jinou známou arteterapeutkou je malířka J. Průchová, laureátka Bludného Balvanu Českého klubu skeptiků. Průchová vykládá účinek arteterapie takto: „*Psychosomatická artterapie využívá základního fyzikálního procesu interakce polí k energeticko-informační výměně mezi množinou speciálních spektrálních barevných kompozic RS GA/MO a organizmem*“ a pod.

Existuje i **alternativní muzikoterapie**. Typickým příkladem je léčba, kterou používal pplk. MUDr. J. Capko ve vojenské ozdravovně v Jeseníku. Metoda má „*odstranit současnou převažující nerovnováhu našich mozkových hemisfér, která vede k disharmoi a nemocem... Při disharmonii emoční soustavy je potom narušen i chod vibrační soustavy fyzické. Muzikoterapie má znovu navodit vnitřní soulad organismu.*“ Léčivá je podle Capka hudba, která vyvolává v mozku vznik vln alfa a théta o nízké frekvenci. Jestliže budeme produkovat vlny alfa (8 Hz), budeme v harmonii s přírodou, protože mezi zemí a atmosférou je napětí o frekvenci (!!) 7,83 Hz. Vhodný druh hudby lze zjistit i pomocí Kirlianova fenoménu nebo pomocí přístroje Super Conduction Quantum Interference Device, který pomocí kapalného hélia odlišuje různé druhy elektromagnetických interferencí. Podle autora je nejvhodnější hudbou tzv. New age music, velice blízká hudbě Orientu. Taková hudba čistí ovzduší od akustického smogu, ruší a pohlcuje chaotické, škodlivé vlny. Skupinovou léčbu doplňuje autor jógou, nasáváním energie a používáním manter. Léčbu lze podle autora používat jako panaceu při psychotických onemocněních, stresu, agresivitě, při nedostatku energie, po operacích srdce, při léčbě rakoviny, popálenin, ochrnutí, u chronických bolesti aj.

Dnes existují tisíce nejrůznějších nahrávek speciální meditační, léčivé hudby západní i orientální provenience, které mají mít pozitivní efekt na duševní pohodu, wellness, mají zlepšovat duševní schopnosti, odstraňovat stresy, nespavost a pod.

**Hodnocení:** Hranice mezi racionální a „alternativní“ arteterapií sice není zcela ostrá, ale uvedené absurdní „alternativní“ metody, iracionální výklad mechanismu léčebného vlivu umění spolu s tvrzením o možnostech arteterapie v léčbě organických chorob se od medicínské arteterapie liší principiálně a je třeba je odmítnout jako šarlatánství.

---

## Automatické psaní

Tento termín se používá pro fenomény dost různorodé. Nejčastěji se tím myslí rychlé nekontrolované psaní, které má pisateli přinášet informace z podvědomí, z „podvědomé mysli“. Mají tak být dostupné hluboké a mystické myšlenky. Automatické psaní používají zejména parapsychologičtí léčitelé k určení diagnózy nebo k zakreslení, event. symbolickému vyjádření choroby nebo její lokalizace. Často pracují telepaticky. V České republice proslul takovými diagnostickými kresbami léčitel a malíř Kožíšek. Jindy se pod automatickým psaním nebo vyjadřováním chápe získávání informací ze záhrobního světa, které přenášejí spiritistická média. Rovněž ve stavu hypnotického transu může osoba kreslit, psát nebo mluvit bez vědomé fyzické a duševní kontroly nad svými projevy. Tímto způsobem jsou podle některých psychoterapeutů dostupné „potlačené vzpomínky“. Jejich vybavení má mít terapeutický efekt. Někteří, jako např. léčitelka E. Suttnerová, používají automatickou kresbu „jako harmonizační a tvůrčí prostředek bez hranic, patřící do života současného člověka. Pomáhá, léčí, usnadňuje komunikaci mezi lidmi“. Podle jejích zkušeností („Automatická kresba“, NAVA, Plzeň 2007) má metoda relaxační účinky, odstraňuje stres, pomáhá při bolestech hlavy a zad, uplatňuje se i v logopedii.

**Hodnocení:** Při automatickém psaní je text nebo kresba řízena podvědomými impulzy, které ovlivňují svalstvo ruky bez plného vědomí pisatele nebo kreslíře. Jde v podstatě o tzv. ideomotorický pohyb, jaký se uplatňuje při proutkaření. Při automatickém psaní, používaném někdy k lepšímu sebepoznání nebo autoterapii, se sice mohou pisateli vyjevit některá skrývaná přání, emoce a myšlenky (podobně jako v opilosti), ale ty jsou nepochybně obsaženy i v jeho vědomé mysli. Podle amerických psychologů je však používání automatického psaní k autoterapii nebo k sebepoznání sporné: některým osobám může přispět k osobnímu růstu, jiným přinese psychický stres, „pro někoho je lepší, když neví, jaký kostlivec je ve skříni, pro dalšího je lépe, když nezjistí, že v jeho skříni není nic.“ Vybavování „potlačených vzpomínek“ je ve většině případů vybavováním „vzpomínek“ vsugerovaných psychoterapeutem.

V případě léčitelů, kteří na základě nějaké jednoduché informace o pacientovi (datum narození, jméno, vlasy) automaticky do náčrtku jeho těla zakreslují místo choroby, jde ovšem o psaní dobře uvědomělé, sloužící jako výhodný výdělečný šarlatánský prostředek. Rovněž spiritistické seance a verbální nebo psané projevy médií jsou zpravidla podvodem. Skutečně nevědomými, automatickými projevy jsou pravděpodobně jen projevy, sugerované v hypnotickém transu.

---

## Autopatie

Jako autopatie (někdy také autoizopatie se označuje léčba tělesnými tekutinami nebo výměšky vlastního těla pacienta (krev, slina, moč, výkaly). Taková terapie se výjimečně používá i v medicíně, např. jako autohemoterapie. Malé množství krve se vstříkne pod kůži nebo, v případě očních chorob, pod oční spojivku s cílem aktivovat chronický zánět a urychlit vyléčení.

V oblasti alternativní medicíny jsou nejznámější dvě autopatické „celostní“ metody, a to urinoterapie, tedy léčba vlastní močí (viz samostatné heslo – Urinoterapie) a léčba homeopaticky ředěnou vlastní slinou. Tuto metodu navrhl homeopat Jiří Čehovský, jeden z předních českých homeopatů. Opustil klasickou homeopatii a propaguje „autopatii“, léčbu vlastními homeopaticky potencovanými slinami pacienta. Někdy je označována jako autoizopatie, avšak tento termín je nevhodný, protože princip metody neodpovídá hahnemannské definici izopatie. Čehovský popsal svou metodu v knize „Uzdrav se s autopatií“ (Alternativa, Praha 2005). Prezentuje ji jako svůj vlastní objev, jako metodu originální, ale není tomu tak, pod názvem autoizopatie ji praktikovali i někteří homeopati v minulosti.

Pod stejným názvem, autopatie, propaguje svou metodu i indický lékař K.N. Mallik, který k léčbě používá směs peptidových frakcí, připravených z krve pacienta. Pomocí jejich bioenergie a s využitím „přírodních zákonů virtuální energie“ je údajně možné diagnostikovat všechny choroby a také je všechny jako panaceou léčit. Tuto podivnou metodu blíže nepopisujeme, protože do naší republiky zatím nepronikla.

Oproti homeopatii, kde se musí pracně vybírat vhodný individuální lék, je autopatie metodou jednodušší. Čehovský píše: „*S autopatickým preparátem jsem se střelil vždy a navíc odpadlo složité hledání léku.*“. Efekt je „*jako po mimořádně přesně zvoleném homeopatickém léku*“. Principem léčby je opravit pomocí rezonance „*příčinu ve spirituálním řídicím centru, vrátit mu jeho původní zdravé vibrace, původní frekvenční vzor*“. Provede se to tak, že „*nějakou vlastní tělesnou tekutinu nesoucí vibrační otisk celku, informaci o jeho individuální „melodii“, nejlépe svoji slinu, naředíme vodou homeopatickým způsobem do jemnohmotné úrovně*“. „*Slina totiž nese úplnou individuální informaci o člověku a jeho patologii... Vzniká vysoko v systému čaker, mezi pátou, hrdelní čakrou, a šestou čakrou třetího oka, a je proto ze všech tělesných tekutin rezonančně nejbliže jemnohmotnému organizačnímu centru, umístěnému nahoře nad sedmou čakrou.*“

Používání autopatie umožnil jeho vlastní vynález, „autopatická lahvička“, sloužící k potencování slin. Je to skleněná nálevka, zavedená do malé vírové komůrky opatřené na boku výtokovou trubičkou. Postup je jednoduchý. Do nálevky se plivne a autopatická lahvička se propláchne vodou. Zbytek roztoku, který zůstane na prohloubeném dnu vírové komůrky, se spolkne. Při propláchnutí jedním litrem vznikne údajně přípravek o potenci C40, průtokem 12 litrů se získá potence C480, a lze pokračovat, máme-li „*spirituální ambice*“ a dost vody, až na 10.000 C i výše. Použít se musí balená stolní voda bez bublinek, pacient si musí připravit lék sám a po dobu dvou hodin před přípravou nesmí telefonovat mobilem, nesmí tam být přítomna jiná osoba, po použití se musí lahvička „*přenést do připraveného igelitového pytlíku a následně vyhodit*“ a „*umyvadlo pečlivě otřeme běžnou domácí dezinfekcí, aby se odstranily jemnohmotné vibrace vysoko naředěné substance*“.

Preparát má mít dlouhodobé, mnohaměsíční působení nejen na současné choroby, ale při „rekurzi“, zpětném chodu do minulosti pacienta, i na všechny předchozí chronické choroby, které se postupně znovu objevují a aktivují. Na 30 příkladech ukazuje Čehovský, jaký úspěch měla autopatie nejen u běžných infekcí, ale i u ulcerózní kolitidy, schizofrenie, únavového syndromu, hypofunkce štítné žlázy, sarkoidózy aj. Autopatie působí i u zvířat, koní, psů a koček, výborně působí i na rostliny, na „*nemocnou bylinu, keř, strom, sad, les*“. Stačí vzít mízu z jednoho stromu, potencovat v lahvičce a dát do rozprašovače s pitnou vodou.



Čehovský má se svou metodou úspěch, je bezriziková, laciná (lahvička pro jedno použití stojí jen 500 Kč) a přírodní. Jeho kniha byla přeložena do angličtiny, jeho kurzů autopatie se zúčastňují podle jeho slov léčitelé, lékaři i lékárníci, na webu referují o úspěších léčby stovky vyléčených pacientů.

**Hodnocení:** Jen málo metod je tak absurdních jako Čehovského autopatie. Nehledě k tomu, že lidská slina obsahuje jen tělu vlastní látky a že se bílkoviny v ní obsažené v trávicím traktu ihned rozpadají, pseudohomeopatické potencování vylučuje jakýkoli efekt. I výklad mechanismu účinku, odvolávající se na esoterické i módní vědecké termíny jako vibrace, informace, rezonance a energie, postrádá jakýkoli smysl.

---

## Bachova květová léčba

Bachova květová léčba je módní terapie, která používá „esence“, výluhy z květů i listů některých rostlin v téměř homeopatických ředěních. Vymyslel a zavedl ji v r.1928 dr. Edward Bach (1886-1936). Metoda vznikla v Anglii a postupně se rozšířila i do dalších zemí Evropy (v Německu je např. 1000 bachovských léčitelů) včetně České republiky. Používají ji dnes nejen léčitelé, ale stále častěji i někteří lékaři a psychoterapeuti jako pomocný i jako hlavní léčebný prostředek, a v posledních letech ji nabízejí i veterináři. Šíření metody pomáhají tzv. „Bachova centra“, budovaná nejprve v Anglii, pak v řadě jiných zemí, sloužící vedle přípravy esencí i vzdělávání terapeutů v používání této metody a informování populace. O Bachově květové léčbě existují dnes také desítky knižních publikací.

Idea metody vychází z psychoanalytického konceptu C. G. Junga, podle nějž všechny choroby jsou důsledkem konfliktu mezi spirituálním „Já“ a osobností pacienta a že hlavní roli při vzniku choroby hrají negativní vlastnosti člověka jako nenávisť, závist, pýcha, žárlivost, nejistota, egoismus atd. Metoda je zaměřena primárně na léčbu těchto duševních poruch, které ovšem jsou podle Bacha příčinou i všech chorob psychosomatických i fyzických. Bach rozlišoval 38 patologických, „negativních“ duševních stavů, resp. „slabostí charakterů“ a stejný počet různých rostlin pro jejich léčení. Květy nebo jindy listy těchto rostlin mají obsahovat koncentrovanou energii a duchovní sílu. Léčivé esence podle Bacha nepůsobí chemicky, ale „*zvyšují vibrace pacienta, otevírají cesty pro poselství našeho duchovního ega a přitahují duševní sílu*“. Tím mají být odstraněny blokády v „bioenergetickém poli“ pacienta.

Vhodné rostliny vybral Bach pomocí své ruky, kterou nad ně vkládal a určoval tak jejich léčivou schopnost. Léky se připravují podle přesného rituálu tak, že se květy z divoce rostoucích rostlin, trhané v 9 hod. dopoledne, položí do pramenité vody na misku, na kterou musí po dobu 3-4 hodin působit slunce, které dodá kosmickou energii. Listy keřů a stromů se zase musí půl hodiny povařit. Matečná tekutina, konzervovaná koňakem, se připravuje v továrně „Bachova centra“ v Anglii blízko Oxfordu a ředí se alkoholem v poměru 1 : 240. Z tohoto „koncentrátu“ se dvě kapky použijí na přípravu obchodního preparátu. Z něho pacient opět použije vždy jen dvě kapky do sklenice vody. Kromě vnitřního použití se esence mohou vtírat do kůže, přidávat do koupele nebo se nosí ve skleničce na těle jako amulet. event. se sklenička vkládá do lůžka. Proškolení terapeuti určují diagnózu a vybírají vhodné esence buď intuitivně nebo pomocí kyvadla, aplikované kineziologie, elektroakupunktury dle Volla nebo podle Kirlianovy fotografie. U některých esencí jsou udávány přesné indikace. Např. zimolez je učen proti pesimismu, buk proti aroganci, kaštan se použije u nekritičnosti, vřes u přílišné hloubavosti. U akutních stavů se má projevit účinek během hodin, ale u chronických stavů doporučují bachovští léčitelé dlouhodobé, i léta trvající používání. Léčba esencemi je podle jejich zastánců vhodná i pro samoléčbu, protože každý sám prý dovede

nejlépe posoudit svůj zdravotní stav. Rady pro samoléčbu poskytují jak knižní publikace, tak i různé kurzy a semináře, pořádané Bachovými centry. Rozsáhlá je reklama na webu, v lékárnách je k dispozici bohatý výběr esencí.

**Hodnocení:** Jde o typickou pseudovědeckou metodu. Její princip i interpretace účinku mají esoterický charakter. Žádná specifická léčebná „energie“ v rostlinách nebyla prokázána. Její dokazování pomocí Kirlianovy fotografie je omylem (viz Kirlianův fenomén). Výběr rostlin je zcela náhodný, představa o existenci 38 různých psychických stavů není nijak zdůvodněna. Přesný způsob výroby není znám, téměř homeopatické ředění vylučuje specifický efekt. Byly provedeny čtyři kontrolované klinické studie. Dvě z nich naznačovaly určitý efekt při depresi nebo u porodních bolestí, ale nebyly provedeny kvalitně a nejsou proto směrodatné. Lék je sice neškodný, někdy se může uplatnit příznivý placebo efekt, ale značné nebezpečí pro pacienta spočívá v zanedbání řádné léčby, zejména proto, že metoda je doporučována jako spolehlivě účinná u všech chorob – protože přece všechny choroby mají také psychickou složku. Zvláště s velkým rizikem je spojeno používání silně propagovaného Bachova preparátu č. 39, připravovaného ze směsi 5 koncentrátů, tzv. „Rescue Remedy“. Ten je totiž doporučován vedle léčby horečky, svrabu, předčasné ejakulace i k provokaci porodu a zejména jako první pomoc u akutních, životu nebezpečných stavů, při šoku, úrazech, infarktu, mrtvici, sebevražedných pokusech, delirium tremens atd. Absurdnost metody dosvědčuje i způsob použití v těchto případech – esence se má vtírat za uši. Rizikové je i přesvědčení stoupenců této terapie, že není třeba stanovit přesnou diagnózu v medicínském slova smyslu a že všechny choroby jsou Bachovou metodou léčitelné, že jde o všelék. Byly popsány případy prudkého zhoršení stavu pacientů se schizofrenií a paranoidní psychózou, kteří odmítli klasickou léčbu ve prospěch Bachových esencí, i případ úmrtí při léčbě astmatického záchvatu květovou esencí. Ze všech uvedených důvodů nejsou Bachovy preparáty nikde uznávány jako řádné léky. V lékárnách jsou však běžně k dispozici jako svépomocné prostředky s příslušnou optimistickou reklamou. Vedle klasických preparátů anglické výroby jsou dnes na trhu i esence z květín alpských, himálajských, australských, kalifornských, hawajských i z Aljašky, ale ty nejsou anglickou centrálou uznávány.

---

## Baňky a pijavky

Léčba **baňkami**, baňkování neboli vakuoterapie je prastará metoda, patřící do rámce postupů, které se snažily léčit choroby vypuštěním špatných tělesných šťáv, dnešními slovy detoxikací organismu. V minulosti byla uznávanou lékařskou léčebnou metodou snad po celém světě, dnes ji ožívují někteří léčitelé. I v České republice se dnes stalo baňkování módní léčbou. Její používání je známo z Mezopotámie, Indie i Jižní Ameriky už z doby před 3000 léty. Tehdy se používaly nádobky z bronzu, stříbra, z bambusu nebo zvířecích rohů, dnes se používají skleněné nebo plastové baňky ve tvaru zvonu nebo koule o průměru 30 – 60 mm. Existují i baňky ze silikonu, které se přikládají po zmáčknutí. Dnes je běžnou jen nekrvavá varianta, při níž se nasazuje na kůži zad pacienta, prohřátou infračervenou lampou, několik, někdy až 5-10 baněk v celém rozsahu zad. Jindy se používá je jedna baňka cíleně na vybrané místo. Před nasazením se v baňce vytvoří vakuum buď shořením vatového tamponu napuštěného benzinem nebo alkoholem a následným zchladnutím ohřátého vzduchu, nebo vakuovou pumpou. Po přiložení baňky se během několika minut krevní kapiláry rozšíří a krev, která jejich stěnou proniká, vytvoří podlitiny. Baňky se ponechávají na místě po dobu 10-15 minut. Jinou možností je masáž kůže pomocí baňky, která se posunuje po kůži potřenou olejem. Už jen výjimečně se používá krvavá metoda, kdy se kůže jemně nařízne, skarifikuje speciálním nástrojem, a přikládáním baněk se odsaje několik desítek až stovek mililitrů krve.

Mechanismus účinku dnes už léčitelé vysvětlují moderněji než jen pouhým odstraněním špatné šťávy. Mluví se o vyrovnávání bioenergie nebo o přeladění nebo odblokování organismu a ovlivnění imunity. Velice rozšířené je i přikládání baněk na akupunkturální body s předpokladem působit přes hypotetické meridiány na vnitřní orgány. Léčitelé také popisují v podkoží bolestivé zatvrdliny, tzv. gelózy, údajně jako projev chorob vnitřních orgánů, a na ně přikládají baňky. Baňkování se používá jako protibolestivá léčba při revmatismu, bolestech kloubů, zad, hlavy, ale i při astmatu, cévních i orgánových chorobách. V ČR jsou k dispozici baňky domácího původu i dovážené, hlavně z Číny. Baňkování se věnují vedle léčitelů i maséři, jsou nabízeny i kurzy k jejich používání.

**Pijavka** je české rodové jméno pro dva druhy krev sajících kroužkoců, pijavic z podřádu čelistnatky. Léčba pomocí pijavky (*Hirudo medicinalis*) se v principu od léčby baňkami neliší. I tato metoda je prastará a používala se k léčbě prakticky všech chorob. Pijavky měly odsát špatnou krev, nebo podle Hippokrata mělo odsátí krve přispět k vybalancování šťáv lidského těla. Svého vrcholu dosáhla léčba pijavkami na začátku 19. století ve Francii, kdy se používala široce při všech infekčních chorobách, a to i na klinikách. Tehdy se do země musely pijavice dovážet i z českých a maďarských rybníků. Nevhodné používání metody, časté kolapsy pacientů i krvavý postup vyvolaly tehdy ostrou kritiku a od léčby pijavkami se rychle upouštělo. Přesto až do roku 1931 byl každý lékárník v Československu povinen mít na skladě větší množství pijavek. V dnešní postmoderní době se móda pijavek vrací a používají je jak léčitelé, tak údajně i některé revmatologické kliniky. Do naší republiky, na rozdíl od západních zemí i zemí bývalého Sovětského svazu, kde má léčba pijavkami dlouhou tradici, nová móda ještě nedorazila.

Dnes se pijavky chovají na farmách, především v Maďarsku a Turecku. Léčba je založena na přítomnosti hirudinu a calinu, látek bránících srážení krve, které jsou obsaženy ve slinách pijavek. (Dnes se hirudin vyrábí pomocí genetických metod a využívá se v medicíně při léčbě trombóz.) Vedle hirudinu obsahují sliny pijavek i histamin, rozšiřující cévy, a kolem 20 jiných látek. Léčba se provádí vleže. Použije se několik, až 10 pijavek, které se přiloží hlavovým koncem na kůži, poraněnou skalpelem. Po přisátí prořizne pijavka třemi polokruhovitými čelistmi ranku ve tvaru „Y“ a začíná sát. Po vysátí až 10 ccm krve pijavka sama odpadne, ale rána krvácí ještě dalších 24 hodin, kdy musí pacient v klidu odpočívat. Jedna pijavka tak způsobí ztrátu 50 ccm krve. Léčba má mít vedle snížení srážlivosti krve, způsobené předpokládaným proniknutím hirudinu do krevního oběhu, i uklidňující a čistící účinek. V oblasti alternativní medicíny se léčba pijavkami používá při léčbě revmatismu, otocích, u žilních zánětů i trombóz, křečových žil, u migrény, menstruačních potíží, astmatu i u lehčích infekcí. Pijavky se však dnes využívají i v plastické chirurgii při replantaci po amputacích prstů, ušního boltce nebo očních víček, aby se zabránilo tvorbě sraženin a zvýšil se přítok krve. Jedna recentní studie udává větší a navíc dlouhodobý efekt přiložených pijavek při artróze kolenních kloubů ve srovnání s protizánětlivými mastmi. Nebyla však zaslepená. K dispozici jsou i masti s extraktem pijavek pro kosmetické účely.

**Hodnocení:** Nekrvavá léčba baňkami žádné riziko nepředstavuje, kromě nevhodného použití u krvácivých chorob. Krvavé baňkování, používané jen výjimečně, je rizikem kvůli možné infekci, nehledě k tomu, že od něj nelze očekávat větší efekt než při běžném, nekrvavém způsobu. Léčba baňkami může nesporně mít určitý antalgický (protibolestivý) nespecifický efekt stejně jako všechny ostatní terapie založené na podráždění kůže, ať už jde o masti s hadím jedem, křenovou placku, „francovku“, akupunkturu, povrchové masáže nebo intrakutanní pupeny. V žádném z těchto případů včetně baňkování ovšem nejde o kauzální léčbu, která by mohla postihnout příčinu choroby, ale o léčbu derivační, tedy o antalgické reflexní působení nebo spíše o odvedení pozornosti pacienta od jeho od subjektivních potíží. Placebo efekt u pacientů, kteří metodě věří, se uplatní rovněž. O specificky zaměřeném antalgickém působení prostřednictvím reflexů lze uvažovat jen po přiložení baňky do správné

Headovy zóny, která je inervována ze stejného segmentu jako bolestivé místo. Výklad, že se baňkami urychluje krevní i lymfatický oběh a že se z těla odstraní všechny nečistoty, že se z těla vytahují toxiny nebo že mohou baňky působit přes akupunkturální body (viz Akupunktura), patří ovšem do světa fantazie. Objektivně léčebné působení baněk prokázáno nebylo. Podobně neexistují studie, které by prokázaly účinnost přikládání pijavek kromě výjimek, jakou je jejich použití v plastické chirurgii. Rozhodně existuje množství léčebných prostředků, které jsou u uváděných chorob účinnější, lacinější a hygieničtější.

---

## **Colonydroterapie (Kolonhydroterapie, Hydrocolon)**

Colonydroterapie je jen dnešní módní alternativou prastarých metod, vycházejících z mylné představy, že se v těle nemocného člověka hromadí a proudí škodlivé, toxické šťávy. Léčba má spočívat v jejich vypuštění. Dnes se mluví o detoxikaci. K takovým přírodním metodám vedle vyvolání pocení, zvracení, průjmu, pouštění krve, vypuštění hnisu z ran a „fontanel“ patřil výplach tlustého střeva, klystýr. Ten se používal již v Persii, Indii, Římě i Řecku. Také Hippokrates doporučoval výplachy střeva solným roztokem, vínem nebo olivovým olejem pomocí rákosové trubičky. Teprve v 11. století byla vyvinuta v persko-arabské oblasti klystýrová stříkačka, která se používá dodnes. I podle zastánců dnešní colonydroterapie se v tlustém střevě hromadí odpadové, toxické produkty, které by měly být co nejrychleji odstraněny z těla, aby nedocházelo k otravě. Metoda a speciální výplachový přístroj v dnešní podobě vznikly v USA a přes Kanadu se rozšířily do Evropy. Metodu používají jak léčitelé, tak „přírodní“ lékaři nebo i lázeňské domy. V posledních letech pronikla i do ČR, kde jí nabízí řada soukromých zdravotnických zařízení včetně známého Institutu celostní medicíny. Zastánci colonydroterapie argumentují tím, že vlivem nezdravého zevního prostředí, špatné výživy, chemických látek v potravě nebo vlivem chemických léčiv dojde ke střevní „dysbióze“, to jest narušení rovnováhy ve výskytu a množství bakterií, které jsou normálně obsaženy ve střevě. Důsledkem je narušení činnosti střev, zácpa, hniloba a rozklad střevního obsahu, zvýšená produkce toxických látek, které pak mohou organismus poškozovat, a porucha imunitních mechanismů. To má vést k depresím, infekci, kožním chorobám, revmatizmu, alergiím, hypertenzi aj. Cílem colonydroterapie je obnovit fyziologické bakteriální poměry ve střevě. Špatné bakterie se odplaví nebo kyslíkem zahubí, dobré se ožíví, odstraní se i plísň. Lidské tělo se tak pomocí výplachu tlustého střeva detoxikuje. Proto lze metodu zařadit do rámce četných detoxikačních metod. Metoda se používá nejen při chronické zácpě, dráždivém tračníku, hemoroidech, parazitárních onemocněních a při předpokládaném plísňovém onemocnění střev, ale i u řady dalších, zejména vegetativních potíží i u celkových chorob alergických, revmatických, kožních i u chorob cévního systému. Terapie je prý účinná i u aterosklerózy, hypertenze, rakoviny, migrény a plešatosti.

Postup je v podstatě jednoduchý. Do konečníku se zavedou dvě trubice. Jednou z nich se do střeva zvolna nalije 10 – 12 litrů vody, střídavě chladné a teplé. Aby pronikla do celého tlustého střeva, pomáhá terapeut masáží břicha. Po 45 minutách se tekutina vypustí druhou trubicí a na dvě minuty se střevo naplní čistým kyslíkem. Proceduru je nutno podstoupit nejméně 15x. Do vody se často přidávají různé přísady, např. kávový odvar, mýdlo, rostlinné výtažky, minerály, vitaminy apod. Někdy se přidávají i výživové nebo mikrobiální preparáty. Výkon sice není příjemný, ale pacient má pohled na trubice zakrytý a není obtěžován ani zápachem, protože vše je dokonale utěsněno. V poslední době se vyrábějí i složitější přístroje, které současně poskytují biorezonanční terapii nebo colorterapii.

**Hodnocení:** Jde o metodu, která vychází z mylných předpokladů. K narušení střevní flóry sice často dochází, ale není to primární příčina potíží, ale jen průvodní známka některé choroby, např. zánětu střev, celkové infekce nebo důsledek podávání antibiotik aj. Po vyléčení choroby se bakteriální poměry spontánně upraví, a to i bez podávání jogurtů, ovocného cukru nebo potravy s vysokým obsahem balastních látek a vlákniny. Stejně chybná je představa o pronikání toxických látek ze střeva do těla. Ani při těžké chronické zácpě nebyla prokázána intoxikace těla. Ani tvrzení, že se na stěnách střeva usazují vrstvy ztuhlé stolice, u normálního střeva neplatí. Jiné je to jen v patologických případech, u tzv. divertiklů (výčlipek) střeva. I indikace k této léčbě jsou pochybné, např. léčitelem často diagnostikované plísňové onemocnění střeva je spíše mýtem než realitou. Skutečný efekt terapie nebyl také nikdy objektivně prokázán.

Proti používání colonhydroterapie však mluví především to, že jde o výkon s vysokými riziky. Často dochází k břišním křečím a krvácení a byly už popsány vážné, i smrtelné komplikace, např. v důsledku narušení rovnováhy elektrolytů. Existuje celá řada chorob, u nichž se colonhydroterapie nesmí používat, např. po střevních operacích, při angině pectoris, krvácivých a infekčních chorobách nebo v těhotenství. Tyto kontraindikace však nejsou vždy respektovány. Proto čeští lékaři, především gastroenterologové, proti používání této metody protestují. Ani v západních zemích není metoda odborníky uznávána a pojišťovny náklady na ni zpravidla neproplácejí. Přesto se dnes v České republice tato metoda šíří. Je módní, termín detoxikace je přitažlivý, reklama je masivní a navíc nešetří děsivými obrázky naplněného střeva a parazitů i strašením rakovinou, protože přece „smrt začíná v tlustém střevě“.

---

## „Computerová kineziologie“

„Computerová kineziologie“ (CK) je diagnostická metoda, která se objevila teprve nedávno na našem alternativním nebi. Podle toho, že je prezentována jen na českém webu a to v podstatě stejnými slovy na všech stránkách, se zdá, že jde o nový výmysl, nejspíše firmy "Centrum zdraví Jona", která také prodává počítač a příslušný program.

Metoda spočívá ve vyšetření pohyblivosti částí těla a v pohmatovém posouzení svalstva. Získané údaje se vloží do počítače se speciálním softwarovým programem, který posoudí zdravotní stav organismu, diagnostikuje choroby a navrhne vhodné léčebné prostředky a postupy.

**Hodnocení:** Metoda nemá nic společného s kineziologií jako vědou, zabývající se pohybem, ale prakticky také nic s "Aplikovanou kineziologií", což je šarlatánská diagnostická metoda s matoucím názvem, protože s pohybem nemá nic společného (viz str. 203).

CK spojuje s „aplikovanou kineziologií“ jen to, že se také odvolává na vztah mezi orgány a svalstvem a tvrdí, že se všechny choroby projevují na svalstvu. To pravda není, protože většina chorob se neprojevuje žádnou změnou struktury nebo funkce svalů kromě obecného oslabení všech svalů u vážných celkových chorob. Tvrzení, že se náš pohybový aparát chová jako obrazovka dějů, které v těle probíhají, je nesmysl. Metoda je údajně "*výsledkem dvacetiletých výzkumů a klinických a lékařských zkoušek*". To je velice sporné, protože není uvedena jediná odborná studie nebo větší publikace, která by to dokazovala.

Proti metodě lze vnést celou řadu vážných námitek:

Metoda se odvolává na jakési "tělesné vnitřní nerovnováhy", což je jen nic neříkající floskule. V propagačních materiálech se uvádí, že jsou poruchy svalového systému vyvolány také "*nevyváženou stravou, nedostatečným pitným režimem nebo stresem*". V žádném případě nemohou tyto vlivy vést k takové lokální poruše svalů, která by umožňovala diagnózu.

Tvrzení, že je pomocí computerové kineziologie "*možné nemoci předcházet, t.j. zachytit stadium,....kdy se ještě choroba neprojevuje*", je nesmysl a je to klasické vyjádření zastánců alternativní medicíny. Většina chorob se ve svém předchorobí projevuje pouze určitými metabolickými, biochemicky zjiřitelnými změnami. Tvrzení, že CK spojuje pohled západní a východní medicíny, jasně ukazuje na pseudovědeckou povahu metody. Oba systémy jsou diametrálně odchylné a nelze je sloučit. Rovněž vyjádření, že CK umožňuje celostní interdisciplinární pohled na člověka ukazuje, že jde o metodu alternativní. Vědecká medicína neuznává „celostní“ pohled, ale komplexní pohled na základě dílčích pozorování.

Computerovou kineziologií nelze dospět k žádné přesné diagnóze. Subjektivní posouzení pohyblivosti částí těla a pohmatové posouzení svalů nemůže v žádném případě stačit ke stanovení diagnózy i při sebelepší počítačové analýze. K řádné diagnóze lze dospět teprve shrnutím výsledků nejrůznějších lékařských metod, počínaje anamnézou, fyzikálním vyšetřením, komplexním laboratorním vyšetřením a konče přístrojovou diagnostikou. Vyšetřovat vždy celé tělo pomocí desítek testů nemá smysl. Postup vyšetřování musí být cílený, plánovitý a vycházet z anamnézy. Představa, že by základní diagnostiku choroby mohl provést sám poučený laik, je z lékařského hlediska nepředstavitelná. Svalová cvičení mohou pomoci při poruchách pohybového aparátu, aktivovat tělesné funkce a zlepšit psychiku, ale nemohou mít efekt u chorob nervových, gynekologických, cévních, u varixů, astmatu nebo polyarthritid. Obrázky, které vyrábí počítač, slouží podobně, jako použití samotného počítače, jen k ošizení pacienta, mají výsledku dodat ráz vědeckosti. Smysl nemohou mít žádný, protože z několika subjektivně získaných dat nelze získat nic smysluplného.

Není třeba pokračovat, případ je jasný. Jde o nově vymyšlenou nesmyslnou metodu, která má ohromit pacienty svou novostí, krásnými řečmi, počítačem a hlavně má z pacienta vyždímat peníze.

---

## Enzymoterapie systémová

Systémová enzymoterapie se v posledních letech stala velice módní, široce propagovanou, ale na druhé straně zpochybňovanou léčebnou metodou. Využívá enzymy, což jsou složité bílkoviny, které katalyzují, urychlují chemické reakce, štěpení i syntézu chemických látek. Nedostatek enzymů je příčinou některých chorob. Ty jsou podáním příslušného enzymu dobře léčitelné. Tak je tomu v případě chorob trávicího systému, kdy se podávají např. žaludeční enzym pepsin nebo enzymový extrakt slinivky pankreolan.

Od tohoto způsobu enzymatické léčby, který přísluší vědecké medicíně, se „systémová enzymoterapie“ principiálně liší. Metoda spočívá v podávání směsi několika enzymů s předpokladem, že se vstřebávají stěnou střevní a pozitivně ovlivňují imunitní systém. Léčba má mít především protizánětlivý a antiedémový (proti otoku) účinek. Autorem metody je americký lékař Max Wolf (1885-1975), který nejprve používal směs rostlinných a zvířecích enzymů k léčbě rakoviny i k pokusům o oddálení stárnutí, později k léčbě nejrůznějších jiných chorob. Americké zdravotnické úřady však účinnost neprokázaly a enzymové preparáty zmizely z trhu. K renesanci metody došlo teprve v r.1960, kdy se výroby léků ujala firma Mucos Pharma, z jejichž výrobků jsou nejnámější Wobenzym, Wobe-Mugos a Phlogenzym (většinou k ústnímu, některé preparáty i k injekčnímu podávání). Tyto preparáty obsahují směs trávicích enzymů, které štěpí ve střevě bílkoviny, tuky i uhlohydráty. Je to především pankreatin, extrakt ze slinivky, obsahující enzymy ke štěpení tuků, cukrů i bílkovin, dále rostlinné enzymy bromelain a papain.

Pokud jde o mechanismus účinku, tak zastánci metody tvrdí, že enzymy normalizují nepřiměřené reakce imunitního systému při zánětech a že odbourávají škodlivé produkty

zánětů. V případě rakoviny mají enzymy aktivovat bílé krvinky a zvýšit produkci tzv. tkáňových hormonů, ovládajících komunikaci mezi buňkami. V reklamách firmy Mucos Pharma se dočteme, že enzymy moduluji buněčné receptory, že proteinázy zasahují do cytokinové sítě aj. Nezávislími autory tyto hypotézy potvrzeny nebyly. Je možné, že mechanismus účinku je zcela jiný než se dosud předpokládalo. Podle hypotézy litevského autora G. A. Biziulevičiuse z r.2006 v časopise Medical Hypotheses může být efekt zprostředkován rozpadovými produkty mikroorganismů, rozštěpených ve střevě podanými proteázami. Systémová enzymoterapie byla původně indikována jako panacea k léčbě všech chorob včetně nádorů. Dnes se doporučuje pro léčbu zánětů včetně zánětu močových a dýchacích cest, pro léčbu žil a revmatizmu, u artrózy, u traumat, otoků, u roztroušené sklerózy. U nádorů má omezit růst i vznik metastáz, u AIDS má prodloužit interval mezi infekcí a propuknutím nemoci. V současné době však firma poněkud zúžila indikace a doporučuje své výrobky především k léčbě poúrazových a pooperačních stavů, kloubních a svalových potíží a k léčbě otoků různého původu. Vedle uvedené firmy, které proslula masivní reklamou ve všech médiích, existuje jen několik málo jiných firem, které enzymové preparáty nabízejí. Některé z nich používají jen syntetické enzymy, aby se vyloučily alergické reakce. Širokého rozšíření doznala metoda prakticky jen v České republice, Německu a Rakousku a teprve v posledních letech se znovu šíří i v USA.

**Hodnocení:** Systémová enzymoterapie je kontroverzní metodou ležící na hranici vědecké a alternativní medicíny. Uvedeme zde některé argumenty, zpochybňující možnost účinku enzymů, které jsme čerpali ze zahraniční literatury. Problémem je sporné, nejspíše jen minimální vstřebávání enzymů z trávicího traktu, druhým nejasné přetrvávání a doprava enzymů v krevním oběhu a konečně ani mechanismus cílového působení není teoreticky objasněn. Imunitní systém zasahuje totiž jen částečně do zánětlivých procesů nehledě k tomu, že mnoho chorob, u nichž se systémová enzymoterapie doporučuje, nemá zánětlivý charakter. Jiným argumentem je, že používané preparáty obsahují jen trávicí enzymy, které hrají v imunitním systému malou roli. Klinickému průkazu účinnosti enzymoterapie byla už věnována řada studií, ale jejich výsledky jsou diskutabilní. Především proto, že většina z nich byla organizována výrobcem a že existuje jen několik málo pracovišť (většinou s vazbou na výrobce), která se věnují výzkumu enzymoterapie, že mnoho jejich publikací nesplňuje kritéria požadovaná pro řádnou klinickou studii, a i proto, že řada z nich nebyla publikována. Některé z publikovaných prací účinnost enzymových preparátů potvrzují, např. při mírnění vedlejších účinků radio- a chemoterapie, jiné, např. kvalitní metaanalýza studií, zabývajících se léčbou revmatických chorob, došly naopak k závěru negativnímu. Je zajímavé, že přes mohutnou reklamu a přes velký zájem lékařů i veřejnosti o systémovou enzymoterapii se zatím našlo jen málo nezávislých vědeckých institucí, které by účinnost metody objektivně prověřily. Snad je to proto, že už z teoretických důvodů je pravděpodobnost efektu jen málo pravděpodobná. Pro účinnost enzymoterapie tedy dnes svědčí především subjektivní tvrzení pacientů, zejména sportovců, a pak články několika nadšených lékařů, kteří chrlí do vědeckých i populárních časopisů neověřené hypotézy a tvrzení o účinnosti enzymů. Vedle sportovní medicíny je SE oblíbená také v traumatologii a ortopedii. V naší republice byl před lety proveden průzkum mezi dílčími společnostmi České lékařské společnosti J. E. Purkyně. Názory odborných společností na účinnost metody byly rozdílné, často zcela protichůdné. Vodítkem pro nás by mohla být spíše situace v Německu, kde je odbornými kruhy systémová enzymoterapie považována za metodu s neprokázanou účinností, jak svědčí údaje v publikaci Die Andere Medizin, kterou vydala německá nadace pro ochranu spotřebitelů Stiftung Warentest. Pro pseudovědeckou povahu systémové enzymoterapie svědčí i původní široké indikace, jejich pozdější měnění a zužování, změny doporučeného dávkování preparátů, masivní neseriózní reklama i publikování klinických studií v druhořadých, neimpaktovaných časopisech. Pojišťovny v ČR proplácejí enzymové preparáty, které jsou velice drahé, jen při

lymfatickém otoku paže po operaci prsu. Injekční podávání je rizikové vzhledem k možným alergickým reakcím. Ústně podané preparáty se snášejí dobře, vedlejší příznaky nebo alergické reakce jsou řídké.

---

## Chelátová léčba

Své jméno (z řeckého „chele“ – klepeto) dostala metoda podle chelátotvorných látek, které vytvářejí s jinými látkami, např. kalciumem a těžkými kovy, pevnou vazbu typického klepetovitého tvaru. Patří k nim klasická EDTA (ethylendiamintetraacetát), nebo DMSA (dimercaptosuccinic acid) aj. Sloučenina EDTA s jedovatými kovy je snadno rozpustná a je z těla snadno vyloučena. V léčbě otrav rtuť, mědi, olovem aj. má proto léčba pomocí těchto látek své pevné místo už od objevu této látky v r.1931. Naproti tomu tzv. „chelátová léčba“, jak ji používá alternativní medicína, vznikla teprve v 80. letech 20. století v USA s původním určením pro léčbu chorob srdečně-cévního systému a postupně se rozšířila do západní Evropy, kde ji používají vedle lékařů a některých sanatorií mnozí léčitelé. V naší republice se zatím používá ojediněle, nabízí ji např. M.S.C. Clinic, Anti-Aging-Centrum v Mariánských lázních. Přesto se o ní zmiňujeme, protože nelze vyloučit, že se i tato metoda brzy rozšíří v České republice, i když je dnes např. v Německu na ústupu. Naproti tomu v USA je stále módní, jenom v r.1997 bylo podle informací společnosti „The Amer. College for Advancement in Medicine“, propagující chelační léčbu, léčeno touto metodou 800.000 pacientů.

Chelátová terapie cévních chorob vychází z představy, že je možno pomocí EDTA odstranit ze stěny tepen i menších cév vápník, který je jednou ze součástí sklerotických plátů ve stěně cév. Vedle toho má chelátová léčba omezovat škodlivé působení tzv. volných radikálů. Léčba se proto nabízí u aterosklerózy a jejích komplikacích, po mozkových příhodách, u anginy pectoris, při vysokém krevním tlaku, cévních chorobách končetin, ale i při mnoha dalších chorobách, např. u diabetu, kloubních chorob, žlučových kamenů, plicní rozedmy, Parkinsonovy choroby, rakoviny i u autistických dětí. Někteří léčitelé doporučují tuto metodu u „otrav“ kovy, např. zubním amalgámem, které „diagnostikují“ přístrojem pro elektrakupunkturu (EAV).

Při chelátové léčbě se postupuje tak, že pacient absolvuje v několikadenních intervalech sérii 20 i více pomalých infúzí, obsahujících v 500 ccm roztoku 1-3g EDTA. Vždy po několika infúzích se provede kontrola minerálů v krvi a dodají se minerály, které se vyloučily vedle kalcia. Vedle infúzní léčby jsou na zahraničním trhu i tablety a roztoky k ústnímu podání. Chelátová terapie je velice sporná. Základní představa, že lze opravit cévní stěnu odstraněním kalcia, je mylný, protože depozice kalcia není primární příčinou cévních změn. Kalcium se usazuje teprve do vytvořených plátů, obsahujících cholesterol a tuky. Skutečností také je, že se nepodařilo terapeutickou účinnost chelátové terapie prokázat. Byla publikována už téměř desítka exaktně provedených dvojité kontrolovaných studií, které neprokázaly účinnost ani u anginy pectoris, ani u poruch prokrvení dolních končetin. Další námitkou proti používání této metody je její značná rizikovost. Ztráta minerálů včetně stopových prvků může vést k poruchám srdečního rytmu, zástavě dýchání, křečovým stavům nebo poruchám ledvin. Byly popsány i smrtelné případy. Proto před používáním této metody varují jak americké, tak i německé zdravotnické orgány. Pojišťovny tuto velice drahou léčbu nehradí.

Popsanou chelátovou terapii nesmíme zaměňovat s léčbou pomocí chelátů, tedy sloučeninami EDTA s jinými látkami, které jsou pak lépe rozpustné a tedy snáze využitelné organismem. Zejména různé minerály a prvky se dnes nabízejí v této formě.



**Hodnocení:** Léčba pomocí chelátotvorných látek, např. EDTA, je cennou lékařskou metodou k odstraňování těžkých kovů při otravách. Naproti tomu chelátová léčba cévních i jakýchkoli jiných chorob je teoreticky neodůvodněná, účinky např. u cévních chorob neprokázané a kromě toho jde o léčbu značně rizikovou.

---

## „Kvantová medicína“

V posledních letech se zastánci alternativní medicíny a léčitelé při výkladu mechanismu působení jejich metod odvolávají na kvantové fenomény. Domnívají se např., že naše mysl působí na mozek na kvantové úrovni. Podle Mitchella všechny „*psychické jevy zahrnují nelokální rezonanci mezi mozkem a kvantovým vakuem*“. Indický mystik Deepak Chopra napsal knihu „Kvantové léčení“ a další, u nás přeložené dílo s podtitulem „Kvantová alternativa dlouhověkosti“. Pomocí kvantové teorie lze prý vysvětlit terapeutickou účinnost infinitezimálně ředěných homeopatik a dokonce už existuje celá „kvantová homeopatie“ dr. Hrušovského i řada dalších „kvantových homeopatií“, které se dnes rodí hlavně v Německu. Existují tam už tři směry kvantové homeopatie.

Do první skupiny lze řadit dva autory, Fliegeho a Japonce Emoto, kteří účinky homeopatie vysvětlují verbálním gulášem ze slov, převzatých z vědecké terminologie. Podle nich je účinnost homeopatie založena na vodě, ve které se „*v důsledku kvantových dějů vytvářejí magnetická rezonanční pole, která v důsledku vibrací a chaosu produkují léčivé záření, energii čchi, japonsky HADO*“. Druhým směrem je tzv. „kvantenlogische“, tedy kvantově logická teorie W. Koestlera, který už založil Společnost pro kvantenlogickou homeopatickou medicínu. Odvolává se na kvantový částicovělnový dualismus, spočívající v tom, že věci současně jsou i nejsou, tedy i neúčinná léčba současně působí. Třetí směr, nazvaný „slabá kvantová teorie“, je nejrozšířenější. Odvolává se na zákon neurčitosti, na spřažení dvou fotonů a na teleportaci. Principem neurčitosti se prý dá v homeopatii vysvětlit komplementární vztah mezi hmotou a její duchovní léčivou složkou, spřažením potom souhlas mezi obrazem léku a obrazem choroby, tedy léčba podle principu podobnosti.

V USA v posledních letech už dokonce vznikla „kvantová medicína“. Pod heslem „Quantum therapy“ najdeme na anglofonním webu přes 5 milionů odkazů. Jedním z protagonistů „kvantové medicíny“ je Američan Paul Yanick Jr., autor bestselleru „Quantum medicine“. Kvantovou medicínu definoval takto: Je to „*větev komplementární medicíny, která diagnostiku, léčbu a prevenci vysvětluje nízkoeenergetickým elektromagnetickým zářením*“. Podle Dr. Shoshana kvantová medicína „*spočívá na dynamické výměně mezi různými energetickými vrstvami*“.

V USA byla už ustavena American Society of Quantum Medicine, která „podporuje studium bioelektrických a biorezonančních systémů v lidském těle s cílem vyhledat vhodné léčebné postupy, které by aktivovaly samoléčící a regenerační schopnosti organismu. Byl zřízen Institut kvantové medicíny, v Kodani byla v září 2008 zorganizována „European Quantum Energy Medicine Conference“ s cílem „zkoumat a rozšířit hranice zdravotních konceptů a systémů“. Význam kvantových dějů se vysvětluje takto: „*Kvantová úroveň má nejvyšší hladinu koherence v lidském organismu. Nemocné osoby se slabým imunitním systémem nebo rakovinou mají slabou a chaotickou koherenci s narušenou biofotonovou buněčnou komunikací. Choroba je tedy výsledkem poruch na buněčné úrovni, které vedou k deformaci buněčné kvantové perspektivy. V proteinových molekulách jsou chybně umístěny elektrony. Kvantoví naturopati zjistili, že kvantová koherence je základním rezonančním komunikačním systémem těla.*“

**Hodnocení:** Kvantová teorie se dnes úspěšně používá ve všech oborech, kde jde o popis atomů, molekul, krystalů a o jejich vzájemné interakce a interakce s kvanty elektromagnetického pole. V alternativní medicíně však nejde o žádné využívání kvantové teorie. Ve skutečnosti to jsou jen nesmyslné verbální hrátky s vědeckými termíny, nepochopenými a špatně interpretovanými, které mají u laiků a v alternativní medicíně u pacientů budit zdání, že léčitelé jsou vědci a že jejich diagnostické a léčebné postupy jsou vědecké a věrohodné. Termíny jako energetická pole, rezonance, vibrace, koherentní systémy, kvantové procesy, biofotonová komunikace, samoléčící autoregulační proces, holistické léčení atd. ukazují, že nejde o nic jiného, než o nový termín pro starou známou parapsychologii, resp. psychotroniku. Nová je snad jen představa, že to nejsou duchovní síly, ale elektromagnetismus, který je tou energií, resp. informací, které má zprostředkovat všechny parapsychologické fenomény.

---

## Lithoterapie (Krystalterapie)

Drahokamy a polodrahokamy, jejich vzácnost, krystalická struktura a jejich barevnost budily vždy pozornost člověka, a proto jim byly přisuzovány mimořádné vlastnosti. Měly obsahovat zvláštní moc, resp. energii. Používaly se proto při různých magických kultech a rituálech i při léčbě, protože měly mít i léčebné vlastnosti. Dodnes je používají afričtí a američtí šamani, kteří při kládání léčivých kamenů spojují se zvláštním obřadem a zařikáváním. Široce se drahokamy používaly už ve starověké Číně a Japonsku. Římstí lékaři dávali přednost kamenům rozemletým, indičtí spáleným. Čím vzácnější minerál, tím měl být větší léčivý účinek. Král Ludvík XIV. proto užíval práškované zlato a rozdrcené perly. Lithoterapie v moderní době ustupovala do pozadí, ale ožila znovu s dnešním vzestupem esoteriky. V naší republice se však léčivé kameny většinou nabízejí jen na různých esoterických akcích a trzích, spíše jako amulety, zatímco např. v Německu je lithoterapie běžnější a je dokonce součástí léčby v rámci tzv. Hildegard-Medicíny, kterou jsme popsali v rámci léčení vírou.

Mechanismus účinku kamenů se vysvětluje různě. Podle zastánců Hildegard-Medicíny je původcem léčebného efektu božský vznik kamenů, podle „materialisticky“ orientovaných léčitelů vytvářejí drahokamy energetické pole, protože mají dokonalou stavbu a krystalickou mřížku, vyzařují elektromagnetické záření, odstraňují v nemocném těle „disharmonické informace“, vyrovnávají „rušivá pole“, otvírají v lidském těle energetické kanály, uzavírají díry v uchu, hubí bakterie a viry a pod. Někteří vysvětlují účinek magickým principem podobnosti, např. žluté kameny mají být účinné při žloutence. Konečně podle esoterické představy může terapeut léčebnou energii vtisknout do drahokamů svou myšlenkou a programovat je tak k léčení. Kameny pak léčivou informaci vysílají do těla pacienta. Kameny hrají svou léčivou roli také v homeopatii. Její lékopis obsahuje mnoho i nerozpustných minerálů, které po potenciaci a dynamizaci mají mít léčivé účinky.

Působení závisí nejen na tvaru kamene, ale také na jeho barvě. Příznivý efekt mají mít kameny modré, nepříznivý naopak červené a hnědé. S takovým tvrzením ovšem kontrastuje to, že se na trzích a esoterických výstavách za léčivé vydávají kameny všech barev a složení, a přesto všechny mají mít jen příznivé působení. Nejčastěji jsou používány akvamarín, chrysopras, jadeit, obsidián, tyrkys, achát, malachit, ale i rubín a smaragd nebo v poslední době turmalín. Kameny se dnes prodávají v nejrůznějších tvarech a velikostech, leštěné i neleštěné, jednotlivě i v souborech nebo jako náhrdelníky, vyrobené případně individuálně podle horoskopu pacienta.

Kameny lze používat různým způsobem. Nejběžnější způsob je přikládání drahokamů na tělo, nejlépe na čakru krku nebo srdce, jindy se kameny nosí jako ozdoba na obleku, v prstenech nebo náramcích. Některá doporučení jsou kuriózní. Např. prsten s lazuritem zvyšuje podle ing. Janči energetickou bilanci těla o 50%, ale jen když se nosí na pravé ruce. Na levé by působil opačně. U žen má naopak pozitivní účinek opál, pokud se nosí na prsteníku levé ruky. Drahokamy se také připevňují k elektrickým přístrojům, aby vyrovnávaly jejich rušivé pole. Méně často se používají kameny práškové nebo spálené. V pulverizované formě patří především do arsenálu homeopatie. Jinou možností je vkládání drahokamů do vod, aby ji obohatily „kosmickou energií“. Některé firmy organizují astrokrystal-semináře, kde se vysvětluje vztah mezi osobním osmogramem a energetickými poli individuálně působícího drahokamu. Zákazník se tam také dozví o původu a významu drahokamů.

Drahokamy si kupují pacienti většinou jako svépomocný prostředek, ale někdy je používají i léčitelé. Někteří z nich si vypracovali celý léčebný systém: nejprve zjistí pomocí proutku nebo jinou radiestetickou metodou, event. pomocí Vollovy elektroakupunktury, zda je pacient nemocný a nakolik se odchyluje od „normy“. Ve druhé fázi pak stejnou metodou určí, který drahokam je pro pacienta a jeho chorobu vhodný. Existují ještě sofistikovanější postupy: pomocí biorezonančních přístrojů lze z drahokamů sejmout jemnohmotné vibrace a předat je pacientovi. Jiní léčitelé používají rituál, nazvaný „kosmoterapií“, provázený hudbou a vůněmi, při kterém přikládají na tělo pacienta řadu drahokamů v určitém pořadí, nejlépe nad čakry. Údajně tak vytvoří energetické léčivé pole.

Donedávna se v knihách věnovaných lithoterapii uváděly pro některé kameny i přesné indikace: achát je účinný u epilepsie, jaspis u srdečních chorob, safír u glaukomu (zeleného zákalu oka), chrysopras při vodnatelnosti. Popisy účinku jsou někdy velice podrobné: Např. achát slouží k utišení bolesti, léčí kožní onemocnění a popáleniny, posiluje srdce a čistí tělo od jedovatých látek, používal se proti moru, horečnatým infekcím, epilepsii, náměsíčnosti, usnadnění porodu. Pokud má achát krystalický střed, podporuje regeneraci buněk, chrání nový život, daruje pocit bezpečí, při masáži má univerzální použití, odstraňuje blokády a dodává energii. Že jsou tyto údaje zcela libovolné a že se popisy účinku od sebe často diametrálně liší, je samozřejmé. V dnešních léčitelských knížkách jsou už výroky o účinnosti opatrnější. Ti léčitelé, kteří pracují „radiesteticky“, nehledají proto kámen pro určitou nemoc, ale pro konkrétního pacienta, pracují holisticky. Takový kámen pak má odstranit všechny potíže pacienta. To je postup analogický konstituční homeopatické léčbě.

**Hodnocení:** Výklady mechanismu účinku drahokamů spočívají na iracionálních magických představách, ať už náboženských, pověrečných nebo jednoduše pseudovědeckých. Vědeckým poznatkům odporují jak tyto názory, tak i rádoby vědecká hantýrka, kterou léčitelé při výkladu účinnosti drahokamů používají. Ani pomocí proutku ani pomocí Vollova elektroakupunkturního přístroje nelze hledat a najít léčebný potenciál v drahokamu, a to nejen proto, že tam žádný takový potenciál nebo energie není, ale i proto, že jde o metody neúčinné, jak jsme popsali v příslušných kapitolách. Kameny zevně přikládávané jsou samozřejmě neškodné, ale některé rozemleté nebo spálené minerály mohou být při ústním podání nebezpečné. Je zřejmé, že nebyl podán žádný vědecký důkaz o léčebném účinku drahokamů. Přesto je léčba kameny stále nabízena, dnes i na webu, a k dispozici je i zásilková služba, která dodává široké spektrum kamenů s různými účinky.

## Neuraltherapie podle Hunekeho

Hunekeho „Neuraltherapie“, neboli léčba chorob pomocí injekce Procainu (nebo jiného anestetika) je jednou z těch metod, které leží na hranici vědecké a alternativní medicíny. Zatím se v České republice neprovozuje, ale je značně rozšířená v Německu a také v Rakousku. Jejím tvůrcem byl rakouský lékař Ferdinand Huneke, který náhodně objevil první princip své metody, když v r.1925 aplikoval své sestře intramuskulární injekci protirevmatického prostředku proti kloubním bolestem. K jeho překvapení okamžitě po injekci odezněla migréna, kterou jeho sestra trpěla současně s bolestmi kloubů. Příčinou efektu byl podle jeho názoru Prokain, běžné anestetikum, který byl součástí injekčního preparátu. Tuto zajímavou reakci, okamžité ovlivnění vzdáleného orgánu injekcí Procainu, nezval sekundovým fenoménem. Spolu se svým bratrem se jím zabýval experimentálně a po několika letech objevili druhý princip metody. Po obstříku chronického vředu na levém bérce Procainem zmizely bolesti v pravém ramenu jeho pacienta, a to opět okamžitě. Huneke byl přesvědčen, že mezi vředem na bérce a onemocněním ramene je příčinná souvislost. Vřed byl podle jeho názoru rušivým polem, které vyvolalo vzdálené onemocnění. Huneke toto pole nazval „hníždem“ (něm. „Herd“). V české lékařské literatuře mluvíme o chorobném ložisku, fokusu. Svou „dálkovou terapii“ („Ferntherapie“) anestetikem nazval pak Huneke neurální terapií („Neuraltherapie“).

Teorie o fokusech se rychle rozšířila do medicíny. Fokusem mohlo být jakékoli chorobné ložisko, např. zánětlivé, ale nejčastěji se obviňovaly staré jizvy. Typickým ložiskem je chronický zánět zubního kořene, mrtvý zub, čep v mandlích, špatně zhojená zlomenina, pakloub nebo i jizva pupeční. Podle neurální teorie vycházejí z ložiska rušivé impulzy, které organizmus dovede kompenzovat jen krátkodobě. Při delším trvání, tedy u chronických ložisek, může pak dojít ke vzniku nové, zcela jiné choroby na vzdáleném místě. Aplikací Procainu do fokusu se rušení odstraní a má tak dojít k vyléčení vzdálené choroby. Dnešní zastánci neurální teorie připouštějí i jiný výklad ovlivnění vzdálené choroby, který se může v některých případech uplatnit. Vychází ze segmentálního uspořádání těla. Tělo člověka a všech obratlovců totiž vzniká z pravidelně za sebou seřazených segmentů, které mají společnou inervaci. Segmenty se postupně rozčlení na okrsky kožní, svalové a orgánové, které si ale společnou inervaci zachovávají. Ovlivněním např. kožního okrsku lze pak reflexně ovlivnit i okrsek orgánový. Zajímavé je, že se dosud vedou spory o to, jakou vlastně roli po injekci hraje anestetikum. Sám Huneke se později domníval, že léčebný efekt není vyvolán anestetikem, ale vpichem jehly. Existuje i „moderní“ výklad: podle Dosche chorobné buňky ve fokusu mají ztráct svůj elektrický náboj, a proto vydávají rušící impulzy. Procain jim opět náboj ve výši 280 mV dodá a situaci normalizuje.

Je zřejmé, že princip neurální terapie i způsob její aplikace mají blízko k akupunktuře. To ostatně dokazuje i skutečnost, že se obě metody často sdružují. Např. v Německu byla vytvořena jednotná společnost pro obě metody, „Deutsche Gesellschaft für Akupunktur und Neuraltherapie“.

Stručně popíšeme nejčastější postup při neurální terapii. Jde o léčbu injekční, při které se aplikuje 5ccm Procainu nebo dnes spíše Lidocainu těsně pod kůži, obvykle několika vpichy. Terapeut nejprve pacienta vyšetří a snaží se vyhledat citlivé kožní okrsky, kam roztok aplikuje. Pokud se domnívá, že našel fokus, vpichuje jehlu do něj nebo do jeho okolí. Kromě povrchových jizev jsou častým místem zásahu i nejbolestivější místa ve svalch, tzv. spouštěcí zóny, které jsou častou příčinou svalových bolestí a kontraktur. Kromě této základní metody však existují další možnosti neurální terapie. Jestliže lze ovlivněním fokusu zasáhnout vzdálenou chorobu, pak podle neurální teorie platí i opak. Aplikací anestetika do vzdáleného místa lze údajně vyléčit i fokus. Dalším rozšířením metody je vpichování Procainu do blízkosti nemocných orgánů nebo přímo do nich. K tomu se používají jehly dlouhé až 12 cm. Vpichují se k žaludku do dutiny břišní, do pánve k vaječникам nebo prostatě, i k páteři, kde

se mají ovlivnit nervové pleteně. Neurální terapie se také používá k diagnostice fokusu. Všechny tyto formy neurální terapie ovšem už patří plně do rámce medicíny alternativní.

**Hodnocení:** Je nepochybné, že v některých případech je metoda úspěšná, že může zmírnit nebo odstranit bolestivost i na vzdálených místech. Výklady mechanismu, ať už jde o jakési rušivé, nijak nedefinované impulzy nebo o ztrátu elektrického náboje ve fokusu, nelze samozřejmě akceptovat. Vědecký výklad je jednoduchý: ať už se uplatňuje dráždění kožních receptorů jehlou nebo utlumení nervových vláken anestetikem, dojde na úrovni míchy nebo i mozku k reflexnímu ovlivnění segmentálních i jiných nervů a tím k utlumení bolesti. Uplatní se jistě i opioidy. Mechanizmy jsou to složité, dosud stále studované. Popsali jsme je podrobněji v rámci akupunktury. Podstatné je, že jiný efekt než protibolestivý nelze očekávat.

Zastánci neurální terapie se naproti tomu domnívají, že lze lokální aplikací anestetika ovlivnit příčinu a průběh orgánových, místních i vzdálených chorob. Metodu proto používají ve všemožných indikacích k léčbě až 300 různých chorob, včetně chorob oběhové soustavy, žaludečních vředů, chorob štítné žlázy, prostaty a jiných. Protože jde o léčbu injekční, invazivní, měli by ji používat jen lékaři, kteří také založili jak národní společnosti, tak i mezinárodní Společnost pro neurální terapii s centrem v Berlíně. Tato společnost vypracovala standardy pro správný postup diagnostiky a léčby, organizuje pro lékaře kurzy neurální terapie a vydává diplom, opravňující k jejímu používání. Metodu aplikují jak praktičtí lékaři, tak někteří specialisté, např. ortopedi, i některá sanatoria. Bohužel ji používají, se značným rizikem pro pacienta, i někteří léčitelé, němečtí „Heilpraktiker“.

Problémem neurální terapie je její rizikovost. Už podání anestetika může u přecitlivělého člověka vyvolat nepříznivé reakce, např. nevolnost, zvracení, kolaps. Jindy se může objevit silná alergická reakce. U hlubokých vpichů je pak nebezpečí přímého zranění orgánu, krvácení nebo infekce. Bylo popsáno i několik smrtelných příhod.

Jak máme metodu hodnotit? Jako segmentální terapie vzdálené bolesti je reflexní léčba anestetikem běžně používána v medicíně, ovšem pod názvem „léčebné místní znecitnění“. Neurální terapii, založenou na představě o fokusech je však třeba odmítnout už z hlediska sporného principu metody. Podle německých kritiků není přesně definován ani sám fokus a není prokázáno, že může existovat příčinný vztah mezi fokusem a vzdálenou orgánovou chorobou (pokud ovšem nejde např. o přenos infekce krevní cestou). Sekundový fenomén, který má být důkazem existence fokusu a na který se zastánci této metody nejvíce odvolávají, je vzácný a nejspíše se jedná o placebový efekt. Ani diagnostika, tedy vyhledávání fokusu pomocí injekcí anestetika, není nijak racionálně zdůvodněná a ověřená. Jde o postup podle principu pokus – omyl, který je většinou neúspěšný. Hlavní námitkou ovšem zůstává, že anestetikum může mít jen protibolestivý efekt, ať už jen místní nebo i reflexní. Ovlivňuje nebo i odstraňuje jen jeden symptom nemoci, bolest, a nepostihuje tedy vlastní příčinu nemoci. To je zcela proti duchu moderní medicíny, která nejprve stanoví příčinu, etiologii. A tou fokus jistě není. Primární je léčba etiologická. Symptomatická léčba hraje jen pomocnou roli. Klinické studie účinnost metody nepotvrdily.

V naší republice převzal Hunekeho mylnou koncepci o fokusech dr. J. Jonáš ve své tzv. „detoxikační medicíně. Představa o ložiscích, fokusech, se stala jedním ze základních principů jeho „medicíny“.

Termín „fokus“ převzala i vědecká medicína, ale dává mu jiný význam. Fokusem mohou být nejrůznější chronická infekční ložiska, tak jak je popisují zastánci neurální teorie, ale jejich nebezpečí spočívá v možném vyplavení infekčního agens a vyvolání buď celkové sepse nebo přenesení infekce na jiné místo. Proto se takové fokusy odstraňují z léčebných i preventivních důvodů, např. před náročnými operacemi.

## Orthomolekulární medicína

Termín orthomolekulární (ortho = správný, dobrý) medicína (OM) je v naší zemi zatím téměř neznámý. Jen ojediněle se s ním setkáme v reklamách na dovážené přípravky tohoto typu medicíny. Ve skutečnosti nejde o metodu novou, a to ani u nás. Jejím principem je prevence a léčba chorob pomocí individuálního podávání látek tělu vlastních v nadměrných dávkách. Ideu této metody lze sledovat daleko do minulosti, ale za jejího zakladatele je považován nositel dvou Nobelových cen Linus Pauling, který v r.1968 navrhl koncept i název metody (nejprve jako orthomolekulární psychiatrii). Definoval ji takto: Podstatou metody je „zachování dobrého zdraví a léčení chorob změnou koncentrací substancí lidského těla, které se v něm normálně vyskytují a jsou nutné pro jeho zdraví“. Sám používal megadávky vitamínu C (denně 12 g), A a E a získal si tím obrovskou popularitu. Z jeho následovníků je dnes neznámější německý lékař a výrobce potravinových doplňků Matthias Rath. Dávky vitamínů a minerálů v jeho preparátech však překračují německé zákonné limity, a proto má továrnu v Holandsku. Metoda se rozšířila v USA a záhy po celé západní Evropě. Byly založeny národní (USA, Kanada, Anglie, Německo, státy Beneluxu, Korea aj.) i celosvětové organizace, zakládány časopisy, z nichž nejvýznamnějším je Journal of Orthomolekular Medicine, vydávají se knižní publikace, pořádají se kurzy OM i kongresy. V r.2008 bude uspořádán již 37. světový kongres OM v kanadském Vancouveru. Zastánci OM ji považují za samostatnou větev medicíny. Podle některých autorů má překlenovat prostor mezi konvenční a nekonvenční medicínou, jiní ji proti konvenční medicíně zřetelně vymezují.

Základní myšlenkou OM je tvrzení, že člověk je v současné době vystaven četným škodlivým vlivům a živí se nepřírozenou, nezdravou stravou, takže je nutné tělu dodávat nezbytné látky, tedy vitamíny, minerály, stopové prvky, aminokyseliny, esenciální mastné kyseliny, někdy i enzymy a hormony ve vysokých dávkách. Jejich i mírný nedostatek má být příčinou různých nespecifických potíží a chronických nemocí. Podle zastánců OM působí dodávané látky jako imunomodulátory a zejména potlačují tzv. oxidativní stres, vyvolaný přítomností volných kyslíkových radikálů, poškozujících tkáň. Na odstraňování těchto radikálů se mají podílet, jako antioxidantia, především vitamin C, A a beta-karoten. Vedle paušálního dodávání směsi vitamínů a minerálů od narození po stáří doporučují zastánci orthomolekulární medicíny především podávání cílené. Nejprve zjišťují, které látky tělu chybějí, většinou pomocí nekonvenčních diagnostických metod (aplikovaná kineziologie, vyšetření z vlasů, elektroakupunktura dle Volla) a pak podávají jen látky nedostatkové, mnohé z nich v maximální dávce, kterou tělo snese. Pokud jde o indikační šíři, má OM udržovat dobré fyzické i duchovní zdraví, má předcházet nemocem, léčit nemoci chronické a má také zpomalovat stáří, je to tedy Anti-Aging medicína. Je zjevné, že OM postihuje celou šíři medicíny, tedy všechny nemoci. Orthomolekulární medicína, resp. její idea se v současné době stále šíří, používají ji lékaři i léčitelé a doporučuje se také pro samoléčbu. Má samozřejmě silnou podporu ve firmách, vyrábějících potravinové doplňky. Jako léky nejsou nikde preparáty OM uznávány. Jsou schvalovány jako potravinové doplňky. V České republice provozují ortomolekulární medicínu, aniž by ji tak označovali, např. propagátoři tzv. vlasové diagnostiky polské firmy Biomed-Bio. Podrobnosti viz u hesla Analýza z vlasů.

**Hodnocení:** Orthomolekulární medicína je záležitostí spornou. Nejobecnější námitkou je to, že všechny struktury, funkce i metabolismus člověka, jako každého jiného živočicha, se v průběhu evoluce plně adaptovaly na prostředí naší Země a jsou tedy optimalizovány. Je otázkou, zda lze člověka uměle „vylepšovat“. Lze oponovat i názoru, že se prostředí natolik změnilo a zhoršilo, že je nezbytné tělu pomáhat různými doplňky. Dnes je totiž dobře známo, jaká je skutečná potřeba jednotlivých vitamínů a stopových prvků a jsou stanoveny potřebné denní dávky, doporučované Světovou zdravotnickou organizací. Normální pestrá strava zdravého člověka obsahující ovoce a zeleninu tyto dávky vitamínů, minerálů i antioxidantů obsahuje. Není třeba nic dodávat.

Věcnou námitkou proti užitečnosti podávání doplňkových preparátů je ovšem především to, že se účinnost dodávání doplňků nepodařilo bezpečně prokázat. Už nápad L. Paulinga podávat extrémní dávky vitamínu C, E a K jako prevence chorob stáří, se ukázal jako mylný. Průkazu účinků OM bylo věnováno už množství klinických studií různé kvality, které vyznívají rozporně. Některé z nich, ze strany kritiků však zpochybňované, účinnost podávání doplňků prokazují, většina publikací ji popírá: velké dávky vitamínů a ostatních mikroelementů nemají pozitivní vliv na zdravotní stav a na průběh chorob. Rozsáhlé metaanalýzy z posledních let, zahrnující stovky jednotlivých studií se statisíci pacientů, dospěly ke stejnému závěru. Dalším problémem OM je, že se doplňky dodávají na základě podivných vyšetření. Všechny výše uvedené metody, kineziologie, vlasová diagnostika nebo EAV jsou pseudovědecké, výsledky jsou nesměrodatné. Jejich problémem je i to, že nedostatek nebo nadbytek určitého prvku může být způsoben zcela jinou příčinou než jeho nepřiměřenou dodávkou. Hladina prvků v těle je totiž jemně regulována jejich vylučováním, a příčinou jejich odlišné hladiny nebo obsahu ve tkáních mohou proto být např. choroby ledvin a jater. A ty je nutno diagnostikovat i včas léčit metodami klasické medicíny, nikoli zvýšenou dodávkou vitamínů nebo minerálů. Snad nejzávažnější námitkou proti širokému používání OM je to, že poměr cost-benefit vyznívá v neprospěch OM. Podávání vyšších dávek mnoha doplňků je totiž rizikové. Např.: Vyšší než doporučené dávky vit. A mohou vést k poruchám zraku a jater, vit. B1 a B6 mohou vyvolat neuropatii, vit. C může poškodit bílé i červené krvinky a přispět ke tvorbě ledvinových kamenů, vit. E může vyvolat krvácivost, železo průjmy, selen v nadměrných dávkách poškozuje nervový systém a růst vlasů i nehtů atd..

Závěrem lze říci, že orthomolekulární medicína vychází ze sporných předpokladů, že používá pseudovědecké diagnostické metody, že většina seriózních klinických studií nepotvrzuje ani preventivní ani léčebný efekt a že podávání doplňků je spojeno s určitým rizikem. Solidnost OM zpochybňuje i silný komerční zájem výrobních firem a neseriózní reklama. Do té doby, než bude užitečnost podávání zvýšených nebo dokonce megadávek mikroelementů potravy dokázána, což je zatím sporné, je smysluplné jen jejich cílené a správně dozované podávání při jejich prokázaném nedostatku u defektní výživy, při zvýšených nárocích na organismus nebo u těžších chorobných stavů.

---

## Pyramidoterapie

Egyptské pyramidy budily už od starověku zájem historiků i veřejnosti a spekovalo se o jejich tvůrcích i jejich významu. Ale teprve od poloviny minulého století se pyramid ujali moderní „záhadologové“, přisoudili jim schopnost kumulovat a vydávat kosmickou energii a začali tento nápad bohatě využívat komerčně. Pyramidy podle nich mají magickou moc, protože jsou „obrovským tvarovým zářičem, ozvěnou univerza a probíhají v nich dosud nevyjasněné energetické reakce, určované tvarem pyramidy“. Podle jiných autorů tvar pyramidy harmonizuje kosmické energie jin a jang. Při vložení do pyramid se pak např. zesílí i bioenergetická hodnota vody. Tato voda pak může léčit. Obilí, vložené do pyramidy, rychleji klíčí, ovoce rychle zraje, zlepšuje se chuť potravin, sušené byliny mají větší moc, bakterie a viry v pyramidě nepřežijí. Francouz M. Bovis v r.1930 objevil, že zvířata, která se dostanou do pyramidy, rychle hynou, ale nerozpadnou se, mumifikují se.

Úžasné jsou i léčivé účinky, stačí zavřít se na nějakou dobu do pyramidy a odstraní se potíže psychické i choroby somatické. Infekční choroby pominou, když se osoba uloží do třetiny výšky pyramidy hlavou na sever. Podle ing. Janči, českého léčitele, se v pyramidách zastaví rakovinné bujení. Dalšími indikacemi podle reklam na webu jsou nervové záchvaty, astma, vysoký krevní tlak, onkologická onemocnění, úrazy, popáleniny aj. Účinné jsou pyramidy malé i velké. Malé se nosí jako amulety, větší se nosí třeba jako zdravotní klobouky

a ty největší dosahují výšky patrového domu a mají zřejmě funkci modliteben. Na objevování schopností pyramid se podílel i jeden Čech a stal se světoznámým. Byl to radioinženýr Karel Drbal, který objevil, že uvnitř pyramid se samy naostří žiletky. Jeho vynález, „Faraonův přístroj na ostření žiletek“, byl dokonce v r.1959 patentován pod číslem 91304 v České republice. Po r.1989 rozkvetla v ČR pyramidománie do mimořádné šíře jednak zásluhou desítek parapsychologických publikací a nabídky různých výrobků ve tvaru pyramidy na esoterických výstavách, ale i stavbou a mediální propagací velkých pyramid. Jedna z nich, vysoká 14 m, vyrostla r.2004 na Šumavě. Byla schválena městským úřadem ve Vimperku přes odpor egyptologů, ekologů i skeptiků. Vybuďoval ji rusko-izraelský podnikatel Anatolij Iaguijev. Bude v ní experimentovat s klíčením semen a lidé se v ní budou léčit, medítovat, relaxovat. Podobná pyramida je i v Žatci, kam údajně „jezdí lidé z celé ČR léčit si své všemožné choroby i psychické, dobíjet si životní energii, např. pokud jsou lidé velmi vyčerpaní, pracovní vyčerpání a cítí únavu, stres, preventivně si zde lidé dobíjejí své buňky životní silou, (pránou, Ki)“.

**Hodnocení:** Pyramidám, resp. jejich tvaru nelze přisuzovat žádný zvláštní význam, nehledě k tomu, že egyptské pyramidy nemají stejný sklon stěn a nejsou vždy hexaedrem s trojúhelníkovými boky. Ostatně ani pan Drbal nepokládal dodržení rozměrů za podstatné. Přes to, že jde o pouhý výmysl, rozšířený pseudovědci a senzacechtivými médii, stále znovu se objevují pokusy léčebnou i jinou účinnost pyramid prokázat. Víra v účinnost a magické schopnosti pyramid je vzorovou ukázkou lehkověrnosti, resp. manipulovatelnosti a sugestibility člověka, zjednodušené řečeno hlouposti lidí.

---

## Solné jeskyně

Velkou módou se dnes staly solné jeskyně, většinou vybudované z vrstev kamenné soli většinou polského původu nebo ze soli Mrtvého moře. Mají nahradit prokázaný léčebný efekt pobytů u tohoto moře. Jedna hodina strávená v solné jeskyni údajně odpovídá 2-3 dnům pobytu u Mrtvého moře v Izraeli. Dnes už existují solné jeskyně snad v každém českém městě a existují desítky firem, které stavbu jeskyně nabízejí a provádějí. Jde o relativně malé prostory, jejichž stěny jsou obloženy esteticky upravenými deskami soli, s balvany, krápníky i vodopády. Jeskyně jsou vybavené ventilací, klimatizací, germicidním zářičem nebo i zvlhčovačem vzduchu. Pacient odpočívá na pohodlných lehátkách hodinu denně, v deseti až dvacetidenních sériích. Cena za jedno sezení je 100-200 Kč. V reklamách se uvádí, že vzduch v jeskyních je zbaven mikroorganismů a alergenů a že je nasycen minerálními solemi se všemi stopovými prvky a negativními ionty. Strážlivější reklamy doporučují jeskyně k léčbě chorob dýchacích cest, k relaxaci a odstranění stresu, odvážnější reklamy doporučují pobyt v jeskyni při zápalu plic, astmatu, alergiích, srdečně-cévních chorobách včetně hypertenze, u revmatologických onemocnění, u nemocí zažívacího traktu, poruch imunity, přepracování, u stresů, neuróz a mnoha dalších chorob. Vhodná má být i pro děti, které žijí v nevhodném prostředí a pro sportovce k regeneraci. Pobyt v jeskyních se většinou kombinuje s jinými druhy alternativní terapie, s colorterapií, muzikoterapií, aromaterapií. Solné jeskyně jsou často součástí větších relaxačních center, kde se nabízejí i masáže, biorezonance, detoxikace, vlasová analýza a jiné alternativní metody.

**Hodnocení:** Pobyt u Mrtvého moře má racionální zdůvodnění. Koupele ve vodě s vysokým, 33% obsahem solí mají prokazatelně léčivý efekt u některých kožních onemocnění, především u lupénky – psoriázy. Vlhký vzduch nad hladinou, nasycený aerosoly má příznivý efekt u chorob dýchacích cest a nepřítomnost alergenů v suché krajině a sluneční záření přispívají k léčbě alergických onemocnění a psychických potíží. U solných jeskyní se podobný efekt nedá očekávat. Koupel v moři lze sice nahradit vanovou koupelí v soli



z Mrtvého moře, zábaly s bahnem a pod., ale takové koupele se v solných jeskyních zpravidla nenabízejí. Ani vzduch nemůže mít takové kvality jaké má u moře. Tvrzení, že je vzduch v solné jeskyni sterilní, bez alergenů, plný negativních iontů a minerálů, není nijak doloženo. Podrobná analýza vzduchu se v informacích o jeskyních neuvádí, nehledě k tomu, že jistě existují významné rozdíly mezi jednotlivými jeskyněmi. Pokud jde o udávaný příznivý vliv stopových prvků ve vzduchu, pak platí hodnocení, uvedené v popisu tzv. ortomolekulární medicíny. Správně se živící člověk je dostatečně zásoben všemi minerály, zvýšené dodávky nemají smysl. Relaxující a léčebné efekty, které se jeskyním přisuzují, spočívají spíše v působení příjemného prostředí nebo jiných, současně aplikovaných procedur než v přítomnosti solí. Subjektivní zlepšení může díky tomu pocítit každý, ale úvahy o možnosti ovlivnit průběh výše uvedených vnitřních chorob spadají do říše fantazií.

---

## Urinoterapie

Urinoterapie (také uroterapie), je tradiční léčebná metoda, dosud rozšířená ve východoasijských státech, která používá lidskou moč k prevenci, terapii, čištění střev i jako zkrášlovací prostředek. Nejúčinnější je prý ranní moč ze středního proudu. Používá se nejrůznějším způsobem, někdo ji používá nativní, jiný ohřátou nebo odpařenou, někdo ji mísí s ovocnou šťávou. Někdy se dává jen pár kapek moči smíšených s vodou pod jazyk, jiní si v ní oplachují obličej aby byli krásní a japonské ženy se v ní i koupou. Nejde o novou módu. Např. v Indii ji mnozí svatí mužové pijí jako léčebný elixír už tisíce let. Původ této léčby nejspíše souvisí s náboženskými rituály. Jiní se domnívají, že léčba močí souvisí s pověrou, založenou na sympatetické magii: protože moč vychází z těla z orgánu, určeného pro sex, byla nasnadě domněnka, že pitím moče se do těla vlévá sexuální energie. Jiní „uropati“ a „urofilové“ pokládají moč, ovšem mylně, za totožnou s amniovou tekutinou, ve které plave lidský plod. A co je dobré pro fétus, je jistě dobré i pro dospělého. V současné době ji doporučují jako přírodní, lacinou a dostupnou léčbu zejména různí „přírodní“ léčitelé, naturopati. Účinek moči má být všestranný, působí jako panacea. Doporučuje se od chřipky přes bolesti zubů, psoriázu, alergie, astma, pneumonii, pohlavní i infekční choroby, ale i na rakovinu a zlomeniny kostí. Podle některých nadšenců je léčba močí „božskou manifestací kosmické inteligence“.

Že léčba močí není jen reliktem minulosti a vzácnou kuriozitou, svědčí současné oživení zájmu o ni. Nedávno byly založeny národní i mezinárodní organizace pro urinoterapii, v r.1996 byla uspořádána 1. světová urinoterapeutická konference v Indii a další konference v Německu v r.1998. Urinoterapie se tak stala uznávanou součástí alternativní, celostní medicíny a je řazena do rámce tzv. autologních, „autopatických“ metod, které používají k léčbě tekutiny nebo výměšky vlastního těla. Urinoterapie pronikla i do České republiky. První publikaci s názvem „Urinoterapie“ napsal J. Cingroš. Vyvolala značné diskuse a kritické komentáře, ale ještě větší kritickou odezvu měla kniha lékařky MUDr. Vilmy Partykové. Ta doporučuje k léčebným účelům jak masírování obyčejnou nebo odpařenou močí, tak i pití moči, zejména při těžkých onkologických chorobách ve stadiu, kdy již klasická medicína nemůže nabídnout další léčbu. Vedle pití, masáží a obkladů doporučuje autorka i klystýry, nálevy moče do uší a nosu k čištění mozku i kapání do očí. V současné době je na českém trhu několik knih o urinoterapii od našich i zahraničních autorů a na webu jsou stovky pozitivních zpráv o její účinnosti. To, že se urinoterapie dosud plně nerozvinula, vysvětlují uropati tím, že ji lékaři nedoporučují, protože moč je příliš levná a dostupná, takže jim urinoterapie nepřináší žádné zisky.

**Hodnocení:** Léčba močí je metodou pochybnou, protože moč je roztokem látek odpadových. Moč samozřejmě obsahuje i látky tělu prospěšné, včetně malého množství hormonů, ale ty byly vyloučeny proto, že byly nadbytečné, a po opětném požití se tedy rychle vyloučí znovu. Menší množství moči, i při vnitřním požití, je neškodné, protože jde většinou o látky tělu vlastní a protože moč je zpravidla sterilní. Požití moči ve větším množství však může pacientův stav jen zhoršit, protože tyto snadno vstřebatelné látky se zaživacím systémem vracejí do krevního oběhu, odkud byly, u těžších stavů a nemocí ledvin jen obtížně, vyloučeny. I Čínská urinoterapeutická asociace upozorňuje na vedlejší příznaky u pacientů s těžšími chorobami: může se objevit průjem, horečka, bolesti, únava, svědění kůže. Vysvětlovat účinnost moče je nesnadné, protože se tělu dodávají látky tělu vlastní. Uropati proto hledají jiná vysvětlení, většinou nesmyslná: Tvrzení o moči jako o „krystalické vodě“ a paměťových stopách v ní nebo o světelném hologramu v moči, o nabíjení těla energií moči, o zbavování žaludeční sliznice povlaků osmotickým tlakem a pod. svědčí o naprosté absenci odborných znalostí, a tvrzení, že urinoterapie je „božským důkazem kosmické inteligence“, svědčí zase o inspiraci „uropatů“ esoterikou. Je snad zbytečné dodat, že neexistují žádné klinické studie, které by se zabývaly účinností urinoterapie nebo ji dokonce potvrdily.

---

## Uroskopie (Uromancie)

Uroskopie nebo také uromancie, diagnostika chorob z moči, je prastará metoda lidových léčitelů i lékařů. Používal ji už starověký Hippokrates i lékaři středověcí. Považovali ji snad za nejcennější diagnostickou pomůcku. Pro vyšetření moči měli i speciální nádobu, tzv. „matulu“ připomínající tvarem lidské tělo. Na moči se posuzovalo množství, barva, sediment, vločky, sraženiny, písek. Rozeznávalo se množství různých barev, např. bledá, vodnatá, tmavá, červená, černá, a existovaly i vzorníky barev až s 24 odstíny. Úroveň, ve které se ve sloupci moči v matule objevila sraženina nebo zákal, určovala orgán, který měl být nemocí postižen. Už v 16. století bylo zřejmé, že popsání diagnostika chorob podle moči je nemožná a že jde o nesmysl, a uroskopici proto byli také na četných obrazech i v textech z té doby zesměšňováni. Přesto byla uromancie používána ještě ve 20. století. Někdejší podrobné návody k vyšetřování moči se ale záhy staly minulostí. Šarlatánským léčitelům dnes stačí k bleskové diagnóze pouhý pohled na skleničku s močí proti oknu, jak to praktikoval snad nejznámější český předválečný léčitel a uroskopik pan Mikolášek. Ten vedle diagnózy také hned nabízel, podobně jako ostatní „moderní“ uroskopici, léčbu bylinami. Dnes je však uroskopie na rychlém ústupu.

**Hodnocení:** Vyšetření moči je i dnes jedním ze základních diagnostických postupů. Využívají se však vědecké metody vyšetření, mikroskopická, chemická, bakteriologická i fyzikální analýza, ale ani ty samy o sobě ke stanovení diagnózy nestačí, protože jsou jen obrazem metabolismu a funkce ledvin. Pouhým pohledem na moč tedy diagnózu stanovit nelze. Uromancie byla pochopitelným postupem v době, kdy nebyly k dispozici nejen jiné diagnostické prostředky, ale kdy chyběly i znalosti o funkcích lidského těla i o příčinách chorob. Smysl v té době měla uromancie snad jediný, že totiž zvyšovala důvěryhodnost lékařů a tím placebový efekt při terapii. V současné době, pokud se uromancie ještě vůbec používá, jde o ryzí šarlatánství. Na českém webu není ani jediná nabídka uroskopického vyšetření.

---

## III. Léčitelství



### Úvod a definice

Co je to vlastně léčitelství? Existují různé definice, ale v této knize budeme používat definici následující: **Léčitelství je diagnostická a léčebná činnost, kterou vykonává léčitel, tedy osoba bez odpovídajícího lékařského vzdělání.** Abychom se vyhnuli zmatkům, je nutno léčitelství odlišovat od termínu **alternativní medicína** (termín s množstvím synonym), což je **soubor diagnostických a léčebných metod, jejichž principy se odlišují od principů vědecké medicíny a které proto nejsou** (většinou) **vědeckou medicínou akceptovány** (bližší definici alternativní medicíny najde čtenář v první části naší knihy. Označovat alternativní medicínu jako léčitelství nepokládám za vhodné). Léčitel samozřejmě používá především metody alternativní medicíny, ale není tomu tak vždy. Někteří z nich používají terminologii, diagnostické metody i léky, které jsou součástí vědecké medicíny. Naopak lékaři se dnes často z mnoha důvodů neomezují na ověřené metody „medicíny založené na důkazech“, ale věnují se i homeopatii, akupunktuře, biotronice a mnoha jiným metodám, které jsou běžně řazeny do rámce medicíny alternativní. Přesto je nutno z věcných, didaktických i legislativních důvodů odlišovat problematiku léčitelství a problematiku alternativní medicíny.

Léčitelství existuje odnepaměti, právě tak jako choroby. Zárodky prevence i terapie objevíme už mezi našimi evolučními předchůdci, primáty, ale i jiných živočichů. Zkušenost je naučila, kterým rostlinám se mají vyhýbat a kterými lze potíže léčit. Člověk už po léčivých prostředcích cílevědomě pátral a získané znalosti předával dalším generacím. Některé jednoduché léčebné postupy se staly součástí lidové kultury, jiným, především bylinářství a léčení přírodními metodami se věnovali léčitelé, resp. šamani, kteří měli už větší znalosti chorob a léčivých prostředků nebo také vhodné schopnosti. V historické době se pak léčitelství stalo uznávanou činností, která vyžadovala i určité vzdělávání. Zrodila se tak medicína jako oficiálně uznávané povolání, vedle které stále přetrvávala a dodnes trvá lidová léčitelská tradice. Zcela nová situace vznikla po vzniku moderní vědecké medicíny, se kterou nemohli léčitelé soutěžit. To bylo impulzem pro vymyšlení nových, stále kurióznějších metod, a také pro import různých exotických postupů, kterými se léčitelé chtěli od vědecké medicíny odlišit a získat tak nové klienty. To se zdařilo a léčitelé, kteří dnes disponují stovkami různých metod alternativní medicíny, se stali úspěšnými konkurenty lékařům.

Přes svůj prastarý původ a trvalé zakotvení ve společnosti zůstává léčitelství oblastí mimořádně kontroverzní. Od počátku je ve sporu s oficiální medicínou. Lékaři a léčitelé se vždy střetávali a soupeřili o pacienta, vždy byla také sporná účinnost metod, které léčitelé používali, ať už to byly přírodní prostředky nebo různé dnešní formy alternativní medicíny. Vždy také bylo mezi léčiteli dost podvodníků, šarlatánů, ale snad nikdy nebyl konflikt mezi medicínou a léčitelstvím tak vyhraněný jako v současné době, kdy se léčitelé organizují a žádají, aby byli oficiálně uznáni jako legální součást státního zdravotnictví a jako partner vědecké medicíny.

**Současné problémy s léčitelstvím mají dvě základní příčiny, nedostatečné vzdělání a znalosti léčitelů a spornou účinnost metod, které používají.**

### Léčitel

Dnešní medicína vychází z poznání příčiny chorob, tedy jejich etiologie, a z poznání mechanismů průběhu choroby, tedy její patogeneze. Je bezpečně zjištěno, že existuje široké spektrum příčin chorob (choroby dědičné, vrozené, infekční, alergické, degenerativní,

environmentální, pracovní, společenské, psychické aj.) a že každá z nich má jinou příčinu i průběh. Diagnostika chorob je proto velice náročná a využívají se pro ni kromě podrobné anamnézy a fyzického vyšetření nejrůznější laboratorní a přístrojové metody. Komplikovaný je i výběr léčebných prostředků, které musí odpovídat nejen druhu choroby, ale i jejímu stadiu a především také osobnosti a reaktivitě pacienta. Léčba má být tedy primárně etiologická a odpovídající chorobě, tedy specifická. Důležitou role hraje i mírnění všech potíží, které pacienta obtěžují, tedy léčba příznaků, symptomů, tzv. léčba symptomatická. Do rámce medicíny patří i různé preventivní postupy nebo specifická léčba rehabilitační. Účinnost všech těchto prostředků pak musí být ověřena, jak to vyžaduje dnešní „medicína založená na důkazech“, v anglickém, i mezinárodně běžně užívaném znění „evidence based medicine“ (EBM). **Léčitel však, na rozdíl od lékaře, nemá ani znalosti ani diagnostické prostředky, aby mohl zvládnout všechny výše uvedené požadavky a mohl k řádné diagnóze dospět. A nezná-li diagnózu, nemůže zvolit účinnou léčbu. Právě z tohoto hlediska je nutno posuzovat fenomén léčitelství.**

Nedůvěru k léčitelství nutně vzbuzuje i fakt, že se mu věnují osoby s nejrůznější inteligencí, kvalifikací, znalostmi, motivací a charakteru. Jsou mezi nimi lidé, kteří jsou přesvědčeni o svých schopnostech a poctivě a někdy i obětavě se svým klientům věnují. Jiným jde jen o zisk a beze studu používají ty nejšarlatánštější metody, o nichž dobře vědí, že jsou neúčinné. Mezi léčiteli najdeme i osoby simplexní, nevzdělané, kteří naivně věří v úspěch nesmyslné metody, kterou někde pochytili. Na druhé straně se léčitelství věnují i osoby s vysokoškolským, často technickým vzděláním. Zejména inženýři mají k léčitelství silný sklon. Snad jsou přesvědčeni, že když tak úspěšně dovedou ovládat neživou hmotu, že budou stejně úspěšní i s ovládním živého těla. Přece je to také jen stroj. Na léčitelskou dráhu sestupují také mnozí lékaři, bohužel často z důvodů zjištěných. A konečně zejména mezi léčiteli-mystiky a mesiáši najdeme mnoho duševně nemocných osob, trpících bludem všemohoucnosti a spasitelství. Jak zorganizovat, zharmonizovat a zlegalizovat „zdravotní péči“ takového nesourodého spektra osob?

Léčitelé mají sice malé znalosti o lidském těle a jeho chorobách, ale oplývají často mohutným sebevědomím. Se suverenitou tvrdí pacientům, že jejich chorobu přesně vidí a že ji vyléčí s jistotou, rychle, bezbolestně a bez vedlejších účinků na rozdíl od medicíny. A mnozí z nich tvrdí, že jsou nadáni zcela mimořádnými diagnostickými nebo léčebnými schopnostmi, umožňujícími dokonce i léčbu na dálku. Označují se za senzibily, v angloamerické oblasti se používá termín „psychic“. Bohužel, jak jsme ukázali v jiné kapitole, takové mimořádné, mimosmyslové schopnosti léčitelů, ať už jde o schopnosti sensorické (např. diagnostické) nebo psychokinetické (např. léčebné) se nikdy nezdařilo prokázat a i teoreticky je možnost jejich existence v rozporu s poznatky vědy.

## **Diagnostické a léčebné metody léčitelů**

Rejstřík léčebných metod, které léčitelé používají, je příliš široký, než aby bylo možno účinnost všech bezpečně ověřit. Přesto lze dělit léčitele podle léčebných metod, které používají, do dvou zřetelně odlišných skupin. Někteří používají klasické lidové a empirií ověřené léčebné metody tzv. přírodní medicíny. Patří sem využívání různých fyzikálních faktorů, vody, teploty, cvičení, masáže, ale také rostlinných přípravků. Ti, kteří používají výhradně přírodní léčebné metody, se označují jako naturopati. K tomu je ale nutno poznamenat, že naturopatii se věnují i někteří lékaři.

Velká skupina léčitelů se věnuje bylinářství, herbalizmu. Bylináři představují samostatnou skupinu léčitelů. Na rozdíl od ostatních mají k dispozici rozsáhlou odbornou literaturu a někteří z nich mají o bylinách, jejich složení a účincích značné vědomosti. Přesto i bylinářství není bez rizik, jak podrobně jsme vysvětlili v příslušné kapitole.

Druhou skupinu léčitelů představují ti, kteří používají různé módní nebo exotické metody alternativní medicíny, jejichž principy odporují vědeckým poznatkům a jejichž účinnost nebyla experimentálně ani klinickými studiemi ověřena. Většinou se nespécializují na určitou léčbu, ale nabízejí hned široký rejstřík postupů. Nejrozšířenější je používání různých variant psychotroniky, resp. biotroniky, někteří se věnují klasické homeopatii, akupresuře, reflexologii, kineziologii, reiki, někteří léčí spíše slovem jako tzv. „alternativní psychoterapeuti“, jiní léčí „vírou“. Rozhodující pro posouzení léčebných možností jejich léčby je v tomto případě analýza metod, které používají. To však bylo předmětem druhé části této knihy.

## Vývoj léčitelství v ČR

Současná situace, pokud jde o léčitelství v ČR, je značně nepřehledná. Neexistuje žádný centrální registr léčitelů, není známo kolik jich je a jaké je jejich vzdělání, není přehled o tom, jaké metody jednotliví léčitelé používají, neví se ani v jakém režimu pracují, zda jako živnostníci nebo jako nezávislé osoby, které poskytují „sousedskou“ pomoc. To vše je důsledkem toho, že chybí legislativa, která by léčitelství nějak vymezila.

Je nesporné, že léčitelů je v ČR několik tisíc. Jejich boom nastal teprve po r.1989, protože do té doby se žádné soukromé podnikání nepovolovalo. Po revoluci se náhle vynořilo údajně více než 10.000 osob, které v sobě objevily diagnostické a léčebné schopnosti. Naturopatů a bylinářů bylo minimum, není totiž snadné získat seriózní botanické znalosti, zato se vynořili léčitelé, pyšníci se svými mimosmyslovými schopnostmi. Byli to senzibilové, psychotronici, parapsychologové, přijeli k nám různí guruové a náboženští fanatici z Orientu. Vedle zaběhnuté akupunktury do naší republiky byly rychle importovány další lidové orientální metody, a ze západních zemí, hlavně z USA, k nám pronikly metody založené na předpokladu existence duchovní energie, ale také homeopatie, clusterová metoda a řada jiných metod, do té doby u nás téměř nebo zcela neznámých. Některé z nich sice používají především lékaři, což je právě případ homeopatie, ale vedle nich se této disciplíny ujali i někteří léčitelé. Totéž bylo s akupunkturou. Klasická akupunktura, jakožto metoda invazivní, používající jehly, je rezervována pro lékaře, ale její alternativy, akupresura nebo módní Vollova elektroakupunktura a jiné podobné varianty, jsou přístupné i léčitelům.

Většina léčitelů pracuje u nás jako jednotlivci, ale postupně vzniklo několik jejich organizací. Snažili se totiž získat právně bezpečnější postavení a dobře si uvědomovali, že jako jednotlivci mají jen malý vliv. Objevila se řada sdružení léčitelů, při čemž na některých z nich participovali i lékaři. Snad jako první vznikla v polistopadové době Česká asociace odborného léčitelství (ČAOL), která se však po odchodu jejího prvního předsedy pana Tomáše Pfeiffera postupně rozpadla na menší skupiny a prakticky zanikla. Většina nových skupin, např. Společnost diplomovaných léčitelů českých, nebo různé tzv. „Komory“ rovněž neměly dlouhý život. Jen dvě skupiny získaly větší počet členů a existují dodnes. Je to Česká psychoenergetická společnost (ČEPES) a Společnost alternativního léčení civilizačních a onkologických onemocnění (SALOCO), na jejíž činnosti se podílejí i někteří lékaři.

V r.1998 byl založen Českomoravský svaz léčitelů umění (ČmSLU) se snahou vytvořit širší společenství, zaměřené především na vzdělávání svých členů. Příliš úspěšné nebylo. Její tehdejší předseda J.A. Zentrich v r.2004 píše: „*Bohužel – hlavním poznatkem se nám brzy stalo, že léčitelé se nechtějí sdružovat – neboť každý se cítí bezpečnější ve vlastní uličce – a také se nechtějí nijak vzdělávat, protože mají přece dar od Boha, který... atd. Jinými slovy – většinou mají strach, že by případně jakékoli zkoušky mohly ukázat jejich nevědomosti a konečně i neumětelství.*“ Přesto hrál ČmSLU určitou roli při odmítnutí vládního návrhu nového zákona v r.2001, který měl činnost léčitelů znemožnit. Činnost ČmSLU pokračuje

dodnes, spolek dokonce zřídil Univerzitu léčitelských umění (ULU) pro vzdělávání svých členů, ale počet jeho členů klesá a činnost stagnuje.

## **Časopisy, propagace na webu**

I když ani dnes nemají čeští léčitelé jednotnou organizaci, existuje několik měsíčníků, které zajišťují jejich vzájemnou komunikaci a dostatečně o jejich činnosti informují veřejnost. Patří k nim časopis *Regenerace*, *Regena*, *Meduňka* (řízená šéfredaktorkou Ilonou Manolevskou, která odešla ze stejné funkce v *Regeneraci*) a řada jiných, poněkud méně specializovaných. Časopisy obsahují články o metodách AM, o činnosti jednotlivých léčitelů, o jejich organizacích i o jejich aktivitách a cílech, kritické články na adresu vědecké medicíny, pozitivní referáty úspěšně léčených pacientů, ale také obšírné seznamy léčitelů. Vedle uvedených časopisů se informacím a propagaci léčitelů občas věnují všechny naše deníky i týdeníky.

Jinou, stejně významnou základnou léčitelů jsou webové stránky, které jsou téměř přeplněné nabídkou stovek, možná tisíců českých léčitelů, kteří se předhánějí v nadšených popisech svých úspěšných celostních, přírodních, bezrizikových a laciných metod. I v diskusích a dopisech čtenářů jednoznačně převládají pozitivní zprávy o schopnostech léčitelů a účinnosti jejich metod. Objektivní analýzy a kritiky činnosti léčitelů a metod AM jsou ojedinělé a v připomínkách čtenářů odmítané, často velice hrubě. Většina kritických textů je z pera skeptiků z klubu SISYFOS.

A ten, kdo se chce v ještě větší šíři poučit o léčitelství, má k dispozici stovky nejrůznějších knižních publikací zahraniční i české provenience. Některé z nich podávají objektivní přehled léčitelských metod, ovšem nikoli jejich kritickou analýzu, většinou pod titulem „alternativní medicína“. Někteří léčitelé sami jsou plodnými autory knih, ve kterých popisují vlastní varianty diagnostických a léčebných metod. Snad nejvíce po této stránce proslul ing. J. Janča. Existují i různé rozsáhlé adresáře léčitelů i knihy, věnované největším osobnostem mezi léčiteli, např. „Léčitelé, jak je neznáte“ (Hanka Z., Kuchař J.), „Zázraky lidových léčitelů“ (Rokosová B., Čechtický T.), „Čas senzibilů a léčitelů“ (Chobotský P.) aj.

## **Několik známých léčitelů**

Vedle stovek, možná tisíců léčitelů, kteří používají standardní, běžně známé léčitelské metody, např. herbalistů, psychotroniků, irisdiagnostiků, reflexologů a pod., existovali a existují v našich zemích výjimeční jedinci, kteří se stali široce známými originalitou svých metod nebo svým mimořádným charismatem. O některých z nich se stručně zmíníme, od seriózních zakladatelů přírodní medicíny až po novodobé šarlatány, abychom ukázali, jak široký je rejstřík léčitelských praktik.. Obrázek o jejich racionalitě a efektivitě si jistě čtenář udělá sám.

### **Vincenz Priessnitz (1799-1851) – zakladatel přírodního léčitelství a hydroterapie**

byl německé národnosti a působil v dnešních Lázních Jeseníku. Prosazoval např. léčbu prací, čerstvým vzduchem a čistou horskou vodou. Dosahoval tak u řady chorob lepších léčebných výsledků než tehdejší oficiální medicína. Položil tak základy hydroterapie. Je zakladatelem světoznámých lázní, léčily se u něho významné světové osobnosti. Rok 1999 vyhlásilo UNESCO, při příležitosti dvousetletého výročí Priesnitzova narození, významným kulturním výročím.

**Jan Mikolášek** (1889-1973) – bylinář, urooskopik

byl nejslavnějším léčitелеm – bylinářem první poloviny 20. století. Vyučil se zahradníkem, později bylinářství u léčitelů ve Vídni. Byl silně věřící a když zjistil, že má dar k léčení od Boha, věnoval se léčitelství plně, nejprve v Třebechovicích, nakonec v Jenštejně, kde si vybudoval velkou vilu. Jeho heslem bylo: „*Příroda prostřednictvím léčivých bylin dokáže dělat zázraky, ale to je jen polovina léčení. Druhou polovinou je víra v uzdravení*“. Mikoláška navštěvovaly denně stovky pacientů, snad až 300, ale zvládl jich jen maximálně 200. Léčil prohlédnutím lahvičky s močí proti světlu. Lahvičky se k němu se posílaly i hromadně z pražských nemocnic. K jeho pacientům patřili prezident Masaryk, paní H. Benešová, generálové a mnozí umělci a jiné slavné osoby z Čech ze zahraničí. Za války byl donucen léčit i německé pohlaváry. Po válce se jeho kariéra nejprve široce rozvinula díky ochraně se strany některých stranických představitelů, především A. Zápotockého, ale po jeho smrti upadl Mikolášek v nemilost a v r.1959 byl zatčen jako šarlatán a majetek mu byl zabaven. Po propuštění v r.1964 už neléčil.

Lékaři však možnost diagnostiky podle moče popírali, někteří si to ověřili. Významná farmakoložka prof. Rašková opakovaně panu Mikoláškovi podsunula obarvenou vodu nebo zvířecí moč. Nikdy podvod nepoznal a suverénně doporučil léčbu. Ani výběr bylin nebyl individuální. Objednával je údajně z velkoobchodu a pacientům podával sáček, který měl právě na dosah. Tyto detaily jsem uvedl proto, že jsou nejlepší demonstrací toho, co je vlastní podstatou úspěchu léčitelů. Je to charisma léčitele a placebový efekt.

**Božena Kamenická** (1898-1996) – bylinářka, jasnovidka, uroscopička

známá také jako „bába z Radnic“ byla nejznámější léčitelkou meziválečného období. Na rozdíl od ostatních léčitelů měla i dostatečné zdravotnické vzdělání. Byla velmi skromná, obětavá, měla širokou klientelu snad z celé republiky i ze zahraničí. Podle některých zpráv léčila i naše prezidenty a o jejich léčebných a jasnovidných schopnostech se vyprávějí fámy. Jisto je, že se pacientů na nic nevyptávala, nad plamenem zahřála vzorek jejich moči a po chvíli jim již sdělovala diagnostický závěr. Léčila směsí různých bylin. Byla považována za léčitelku seriózní, protože vážnější případy odesílala k lékařům.

**„Páter“ František Ferda** (1916-1991) – výjimečný senzibil, blesková diagnostika

byl vysvěcen a také působil jako kněz na různých místech, naposled v Sušici. Zabýval se i léčitelstvím, nejprve jako bylinář a irisdiagnostik. V době komunismu byl v 50. letech dlouhodobě vězněn. V r.1964 se mu dostalo od Boha zvláštního daru jasnovidectví a uzdravování. Nezanechal sice po sobě žádné písemné památky, ale mnoho pamětníků ho považovalo za nejúspěšnějšího českého jasnovidce. Pacienty léčil převážně distančně. Údajně se nad jejich dopisy vždy hluboce zamyslel, pak upadl do transu a ihned se mu vybavila přesná diagnóza. Léčil hlavně bylinami, ale zkoušel také posílat pacientům přímo do jejich plic léčebné fludium, např. heřmánku.

**Josef Zezulka** (1912-1992) – biotronik, „sanátor“

byl jedním z nejznámějších biotroniků. Byl plný energie, kterou při přednáškách předával přítomným. Tvrdilo se o něm, že svou energií dokázal rozsvítit žárovku, když ji uchopil do ruky. Věřil, že on jako léčitel – „sanátor“ je obdařen zvláštními schopnostmi a že může přijímat z okolí energii, proudící mezi Zemí a vesmírem a usměrňovat její léčebný tok telepaticky od „Podstaty“ k pacientovi. V 80. letech 20. století údajně úspěšně léčil ve vimperské nemocnici onkologické pacienty.

**Karel Kožíšek (1921-1995)** – distanční diagnostika pomocí automatické kresby

byl známým brněnským senzibilem a léčitелеm, ale také skvělým kreslířem a malířem. Jeho „Kniha která léčí“ obsahuje desítky magicky působících „léčivých obrazů“. Stačí položit na ně sklenici vody nebo ubrousek, aby se do nich nasála léčivá energie. K léčbě stačí přiložit ubrousek na čelo. Byl schopen diagnostikovat podle hrstky vlasů, podle písma nebo podle fotografie. Jeho ruka kreslila automaticky podobu astrálního těla pacienta, ve které se pak podle temných skvrn určily nemocné orgány a povaha choroby.

**Ing. Jiří Janča, CSc. (1924-2005)** – přírodní terapie, bylinářství, homeopatie

byl jedním z neaktivnějších léčitelů a hlavně velmi plodným autorem mnoha publikací o homeopatii, bylinářství, dietách i ostatních oblastech léčitelství. Věnoval se i psychotronice, distančně léčil své pacienty i v Austrálii. Vymyslel také zcela originální metodu léčby pomocí dodávání chybějících prvků. Nejprve radiesteticky, pomocí siderického kyvadla určil chorobu, potom chybějící prvky v těle, pak prověřil i obsah všech prvků ve všech bylinách a nakonec určil vhodnou směs bylin pro léčbu choroby. Prvky dodával čajem, vdechováním nebo mastí, kterou se potírala krajina jater.

**Jindřich Paseka (1917-2005)** – diagnostika pomocí pružiny, virgule, léčba bylinami, „nilským křížem“ a vírou

byl donedávna jedním z nejznámějších a široce vyhledávaných léčitelů. Před jeho domkem ve Svratouchu se denně tísnily až stovky pacientů. Dokázal jich přijmout až 350 v jednom dni. Nikdy si nevzal finanční odměnu. Léčbu vysvětloval takto: „... *křížem spoutávám a odebírám nemocnou plazmu, špatnou energii, a vyhazuji ji ven. Druhou polovinou čínské křivky zase zdravou plazmu urovnávám, dodávám energii ... Energie proudí do lidského těla sedmi otvory (čakry), některé z nich dokážou ... v podobě paprsků vyzařovat*“.

Výběr z dnes žijících léčitelů uvádím podle abecedy:

**Eduard Boháč** – odrušovatel geopatogenních zón

je propagátorem, výrobcem a prodejcem odstiňovačů tzv. geopatogenních zón. Jde o alobalové folie střídané igelitem. Odstiňovače, vložené pod postel mají preventivní i léčebný účinek proti nejruznějším chorobám.

**Mgr. Jiří Čehovský** – klasický homeopat, autopat

je první moderní propagátor a organizátor klasické homeopatie u nás a autor řady knih. Byl předsedou Homeopatické společnosti, založil vydavatelství homeopatických publikací Alternativa i vzdělávací Homeopatickou akademii. Objevil novou variantu homeopatie, tzv. autopatii. Pacient plivne svou slinu do speciální baňky, kterou propláchně vodou z vodovodu. Několik kapek z baňky denně je suverénním lékem na každou chorobu.

**PhDr. Marta Foučková a PhDr. Marie Říhová** – léčba minulými životy

jsou „alterativními psychoterapeuty“ a pomáhají klientům z duševních krizí a depresí vybavením a znovuprožitím událostí z minulých životů. Případ léčby matky s dítětem, které se narodilo bez končetin, komentovala dr. Říhová takto: „*Pokud pracujete s takovým dítětem, které nemá ani nohy ani ruce a zjistíte, že to byl (v minulém životě) gestapák, který v koncentračním táboře házel děti do plynu, tak najednou vidíte, že všechno je jak má být*“. Jistě báječná antidepresivní terapie. Stejně názory má paní dr. Foučková: „*V případě Kaprunské tragédie nastoupili do později hořícího soupravy lanovky jen ti, co správně uhořet měli. Byli totiž v minulosti nelítostní žháři.*“ Také dobrá útěcha pro pozůstalé.



### **Ing. Valdemar Grešík** – mentální diagnostik

rozvinul po sametové revoluci široce a už svobodně práci Rejdákovy Psychoenergetické laboratoře při Vysoké škole chemicko-technologické v Praze. Věřící v možnost „*energetickoinformační výměny mezi organismem léčitele a pacienta... Mentální energie se předává do pacientova těla a mobilizuje tak rozvrácený imunitní systém.*“ Ing. Grešík vidí svým vnitřním zrakem jako rentgenem přímo nemocné orgány. Podle něj mají někteří lidé tuto vlastnost od Boha, ale jiní ji mohou nacvičit. V současné době se věnuje bylinářství.

### **JUDr. Jan Hnilica** – telepatická psychotronická diagnostika

distančně, prostřednictvím časopisu Regenerace, diagnostikuje choroby pacientů vysláním svého jasozřivého vhledu do jejich vzdálených orgánů. Dnes sám neléčí, ale doporučuje jako všelék pampelišku a působení magnetizéra. Nabízí také speciální techniky v obraně proti upírství. Napsal knihu „Zvláštní léčebné metody“, ve které obohatil psychotronickou literaturu o řadu nových teorií o energii, třeba o energii „komunikačních vzorců“, o přenášení energie pomocí substitutu, o uzpůsobení „numerologické vibrace“ aj.

### **Julius a Beáta Patakovi** – reflexologie, urinoterapie, odmítání vědecké medicíny

jsou profesionální léčitelé, kteří vydávají knihy, DVD, časopisecké články, pořádají kurzy, vystupují v médiích. Uznávají čínskou medicínu, meditaci a řadu dalších metod AM. Podle nich „... dnešní tzv. medicína neumí nic vyléčit“, ... „nechat se léčit tzv. školskou medicínou je životu nebezpečné“. Důvěra v jejich metody je absolutní: „Věříme, že urinoterapií v kombinaci s reflexní terapií lze vyléčit každou nemoc“.

**Tomáš Pfeiffer** – je pokračovatel „přinašeče“ Zezulky, věnuje se biotronickým přednáškám, hře na „Vodnářský zvon“, ale hlavní náplní jeho činnosti jsou přednášky v televizi i jiných médiích, kde šíří zdravotnickou osvětu a předává biotronickou energii. Založil Nadaci bytí a buduje Biotronické Centrum Sociální Pomoci v Praze. Před několika lety našel v přírodě ve velehorách „Vodnářský zvon“, kovovou mísu. Hra na tento zvon má silné léčebné účinky. Hudbu zvonu prodává na CD a DVD. Ve skutečnosti jde o laciný mosazný suvenýr z čínského trhu.

### **Jiřina Průchová** – arteterapie - léčba obrazy

akademická malířka má vlastní ateliér GA/MO a vlastní léčebnou metodu, kterou nazývá „artterapie“. Tvrdí, že lidské tělo vidí její malby i se zavřenými očima a léčí se jejich barvou. Účinek léčby vykládá takto: „*Psychosomatická artterapie využívá základního fyzikálního procesu interakce polí k energeticko-informační výměně mezi množinou speciálních spektrálních barevných kompozic RS GA/MO a organismem*“. Dochází „*k energetické harmonizaci srdce, oběhového systému, sleziny, žaludku, slinivky, jater aj.*“ Co její názory znamenají, odborník nepochopí. Některé obrazy jsou i proti virům nebo dokáží aktivovat imunitní systém.

### **Karel Vaňák** – „kvantová léčba“ nádorů

ze Soběslavska vynalezl kolem r.2000 přístroj „Kvant 4“, kterým těžce nemocným onkologickým pacientům slíbil „rozbít“ a odstranit nádor. Vynález popsal takto: „*Hadici proudí kvantové částice. Ty léčitel nasává a jímá speciální aparaturou z okolního geomagnetického pole, poté je filtruje, obohacuje a po urychlení v tzv. detonizátoru vstřeluje soustředěným proudem na nádor. Nádory pak rozbíjí na mikrony a vysává.*“ Nádory Vaňák identifikuje psychotronicky stříbropaladiovou kotvou ve tvaru vlaštovky, a to díky reakci na údajné kvantové pole o šířce 6,5 m kolem svého těla. Celá terapie spočívá v ozařování o délce

3-4 hodiny a provádí se za úplatu 1000 Kč/hod. Stojí také za zmínku, že součástky přístroje sestavil údajně ze staršího dojícího zařízení.

### **Josef Ant. Zentrich – bylinářství**

je našim nejznámějším znalcem léčivých bylin a praktickým bylinářem, autorem řady knih o léčivých bylinách a také dlouholetým předsedou Českomoravského svazu léčitelů umění. Sám nevěří v existenci nadpřirozených schopností, ale všechny metody alternativní medicíny nekriticky obhajuje. Je známým bojovníkem za integraci a legalizaci léčitelství, ale také agresivním obhájcem léčitelství proti všem skeptikům.

Léčitelů jsou u nás stále tisíce a pacienti stojí před otázkou, koho vyhledat. Některé časopisy proto dávají pacientům vodítka, jak poznat dobrého léčitele. Jsou to doporučení sporná, ale pro zajímavost uvádíme kritéria, která doporučuje německý Handbuch Die Andere Medizin, vydávaný nadací pro ochranu spotřebitelů: Seriózní jsou ti léčitelé, kteří nepoužívají masivní reklamu. Pozor před těmi, kdo se pyšní mimořádnými, nadsmyslovými schopnostmi. Seriózní léčitel Vám ochotně zodpoví všechny otázky a vysvětlí léčebný postup. Písemně potvrdí Vaši žádost o mlčenlivosti. Nepoužívá k diagnostice takové obskurní metody, jako je irisdiagnostika, proutek nebo virgule nebo aplikovanou kineziologii. Seriózní léčitel nepoužívá rizikové metody jako je buněčná terapie, injekce enzymů, ozonoterapie, chelační terapie. Nikdy Vás nezrazuje od návštěvy lékaře a od léků, jím předepsaných. Ihned Vás pošle k lékaři, pokud je léčba nad jeho znalosti možnosti. Udělá si pro Vás dostatek času. Účtuje si rozumnou částku. Rady to jsou jistě rozumné. Doplnil bych, že nejdůležitější je, když si léčitel dokáže ihned získat Vaši důvěru, protože právě ta, jinými slovy placebový efekt, je většinou jediným léčebně účinným faktorem.

### **Léčitelství jako legislativní problém**

Pár slov k uzákonění léčitelství, tedy poskytování zdravotní péče nekvalifikovanou osobou. Je to tak složitý problém, že jej nevyřešil žádný stát na světě. Jediným státem, který se pokusil léčitelství legalizovat, je Německo. Neporadí nám ani WHO, kde Komise pro alternativní medicínu vede čínská léčitelka paní Zhang, která metody AM zcela nekriticky propaguje, ani Evropský parlament, kde zasedají politici a ne lékaři. Je pravda, že Evropský parlament opakovaně, naposled v červnu r.2007, doporučil členským zemím, aby zkoumaly metody AM a rozhodly se, které z nich jsou bezpečné a účinné, a také které mají provozovat jen lékaři a které nelékaři. Těm by měl být určen rozsah vzdělání. Avšak řešení ponechávají poslanci evropského parlamentu v kompetenci jednotlivých států. Vědí totiž dobře, že je to problém legislativně obtížně uchopitelný. Řada evropských i mimoevropských států se proto problematikou léčitelství a metod AM poctivě zabývá, organizují se výzkumy metod AM a navrhují se různá legislativní řešení. Český stát se už o zákonnou úpravu tohoto vážného zdravotnického problému pokusil, ale návrhy zákonů byly vždy odmítnuty. O přesnou analýzu léčitelství se však náš stát nezajímá, neprobíhá žádný průzkum rozsahu činnosti léčitelů a úspěšnosti jejich péče a nebyla navržena a zorganizována ani jediná studie o účinnosti jejich metod.

Dovolím si teď poněkud širší analýzu tohoto problému. Zakázat léčitelství má jen malý smysl, protože vedle oficiální medicíny existovalo vždy a zřejmě také vždy existovat bude. Pacient, kterému medicína už nemůže pomoci, ať už skutečně nebo podle jeho názoru, bude vždy vyhledávat další možnosti léčby, tedy medicínu alternativní. Takovou „pojistku“, i když spornou, asi nelze pacientům odebrat. A vždy budou osoby, které takovou výnosnou alternativu zákonně nebo nezákonně nabídnou. Zákaz by vedl jen k tomu, že by léčitelé

pracovali nelegálně, ve skrytu a že by se možná jejich podnikání stalo atraktivnější a určitě ještě lukrativnější.

Ovšem i legalizace léčitelství, např. jako speciální živnost, naráží na řadu vážných problémů, z nichž nejzávažnější jsou dva. Základní problém tkví v širokém spektru žadatelů s nejrůznějším, často jen základním vzděláním, a ve snad ještě širším spektru alternativních, často zcela individuálních a prokazatelně nesmyslných metod. Je nemožné živnost přesně definovat ani jednoznačně vymezit i proto, že se objevují stále nové a nové metody a jejich varianty. Které z nich by směli léčitelé používat? Jenom ty účinné? Vždyť existují stovky nekonvenčních metod a názory na jejich účinnost jsou rozporné. Na jejich vědecké posuzování nebude nikdy dost prostředků a jeho výsledky budou vždy zpochybňovány. A kdo by o účinnosti nakonec rozhodl – zástupci vědecké nebo alternativní medicíny? Omezit činnost léčitelů jen na činnost poradenskou nebo diagnostickou je rovněž sporné, protože jejich ohraničení proti činnosti léčebné je neostré. Neschůdné je i ponechat v kompetenci léčitelů např. jen nemoci lehké a chronické, protože léčitelé nemají diagnostické schopnosti ani technické možnosti odlišit je od nemocí vážných. Nelze docílit dohody ani o tom, co vše by měl léčitel znát, aby mohl konkurovat lékaři, který se šest let musí odborně vzdělávat, aby mohl přistoupit k pacientovi. Ani sebelepší zkouška ze základů anatomie a první pomoci neumožní léčiteli stanovit podstatu choroby a zaručit úspěch léčby, a nemůže rozlišit poctivého léčitele od podvodníka. Není také jasné, kdo by je školil, zkoušel a kontroloval.

Protože je obtížné vymezit přesně náplň činnosti a požadavky na znalosti léčitelů, navrhuji někteří, aby léčitelé pracovali v rámci tzv. volných živností, kde se žádné předběžné vzdělání ani ověřování znalostí nevyžaduje. I to je velmi problematické, protože by se léčiteli živnostenským oprávněním dávala jakási státní garance, přestože by léčil bez jakéhokoli vzdělání kdokoli, kohokoli, jakkoli a čímkoli. Může si to stát, který se hlásí k odpovědnosti za zdraví svých občanů, dovolit?

Žádným zákonem by se také nezlepšila, spíše jen zhoršila možnost postihu léčitele při poškození zdraví pacienta. Léčitel by snadno a úspěšně argumentoval třeba tím, že postupoval přesně podle principů schválené metody a že třeba do pacienta celostně vysílal duchovní energii. Kdo mu dokáže opak? Myslím, že naše zákonodárství dává dostatek možností postihu léčitele, totiž za neúmyslnou újmu na zdraví.

Obhájci udělování živnostenské licence argumentují tím, že by léčitelé byli „vyhnání z šedé ekonomiky“, že by museli dodržovat účetní standardy, platit si sociální a zdravotní pojištění a hlavně daně. Mezi jejich povinnosti by patřilo i dodržování předpisů hygienických, bezpečnosti práce, byla by možnost kontroly obchodní inspekcí atd. Bylo by snad možné jim také stanovit určité povinnosti, jako např. informovat praktického lékaře o současném léčení léčitelem. Takové řešení je sice myslitelné, ale nijak by tím nebyly vyvráceny výše uvedené argumenty.

Pro zajímavost uvádím i návrh Českomoravského svazu léčitelů umění. Podle jejich názoru by bylo ideální, kdyby bylo léčitelství rozděleno úředně na lidové a odborné. Lidové léčitelství, které „vždy bylo, je a bude“, by bylo ponecháno bez regulace, zatímco léčitelství odborné by bylo licencované na základě předepsaného vzdělání a určité odborné praxe. Jde jistě o návrh racionální, ale bylo by ho asi možné použít jen pro bylinářství, v případě ostatních metod by platily námitky, které jsem uvedl výše.

Jak řeší problém léčitelství náš stát? Základní zdravotnický „Zákon o péči o zdraví lidu“ z r. 1966, který byl mnohokrát novelizován, se v současném znění o léčitelích nezmiňuje. V jeho poslední novele je uvedeno, že „Zdravotní péči poskytují zdravotnická zařízení státu, obcí, fyzických a právnických osob v souladu se současnými dostupnými poznatky lékařské vědy“. Ve větě chybí slovo „jen“, takže větu lze chápat jen jako konstatování faktu. Léčitelé tedy podle tohoto zákona nejsou výslovně ze zdravotnické činnosti vyloučeni. V r. 2001 se připravovala novela tohoto zákona. Podle §2 navrhovaného „Zákona o zdravotní péči“ lze

„zdravotní péči ... poskytovat **jen** ve zdravotnickém zařízení prostřednictvím osob, které jsou ... k výkonu zdravotnického povolání způsobilé“, a podle §65 „zdravotničtí pracovníci smějí léčit **jen** podle současných dostupných poznatků lékařské vědy“, čímž by byly zakázány metody AM. Zákon však schválen nebyl a to oprávněně. Byl špatný z mnoha důvodů, nejen proto, že se nelíbil léčitelům a jejich příznivcům, ale protože 1) neodpovídal současnému liberálnímu trendu ve společnosti, 2) neodpovídal směřování evropské zdravotnické legislativy, 3) pro značnou část naší veřejnosti představuje léčitelství alternativu vědecké medicíny, 4) protože není správné, aby existoval zákon, o kterém je předem jasné, že nebude dodržován a že právo nebude vymahatelné, 5) protože léčitelství je zákonem pro jeho speciální povahu neuchopitelné a 6) protože existují daleko racionálnější a účinnější cesty k omezení rizikové činnosti léčitelů, než je speciální zákon.

Léčitelství měl řešit Zákon o živnostenském podnikání č. 455/1991. Přechodně, v r.1996 v něm bylo léčitelství zařazeno mezi tzv. „volné živnosti“, které „opravňují k činnosti, pro jejichž provozování tento zákon nevyžaduje prokazování odborné ani jiné způsobilosti“. Po pěti letech byl zákon novelizován a léčitelství bylo ze zákona vyřazeno. Podle dnes platného znění činnost přírodních léčitelů mezi volné živnosti nepatří. (Formulace není srozumitelná, protože termín „přírodní“ léčitel není běžný a nikdo také léčitele nedělí na přírodní a nepřírodní.)

Léčitelé jsou samozřejmě s dnešní situací nespokojeni a řeší ji tak, že pracují buď nelegálně, bez jakéhokoli oprávnění, nebo získali živnost např. na psychologickou pomoc, poradenství, masáže a pod., pod jejichž rouškou diagnostikují a léčí. Změnu si slibují od nových zákonů.

Jak je patrné, situace je složitá. Pro jakékoli legislativní řešení problematiky léčitelství existuje množství argumentů pro i kontra. Podle mého názoru by nejrozumnějším řešením ponechat dnešní situaci, kdy není léčitelství zákonně výslovně nijak upraveno, beze změn. Legislativa by prostě léčitelství ignorovala, stejně tak, jak je tomu u jiné činnosti, legislativně obtížně ošetřitelné – u prostituce. Stát tím neomezuje svobody a práva občanů a na druhé straně nepřebírá přímou odpovědnost za činnost léčitelů a vyhýbá se také problémům spojeným s přesnou reglementací. Současně s ponecháním volnosti léčitelům by ovšem **o možnostech léčitelství a metodách AM měla být veřejnost přesně a samozřejmě objektivně prostřednictvím všech médií, informována. A to bohužel není.** V tom vidím obrovský dluh ze strany oficiální medicíny i Ministerstva zdravotnictví. To by mělo zveřejnit jednoznačný názor na činnost léčitelů a také stanoviska k účinnosti jejich metod. Veřejnost by měla slyšet, jak státní orgán hodnotí např. biotroniku, radioniku, rezonanční terapii, homeopatii, Vollovu elektroakupunkturu, irisdiagnostiku atd. Teprve potom, po dokonalém informování, by měli pacienti možnost rozhodovat se svobodně a vědomě o svém osudu, jak odpovídá dnešnímu postmodernímu liberálnímu postoji. Odpovědnost ze jejich zdraví by ležela v jejich rukou podle přísloví „Jak si kdo ustele, tak si lehne“. Nechci použít ještě cyničtější přísloví „Kdo chce kam, ...“ Dnes se připravuje úprava občanského zákoníku. Podle autorů předlohy by v něm bylo léčitelství povoleno, ale každý poskytovatel léčby by uzavíral se svým klientem smlouvu o léčebném výkonu, takže by se pacient u soudu mohl lépe dovolávat splnění toho, co léčitel sliboval. Léčitel by také byl povinen, podle slov profesora práv na Západočeské univerzitě v Plzni, Karla Eliáše, upozornit pacienta na všechna rizika.

Návrh je naprosto nesmyslný. Záruku vyléčení, obsaženou ve smlouvě, nemůže poskytnout vzhledem ke složitosti lidského těla a chorob ani moderní medicína, natož potom léčitel, který se odvolává na neexistující čakry nebo jiné vymyšlené fantazijní principy. A požadavek, aby léčitel upozornil pacienta na všechna rizika, je z pohledu medicíny rovněž směšný. Přímá rizika léčby, např. homeopatikem, nebo pouštěním „energie“ do těla, jsou nulová, protože se pacientovi nedává kromě vody a cukru nic a nepouští do něj nic. A

nepřímá rizika, spočívající v tom, že pacient zanedbá řádnou léčbu, ovšem nemůže léčitel, který nemá o diagnóze, podstatě choroby a jejím průběhu ponětí, ani odhadnout.

Také další zdravotnické zákony jsou v přípravě, a lze čekat, že problém léčitelství bude jedním z nejkontroverznějších témat.

## **Situace v zahraničí**

Zajímavé je, že podobná situace, rozpaky a nejednotnost, pokud jde o právní status léčitelů, vládne i v zahraničí. Jednou z málo výjimek, kde už dlouho existují léčitelé legálně, je Německo, kde byla činnost léčitelů v r.1939 povolena s myšlenkou, že je to zařízení přechodné, že se léčitelé, tzv. „Heilpraktiker“, dostanou pod odbornou kontrolu a že další vývoj povede k jejich eliminaci. Noví léčitelé měli být povolováni jen po přísných zkouškách. Přesná forma, obsah a rozsah těchto zkoušek však nebyly stanoveny, bylo to ponecháno na vůli krajů, a výsledkem bylo, že se zkoušky provádějí velice formálně a že se počet léčitelů od doby vydání zákona ještě podstatně zvýšil. Pokud u zkoušky neuspěje, pak může zkoušku opakovat kdykoli a také kdekoli. Nijak není také vymezen obsah, tedy metody jejich činnosti. Jsou omezeni jen tím, že nesmějí léčit infekční choroby, podléhající hlášení, nesmějí provádět zubolékařské výkony, vyšetřovat pohlavní orgány a nesmějí rodit. Vše ostatní dovoleno. Jejich zdravotnické znalosti jsou nejspíše jen o něco málo vyšší než u našich léčitelů, kde se žádná zdravotnická průprava nevyžaduje. V jiných zemích bylo naopak léčitelství přímo zakázáno, např. v Itálii nebo ve Francii. Tam je činnost léčitelů (guérisseurs) zakázána Zákonem o veřejném zdraví. Podle jeho znění kdokoli diagnostikuje nebo léčí, aniž by měl diplom lékaře, dentisty nebo porodní asistentky, se trestá dvěma léty vězení a pokutou ve výši 30.000 Euro. V USA léčitelé existují rovněž, bez jakékoli zákonné úpravy, ale je pro ně používán dehonestující název quack, což téměř odpovídá našemu šarlatánu, a jejich prestiž je proto velice nízká. Sdružují se do množství nejrůznějších místních nebo „odborných“ seskupení, ale jednotnou celostátní organizaci nemají. Jak je tomu v jiných zemích nelze přesně zjistit vzhledem k tomu, že je to sféra velice diferencovaná, nepřehledná a legislativa je všude ve vývoji.

Určitou informaci lze získat ze zprávy o projektu „COST Action B4“ Výboru pro nekonvenční medicínu při Evropské komisi v Bruselu z r.1998. Na rozdíl od Orientu, kde se tradiční léčitelství pokládá za rovnocenné s moderní medicínou, existují podle výše uvedené zprávy v Evropě tři různé systémy: 1) Systém monopolní, uznávající jen vědeckou medicínu (10 států, nap. Itálie, Francie, Řecko), 2) systém tolerantní, který připouští některé metody AM a činnost laických léčitelů (9 států, např. Německo, Dánsko, Irsko), a 3) systém smíšený (6 států, např. Velká Británie, Švýcarsko, Norsko), kde je monopol vědecké medicíny omezen jen na vybrané, speciální léčebné postupy. V ostatních oblastech je tolerována i činnost nekvalifikovaných osob, tedy léčitelů.

Legislativa týkající se léčitelství se však rychle vyvíjí a směřuje spíše k postoji liberálnímu. Na této cestě postoupilo nejdále Nizozemsko, kde byl v r.1996 parlamentem jednomyslně zrušen monopol lékařů na zdravotní péči (kromě některých vyhrazených výkonů) a léčení je prohlášeno za svobodné povolání, a kde je dnes kdokoli oprávněn léčit.

## **Spolupráce lékařů a léčitelů?**

Zajímavou otázkou je, zda mají nebo vůbec mohou lékaři spolupracovat s léčiteli. Názory se široce různí. Podle názoru prakticky všech léčitelů a některých lékařů je spolupráce možná a pro pacienta prospěšná. Uvádějí se četné příklady takové spolupráce, kdy léčitel odkazuje pacienta k lékaři, pokud předpokládá vážnou nemoc vyžadující speciální terapii, a na druhé straně příklady lékařů, kteří pacienta posílají k doplňkové léčbě léčiteli. Většina

lékařů však má názor opačný a jakoukoli spolupráci s léčiteli odmítá. Jejich postoj lze pochopit, protože posílat pacienta k osobě nekvalifikované, která používá neúčinné metody a nabízí neúčinné léčebné prostředky, je z jejich hlediska neetické a odporuje Hippokratově přísaze. Takový rigorózní postoj však může vést k tomu, že jejich pacienti možná budou přesto někdy léčitele navštěvovat, aniž by o tom svého lékaře informovali, nebo že od takového lékaře odejdou. Racionální je podle mého názoru střední, pragmatická cesta. Lékař by měl svému pacientovi, který nadhodí možnost léčení u léčitele, vysvětlit, že sám se na možnosti léčitelů dívá skepticky, ale že nemá žádné námítky proti tomu, aby pacient léčitele navštívil. Na druhé straně by léčitel měl do péče přijmout jen takového klienta, který byl lékařem vyšetřen a byla vyloučena vážná život nebo zdraví ohrožující choroba. A třetí partner tohoto trojúhelníku, pacient by měl jak lékaře, tak i léčitele přesně informovat, u koho a jakým způsobem se léčí.

### **Rizika činnosti léčitelů**

Z toho, co bylo řečeno výše, vyplývá, že činnost léčitelů není bez rizika pro jejich pacienty. Hlavním rizikem, které bylo zmíněno hned v úvodu, je to, že léčitel nemá a ani nemůže mít takové znalosti a diagnostické prostředky, aby mohl stanovit diagnózu. A bez ní nelze racionálně léčit. Jeho léčba může tedy být jen symptomatická, nikoli kauzální. Pokud se pacient svěřil se svou vážnější chorobou léčiteli a nekonzultuje lékaře nebo na radu léčitele přeruší doporučenou konvenční léčbu, vydává se značnému nebezpečí. Jiného charakteru jsou přímá rizika, vyplývající z nevhodné léčitelské metody. Aplikace toxických bylin, neumělé napravování kloubů a páteře, doporučení škodlivé diety, ať už Breussovy nebo makrobiotické, to jsou typické případy, kde je poškození pacienta možné. Je asi na místě zmínit se i o riziku zbytečných finančních obětí. Zajímavé je, že se všechna tato rizika týkají jen pacienta, prakticky nikdy léčitele. Ten je totiž beztrestný. Legislativa se na jeho činnost nevztahuje, on přece léčil v dobré víře podle svého nejlepšího svědomí. Tak to většinou také chápe poškozený pacient, a proto si nestěžuje. (Na lékaře v podobných případech ovšem ano.) Případy odsouzení léčitele pro hrubé poškození zdraví pacienta jsou v naší zemi neznámé.

### **Závěrečné slovo k léčitelství**

Léčitelství provází lidstvo od pravěku a dodnes existuje jako činnost osob nekvalifikovaných vedle oficiální medicíny a široce vzdělaných lékařů. Až do nedávné doby měla jeho existence své opodstatnění, protože existovalo jen minimum skutečně efektivních léčebných metod u většiny chorob. Úspěchy oficiální medicíny byly malé a příliš se nelišily od úspěchů léčitelů, kteří používali přirozené prostředky. V 18. i začátkem minulého století dokonce používali lékaři metody, které byly pro pacienta nebezpečné. Byly to pouštění krve, zvracení, klystýry, fontanely a používání látek toxických nebo chirurgické zákroky bez znalosti sterilizace, které dokonce pacienta často poškozovaly, takže útek k léčitelům, kteří používali tradiční osvědčené bylinné a fyzikální prostředky byl srozumitelný a opodstatněný.

Dnes je situace zcela jiná, moderní medicína má k dispozici spektrum nejrůznějších metod diagnostických i léčebných s ověřenou účinností, se kterými nemohou léčitelé a jejich metody soutěžit. Základním příkazem je také bezpečnost pacienta podle zásady „primum non nocere“ (především pacienta nepoškodit), a takovou záruku nemohou léčitelé poskytnout. Léčitelé nemají nic, čím by mohli medicíně konkurovat, ani svým „speciálním“, „holistickým“ přístupem a placebovým efektem, který nesporně jejich působení provází. Placebový efekt má obecný charakter, nezávislý na tom, kdo terapii poskytne, zda lékař nebo léčitel.

To, že pacienti léčitele vyhledávají, je dáno dlouhou řadou faktorů, jak ukážeme v kapitole „Příčiny dnešního romachu alternativní medicíny a léčitelství“. Mezi hlavní z nich patří to, že vždy budou nemoci nevléčitelné, vždy budou pacienti chtít využít všechny

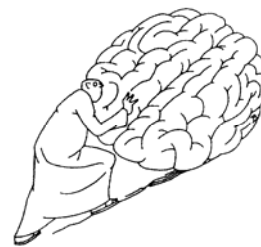
nabízené možnosti a vždy budou někteří z nich zklamáni neúspěchem klasické léčby nebo nevhodným jednáním lékaře a budou proto hledat alternativu.

Léčitelé tedy budou existovat jistě dál a pacientům, kteří z výše uvedených důvodů budou chtít léčitele navštívit a svěřit se do jeho rukou, bychom neměli bránit. Jsou léčitelé jistě různých kvalit, většina z nich jsou lidé čestní, kteří v úspěch svých schopností a metod upřímně věří a kteří pacientům mohou pomoci a zmírnit především jejich subjektivní potíže. U naturopatů a bylinářů lze očekávat i specifický léčebný účinek, u těch, kteří využívají neúčinné metody alternativní medicíny ovšem jen efekt placebový. Vždy by ale měl každý pacient vědět, že základním nebezpečím je zanedbání léčby vážného onemocnění v důsledku nemožnosti léčitele stanovit diagnózu a tedy i účelnou terapii.

---

## IV. Zhodnocení alternativní medicíny a léčitelství a problémy kolem nich

### Složky léčebného účinku



#### Proč může být „alternativní“ terapie úspěšná

V předchozích kapitolách jsme ukázali, že převážná většina metod AM a jejich léčivých prostředků nemůže mít a také prokazatelně nemá žádnou vlastní, specifickou účinnost. Přesto lékaři, léčitelé a také jejich pacienti, kteří využívají tyto metody, tvrdí a dokazují, že je „alternativní léčba“ účinná. Nelze to odbýt paušální poznámkou typu „to by se vyléčilo i bez léčby“, „to je jen subjektivní dojem“, „to bylo jen placebo“ a pod. Záležitost není ani zdaleka tak jednoduchá. Podrobnou analýzou důvodu vyléčení nebo subjektivního zlepšení i jednotlivých případů zjistíme, že existuje mnoho příčin, proč získává pacient mylný dojem, že byl vyléčen díky „alternativní“ metodě.

Častým omylem je, že pacient přičítá pozitivní výsledek léčby homeopatikem, i když se současně léčí farmakologicky účinným medikamentem. Taková možnost je někdy zastřena tím, že se léčebný efekt účinného medikamentu objeví s větší, i několikátýdenní latencí, až dojde v těle k dostatečnému nakumulování účinné látky. Tak je tomu např. u srdečních glykosidů nebo u mnoha látek používaných v psychiatrii. Pokud pacient doplní zatím neúspěšnou léčbu homeopatikem, následné zlepšení je pro něj známkou účinnosti homeopatika. Podobně tomu může být v případě infekčních chorob. Podané antibiotikum sice rychle zahubí virulentní bakterie, ale regenerace poškozeného organismu trvá delší dobu. Správně načasované podání homeopatika se může opět jevit jako začátek obratu k lepšímu.

Vedle těchto mylných interpretací existuje další příčina, proč se ve společnosti rozšířil dojem, že alternativní postupy jsou tak úspěšné. Je to masivní reklama, která alternativní léčbu a její prostředky provází. Stačí podívat se na webové stránky, plné reklam na různé potravinové doplňky, detoxikační preparáty, regresní nebo biotrické léčebné metody. Všechny slibují zázračnou léčbu téměř všech neduhů. Že je to nedoloženo, že je to falešná reklama, že je to často nepochybná lež, to zřejmě nevádí. Mnoho lidí reklamě věří. Totéž co na webu vidíme i v odborné literatuře. Klinické studie, které nepřinesou výsledky, se strčí do šuplíku, publikují se jen ty pozitivní. V předchozích kapitolách jsme uvedli, jak to zkresluje výsledky metaanalýz a budí dojem účinnosti, např. akupunktury a homeopatie. A konečně existují i zjevné podvody, kdy třeba léčitel „objeví“ u pacienta neexistující chorobu, nejlépe rakovinu a pak ji hravě vyléčí přiložením rukou.

Tyto výše uvedené situace však teď ponecháme stranou. Jisto je, že určitý terapeutický efekt „alternativní“ metody a prostředky mají. Tento zdánlivý paradox lze však snadno vysvětlit, protože léčebný efekt nezávisí jen na podaném léku, ale má ještě dvě další složky. Jednak existují přirozené obranné síly organismu, tzv. „hojivá síla přírody“ (vis medicatrix naturae), jednak placebo efekt (také placebový) efekt. Oběma těmto složkám léčebného efektu musíme věnovat bližší pozornost.



## Hojivá síla přírody (*vis medicatrix naturae*)

Organismus člověka byl v průběhu evoluce vybaven mechanismy, které zajišťují jeho stálost a provádějí jeho opravy při poškození. Sumárně označujeme tyto mohutné obranné mechanismy termínem „hojivá síla přírody“, latinsky „*vis medicatrix naturae*“. Jsou podmínkou a základem jakéhokoli vyléčení, terapie je nadstavbou. Jak účinné tyto síly jsou, dokazuje skutečnost, že člověk během života prodělává desítky, možná stovky nejrůznějších poranění a chorob a se všemi (kromě té poslední) se dokáže vyrovnat. Některé se hojí bez následků, jiné s jizvami nebo přecházejí do chronického stadia.

Význam přirozených obranných sil organismu pochopili lékaři už ve starověku. I lidová moudrost říká: Lékař léčí, příroda uzdravuje. Hippokratés věděl, že „*Tělo léčí své vlastní nemoci*“, Celsus dodává „*Vzpírá-li se příroda, medicína nic nepořídí*“. Stejně pádne to řekl F. Hoffmann (1690-1742): „*Lékař je pomocníkem přírody, nikoli vládcem*“. I Hahnemann poznal, že se tělo léčí samo, ale mylné bylo, že tyto komplexní síly redukoval na jednu, na duchovní „*dynamis*“.

Tyto mechanismy jsou nesmírně komplikované. Patří k nim především ty, které zajišťují homeostázu, stálost vnitřního prostředí, tedy stálé množství tekutiny v těle, stálé pH krve, stálou koncentraci minerálů aj. Jakákoli výchylka z normy je hned napravována změnou vstřebávání látek, změnou jejich zpracování v játrech nebo změnou vylučování ledvinami a střevem.

Když dojde ke zranění nebo infekci, aktivují se všechny regulační systémy v těle, tedy hormonální, nervové a především imunitní systém. Např. po větším krvavém zranění se okamžitě smršťují zraněné cévy a omezí se tak krvácení, jsou aktivovány mechanismy srážení krve a v místě zranění se postupně rozvíjí zánětlivá reakce. Stěhují se sem specializované buňky, které vstřebávají poškozené buňky, likvidují případné bakterie a množí se pojivové i kožní buňky, které ránu postupně zacelují. Podobně složité jsou procesy při infekci nebo jiných chorobách. Detaily těchto procesů jsou intenzivně studovány a z větší části pochopeny, ale jejich výklad pro naši potřebu není nutný.

Díky těmto mechanismům se organismus vyléčí sám, spontánně, ale než se uvedené mechanismy rozběhnou, trvá hodiny, dny i déle, a často se nemoc hojí s následky nebo přechází do chronického stadia. Do tohoto procesu zasahuje terapie a může ho podstatně ovlivnit a urychlit. Při tom je důležité rozlišovat v působení jakékoli léčby dvě složky. Na jedné straně je to působení materiální, tedy fyzikální nebo chemické, resp. farmakologické, na druhé straně působení psychické, placebo efekt.

---

## Placebo – Placebo efekt

Placebo efekt je mezi laiky často nepochopen a i v odborné literatuře se vedou diskuse o tom, jaká je jeho podstata, mechanismus působení, u kolika osob, jak často, kdy a v jaké síle se uplatňuje, zda je výsadou jen alternativní medicíny, zda jsme oprávněni „léčit jen placebem“. Protože placebo je tedy pro mnohého laika fenoménem a často i termínem záhadným a protože hraje v alternativní medicíně ústřední roli, musíme jeho rozboru věnovat samostatnou kapitolu.

## Co je to placebo a placebo efekt

Před podrobným výkladem musíme předeslat definici:

**Placebo** je farmakologicky inertní látka, která má stejný efekt jako podání farmakologicky aktivní látky. Jinak řečeno: Placebo je léčivý prostředek, který nemá vlastní, specifický účinek, ale působí proto, že mu pacient věří.

**Placebo efekt** je objektivně měřitelné nebo jen vnímané zlepšení zdravotního stavu, které nelze přičíst medikamentózní nebo invazivní léčbě. Placebový efekt se neobjevuje jen po podání neúčinné látky, ale po podání jakéhokoli, i účinného prostředku, a ve stejné míře v medicíně alternativní jako vědecké. Je to obecný, na ne/účinnosti a na ne/vědeckém charakteru léčby nezávislý fenomén.

Naprosto mylný je proto názor některých léčitelů, kteří tvrdí, že úspěch alternativní léčby závisí výhradně na jejich léčebném prostředku a kteří ostře odmítají, že by se na úspěchu podílel placebo efekt. Zcela opačný, ale stejně mylný je názor, že vědecká medicína, tedy lékaři neumějí využívat placebo efekt oproti medicíně alternativní a léčitelům.

Latinské slovo „placebo“ znamená „budu se líbit“, jenže do medicíny se dostalo nepřímou, převzetím úvodního slova modlitby, kterou zpívali mniši při zařikávání nemocí a po podání utišujícího prostředku. Je to věta z Žalmu 116.9: „*Placebo domine in regione vivorum*“ (Před Hospodinem naleznou zalíbení v zemi živých.). Přeneseně se slovem placebo označil podávaný lék. Později se tento název přenesl dál na označení pilulky, např. z cukru nebo škrobu, o které se vědělo, že nemá žádnou vlastní účinnost, ale že i tak může poskytnout pacientu úlevu. Poprvé použil termín placebo v tomto smyslu Quinci ve svém Lexikonu v r.1787. Pozitivní výsledky po podání placebo se potom označují jako placebo efekt nebo také placebový efekt.

V současné době se pojem placebo chápe v daleko větší šíři. Víme, že stejný efekt jako podání tabletky má i pověst, vzhled, chování, jednání i slovo léčícího a také prostředí a situace za které léčení probíhá. I tyto faktory působí jako placebo. V tomto širším smyslu se také dnes většinou chápe i placebo efekt. Někdy to však vede k nedorozumění, např. při hodnocení klinických studií. Musíme proto rozlišovat, zda placebo efekt chápeme v užším slova smyslu jako reakci na podání určitého medikamentu, placebo, nebo jako sumární odpověď organismu na všechny vnější faktory kromě specifického medikamentu.

Ne vždy mají vnější faktory pozitivní efekt. Je zřejmé, že špatná pověst léčícího, jeho nevhodné jednání nebo prostředí budící strach budou mít negativní efekt, povedou ke zhoršení stavu pacienta. V tom případě mluvíme o „nocebu“ nebo také „noxebu“ (z latinských slov „nocere – škodit nebo „noxa“ – škodlivá látka). Nocebo efekt může být extrémně silný, jak dokazují úmrtí pacienta v případě uštknutí jedovatým hadem dříve než se může jed uplatnit, nebo po vynesení rozsudku smrti ze strany afrického šamana.

## **U kterých osob, kdy a v jaké síle se placebo efekt objevuje**

Podle studie Beechera a Bostona z r.1955 se placebo efekt objevuje jen u některých osob, tzv. placebo reaktorů, kterých má být jen 35%. Tento názor se udržoval dlouho a teprve klinické studie z posledních dvou desetiletí ukázaly, že to byl názor mylný. Podle Hestera (1998) reaguje na podání placebo pozitivně 30-80% osob, podle MacDonalda (1998) v léčebné praxi průměrně 60% osob, v závislosti na podmínkách podání a na situaci. Zdá se, že za určitých okolností může být reaktorem každý. Nicméně je zřejmé, že jsou značné individuální rozdíly, zčásti genetické povahy, dané podle názoru některých autorů různou sugestibilitou. Tu lze dnes pomocí testů dobře kvantifikovat. Podle pozdějších studií je však přesnějším kritériem credibilita, tedy schopnost pacienta věřit v úspěch terapie, očekávat dobrý výsledek. Zda se placebo efekt objeví a v jaké síle, to záleží na mnoha dalších faktorech.

Mezi dobré placebo reaktory patří obvykle osoby těžce nemocné, které se obávají zhoršování nemoci nebo invalidity, nebo ti, u nichž na vyléčení závisí jejich kariéra, tedy např. herci nebo sportovci. Lépe také reagují pacienti úzkostní nebo se sklony k depresi. Zajímavé je, že nezáleží na intelektu a že důležitější je charakter vzdělání. Lépe reagují pacienti s humanitním vzděláním a s méně vyvinutým kritickým myšlením. Silnější je odezva na placebo také u osob z jiného kulturního prostředí.

I mohutnost placebo efektu záleží na mnoha zevních okolnostech. Především na osobě léčícího, na jeho pověsti, charismatu, na způsobu jeho chování, jednání, na jeho slovu. Na někoho silně působí lidskost léčícího, čas, který mu věnuje, na jiného jeho přesvědčivost a sebejistota. Dobře kdysi radil medikům dr. Asher: „*Když budete ve svou terapii věřit zaníceně, přestože kontrolované studie ukazují že je neúčinná, budou mnohem lepší Vaše výsledky, Vaši pacienti a také Váš příjem.*“ Placebo reakce je určitě silnější, když pacienta léčí univerzitní profesor než když ho ošetřuje začínající sekundář. Totéž platí pro léčitele. Léčitel s ohromující celonárodní pověstí, třeba páter Ferda, měl samozřejmě větší léčebné úspěchy díky mohutnému placebo efektu.

Jak velký vliv má slovo lékaře, prokázaly některé studie. Když bylo pacientům řečeno, že ve studii bude sledován vliv léku, který má povolit svalové napětí, tak k tomu u placebo reaktorů skutečně došlo. V opačném případě došlo ke zvýšení svalového napětí. Když se pacienti domnívali, že dostali stimulační prostředek, zvýšil se jim krevní tlak a zrychlila srdeční akce, když věřili, že se zkouší vliv alkoholu, tak projevovali známky opilosti a když mysleli, že se zkouší svalová síla, tak zdvihli těžší předměty.

Významné je samozřejmě i prostředí. Tiché, sugestivní a na pacienta soustředěné prostředí, interiér vyzdobený symbolickými nebo mystickými obrazy, poukazování na magii, používání nezvyklých pomůcek, to vše ovlivňuje vnímání pacienta a velikost placebové odpovědi.

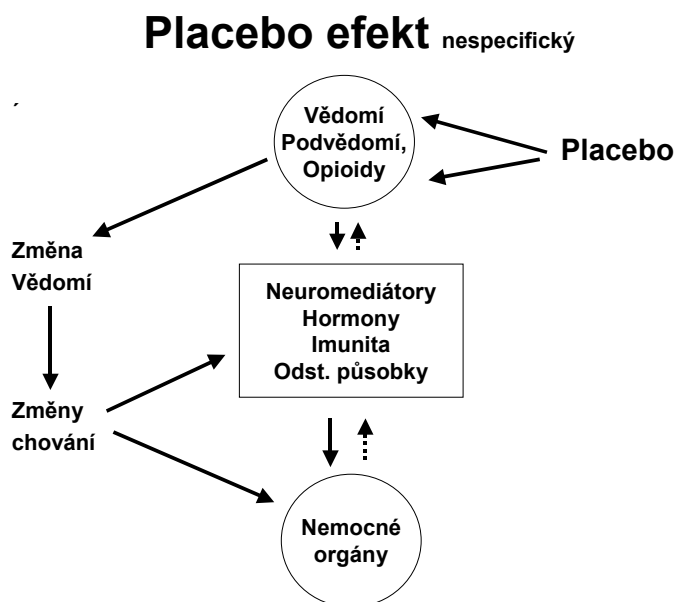
I podávané medikamenty se liší mohutností placebo efektu. Lék zahraničního, třeba švýcarského původu, nebo zase módní bylinný lék z Tibetu, právě tak jako lék nový, doprovázený mohutnou reklamou, má větší efekt než lék stejně nebo i více účinný, pokud je dávno známý a běžný. Záleží i na vzhledu placebo. Tableta téhož léku červené barvy je účinnější než tableta zelená, roztok je účinnější než tableta, roli hraje i vzhled balení. Větší tableta má větší efekt než menší, větší počet tablet větší než jedna, dražší lék větší než laciný. Nelze zapomenout ani na název preparátu. Zvučný a záhadně znějící název má samozřejmě silnější placebo efekt. Mumio, Ženšen, Zlaté kapky, Wobenzym, Oscilloccin, to jsou pro uši pacienta velice slibně znějící názvy.

## **Mechanismus placebo efektu**

Placebo efekt je výsledkem složitého řetězu reakcí organismu. Impulzem je placebo v nejširším slova smyslu, jak jsme vysvětlili výše. Příjemcem je nervový systém, jeho psychická složka. Na to, jakým způsobem se vliv placebo odrazí v psychice, existuje několik teorií. Podle nejuznávanější z nich je placebo efekt v podstatě autosugescí, umožněnou vírou pacienta v léčebný efekt, resp. očekáváním takového výsledku. Autosugesci musíme chápat např. podle Černého jako představu, myšlenku, informaci, která je přijímána jako realita bez ohledu na to, zda odpovídá skutečnosti. Sugescie je pak signálem pro spuštění autoregulační, sebeřídící aktivity. Nastaví se nový program řízení organismu, odpovídající představě. Placebo efekt je tedy primárně podvědomým dějem. Tyto podvědomé nebo nevědomé děje ovlivňují produkci různých látek tlumících vnímání bolesti, neuromediátorů v nižších mozkových centrech, a aktivují se také hormonální i imunitní mechanismy. Koncem minulého století, v r.1978 bylo také prokázáno, že se na placeboovém protibolestivém efektu uplatňuje i produkce opioidů v mozku. Jednoduché schéma mechanismu placeboefektu znázorňuje obr. 9.

Jiný výklad nabízí reflexní pavlovovská teorie, se kterou u nás souhlasí doc. Vinař. Podle této teorie jde v případě placebo efektu v podstatě o podmíněný reflex. Jestliže má totiž pacient zkušenost s úspěšnou medikamentózní terapií, pak v jeho nervovém systému vznikne nevědomá podmíněná vazba mezi podáním léku a pozitivním efektem léčby. Opětne podání medikamentu, i když třeba jiného, nebo i podání placebo vyvolá podmíněný reflex, podobný efektu dřívější terapie. Tento reflexní výklad je však sporný, protože selhává v případech, kdy

pacient nemá s medikamentózní léčbou žádnou předchozí zkušenost a i proto, že okolnosti při terapii choroby jsou jen málokdy shodné s léčbou předchozí a přesto může být placebo efekt shodný. Je možné, že se na placebo efektu podílejí oba mechanismy, první je dlouhodobý, druhý je spíše akutní odpovědí.



Obr. 9. Maximálně zjednodušené schéma mechanismu placebového efektu.  
(Převzato z knihy Heřt a kol.: *Homeopatie, clusterová medicína, anthroposofická medicína*,  
Nakl. Lidové noviny 1997)

Třetí hypotézu navrhli psychoanalytici. Ti se domnívají, že se může jednat o tzv. přenos, to znamená přenos víry lékaře na pacienta. Hypotéza je to ovšem sporná, právě tak jako sama psychoanalýza.

Vedle automatických, nevědomých reakcí se však na placebo efektu podílí i vědomí jak terapeuta tak i pacienta. V případě lékaře to může být vědomé sugestivní až hypnotické působení, záměrné chování a jednání, umění využít vhodná slova a vytvořit ovzduší důvěry. Na straně pacienta je role vědomí ještě větší. Pacient, který vlivem placebo efektu posílí svou víru ve vyléčení, mění svůj postoj k nemoci, lépe spolupracuje, dodržuje přesně všechna doporučení, u chronických chorob je schopen změnit svou životosprávu, opustit špatné zvyky, zvýšit svou tělesnou a duševní aktivitu. To vše může potom sekundárně zlepšit i stav pohybového systému, sílu svalstva, pohyblivost kloubů i stav výživy. A všechny tyto pozitivní změny mohou samozřejmě zpětně ve stejném smyslu působit na psychiku pacienta.

Náš popis mechanismu placebo efektu je velice stručný, protože jde o proces komplikovaný, v detailech nejasný. Proto stále zůstává předmětem lékařského výzkumu. Podrobnější údaje o placebo efektu najde čtenář v naší předchozí knize věnované homeopatii.

## Které nemoci může placebo efekt ovlivnit a v jaké míře

Pochopit mechanismus placebo efektu znamená také porozumět tomu, proč je jeho efekt tak různý nejen u různých osob, ale také u různých chorob a proč jeho podíl za výsledku léčby bude kolísat v širokých mezích. Údaje v odborné literatuře jsou nejednotné, ale přesto

se podařilo autorkám publikace Die Andere Medizin na podkladě rozsáhlé literární rešerše dojít k přesnějším údajům: Bolesti hlavy jsou ovlivnitelné placebo efektem ve 62% případů, angina pectoris v 18%, bolesti obecně ve 29%, potíže z nachlazení ve 45%, žaludeční a střevní potíže v 58%, krevní tlak lze snížit, i když jen krátkodobě, u 60% pacientů. Největší efekt, až 80%, lze očekávat u nemocí s psychosomatickou složkou, jako jsou např. alergické choroby včetně astmatu, funkční poruchy břišních orgánů nebo různé bolestivé stavy kosterněsvalové soustavy.

Ještě musíme dodat, jak se projeví placebo efekt. V zásadě platí, že primárně lze placebem ovlivnit subjektivní stav pacienta, změnit v pozitivním smyslu vnímání choroby, především omezit nebo i odstranit vnímání bolesti. Mění se i nálada pacienta, snižuje se pocit úzkosti, deprese a vrací se optimistická nálada. To samozřejmě může vést druhotně i ke zlepšení objektivnímu, především u chorob s psychosomatickou složkou. Snížení hladiny stresu může také vést ke snížení svalového napětí a povolání kontraktur, a podobně se může k lepšímu měnit i napětí hladkého svalstva v útrokách. Všechny podobné příznivé změny jsou zprostředkovány podvědomými nervovými, hormonálními i imunitními mechanismy, které odpovídají na pozitivní psychickou změnu, iniciovanou působením placebo v jeho širokém slova smyslu. Uvedené změny jsou objektivně hodnotitelné, měřitelné.

I když jsou uvedené pozitivní efekty nesporné a často významné, většinou k rychlému vyléčení nestačí a nemohou plně nahradit racionální terapii. Mají také nespecifickou povahu. Ovlivňují především subjektivní pocity pacienta, vnímání bolesti, úzkosti, deprese. Druhotně mohou zmírnit i fyzické příznaky nemoci, ale nemohou zasáhnout vlastní příčinu choroby s výjimkou některých psychických poruch. Zbývá dodat, že průběh organické choroby, infekční nebo degenerativní, traumat, onkologických chorob aj. placebo efektem podstatně ovlivnit nelze.

To, co jsme uvedli o účinnosti placebo a velikosti placebového efektu, bylo donedávna přijímáno jako prokázaný fakt. Nedávno se však objevily dva významné systematické přehledy autorů J.Hróbjartssona a P. Gøthscheho z r.2001 a z r.2004, jejichž závěry byly schváleny v r.2010 organizací Cochrane Collaboration. Autoři přesvědčivě dokazují, že při porovnání dvou skupin pacientů, léčených s neléčenými placebem, nebyly zjištěny statisticky významné rozdíly. Jejich závěr zní, že placebový efekt nemá žádné významné klinické účinky a jen mírně zlepšuje subjektivní potíže. Tyto práce vyvolaly mezi odborníky bouřlivé diskuse, které ukazují, že záhady kolem placebo a jeho efektů stále ještě nejsou beze zbytku objasněny. Je pravděpodobné, že příčinou sporu je to, že uvedení autoři v přehledu zpracovali jen studie, které hodnotily efekt placebo v užším slova smyslu, tedy jen neúčinné tablety, nikoli efekt široké palety vlivů, které představují placebo v dnešním, širším smyslu.

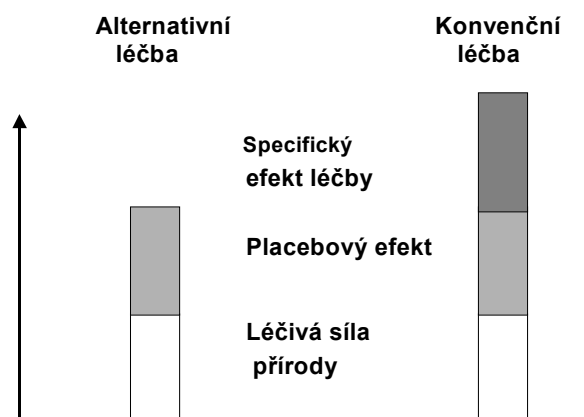
### **Podíl jednotlivých složek terapie na výsledku**

Z uvedeného výkladu plyne, že se na výsledku léčby podílejí tři složky: hojivá síla přírody, placebo efekt a medikament, resp. jakýkoli racionální léčebný zásah. První dvě složky mají nespecifický, obecný účinek, naproti tomu třetí složka je namířena specificky, konkrétně na určitý aspekt choroby, buď na její příčinu, např. bakterii, chybění hormonu a pod. nebo na určitý symptom, např. střevní křeče. Jaký je podíl těchto tří činitelů na vyléčení (nikoli na vnímání) choroby, závisí za povaze choroby i na reaktivitě pacienta. Jsou choroby, kde dominuje síla obranných přirozených sil, např. virová onemocnění jako je chřipka, pak jsou jiné nemoci, např. psychosomatické potíže, kde může být vedoucí silou placebo efekt a konečně existují vážné choroby, jako je rakovina, infekční choroby, degenerativní choroby, traumata aj., kde hrají zásadní roli prostředky moderní medicíny.

Přestože je tedy význam těchto tří složek odlišný u jednotlivých chorob, můžeme se jasně vyjádřit z obecného hlediska k podílu těchto tří složek na vyléčení choroby v oblasti vědecké a alternativní medicíny. Obě sféry, alternativní medicína i EBM, mohou stejně

spoléhat na všudypřítomnou hojivou sílu přírody, obě mohou počítat se stejným placebo efektem, ale principiálně se liší v tom, že alternativní medicína postrádá specifické, účinné léčivé metody a prostředky.

## Složky léčebného efektu



Obr. 8. Podíl tří složek léčebného efektu při konvenční a alternativní terapii (Heřt a kol.: *Homeopatie, clusterová a anthroposofická medicína, Lidové noviny 1997*)

### Kdy se placebo efekt využívá

Placebo efekt hraje zcela jinou roli v alternativní a vědecké medicíně

V alternativní medicíně, jejíž prostředky a metody nemají kromě výjimek vlastní, specifickou účinnost, je placebo efekt jedinou její zbraní, i když to její zastánci samozřejmě popírají. Úspěch těchto metod ukazuje, že jí dovedou, ať už vědomě nebo nevědomě, dobře využívat. Základním problémem alternativní medicíny však je, že se placebo efekt objeví jen u části, zhruba jen u třetiny pacientů. Druhým problémem je, že není trvalý, ale postupně odeznívá, takže chronické choroby nelze dlouhodobě léčit jen placebem.

Ve vědecké medicíně by mělo platit o placebo totéž. I lékař by se neměl spoléhat jen na automatizmus placebové odpovědi, ale měl by se jí snažit maximálně posílit. Je ovšem v nevýhodě. V současném zdravotnickém systému nemůže pacientům věnovat tolik času jako léčitel, osobní kontakt je slabší, protože se na vyšetřování často podílí několik osob, lékař nesmí na rozdíl od provozovatelů alternativních disciplín používat reklamu a čelí i záměrně šířené nedůvěře k medicíně. To vše nesporně snižuje sílu placebo efektu vědecké medicíny.

Jinou otázkou je, zda by měl lékař používat placebo jako lék, zda by měl „léčit placebem“. Až do 20. století byla léčba placebem samozřejmou součástí lékařského repertoáru. Pokud nebyl k dispozici účinný lék, podalo se alespoň placebo. Dnešní medicína je však schopna, alespoň v principu, najít vhodný, optimální lék pro každého pacienta, pro každou chorobu. Pokud není k dispozici léčba kauzální, tak je možná léčba symptomatická, vždy je možno i umírajícímu pacientu ulevit účinným neplacebovým prostředkem. Neúčinné metody a prostředky alternativní medicíny nejsou zapotřebí. Přesto je problém léčení placebem stále diskutován a někdy i aktuální. Co dělat např. s pacientem, který trvá na podání určitého léku, např. homeopatika? Tam je jistě možné jeho naléhání vyhovět a napsat mu vedle racionálně vybraného medikamentu ještě homeopatikum, a to jakékoli, s vědomím, že je to výrobek neúčinný, ale provázený v uvedeném případě silným placebo efektem. V nedávné anketě přiznala téměř polovina dánských pediatrů, že někdy použije placebo, především u dětí

s virovou infekcí místo antibiotika, které je u virových infekcí neúčinné, když rodiče trvají na podání léku. Je také možné v odůvodněných případech nahradit dočasně placebem lék racionální. Takové jednání lékaře je však z etického hlediska sporné. Je lépe odmítnout vyžadovanou léčbu a vystavit pacienta nocebo efektu, nebo podat „účinné“ placebo a dopustit se podvodu, lži? Diskuse bude jistě pokračovat. Argumenty ve prospěch podání placebo u některých akutních případů existují, ale u chronických nemocí placebem léčit nelze, protože placebo efekt postupně slábne a po několika týdnech vyhasíná.

Placebo má ovšem své významné místo ve vědecké medicíně v experimentech nebo klinických studiích při ověřování účinnosti nových léků, kdy se statisticky porovnává jeho účinek s účinkem placebo (viz str. 22).

---

## Souhrnné hodnocení alternativní medicíny



V předchozích kapitolách jsme popsali prakticky všechny metody alternativní medicíny, které se dnes používají v České republice. Vedle jejich popisu jsme se věnovali porovnání jejich principů s vědeckými poznatky a ověřování účinnosti jejich diagnostických a terapeutických prostředků na základě studia odborné literatury i logické analýzy. U převážné většiny metod jsme mohli konstatovat, že jejich principy jsou s vědeckými poznatky v rozporu a že jejich specifická, vlastní účinnost nebyla prokázána nebo je zcela vyloučena. Ve většině případů bylo splněno i třetí kritérium: léčebný účinek měly zprostředkovat duchovní nebo dosud nezjištěné síly. Tyto metody tedy odpovídají naší definici alternativní medicíny.

Vedle těch metod, které lze takto bez problémů charakterizovat, existují metody ležící na hranici mezi VM a AM nebo které lze používat různým způsobem.

Příkladem první skupiny jsou metody lidové, přírodní medicíny, které se svým původem i svými charakteristikami od typických metod alternativní medicíny zřetelně liší. Protože se však nelze přiřadit ani k vědecké medicíně a protože jsou i v zahraničních publikacích popisovány v rámci „alternativních“ metod, věnovali jsme jim stručnou kapitolu i v naší knize.

Druhou nepřesně vyhraněnou skupinou jsou dvě manipulační metody, chiropraxe a osteopatie, které jsou v anglofonních zemích státem uznávané a akceptované nebo alespoň respektované vědeckou medicínou. Pro tyto dvě disciplíny je typický rozpor mezi jejich principy a jejich účinností. Jejich principy jsou nesporně mylné, neodpovídající vědeckým poznatkům. Není pravdivá základní teze chiropraktiků, že příčinou všech nemocí je subluxace obratle, nebo u druhé metody nějaká nepřesně definovaná osteopatická léze. Přesto jsou manuální manévry, které tyto metody používají, u chorob pohybového systému někdy účinné. Obě metody se vědecké medicíně blíží také tím, že mají rozvinuté vzdělávání, které se příliš neliší od vysokoškolského lékařského vzdělání.

Dalším případem nemožnosti zařadit metodu striktně do rámce alternativní medicíny je situace, kdy se určitá metoda používá buď způsobem, který odpovídá vědecké medicíně, nebo naopak způsobem, odpovídajícím alternativní medicíně. Takovou metodou je např. arteterapie. Tímto názvem označujeme racionální léčbu uměním, kterou dnes používá zejména psychiatrie. Lze ji však také provozovat „alternativně“, tedy přisuzovat obrazům a kresbám magické vlastnosti nebo tvrdit, že obsahují a vyzařují léčivou energii. Tak ji používají mnozí léčitelé, které zastihneme na různých esoterických akcích, např. na výstavách Harmonie.

Takové případy, kdy nelze metodu jednoznačně definovat a přiřadit do jedné z obou skupin jsou však vzácné. Nelze ovšem vyloučit, že se časem objeví i jiné metody z rozsáhlé sbírky metod AM, které svou účinnost prokáží a racionálně vysvětlí. Nepochybně by pak byly postupně akceptovány vědeckou medicínou, jak je to v případě metod manipulačních.

### Rozdíly mezi alternativní a vědeckou medicínou

Alternativní medicínu neodlišují od vědecké medicíny jen ty základní, výše uvedené znaky. Prakticky ve všech jejích různorodých metodách najdeme řadu dalších rysů, které dokumentují, jak odchylný svět představují obě sféry. Na některé z nich poukážeme.

Na rozdíl od VM, která tvoří jednotný homogenní systém, v němž jsou všechny vědecké disciplíny navzájem provázané, tvoří metody AM naprosto nesourodou tříšť metod s různým původem, filozofií i metodikou. I vznik metod AM je zajímavý. Téměř vždy je



vynalezne nějaký „geniální“ jedinec, často senzibil, a jeho následovníci se jeho metody buď dogmaticky přidržují nebo se naopak snaží vymýšlet originální varianty. Původně jednoduchá disciplína se tak široce větví na spektrum módních variant. Na další rozdíl narazíme při snaze pochopit princip nějaké metody. Vědecká metoda je vždy popsána naprosto racionálně, logicky a pro informovaného srozumitelně. Jiné je to s výklady „alternativních metod“. Ty jsou často zmatené, nesrozumitelné, plné esoterických představ, někdy mystiky a magie a vědeckých, avšak mylně interpretovaných termínů, jindy naopak simplifikované až naivní. Velice jednoduchá je na rozdíl od VM terapie. Není třeba pacienta podrobně vyšetřovat, stanovit diagnózu, poznat skutečnou příčinu choroby, protože přece je v ruce panacea působící holisticky na všechny potíže. Podobné je to s ověřováním výsledků léčby. Statistická analýza velkého souboru není nutná, stačí odvolávat se na osobní zkušenost, na jednotlivý případ. A není třeba se vzdělávat, léčit přece mohou i laici, a nikdy se nemusí léčitel s nikým radit, nějaká hierarchie odbornosti, jak je tomu v VM, neexistuje. Kontrola léčby neexistuje, ostatně ani není možná, záznamy o léčbě prakticky žádný z léčitelů nevede. Nové metody ve VM se dlouhodobě ověřují, „alternativní“ se hodí okamžitě na trh s velkou bombastickou, demagogickou reklamou a proti kritikům se vystupuje agresivně, event. se podávají žaloby.

U některých metod AM jsou tyto rysy zastoupeny všechny, u jiných jen některé a ve slabším provedení, ale jako obecná charakteristika náš následující soupis typických znaků AM ve srovnání s VM nepochybně platí.

### **Rozdíly mezi VM a AM**

<i>Vědecká medicína</i>	<i>Alternativní medicína</i>
respektování přírodních zákonů	nepoznané nebo iracionální síly
principy metod podložené důkazy	rozpor s vědeckými poznatky
účinnost podložena důkazy	účinnost metod neověřena
hmotný mechanismus účinku	duchovní mechanismus účinku
logický systém	výklad v rozporu s logikou
jednotný systém	nehomogenní soubor metod
srozumitelnost	tajuplnost, mystika, magie
přesné vyjadřování	vágní, nepřesné termíny
odborná terminologie	pseudovědecká hantýrka
objektivita, experiment	subjektivita, spekulace
reprodukovatelnost	jedinečnost
přesná diagnostika	nemožnost vědecké diagnózy
kauzální nebo symptom. léčba	celostní, holistická léčba
specifická léčba	panacea
dokumentace a evidence	chybění záznamů
kolektivní vznik metod	metody vymyšleny jedincem
kontinuální vývoj	dogmata nebo originalita
otevřenost vůči novým metodám	uzavřenost některých metod
erudovaní lékaři	často laici
kolektivní spolupráce	individuální přístup
pravdivost a serióznost	demagogie, reklama, podvody

Z vedeného přehledu je zřejmé, že rozdíl mezi medicínou alternativní a vědeckou, a to nejen mezi jejími principy a výsledky terapie, ale i mezi přístupem a chováním jejich

protagonistů, je propastný. S touto situací se zastánci alternativní medicíny vyrovnávají dvěma protichůdnými způsoby:

Někteří z nich si jsou vědomi toho, že uvedené znaky jejich metodu diskreditují. Tvrdí, že jejich kritici tyto negativní rysy záměrně zveličují a že jim vědecká medicína křivdí, když jejich metodu neuznává. Snaží se svou metodu obhájit, přizpůsobují vědecké medicíně i metodiku výzkumu, provádějí dvojité slepé studie, publikují odborné články a organizují vědecké konference. Vymysleli dokonce termín analogický EBM, totiž „evidence based alternative medicine“. Své metody se snaží přiblížit vědecké medicíně i svou řečí. Přebírají všechny i ty nejnovější termíny z vědecké medicíny, i když většinou nechápou jejich pravý význam a jejich řeč se stává jen pseudovědeckou hantýrkou. V neposlední řadě se dožadují toho, aby jejich metody byly přijaty oficiální, medicínou a jejich výkony hrazeny státními pojišťovnami.

Existuje ale i zcela jiný, protichůdný přístup. Jeho zastánci jsou hrdí na to, že se jejich metody principiálně liší od metod vědecké medicíny. Mají jiný základní přístup k medicíně a pacientům, celostní, holistický, mají své vlastní, „nové medicínské paradigma“. A jejich vize je neskromná. Obě sféry, medicíny vědecká a alternativní, mají být chápány jako rovnoprávné a rovnocenné a teprve tak budou moci splynout v jedinou „medicínu třetího tisíciletí“.

Abychom porozuměli, čím se podle zastánců tohoto názoru od sebe obě sféry liší, porovnáme obě paradigmaty, vědecké a alternativní medicíny.

## **Paradigma EBM**

Moderní medicína, odvolávající se na vědu a využívající vědecké poznatky, vznikla už v 18. století. Ale teprve koncem 20. století se objevil požadavek, aby účinnost všech jejich postupů, diagnostických, laboratorních i terapeutických metod byla podložena jasnými důkazy, především pozitivními výsledky dvojité slepých studií. Vznikla tak medicína nového typu, tzv. „evidence-based medicine“ (EBM), medicína s novým paradigmatem. Nejpřesnější popis, jak by měla taková medicína vypadat, podal v r.1996 D.L. Sackett, který se na vypracování této koncepce významně podílel. Termín sám vznikl již dříve v kanadském Hamiltonu. Dnes je tento anglický termín včetně jeho zkratky EBM používán téměř všeobecně, zatímco český ekvivalent není ještě ustálen. Nejčastěji se používá termín „medicína založená na důkazech“, event. „svědectvích“, jindy se mluví o „znalostní medicíně.“ Pro EBM existuje řada definic. Podle Sacketta je EBM „*péče, která integruje klinickou zkušenost a zájmy pacienta s vědeckými důkazy o účinnosti léčby*“ (Pozn.: Co je to vědecký důkaz a jak se získává, jsme vysvětlili v kap. „Metody posuzování účinnosti metod vědecké a alternativní medicíny na str. 21)

Dnes již existuje rozsáhlá celosvětová síť center pro EBM, jejímž ústředím je organizace zvaná Cochran Collaboration, která tuto novou koncepci propracovává a prosazuje. Školící centra pro EBM vznikají téměř na všech univerzitách, existují speciální časopisy věnované EBM a na internetu existuje pro EBM přes 4 miliony odkazů. Byly vypracovány mezinárodně uznávané směrnice, jak lékařský výzkum provádět. Základním pravidlem pro zkoušení léků je tzv. „Správná klinická praxe“, významná je také mezinárodní dohoda, která bere ohled na etiku výzkumu, tzv. „Úmluva na ochranu lidských práv a důstojnosti lidské bytosti v souvislosti s aplikací biologie a medicíny“ z r.1997, kterou přijala naše republika rok poté. Důležitou roli při prosazování EBM hrají také instituce, které lékařské metody, přístroje a léky schvalují. U nás plní takovou úlohu Státní ústav pro kontrolu léčiv (SÚKL), ve světovém měřítku hraje vedoucí roli americká Food and Drug Administration (FDA), která přísně vyžaduje důkazy o účinnosti podle principů EBM. Bohužel, některé instituce, např. Státní zdravotní ústav, ověřují jen zdravotní neškodnost léčebných přístrojů a přípravků, a podobně i SÚKL hodnotí jen neškodnost homeopatik, nikoli jejich účinnost.

Poznamenáváme, že EBM je nutno dosud považovat spíše za cílový stav medicíny než za stav současný. I ve vědecké medicíně se dosud používají některé metody a prostředky neověřené, neúčinné, které jsou ovšem průběžně odstraňovány. Na druhé straně je EBM právem kritizována za to, že se někdy příliš spoléhá na výsledky dvojité slepých experimentů a zejména multicentrických mezinárodních studií na úkor dalších aspektů původní Sackettovy koncepce EBM.

## **Kritika vědecké medicíny**

Čtenář by si z dosavadního výkladu mohl domnívat, že medicína vědecká má jen samá pozitiva, alternativní medicína jen negativa. Takový jednoznačný názor nemám. Jsem si plně vědom nedostatků vědecké medicíny. Víme, že VM dosud používá metody nebo léky, jejichž účinnost dosud nebyla ověřena a že se používají spíše z tradice. „Evidence based medicine“ je dosud spíše programem, než realitou. Víme také, že jsou nemoci, které jsou zatím neléčitelné a že ani rozsáhlé klinické studie nedokáží někdy rozhodnout o nejvhodnější léčebné alternativě nebo o tom, zda vůbec je určitá metoda účinná. Nesmíme však zapomenout, že vývoj medicíny je nesmírně rychlý a že se snad denně objevují nové a účinnější postupy a léky.

V praxi sice najdeme množství nedostatků, které jsou medicíně přičítány, avšak ve skutečnosti to jsou nedostatky zdravotnictví, jeho organizace, řízení a financování, nebo osobní chyby jednotlivých lékařů nebo nemocnic. Takovou oprávněnou kritikou se však nebudeme zabývat, protože nemá nic společného s medicínou jako s vědeckou disciplínou.

Musíme však odmítnout kritiku, zaměřenou na základní principy vědecké medicíny. Někteří autoři dokonce medicínu obviňují, že se příliš opírá o vědu a že se stává, stejně jako sama věda, jakýmsi náboženstvím. Uvedeme jejich hlavní námitky. Kritici tvrdí, že se VM soustřeďuje jen na fyzickou stránku nemocí a na léčbu materiálních příčin chorob, zatímco nehledí na duši pacienta, nevěnuje se mu a nestará se o duchovní stránku jeho bytosti. Kritizují také její zaměření na jednotlivé lokální choroby bez ohledu na celek. VM prý používá jen redukcionistickou metodu, která nevidí celého člověka. Často je také kritizováno přílišné přetechnizování medicíny, její dehumanizování, ztráta lidského kontaktu lékaře s pacientem.

Tyto názory lze snadno vyvrátit. Neexistuje žádná duchovní, nemateriální složka, která by řídila lidské tělo. Není ani žádná jednotná síla, vis vitalis, prána, čchi, duchovní energie, která by řídila lidské tělo a která by také byla zodpovědná podle zastánců těchto směrů za vznik, průběh nebo i léčbu nemocí. Nelze ani oddělovat tělo a duši. Všechny duševní vlastnosti jsou jen funkcí materiálního těla, tělesných buněk. Proto je také principiálně mylná představa, že lze všechny choroby léčit zásahem do jednoho centra, tedy celkově, holisticky.

Je prokázáno nade vší pochybnost, že příčiny chorob jsou mnohočetné a v principu platí, že takové příčiny i místo poškození jsou zjištělné. Plicní tuberkulóza je vyvolána bakterií a postiženy jsou primárně plicní buňky, duševní choroby jsou poruchou koordinace mozkových buněk, rakovina vychází z buňky, která se vyvíjí atypicky např. pod vlivem nějaké chemikálie a pod. Medicína tedy odmítá holistickou představu a také holistickou léčbu, jak ji typicky provádí např. homeopat nebo biotronik.

A pokud jde o to, že lékaři léčí jen orgány, ne celého člověka, pak je nesporné, že rozsah medicíny je dnes tak rozsáhlý, že není v silách jednotlivce, aby zvládl všechny metody jak duševně, tak technicky. Specializace v medicíně je právě tak nutná jako ve všech ostatních oblastech lidské činnosti. Není možné, aby chirurg, který se věnuje kardiochirurgii, ovládal léčbu např. kožních chorob, nebo léčbu schizofrenie apod. Medicína je dnes kolektivní záležitostí.

## **„Nové medicínské paradigma“ alternativní medicíny**

Pseudovědu donedávna představovala tříšť nejrozmanitějších disciplín nebo názorů, navzájem spojených jen tím, že jejich principy nebo metody odporovaly současným poznatkům vědy. V posledních desetiletích se ale jednotlivé pseudovědecké obory navzájem sblíží a hledají společnou teoretickou bázi. Nejnápadnější je to v oblasti parapsychologie a alternativní medicíny, kde se vytváří jejich „nové paradigma“. Základem tohoto paradigmatu má být celostní, holistický pohled na svět a pacienta. Dalšími prvky „alternativního“ paradigmatu jsou poznatky moderní vědy, teorie relativity, kvantové mechaniky, informatiky, psychosomatiky i postmoderní filozofie. Moderní vědecké teorie prý vysvětlí mimosmyslové schopnosti, všechny ostatní parapsychologické fenomény i léčebné síly, kterými disponují metody alternativní medicíny. Snad první, kdo se zasloužil o vnesení prvků z moderní fyziky do alternativní medicíny byl Fritjof Capra v jeho knize „Tao fyziky“. Protože holistický pohled je centrálním prvkem tohoto nového medicínského paradigmatu, musíme mu věnovat bližší pozornost.

## **Holistická, celostní medicína**

Holistická medicína odvozuje svůj název od původně filozofického směru, holizmu, který byl vytvořen v biologii začátkem 20. století biologem Haldanem a Smutsem. U nás jej propagoval prof. Bělehrádek. Podle této představy je organismus jako celek něčím více než jen součet jeho jednotlivých částí. Při seskupování částí do vyššího celku se podle této koncepce vždy vynoří vlastnost nová, dojde k její „emergenci“. Dnes je holizmus překonán, protože se zjistilo, že i vyšší biologické struktury a funkce lze plně vysvětlit redukcionisticky pomocí chemie a fyziky.

Dnes se termín holizmus používá především v oblasti léčitelství a alternativní medicíny. Holistická medicína je jedním ze synonym medicíny alternativní. Ale ani v této oblasti není význam termínu holizmus jednoznačný. Podle některých autorů je holizmem názor, že existuje analogie mezi částí a celkem, analogie mezi mikrokosmem a makrokosmem. Tento koncept, hájený např. stoupenci hnutí New Age, vychází z prastaré gnostické představy, odvolávající se na egyptského mýtického boha Herma Trismegista a jeho výrok: „Co je nahoře, je i dole“. V dnešní době tuto představu přijal a „obohatil“ R. Sheldrake, podle nějž se všechny informace z našeho světa kopírují jako „morfická pole“ do vesmírné (duchovní) paměti, z níž je zpětně ovlivňován náš materiální svět. Z podobného konceptu vychází i astrologie a podle některých tuto „teorii“ potvrzuje i holografie v tom smyslu, že část obsahuje vždy celou informaci o celku.

Jindy se pod holizmem míní to, že léčit se nemají jednotlivé orgány nebo buňky, ale má se působit přes centrální duchovní sílu, která ovládá člověka a má i hojivé účinky. Takovou silou, léčící i orgánové choroby, je dynamis, prána, čchi, mana, orgonská energie, ód, dnes kosmická energie, vitální síla, psychika nebo „imunitní mechanismy“. Krajní podobu má názor Křesťanské vědy, podle níž žádné nemoci neexistují, vše jsou jen představy, které lze léčit změnou psychiky, postoje k nemoci. Z tohoto pohledu lze všechny orientální a esoterické metody, používající výše uvedené „síly“, považovat za metody holistické.

Nejběžnější však je prostý, „lidový“ přístup léčitelů. Ti totiž neléčí nemoc, ale „celého člověka“ a proto mluví o celostní nebo celkovostní terapii. Tímto termínem se ohánějí především homeopati a parapsychologové resp. biotronici.

Ve skutečnosti je holizmus v alternativní medicíně a léčitelství jen líbivým termínem bez přesného obsahu, který má odlišit a diskreditovat medicínu vědeckou a sugerovat představu, že alternativní medicína je modernější, lepší, účinnější. Z odborného hlediska je „celostní“ přístup absurdní, protože nepostihuje skutečnou konkrétní příčinu nemoci. Pohled moderní medicíny založené na důkazech je jiný: léčba má být příčinná, specificky postihující

primární příčinu choroby, doplněná případně léčbou symptomatickou. Nespecifická „celostní“ léčba může mít jen podpurný efekt.

## **Panacea**

Pro zastánce alternativní medicíny je však holistická koncepce neocenitelná. Umožňuje totiž vysvětlovat neuvěřitelnou terapeutickou šíři jejích metod. Jestliže nepůsobíme redukcionisticky, jen na jeden orgán nebo na jednu chorobu, jak ji definuje vědecká medicína, ale celostně, pak použitá duchovní síla ovlivňuje celého člověka, jeho tělo i duši, všechny jeho orgány a také všechny jeho nemoci současně. Slovo „celostní“ je ideálním manipulačním prostředkem, jak zdůvodnit, proč jsou medikamenty nebo jiné prostředky AM tak úžasně účinné, že působí prakticky na všechny choroby jako všelék, jako panacea. Charakter panacey má většina léčebných preparátů, které nabízí alternativní medicína. Jsou to mnohé naše i orientální byliny, např. žen-šen, kterým se přisuzují nepravděpodobně široké účinky. Typickou panaceou jsou vysoce ředěné homeopatické přípravky, individuálně vybrané podle tzv. konstituční homeopatické terapie. Mají působit na všechny nemoci určité osoby. Podobný efekt mají i přípravky, tzv. „doty“ clusterové medicíny. Orgány člověka se postupně vrací do původního stavu, takže se zruší příčina všech zdravotních obtíží. I všechny parapsychologické metody a léčení vírou jsou vyhlášovány jako panacea. Panaceou je i akupunktura, jak dokumentuje široký rejstřík čínských indikací pro tuto léčbu..

Už při popisu jednotlivých metod jsme se na více místech zmínili o tom, že představu o všeléku EBM odmítá jako nonsens. Existují desítky skupin nejrůznějších příčin chorob a v každé skupině jsou zase desítky nebo stovky různých nemocí, jako např. v případě chorob infekčních. A každá z nich má jiného původce, který vyžaduje jinou terapii, upravovanou navíc podle aktuálního obrazu, stadia a závažnosti choroby.

Tvrzení o tom, že celostní léčba je výsadou alternativní medicíny a že medicína vědecká je naopak medicínou redukcionistickou, je navíc nejen zavádějící, ale přímo lživé. Znovu na tomto místě opakujeme, že je to právě naopak. Každý, kdo byl s nějakou netypickou nebo nejasnou chorobou vyšetřován v nemocnici dnešní medicínou, ví dobře, jakým martyriem musel projít, kolik odborníků musel navštívit a kolik procedur absolvoval od podrobné anamnézy přes fyzikální, laboratorní a přístrojové vyšetření než se dospělo ke konečné diagnóze a racionální terapii. Ano, asi to není „celostní terapie“, je to ovšem léčba komplexní. „Celostní terapie“ jsou zřejmě všechny metody alternativní, třeba dálková terapie modlitbou nebo podání jedné tabletky při konstituční homeopatické léčbě bez jakéhokoli vyšetření kromě příjemné, hodinu trvající rozmluvy o věcech, které s vlastní chorobou nemají nic společného.

## **Rizika alternativní medicíny a léčitelství**

V předcházejících kapitolách jsme ukázali, že metody AM, kromě výjimek, nemají udávanou účinnost. Zatím jsme však dostatečně nepoukázali na to, že používání metod AM a činnost léčitelů představuje pro pacienta i značné riziko. Ale nejen pro pacienta. Současný rozvoj AM má i obecnější negativní důsledky pro společnost i pro vědeckou medicínu. Některé rizikové postupy jsme sice popsali už u příslušných metod, ale na tomto místě se pokusíme podat jejich stručný přehled. Musíme předeslat, že k poškození nemocných dochází především u léčitelů, zatímco lékaři, používající metody AM, dovedou odhadnout, kdy je nutné volit standardní konvenční léčbu a kdy si mohou dovolit léčbu alternativní.

**Přímé poškození pacienta** můžeme očekávat u metod manuálních, invazivních nebo u fytotherapie. U ostatních metod, které pracují jen s „duchovní energií“, takové nebezpečí nehrozí. Nejzávažnější důsledky mohou mít především hrubé chiropraktické výkony na krční páteři. Bylo popsáno mnoho případů ochrnutí v důsledku poškození míchy. Častější, ale méně vážné jsou komplikace při akupunkturální léčbě. Typické je menší vnější nebo vnitřní krvácení

nebo kolaps, vážnější mohou být komplikace po zanesení infekce do rány. Byly popsány i hromadné přenosy žloutenky. Ojedinele byly hlášeny i případy zranění vnitřních orgánů. Bylinářství je rizikové při použití bylin s obsahem toxických látek. Dnes jsou z tohoto hlediska nebezpečné zejména dovážené bylinné přípravky z Orientu. Časté jsou při použití bylin i celkové nebo místní alergické reakce.

**Nevhodné rady léčitelů.** Léčitelé, a to i ti, kteří léčí pomocí neexistující energie, mohou pacienta poškodit nepřímo. Mají totiž zcela nedostatečné, často nulové odborné vzdělání, nemohou tedy stanovit diagnózu a nejsou schopni posoudit závažnost potíží. Proto někdy doporučí i v případě vážné choroby vlastní neúčinnou léčbu a neodkáží pacienta k lékaři nebo, což je ještě závažnější, zakáží současnou léčbu předepsanou lékařem. Vysazení inzulínu při léčbě cukrovky nebo léků proti hypertenzi může mít katastrofální důsledky. Tragické konce může mít také „alternativní onkologická léčba“, např. Breussovou dietou. Případy rakovin, které mohly být zachráněny chirurgickou léčbou nebo chemoterapií a které skončily úmrtím byly popsány jak v zahraniční tak i v naší odborné literatuře.

**Zanedbání řádné léčby.** Primární vinu na zanedbání řádné léčby nese samozřejmě sám pacient, svedený reklamou a nabídkou účinné, přírodní, laciné atd. léčby, když dá chybně přednost léčení alternativní metodou před návštěvou lékaře. K lékaři se dostaví pozdě, kdy již není naděje na vyléčení.

**Falešná diagnóza.** Vedle solidních léčitelů existují i takoví, kteří pacienta podvádějí. Běžné jsou falešné sliby vyléčení i u tak vážných stavů, že léčitel musí vědět, že jeho léčba nebude mít žádný efekt. Neúspěch pak vysvětlí tím, že se pacient dostavil k léčbě pozdě. Někteří jsou schopni oznámit nemocnému i vymyšlenou, falešně pozitivní diagnózu. Nejlépe se k tomu hodí opět rakovina. „Diagnostikovaný“ nádor jsou pak schopni snadno „vyléčit“.

**Finanční ztráta.** Výkony léčitelů i lékařů, kteří provozují např. homeopatii nebo akupunkturu, nejsou hrazeny pojišťovnou a výše úhrady není nikým přesně stanovena. Léčitel nebo lékař si pak účtuje tolik, kolik mu dovolí jeho pozice na alternativním trhu, jeho odvaha nebo naivita pacienta. Částky to jsou nemalé, většinou se pohybují v tisících Kč a u dlouhodobého léčení chronické choroby mohou těžce zasáhnout do rozpočtu rodiny nemocného. Bezcenné, extrémně drahé návštěvy psychického chirurga na Filipínách jsou jedním z příkladů.

**Negativní ovlivnění pověsti a účinnosti EBM.** Současná masivní propagace metod AM může mít negativní dopad i na účinnost metod vědecké medicíny. Už to, že pacient je ovlivněn reklamami a nezdůvodněně příznivou pověstí AM vede k recipročnímu efektu. V jeho očích ztrácí vědecká medicína kredit a nepochybně se snižuje placebové působení vědecké medicíny, lékaře i jakékoli jím použité terapie.

**Negativní ovlivnění lékaře.** Na českých lékařských fakultách, na rozdíl od některých zahraničních států, se studenti o alternativní medicíně a jejích metodách nedozví prakticky nic a po vstupu do praxe se střetnou s nabídkami alternativních metod, slibujícími větší efekty než metody vědecké medicíny. Mají jen minimální oporu ve stanoviscích Čs. lékařské společnosti, Čs. lékařské komory i státních orgánů. Mladý lékař může být zmaten, ztrácí část sebedůvěry i důvěry v to, co se naučil na fakultě a může být např. filozofií akupunktury, biotroniky nebo homeopatie natolik zmámen, že opustí racionální medicínu a věnuje se metodám AM. Opouští kritické myšlení a přijímá iracionální paradigma alternativní medicíny. Oběma způsoby totiž myslet nelze. Někdy je to ale jinak. Jsou lékaři, kteří dobře vědí, že metody AM, které používá, jsou neúčinné. Že se stávají šarlatány, některým bohužel asi nevdá. Často to ovšem přinese hmotný prospěch. Třeba i to je motivem pro jeho konverzi.

**Negativní ovlivnění vědeckého výzkumu:** U převážně většiny metod AM jsou jejich principy natolik mylné, že musí být každému zřejmé, že je jejich účinnost vyloučena. Přesto se v EBM, která pod slovem důkaz rozumí jen kontrolovanou klinickou studii, zafixovala absurdní představa, že se každá sebenesmyslnější metoda musí ověřovat finančně i časově

náročnou klinickou studií. Finanční prostředky, které by mohly být využity mnoha jinými rozumnými způsoby jsou tak nesmyslně vyplývány.

Stoupenec AM může namítnout, že její rizika jsou zanedbatelná ve srovnání s riziky vědecké medicíny. Má samozřejmě pravdu, jenže nezbytná rizika EBM terapie jsou bohatě vyvážena prospěšností jejích metod. I v praktické medicíně totiž platí podobné principy jako v ekonomii, tedy i zákon poměru cost – benefit, to znamená riziko (cena) – prospěch. Každý lék, který má pozitivní účinky a který tedy zasahuje do organismu, musí nevyhnutelně mít za určitých podmínek i vedlejší nebo až negativní účinky. Jenže v EBM je zajištěno, že prospěch určitého léku nebo metody vždy přesahuje možná rizika. Takže např. každý chirurgický výkon je spojen s určitým rizikem. Jeho výše je však dnes u každého typu operace známa. Stejně tak se ví, s jakým rizikem a s jakou mortalitou musí pacient, pokud by se chirurgicky neléčil, počítat. Riziko operace zánětu slepého střeva je minimální, smrtelné případy jsou zcela výjimečné. Neléčený zánět vede ve vysokém procentu k zánětu pobřišnice a úmrtí. Totéž platí pro jakoukoli farmakologickou léčbu. U léčby obyčejné angíny existuje např. relativně malé riziko alergické komplikace po podání penicilínu, ale na druhé straně při neléčené angíně hrozí revmatická horečka s těžkým poškozením srdce nebo ledvin. U onkologických pacientů je to ještě zřejmější. Pacient s prokázaným maligním tumorem bez léčby má téměř stoprocentní jistotu, že v krátké době zemře. Onkologická léčba, sestávající v podstatě z trojice metod, chirurgické léčby, radioterapie a chemoterapie, dokáže dnes vyléčit přibližně 50% onkologických chorob. (Procento vyléčených samozřejmě kolísá podle typu nádoru i jeho stadia v době zahájení léčby.)

Riziko metod alternativní medicíny je vyvažováno jen placebo efektem. Jak jsme uvedli v předchozí kapitole, jeho možnosti jsou velice omezené, u těžkých infekčních a onkologických chorob prakticky nulové. V těchto případech je zřejmé, na kterou stranu se v těchto případech vychýlí miska vah.



## Příčiny dnešního rozmachu alternativní medicíny a léčitelství



V předchozích kapitolách jsme ukázali, že metody AM jsou ve své převážné většině specificky neúčinné a že nemohou nemocným nabídnout nic jiného než placebo efekt, který působí jen na někoho, jen někdy a zpravidla jen na subjektivní vnímání choroby. Poukázali jsme i na různá nemalá rizika, která používání metod AM provázejí. Za této situace se zdá jen málo pochopitelné, že si tyto metody získaly tak velkou a stále stoupající oblibu u veřejnosti snad na celém světě. Jak je to možné? Jaké jsou příčiny takového zájmu o alternativní medicínu? Proč pacienti léčitelům i zjevným šarlatánům věří? To jsou otázky, na které není snadné odpovědět. Rozhodně neplatí, co často tvrdí kritici vědecké medicíny. Podle nich jde pacient k léčiteli, protože lékaři s ním nejednají lidsky, nevěnují mu dost času a protože konvenční léčba pacienta spíše poškozuje než léčí na rozdíl od metod alternativní medicíny, které jsou účinné, bezrizikové, přírodní a laciné. Takový mylný a často účelový výklad odmítáme. Byla už uspořádána řada anket a i my jsme se našich členů před léty ptali na vysvětlení této záhady, ale jednoznačnou odpověď jsme nedostali. Podobně jako ostatní ankety, i my jsme zjistili, že se odpovědi velice různí, že existuje množství individuálně odchylných důvodů zájmu o alternativní medicínu a důvodů nedůvěry v konvenční medicínu. Jde o typickou multifaktoriální záležitost, kde hraje roli stav současné civilizace, duchovní atmosféra společnosti, vnímání zdraví i choroby, úroveň dnešní medicíny, médií vytvářený obraz medicíny vědecké i alternativní, ale také povaha a prognóza choroby, vrozené dispozice, osobní zkušenosti pacienta i četné různorodé vnější vlivy, které na něj působí.

Problém si zjednodušeně můžeme rozdělit na dva okruhy. Budeme se ptát, proč vůbec existuje vedle medicíny vědecké i medicína alternativní a dále jaké jsou obecné i specifické příčiny jejího dnešního rozšíření v západním světě.

Na první otázku je snadné odpovědět. Choroby vždy byly a stále budou a nikdy nebudou k dispozici léky na všechny nemoci a nikdy nebude možné zabránit stárnutí a smrti. V dnešní době, kdy je ideálem maximální zdraví (mluví se o tzv. „healthizmu“) a co nejdélejší život, se nároky na medicínu mimořádně zvýšily. Ta však přes veškerý rychlý pokrok a stejně velké, často předčasné sliby není schopna vyhovět přání nemocného. Ten pak hledá pomoc jinde, zejména když se mu tak vstřícně nabízí v mnoha alternativních variantách za mohutné podpory všech médií. Vážně nemocný, ohrožený přechodem nemoci do chronického stadia, invaliditou nebo nevyhnutelnou smrtí nebývá schopen kritického myšlení, rozumného zhodnocení situace a uchyluje se k naději, k víře v zázračnou metodu, mimořádné schopnosti léčitele a v magii jeho metod. Ve zkratce: vždy budou existovat choroby, vždy budou lidé hledat pomoc, nikdy nebude medicína schopna uspokojit každého, vždy bude existovat nabídka léčby alternativní. Alternativní medicínu proto musíme chápat jako fenomén trvale provázející konvenční medicínu od jejího vzniku.

K dnešnímu rozvoji AM přispívají i jiné faktory. Mezi nimi hrají nesporně roli určité nedostatky moderní medicíny nebo spíše závažné nedostatky zdravotnictví. Medicína klade správně velký důraz na diagnostiku s využitím mnoha metod a moderních technických prostředků. Bohužel na podrobný rozhovor s pacientem mají lékaři v dnešním zdravotnickém systému stále méně času. Neplatí to samozřejmě vždy, mnozí obvodní lékaři, internisté nebo psychiatři se dovedou pacientům věnovat s plným nasazením. Jenže propagátoři alternativní medicíny dovedou uvedené skutečnosti dokonale využít a vykreslují současnou medicínu jako



dehumanizovanou a přetechnizovanou. Na druhé straně se v tisku i na webu demagogicky propagují nové, módní metody AM. Kritické publikace, které by vysvětlovaly jejich reálné možnosti, u nás prakticky neexistují. Nelze se proto divit, že jsou pacienti dezorientováni a že podléhají reklamám asertivních léčitelů. Kontraproduktivně také asi působí nadšené články ve vědeckých přílohách tisku ohlašující předčasně nové úžasné objevy medicíny, které budou zanedlouho schopny pomocí genového inženýrství vyléčit každého a každou chorobu. V pacientovi to budí spíše nedůvěru, když zjistí, že dnešní realita je jiná a že jeho choroba je neléčitelná.

Současně s kritikou vědecké medicíny slyší pacient ze všech stran, že existují zázrační a obětaví léčitelé a nové, často exotické metody, které ho určitě vyléčí. Léčitelů jsou dnes tisíce, léčit může každý, nikdo je prakticky neomezuje. Mnohé z nich provází pověst vysoké úspěšnosti, někteří z nich mají velké osobní charisma, dovedou na pacienty působit svou sebejistotou a slibem úplného vyléčení a většinou věnují pacientům více času než lékař. Oproti lékařům, kterým není povolena osobní reklama, využívají léčitelé své svobody a beztrestnosti k agresivní falešné reklamě a propagaci své osoby i svých metod ve všech médiích, dnes především na webu. A všechna média, okamžitě referující o všech nových zázračných postupech, jim sekundují.

Hlavní faktory, které zdůvodňují existenci i šíření alternativní medicíny, uvádíme v přehledu v tabulce.

### **Příčiny existence a šíření alternativní medicíny**

- Existence nevléčitelných chorob
- Zvýšená náročnost dnešního pacienta („healthismus“)
- Předčasné sliby vědecké medicíny
- Obtížný a vzhledem k očekávání pomalý vývoj vědecké medicíny
- Nesplnitelné naděje vzkládané do medicíny
- Jistá přetechnizovanost a dehumanizace medicíny
- Nadměrná a často neodůvodněná kritika medicíny
- Chyby a omyly lékařů
- Nedostatečná zdravotní výchova občanů
- Nedostatečná informovanost lékařů o AM
- Absence kritických stanovisek k AM
- Široká nabídka metod AM
- Charisma, suverenita a nezodpovědné sliby léčitelů
- Liberální přístup státu, léčit může každý
- Lukrativnost léčitelství
- Asertivita léčitelů a propagátorů šarlatánských metod
- Demagogická propagace metod AM v médiích

Ještě jednou opakují, že vedle konvenční medicíny existovala vždy „alternativní“ oblast. Byli to jednotlivci, léčitelé, většinou bylináři, kteří tuto oblast zastupovali a kteří většinou postupovali v mezích tehdejších možností racionálně.

Dnešní „alternativa“ vědecké medicíny má zcela jinou podobu. Je to široce rozvinutá a organizovaná sféra s vlastní, jinou filozofií (paradigmatem). Kritériem účinnosti metod AM je dnes pouhá víra. Místo racionality a kritického myšlení operuje alternativní medicína duchovními principy, tajuplnými energiemi, esoterikou a magií. Racionalitu vědecké medicíny nahradila alternativní medicína iracionalitou. V době, kdy jsou k dispozici exaktní metody k vědeckému posouzení účinnosti léčebných metod, které jednoznačně dokazují jejich neúčinnost, je tato situace absurdní. Není to však nesrozumitelné. Vzestup alternativní

medicíny jen kopíruje vývoj v celé společnosti, která se od racionality minulých tří století v posledních několika desetiletích vzdaluje. Dnešní společnost se radikálně změnila a zřetelně se to odráží i ve vývoji medicíny a jejího „dvojčete“, alternativní medicíny. Dovolím si proto podat stručný přehled příčin šíření iracionality ve společnosti, které jsou současně dalšími příčinami příklonu veřejnosti k alternativní medicíně.

Zásadní je jistě bouřlivý vývoj civilizace technickým směrem. Negativa takového vývoje jsou dnes zřejmá. Nadměrné čerpání všech zdrojů, poškozování přírody, přelidnění, rizika šíření jaderných zbraní, kultura zaměřená jen materiálně, na spotřebu, to vše vyvolalo reakci. Američtí hippies, vznik New Age hnutí a nakonec postmoderní filozofie, to vše souvisí s odporem k technické civilizaci a touhou nových generací po obnovení duchovních hodnot. Vytvořila se postupně celá antiscientistická fronta. Módou se stalo popírání vedoucí role vědy a materialistického, racionálního myšlení a hledá se inspirace v mystice, záhadách, tajemstvích, v magii. Rozvinula se alternativní kultura, lidé hledají své původní, třeba keltské kořeny, objevily se nové sekty, renesanci prožívají alchymie a zejména astrologie, svou alternativu má i zemědělství v podobě tzv. dynamického zemědělství, iracionální prvky pronikají i do školství v podobě waldorfské školy, založené na Steinerově antroposofii, a v biologii se vynořil kreacionismus v několika formách, který odmítá evoluční Darwinovu teorii. S racionalitou se dnes často nepotkáváme ani v ekonomice a politice. Rozvoj alternativní medicíny plně zapadá do tohoto trendu.

Ale jsou i jiné důvody pro takový vývoj. Současná věda je příliš složitá a nesrozumitelná. Pseudovědecký výklad léčitele je pro pacienta srozumitelnější než podrobný vědecký výklad etiologie a patogeneze choroby. Svůj podíl má i vzdělávání ve školách, stále ještě zaměřené na hromadění poznatků a ne na rozvoj kritického myšlení. Zejména přírodovědecké vzdělání je zřejmě nedostatečné. Víře v možnosti AM podléhají proto často osoby s humanitním nebo naopak jen technickým vzděláním. Na sklonu akceptovat AM se uplatňují i vrozené osobní vlohy. Ne každý je schopen přísného kritického myšlení. To se vyvinulo v evoluci relativně pozdě a v nás všech ještě dřímá původní, magické, nekauzální myšlení. A to nabývá vrchu ve chvílích ohrožení, při postižení vážnou chorobou, kdy mnozí z nás přestávají racionálně uvažovat a svěřujeme se do rukou těm, kteří bezostyšně slibují zázraky.

V této atmosféře, kde jsou věda a její možnosti neustále zpochybňovány, kde vědci jen s nechutí přistupují ke kritice iracionálních tendencí ve společnosti, kde je všudypřítomná a zavádějící aktivita médií a kde se ve všech oblastech uplatňuje korupce, není divu, že je takto postižena i oblast medicíny.

Místo dalšího rozvádění problému iracionality nabízíme opět přehlednou schematickou tabulku.

### **Příčiny šíření iracionality ve společnosti**

- Přetrvávání evolučně původního magického způsobu myšlení
- Přitažlivost záhad, tajemství, mystiky a magie
- Reakce na moderní technickou civilizaci a její rizika
- Zdůrazňování duchovních hodnot jako reakce na moderní materialismus
- Pluralistní, relativizující a protivědecká postmoderní filozofie
- Doznívání pseudovědecké ideologie z doby komunismu
- Přílišná složitost a nesrozumitelnost moderní vědy
- Naopak jednoduchost a srozumitelnost pseudovědeckých názorů
- Vrozená neschopnost racionálního myšlení
- Nedostatečná výchova ke kritickému myšlení
- Jednostranné vzdělání, absence přírodovědeckého vzdělání

- Nedostatečná popularizace vědy
- Absence jasných stanovisek vědeckých a státních institucí
- Nechuť vědců vystoupit proti módním iracionálním názorům
- Aktivita a lobování výrobců neúčinných metod a prostředků
- Masivní reklama a reklamní zneužívání významných osobností
- Jednostranný přístup médií a honba za senzacemi
- Korupce odpovědných činitelů
- Jistý morální úpadek společnosti

Popis a analýza metod AM v předchozích kapitolách spolu s uvedením rizik AM a stručným přehledem příčin jejího dnešního rozvoje ukazují, jak velkým problémem pro moderní medicínu a zdravotnictví je alternativní medicína.

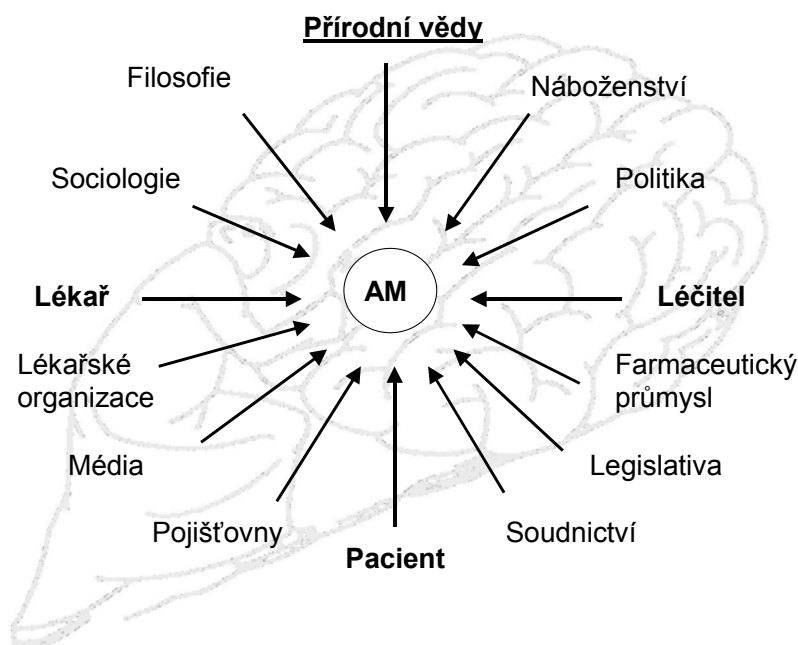
---

## Alternativní medicína a léčitelství jako problém



Alternativní medicína a její nejrůznější metody, právě tak jako existence léčitelů je dnes chápána jako samozřejmá, ovšem neoficiální „zdravotní péče“. Z kritického hlediska péče pochybná, nekontrolovaná, legislativně neošetřená, často pro pacienta riziková. Je to jediná sféra společnosti, kromě prostituce, se kterou si zřejmě stát neví rady. I když dnes žijeme v liberální době a paternalismus se odmítá, přesto nemůže být státem řízenému zdravotnictví lhostejné, že vedle organizovaného a přísně řízeného zdravotnického systému, který trvá zásadách vědecké medicíny založené na důkazech a kdy se střeží správnost všech postupů a jakákoli chyba se prověřuje a trestá, existuje alternativní džungle.

Co s tím? V kapitole o léčitelství jsme ukázali, jak velký je to problém a jak se s ním bezradně potýkají i ostatní státy. Problém alternativní medicíny, tedy používaných metod, je ještě širší a choulostivější, protože její metody nepoužívají jen léčitelé, ale i značná část lékařů. Alternativní medicína je tak s vědeckou medicínou nebo spíše se státním zdravotnictvím těsně provázaná. Každý odpovědný ministr zdravotnictví i každý lékař, který skládal Hippokratovu přísahu, se musí nad takovou situací zamyslet. Jak jednoduché (teoreticky) mohlo být řešení v dobách paternalistického zdravotnictví! Jsou principy metod AM správné, vědecky zdůvodněné? Nikoliv. Jsou metody AM účinné? Nikoliv. Jsou metody AM rizikové? Ano. Co s tím? Zakázat! Byla by to odpověď zdánlivě logická, samozřejmá, kdyby chtěl stát posuzovat alternativní medicínu jen z přírodovědeckého hlediska a postupovat podle paternalistických zásad ochrany zdraví občanů.



Obr. 10. Přehled činitelů, kteří zasahují do „problému alternativní medicína“

Jenže problém AM je daleko složitější. Proto se ani tehdy neřešil. O tom, zda a co „dělat s AM“, nelze totiž rozhodnout jen z hlediska přírodovědeckého. K alternativní

medicině a existenci léčitelů se musí a jistě i chtějí vyjádřit především občané, lékaři i lékařské organizace, dnes samozřejmě i z hlediska EBM. Jinak se jistě na AM budou dívat léčitelé a jejich sdružení. A nejen to, jde i o problém politický, filozofický a do jisté míry i sociologický a náboženský. O tom, že své stanovisko by měla zaujmout i legislativa, nejen z hlediska kodifikace této oblasti, ale i z hlediska forenzního, není sporu. I pojišťovny by měly mít nějaké vodítko, jak přistupovat k úhradě výkonů z oblasti AM. Své zájmy v oblasti AM mají i farmaceutické firmy a do hry vstupují výrazně i média.

Při jakémkoli event. řešení problémů s AM léčitelstvím se budou nutně střetávat často protichůdné názory a zájmy více než desítky stran, jak jsme se snažili znázornit na obr. 10.

Po tomto prostém výčtu rozvedeme, jak se na uvedený problém uvedené strany dívají.

Začneme-li od striktně přírodovědeckého pohledu, tak tím se donedávna řídila vědecká medicína. Jenže dnes je uznáván a široce propagován přístup EBM, která sice požaduje důkazy v podobě výsledků kontrolovaných klinických studií, který ale současně žádá, aby lékař v praxi postupoval i podle svých zkušeností a aby respektoval zájmy a přání pacienta – klienta, jehož názor se nemusí s vědeckým pohledem krýt.

Jestli je pacient zklaman vědeckou medicínou a jestliže neakceptuje racionální argumenty a je přesvědčen o zázračné moci léčitele a metod AM, pak nelze jeho názor zlomit násilím a je nutné ponechat mu právo volby. Pokud by se měla činnost léčitelů omezit nebo dokonce zakázat, vyvolalo by to odpor velké části veřejnosti. Uspořádaly by se ankety, posílaly petice, jak tomu bylo při přípravování nového zákona o zdravotní péči v r. 2001.

Samozřejmě by s takovými zákazy nebo omezením své činnosti nesouhlasili léčitelé a jejich sdružení. Nejen že jsou na provozování AM finančně zainteresováni, ale mnozí z nich jsou přesvědčeni o svých mimořádných schopnostech a o svém poslání pomáhat lidem. Pro ty z nich, kteří se dnes léčitelství věnují profesionálně, i když nelegálně, právě tak jako pro lékaře, kteří dávno medicínu zapoměli a věnují se jen homeopatii nebo akupunktuře dle Volla, jde o ztrátu sociálních jistot. Léčitelé dnes představují širokou sociální skupinu a její řádná definice a zakotvení je jistě nemalým problémem sociologickým.

Jsou ale silnější partneři, kteří by do sporu o používání léčebných prostředků AM zasáhli. Jsou to výrobci léků, potravinových doplňků, léčebných pomůcek i moderních drahých přístrojů. Nejsilnější je asi homeopatická lobby, protože prodej čisté vody nebo cukrové tabletky představuje pro farmaceutické firmy vysoký zisk. Na druhé straně se mohou cítit seriózní farmaceutické firmy ohroženy masivní výrobou homeopatik a různých potravinových doplňků, vydávaných za léčiva.

O politickém rozměru problému jsme se už zmínili. Jde o základní orientaci politiky, o pravicový nebo levicový přístup, tedy o liberální nebo sociální pohled, který by se měl u nás odrazit v pohledu obou dominantních stran. Dnes sice žádnou z nich problém AM nezajímá, ale v blízké perspektivě se politické strany diskutím a sporům o AM nevyhnou.

Z filozofického hlediska lze diskutovat o tom, zda lze společenské problémy řešit jen z hlediska vědy, nebo dokonce zda je věda oprávněna rozhodovat, co je správné event. „pravdivé“. Dnešní postmoderní přístup k vědeckému myšlení je velice kritický. Mantrou postmodernismu je teze „anything goes“, vše je možné, vše je relativní, všechny názory mají stejnou hodnotu, materialistický přístup má stejnou hodnotu jako spirituální atd. Pro postmoderní antiscientizmus jsou typické následující výroky: „Věda přece nemůže nic tvrdit s absolutní jistotou.“ „Existenci něčeho věda nemůže vyloučit.“ „Věda se mnohokrát mýlila.“ „Budoucí věda bude jiná.“ „Je více pravd“ atd. Pokud přijmeme takový postoj k AM, pak je zřejmé, že ji nelze odmítnout, protože její metody, které VM považuje za nesmyslné, považuje druhá strana za účinné nebo takovou možnost připouští pro budoucnost. Jen těžko lze s takovými názory polemizovat. Bohužel se v debatách o alternativní medicíně uplatňují.

Do volby terapeuta i způsobu léčby zasahuje vedle racionality silně víra pacienta. Už jsme o tom opakovaně mluvili, že v krizové situaci pacient často opouští racionální myšlení.

Nepřemýšlí, nehodnotí argumenty, on prostě „ví“, že mu biotronik nebo tibetský guru pomůže. Nad rozumem převáží víra v mimořádné schopnosti léčitele, v duchovní energii, víra ve vyléčení. Argumenty nepodloženou víru jako psychologický fenomén lze jen těžko vyvrátit, protože její kořeny jsou hluboké. Je umožněna už tím, že se uplatní původní, magické myšlení, kterému dá pacient průchod, ale významný je i rodičovský imprinting a výchova. Jiné je jistě myšlení dítěte vyrostlého v rodině léčitele než dítěte z rodiny lékařů nebo vědců. Právě tak myšlení absolventa Waldorfské školy je nepochybně antroposofickou spiritualitou poznamenáno. Nelze zapomenout na empirii, vlastní zkušenost. „Viděl jsem to na vlastní oči“ je často argumentem nevyvratitelným.

Nejsilněji působí na pacienta náboženská víra ve všemohoucího Boha nebo Pannu Marii. Pro věřící pacienty je tak přitažlivá léčba modlitbou, návštěva poutních míst, sliby různých sekt a mystiků. Větší církve však mají s alternativní medicínou určité teoretické problémy. Náboženství je totiž založeno na víře v duchovní bytosti a síly a je proto pro jejich zástupce nesnadné popřít existenci a působení duchovních sil, které jsou podstatou léčivého efektu většiny metod AM. Stanoviska např. katolické církve jsou proto rozporná. Na jedné straně zdůrazňují, že náboženská spiritualita nemá nic společného s esoterikou a „duchovnem“ parapsychologů, ale na druhé straně se nemohou distancovat např. od možnosti zázraků.

Rozhodující pro osud alternativní medicíny by měla být legislativa. O té jsme mluvili již v kapitole o léčitelství. Proto jen stručně zopakujeme, že se česká legislativa k tomu, kdo a jak by měl vykonávat zdravotní péči, vyjadřuje jen zcela obecně v prastarém „Zákoně o péči o zdraví lidu“ z r.1966. „Zdravotní péči poskytují zdravotnická zařízení státu, obcí, fyzických a právnických osob v souladu se současnými dostupnými poznatky lékařské vědy“. Zákon však činnost léčitelů ani používání metod odporujících vědeckému poznání nevyklučuje, protože v uvedeném znění chybí podstatné slůvko „jen“. Uvedená věta je formulována jako konstatování faktu, které nevyklučuje používání metod AM. Podobné je to v případě léčitelství. Z živnostenského zákona je sice léčitelství výslovně vyloučeno, ale žádným zákonem není zakázáno. Takže léčitelé pracují „mimozákonně“. Stejně tak není v žádném zákoně ani v žádném prováděcím zařízení zmínka o jakékoli metodě alternativní medicíny. V oblasti AM a léčitelství tedy existuje chaos.

Tato situace s sebou nese problémy forezní. Jak má soudce hodnotit stížnost na léčitele nebo na lékaře, který použil některou z metod AM a pacienta poškodil? Pravda je, že takový případ se v naší republice zatím snad ani nevyskytl, ale v zahraničí, např. v Německu, je odsouzení léčitele nebo lékaře za použití nevhodné metody a poškození zdraví pacienta běžné.

Očekávali bychom, že se k našemu problému jasně vyjádří Čs. lékařská komora a Čs. lékařská společnost JEP. Etický kodex Čs. lékařské komory (Část 1., §2, bod.(1)) praví: „Lékař v rámci své odborné způsobilosti a kompetence svobodně volí a provádí ty preventivní diagnostické a léčebné úkony, které odpovídají současnému stavu lékařské vědy a které pro nemocného považuje za nejvýhodnější. Přitom je povinen respektovat v co největší možné míře vůli nemocného.“ Znění je to velice volné a lékař může použití jakékoli metody AM snadno obhájit tím, že takovou metodu považoval za nejvýhodnější a že respektoval vůli nemocného. Ostatně nikde není stanoveno, které metody současnému stavu lékařské vědy neodpovídají. Čs. lékařská komora se zatím jasně vyjádřila jen k jediné ze stovek „alternativních“ metod, a to ke clusterové medicíně. V r.1994 označila provozování této metody za výkon *non lege artis*, odporující Etickému kodexu a hrozila možností trestního postihu lékařů, kteří by s touto metodou nadále pracovali. Skutečnost je taková, že se tato metoda pod jiným jménem provozuje dodnes – viz příslušnou kapitolu. Homeopatii považuje Čs. lékařská komora za „léčebnou metodu, kterou může vykonávat a homeopatické léky

*předepisovat každý, kdo má oprávnění léčit“ a akupunkturu zařadila komora jako „řádnou funkční specializaci“.* K žádné jiné metodě se Čs. lékařská komora nevyjádřila.

Přístup Čs. lékařské společnosti je jen o málo ostřejší. Ze svých řad vyloučila jen Čs. homeopatickou společnost, ovšem jen proto, že ta pod svá křídla přijala clusterovou medicínu. Homeopatická společnost ovšem existuje bez problémů dál mimo řady Čs. lékařské společnosti JEP. Podobně zasáhla Čs. lékařská společnost proti Akupunkturistické společnosti. Zrušením jejich sekce akupunktury dle Volla v r.2000 docílila toho, že Akupunkturistická společnost vystoupila z Čs. lékařské společnosti JEP. A to je opět vše. Jasná stanoviska k celé AM a ostatním metodám AM chybějí. Jak se má potom orientovat v praxi lékař, který se ani na vysoké škole o AM nedověděl prakticky nic?

I lékařské fakulty by se proto měly nad AM zamyslet. Situace na zahraničních lékařských fakultách je zřetelně příznivější než v České republice. Podle rozsáhlé korespondenční ankety Barberise a spol. z r.2001, který oslovil 550 evropských univerzit, je výuka AM zařazena do kurikula 40% lékařských fakult a 72% fakult zdravotnických věd. V USA je alternativní medicína obsažena v programu 60% lékařských fakult. České lékařské fakulty alternativní medicína nezajímá a studenti se o ní nedozvědí za šest let studia nic.

Problém „alternativní medicína a léčitelství“ jsem ani zdaleka nevyčerpal. (Podrobnější rozbor najde čtenář v naší předchozí knize věnované akupunktuře.) Snad to ale stačí k dokumentování toho, jaké množství zájmů se na tomto poli střetává a jak těžké je najít vhodné řešení.

Nepomohou nám ani žádné rady ze zahraničí, např. z Evropské Unie. Neexistují žádná jednotná doporučení. Zdravotnická politika je záležitostí každého jednotlivého státu, do které nechce bruselská exekutiva zasahovat. Z podrobného rozboru, který organizoval speciální výbor Evropské komise v letech 1993-1998 v rámci projektu COST Action B4 plyne, že mezi zdravotnickou politikou evropských států existují obrovské rozdíly. V oblasti legislativy, týkající se nekonvenční medicíny lze podle analýz výboru odlišit 5 možných regulačních systémů: Monopolní systém, uznávající jen moderní vědeckou medicínu, tolerantní systém, uznávající také některé metody alternativní medicíny, a smíšený systém, podle nějž je monopol vědecké medicíny omezen jen na vybrané speciální léčebné postupy. V ostatních oblastech medicíny jsou tolerovány i nekonvenční metody a činnost nekvalifikovaných osob, tedy léčitelů. Existuje ještě inkluзивní systém, považující vědeckou i nekonvenční medicínu za rovnocenné, a integrovaný systém, který se snaží do jednoho rámce sloučit oba systémy. Tyto dva poslední systémy existují zatím jen ve východoasijských státech. V Evropě jsou zatím jen tři první uvedené systémy, v r.1998 se zhruba rovnoměrným zastoupením. Situace se ale v posledních letech vyvíjí, ale zdá se, že různými směry.

Z výše uvedeného stručného rozboru vyplývá, že problém „alternativa a léčitelství“ je nesmírně komplikovaný a že je pro lékaře, ale i pro pacienta obtížné správně se orientovat. Určité vodítko by jim měla poskytnout poslední kapitola naší knihy.

## Jak přistupovat k alternativní medicíně a léčitelství



V předchozí kapitole jsme ukázali, že alternativní medicína spolu s léčitelstvím představuje velký segment společnosti, který se týká zdraví a života občanů. Přesto není žádným způsobem řízen a kontrolován. Nepodařilo se změnit základní zákon o zdravotní péči z r.1966, který tuto oblast pomíjí. Názory na význam alternativní medicíny a léčitelství a na účinnost jejich terapeutických metod jsou rozdílné až protichůdné jak ve veřejnosti tak i v medicínské obci. Mezi lékaři existují nadšení stoupcem AM, kteří spolupracují s léčiteli, na druhém pólu stojí jednoznační odpůrci léčitelů i alternativních metod. Jednotný názor neexistuje. Chybí jednoznačný postoj České lékařské společnosti, Čs. lékařské komory i Ministerstva zdravotnictví. Lékaři tak nemají žádné vodítko. Soudci nevědí, jak řešit stížnosti pacientů. Stejný názorový zmatek existuje ve veřejnosti.

Jak jsme ukázali, jde o těžko řešitelný problém, ale snad každý stát se snaží nějak se s ním vyrovnat. V České republice se to bohužel nedaří. Nevíme ani, jak velký je to problém. Neexistují žádné oficiální soupisy léčitelů ani ankety, které by zjistily, kolik občanů využívá služby léčitelů nebo kolik z nich má zkušenosti s jednotlivými metodami AM. Stejně tak se neví, kolik lékařů používá metody AM a které z nich. Jedinou, omezenou a statisticky nezpracovanou orientační anketu uveřejnil v r.2009 časopis Čs. lékařské komory *Tempus medicorum*. Několik oportunistických vyjádření Čs. lékařské společnosti a Čs. lékařské komory nedává jasné vodítko pro pacienty, komu a čemu mají věřit, ani pro lékaře, jak postupovat.

Dovolím si v této kapitole vyjádřit svůj osobní názor, jak by bylo vhodné postupovat. Odvážně prohlásím, jak bych postupoval, kdybych byl předsedou lékařských organizací, ministrem zdravotnictví, poslancem, soudcem, děkanem lékařské fakult, praktickým lékařem, léčitelem nebo pacientem. Základní mou ideou je: 1. vše jasně definovat v zákoně a stanoviscích, 2. o podstatě a reálných možnostech AM a léčitelství informovat lékaře i veřejnost, 3. lékařům, léčitelům i pacientům ponechat svobodu výběru způsobu léčby, ale 4. přísně trestat jakékoli poškození zdraví pacienta.

Kdybych byl předsedou Čs. lékařské společnosti JEP, požádal bych odborné lékařské společnosti, aby se vyjádřily k jednotlivým metodám AM a prosazoval bych vydání seznamu metod, které neodpovídají vědeckým poznatkům a nemají vlastní účinnost. To by bylo východisko většiny dalších kroků.

Kdybych byl předsedou Čs. lékařské komory, opřel bych se o stanoviska Čs. lékařské společnosti a inicioval bych úpravu znění Etického kodexu. V něm by mělo být jasně uvedeno, že lékař by měl postupovat podle principů EMB a neměl by používat metody AM, které označila Čs. lékařská společnost jako nevědecké. Zrušil bych ihned dosud platné stanovisko k homeopatii a požadoval bych, aby se vyučovala akupunktura jen v její moderní, západní podobě. Navrhl bych zařazení nového předpisu do stanov Čs. lékařské komory, který by obsahoval následující doporučení pro lékaře v praxi: Lékař by neměl používat metody AM. Lékař by neměl spolupracovat s léčiteli. Lékař by měl pacienta, který se mu svěřil s tím, že navštěvuje nebo chce navštívit léčitele, poučit o skutečných možnostech AM a léčitelů. Lékař by však neměl pacientu zakazovat nebo rozmlouvat návštěvu léčitele.

Kdybych zasedal v parlamentu, požadoval bych okamžitou novelizaci základního Zákona o zdravotní péči. Prosazoval bych, aby v něm bylo jasně formulováno stanovisko k alternativní medicíně a léčitelům. Volil bych nejmenší ze všech zel. Víím, že zakázat AM a léčitele je neschůdné, protože to omezuje svobodné rozhodování lékaře i pacienta a protože



by se léčitelé stáhli do ilegality a byli by ještě žádanější. Víím také, že metody AM a léčitele nelze zařadit do zdravotnického systému, protože je to v rozporu se základním principem EBM medicíny, který trvá na důkazech účinnosti. Prosazoval bych proto liberální přístup, tedy navrhl bych znění: Lékař, léčitel i pacient mají možnost svobodné volby léčby. A doporučil bych, aby léčitelství bylo zařazeno do živnostenského zákona jako volná živnost, protože vyloučením ze živnostenského zákona se činnost léčitelů neomezí. Byl by alespoň nějaký přehled o rozsahu činnosti léčitelů, bylo by možno postihnout ty, kdo by pracovali bez oprávnění a stát by nepřicházel o daně ze zisku. Prosazoval bych také trestní zákon, který by tvrdě postihoval poškození zdraví způsobené lékařem, který použil metodu alternativní medicíny, a také jakékoli poškození zdraví léčitelem. Nedostatečné vzdělání a dobrá vůle by ho neomlouvaly

Kdybych byl soudcem, řídil bych se stanoviskem ČS. lékařské společnosti a novým zákonem. Jakékoli poškození zdraví občana, způsobené použitím metody AM ať už lékařem nebo léčitelem, bych kvalifikoval a soudil jako trestný čin.

Kdybych byl ministrem, zorganizoval bych průzkum o rozsahu využívání léčitelů a metod AM v populaci. Prosadil bych vydání srozumitelné vyhlášky o povaze AM a léčitelství pro lékaře i veřejnost: Léčitele bych označil za osoby bez dostatečné kvalifikace, které nemohou racionálně léčit a varoval bych občany před jejich návštěvou. Metody AM bych označil jako nevědecké a neúčinné a varoval občany před návštěvou těch, kdo takové metody používají. Připojen by byl odkaz na seznam metod AM, vypracovaný Čs. lékařskou společností.

Kdybych byl děkanem lékařské fakulty, trval bych na tom, aby se pracovníci univerzitní nemocnice řídili stanoviskem Čs. lékařské společnosti a Čs. lékařské komory. Zavedl bych do kurikula fakulty výuku povinného předmětu „Alternativní medicína a léčitelství z pohledu vědy“, který by končil zkouškou. Požadoval bych, aby byly podobné přednášky zařazeny i do postgraduálního vzdělávání, protože ani starší lékaři v praxi nemají dostatek informací o možnostech AM.

Kdybych opět pracoval jako praktický lékař, řídil bych se doporučením Čs. lékařské komory. Nepoužíval bych metody AM. Jen výjimečně bych některou z nich vedle konvenčního postupu použil, kdyby pacient na jejich použití trval, ovšem s vědomím, že podávám placebo. S léčitelem bych nikdy přímo nespolupracoval. ze dvou zásadních důvodů. Především lékař vychází z paradigmatu EBM, které je protichůdné paradigmatu AM. Za druhé lékař nepotřebuje žádnou pomoc nebo spolupráci, protože možnosti medicíny vysoce přesahují možnosti léčitele a AM ve všech ohledech. Medicína může nabídnout vše, co léčitel, včetně placebo efektu. Myslím, že by lékař nikdy neměl svému nemocnému léčiteli nabízet, protože tím v očích pacienta medicínu devaluje a přiznává, že léčitel umí něco navíc, že sám není schopen pacienta vyléčit nebo že metody AM jsou účinnější než metody EBM. Spolupracovat s léčitelem ve smyslu dělby práce by proto lékař podle mého soudu neměl. Plně postačí mít k léčiteli korektní vztah a tolerovat jej, pokud jeho metoda není riziková a pokud není pochyb o jeho morálních kvalitách. Pacientům bych nebránil v návštěvě léčitele, protože si jsem vědom síly placebo efektu a toho, že léčitel rozmluvou, radou event. i vhodnou metodou může přispět ke zlepšení subjektivních pocitů pacienta a kvality jeho života. Nemocnému bych však vysvětlil, že možnosti léčitelů jsou omezené a pokud by měl zájem, vysvětlil bych mu podstatu metody AM, kterou by chtěl použít. Vždy bych trval na tom, aby pacient nepřerušoval léčbu, kterou jsem mu doporučil já nebo odborná oddělení. Kdyby měl pacient vážnější zájem o AM, doporučil bych mu k bližšímu studiu naše knižní publikace nebo tento webový přehled AM a léčitelství. Tyto mé názory na postup lékařů ve vztahu k AM a léčitelům se prakticky kryjí s doporučením prof. P. Klenera v jeho článku „Rizika alternativní léčby v onkologii“ uveřejněném v časopisu *Tempus medicorum* 7/8, 2007.

Kdybych byl léčitelem, snažil bych se soustavně vzdělávat. Pročetl bych si kritické publikace o AM a léčitelství a používal jen ty metody, které mají racionální jádro, tedy metody manuální, bylinářství nebo metody „psychologické“. Byl bych si vědom, že hlavním mým léčebným prostředkem je placebo efekt, a snažil bych se jednak tak, aby byl maximálně posílen. Pacienta s vážnějšími nebo nejasnými příznaky bych nejprve odeslal k lékaři. V každém případě bych před zahájením léčby požádal pacienta, aby mne podrobně informoval o léčbě konvenční, která mu byla doporučena a o stanovené diagnóze. Do lékařem doporučené léčby bych nikdy nezasahoval.

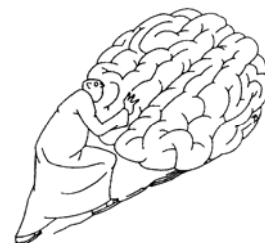
Kdybych byl pacientem, zásadně bych nešel k lékaři, který používá metody AM. Nespokojenost s lékařem bych řešil primárně rozmluvou s ním nebo změnou lékaře resp. zdravotnického zařízení. Kdybych chtěl jít k léčiteli, snažil bych se získat základní kritické informace o AM a léčitelství. I kdybych hledal pomoc u léčitele, nepřerušil bych konvenční léčbu. Vyhledal bych takového, který by se mnou poctivě rozmlouval, který by mi nesliboval okamžité a úplné vyléčení, který by nepoužíval virguli nebo kyvadlo, který by mi nesděloval žádnou diagnózu, (protože tu stanovit nemůže), který by nepoužíval žádnou ze zjevně nesmyslných metod (což jsem se dozvěděl z kritické publikace) a také takového, který by za léčbu požadoval jen přiměřený obnos. Podobné návody, jak vyhledat nejlepšího léčitele, jsou uváděny i v některých publikacích a časopisech, věnovaných léčitelství.

Ještě jednou opakuji. Vše, co jste se dočetli v této kapitole, považujte za můj osobní názor a doporučení. Nechci, abyste jej bez přemýšlení převzali. Uvažujte, porovnávejte, rozhodněte sami. Přál bych si, abyste se rozhodli správně. Vše je ve Vašich rukou. Držíte v nich mou knihu a chci věřit, že se stane podnětem a jedním z užitečných pramenů pro Vaše rozhodování, komu máte dát svou důvěru.

Na závěr se neubráním pohledu do budoucnosti. Jsem přesvědčen a dovolím si proto „věštit“, že se vědecká medicína bude dále rozvíjet a bude stále úspěšnější v péči o zdraví občanů. Alternativní medicína se bude dále štěpit, budou se vymýšlet nové a nové varianty, ale jejich efekty nikdy nepřekročí hranici placebového efektu. **Ke splynutí alternativní medicíny s vědeckou medicínou podle mého přesvědčení nikdy nedojde pro diametrální rozdílnost jejich základních principů.**

---

## V. Literatura



### Základní literatura k dalšímu studiu

**Heřt J. a kol.:** Homeopatie, clusterová medicína, anthroposofická medicína. Nakl. Lidové noviny, Praha 1997

**Heřt J., Hnízdil J., Klener P.:** Akupunktura, mýty a realita. Galén, Praha 2002

**Inglis B., West R.:** Průvodce alternativní medicínou. Zemědělské nakl. Brázda, Praha 1992

**Kolektiv autorů:** Alternativní medicína, možnosti a rizika. Grada, Praha 1995

**Prokop P.:** Lékařské vědy proti pověrám a šarlatánství. Avicenum, Praha 1983

**Singh S., Ernst E.:** Trick and Treatment? Alternative Medicine on Trial. Bantam Press, London 2008

**Stiftung Warentest (Ed.):** Handbuch Die andere Medizin. 4. vydání. Berlin 1996

**Stiftung Warentest (Ed.):** Die Andere Medizin. 5. vydání. Berlin 2005

**Škrabánek P., McCormick J.:** Pošetilosti a omyly v medicíně. Nakl. Lidové noviny, Praha 1995

[www.quackwatch.com](http://www.quackwatch.com)

[www.skeptdic.com](http://www.skeptdic.com)

[http://en.wikipedia.org/wiki/Alternative\\_medicine](http://en.wikipedia.org/wiki/Alternative_medicine)

### Použitá literatura

**Aberer W., Strohal R.:** Homeopathic Preparations – Severe Adverse Effects, Unproven Benefits. *Dermatologica* 182, 1991, 253-254

*Acupuncture.* A proposed standard international acupuncture nomenclature report of a WHO scientific group. Geneve, WHO 1991

*Akupunktura.* Panel NIH pro přípravu konsenzu o akupunkturu. *JAMA-CS* 7, 2/1999, 116-121

**Adam Z., Vorlíček J., Kostíková J. (Eds.):** Obecná onkologie a podpůrná léčba. Grada Publishing, Praha 2003

**Anděl M.:** Medicína a tradiční myšlení. *Vesmír* 9, 1993, 485-489

**Alternative Therapy.** British Med. Assoc. House, London 1986

**Ando V.:** Klasická čínská medicína. Svítání, Hradec Králové 1997

**Andrysek O.:** Alternativní medicína z pohledu onkologa. In: *Věda kontra iracionalita 3.* Sborník. Nakl. V. Nosková, Praha 2004

**Atwood, K.C.:** Prior probability: the dirty little secret of „evidence-based alternative medicine“. 11th European Skeptics Congress, September 5-7, 2003, London

**Barberis et al.:** Unconventional Medicine Teaching at the Universities of the European Union. *J. Alter Complem Med* 7, 2001, 337-343

**Barrett S.:** Electrodiagnostic devices. Quackwatch home page. [Http://www.quackwatch.com/O1QuackeryRelatedTopics/acu.html/](http://www.quackwatch.com/O1QuackeryRelatedTopics/acu.html/)

**Baum M.:** Trials of homoeopathy. *British Med. J.* 302, 1991, 529-537

**von Bayer, H.C.:** Caesar's last breath. *Sciences* 26, 1986, 2-4

- Bíba V.:** Homeopatie – neprokázaná účinnost, nevědecká metoda. Marketing pro zdraví 2/2007, 38-39
- Bíba V.:** Účinnost homeopatik a způsob jejich registrace. In: Věda kontra iracionalita 1. Sborník. Academia, Praha 1998, 121-124
- Blavatská H.P.:** Klíč k theosofii. Stratos, Praha 1995
- Bonavida B.:** Ultra-low doses: the biological activity of a few antimetabolites at ultra-low doses“. In: Research in homeopathy (Boiron) 1995, 3-8
- Bördlein K.:** Neurolingustisches Programmieren. Skeptiker 15, 3/2002
- Bresin T.B.:** Complementary medicine – is there a reasonable basis for dialogue? Editorial. J. Roy. Coll. Phys. of London 5/30, 1996, 406-409
- British Medical Association:** Alternative Therapy. Report of the Board of Science and Education. British Medical Association 1986
- Bühler W., Wolff O.:** Anthroposophische Medizin und ihre Heilmittel. Verein für ein erweitertes Heilwesen, Bad Liebenzell 1989
- Bureš J.:** Vliv elektromagnetického pole na lidský organismus. In: Věda kontra iracionalita 1. Sborník. Academia, Praha 1998, 53-61
- Capra F.:** Tao fyziky. Gardenia, Bratislava 1975
- Carroll R.T.:** The Skeptic's Dictionary. John Wiley and Sons, Inc., Hoboken 2003
- Claussen C.F.:** Homotoxikologie. Aurelia, Baden-Baden 1992
- Croke M., Dass R.:** Assessing Kirlian phenomena via energy immission analysis. Am. J. Acu 25, 1997, 133-152
- Čehovský J.:** Víc než léčba – homeopatie. Alternativa, Praha 1994
- Černý M.:** Sugescie. In: Věda kontra iracionalita 1. Sborník. Academia, Praha 1998, 157-162
- Češka R.:** Homocystein – pád velkého mýtu. Medical Tribune 4/2007
- Debef J.:** Aurikuloterapie. Avicenum, Praha 1986
- Degnelie P.S.:** Nutritional status and growth of children on macrobiotic diets: a population-based study. Vaageningen, Netherlands, Landbouwniversiteit 1988
- Davenas E. et al.:** Human basophil degranulation triggered by very dilute antiserum against IgE. Nature 333, 1988, 816-818
- David I.:** Léčení vírou. In: Věda kontra iracionalita 1. Sborník. Academia, Praha 1998, 145-156
- Doutremepuich C. et al.:** Effects of aspirin at ultra low doses on an experimental thrombosis induced by laser beam. In: Sborník přednášek na 6. světovém kongresu OMHI, Praha 1995, s. 20/1
- Ebner W.C.:** Akupresura působí okamžitě. Gemini, Bratislava 1991
- Edwards H.:** A Skeptic's Guide fo the New Age. Australian Skeptics Inc., Sydney 2000
- Eckman P.:** Tracing the historical transmission of Traditional Acupuncture to the West. Am. J. Acu 27, 1999, 59-69
- Ernst E.:** Evaluaton of homoeopathy in Nazi Germany. British Homoeopath. J. 84, 1995, 229
- Ernst E.:** Prevalence of use of complementary/alternative medicine. A systematic review. Bull. of theWHO 2/78, 2000, 252-256
- Ernst E.:** Chelation therapy for coronary heart disease: An overview of all clinical investigations. Am. Heart J. 140, 2000, 238-41
- Ernst E.:** A systematic review of systematic reviews of spinal manipulation. J R Soc Med 99, 2006, 192-6
- Ernst E.:** Adverse effects of spinal manipulation: a systematic review. J R Soc Med 100, 2007, 330-338
- Ernst E. (Ed.):** Review – Healing, Hype or Harm? A Critical Analysis of Complementary or Alternative Medicine by Edzard Ernst. Imprint Academia 2008

- Ernst E., Pittler M. H.:** The effectiveness of acupuncture in treating acute dental pain. A systematic review. *Brit. Dental J.*: 184, 1998, 443-447
- Ernst E., Cassileth:** How Useful are Unconventional Cancer Treatments? *European Journal of Cancer* 35, 1999, 1608-1613
- Ernst E., Resch K.I.:** Concept of true and perceived placebo effects. *BMJ* 311, 1995, 551-553
- Esler M.:** Akupunktura ucha. Grada, Praha 1994
- European Commission:** COST Action B4. Unconventional medicine. Final report of the management committee 1993-1998. European Communities, Luxembourg 1998
- Fiala P.:** Fenomén akupunktury ve světle moderního výzkumu. *Regulační medicína* 4, 1998a, 1-6
- Fiala P.:** Akupunktura a její možnosti v oblasti psychosomatické medicíny. *Regulační medicína* 6, 1998b, 1-6
- Filshie J., White A. (Eds.):** Medical acupuncture. A western scientific approach. Churchill Livingstone 1998
- Flášarová L., Hausnerová J.:** Praktický průvodce minulými životy. Mayday, Pardubice 2006
- Fleissig J.:** Zázraky a podvody. Bohemia, Praha
- Foster D.:** The americanization of acupuncture. *Am. J. Acu* 17, 1989, 57-63
- Gascoigne S.:** Čínskou medicínou ke zdraví. Knižní klub, Praha 2000
- Green S.:** Chelation Therapy: Unproven Claims and Unsound Theories. <http://www.quackwatch.com/01QuackeryRelatedTopics/chelation.html>
- Gurwitsch A.A.:** A historical review of the problem of mitogenic radiation. In: *Experientia* 44, 1988, 545-550
- Haas W.:** Familiensteller nach Hellinger – ein destruktiver Kult? *Skeptiker* 21, 1/2008, 4-6
- Haas W.:** Stellvertreter in (Familien-)System-aufstellungen: Was treibt sie um, was trieb sie an? *Skeptiker* 21, 1/2008, 10-14
- Habermann E.:** Wissenschaft, Glaube und Magie in der Arzneitherapie: Manifestationen, Theorie und Bedarf. *Skeptiker* 1/5, 1994, 4-15
- Hahnemann S.:** Organon racionální léčby. Alternativa, Praha 1993
- Hanka Z., Kuchař J.:** Léčitelé jak je neznáte. Nakl. Eminent, Praha 1991
- Hanzl G.S.:** Das neue medizinische Paradigma. K. Haug, Heidelberg 1995
- Hansman M., Žert V.:** Pí-voda a jiné léčivé vody. Fontána 2004
- Hansson S.O.:** Je antroposofie věda? *Zpravodaj SISYFOS* 1, 2/1995, 7-10
- Heidler I.:** Aurikulární akupunktura. Avicenum, Praha 1986
- Heřt J., Bíba V.:** Rezonanční terapie lesů kriticky. *Zprávy lesnického výzkumu* 42, 4/1997, 21-23
- Heřt J.:** Akupunktura, mikrosystémy. In: *Věda kontra iracionalita 1. Sborník.* Academia, Praha 1998, 83-106
- Heřt J.:** Homeopatie. In: *Věda kontra iracionalita 1. Sborník.* Academia, Praha 1998, 107-119
- Heřt J.:** Okultismus v medicíně. In: *Věda kontra iracionalita 1. Sborník.* Academia, Praha 1998, 131-144
- Heřt J.:** Kraniosakrální terapie. *Zpravodaj SISYFOS* 7, 4/2001
- Heřt J.:** Vyjádření k parapsychologii a experimenty s telepatii. *Zpravodaj SISYFOS* 10, 1/2004
- Heřt J.:** Experiment jako důkaz? In: *Věda kontra iracionalita 3. Sborník.* Nakl. V. Nosková, Praha 2005
- Heřt J.:** Výkladový slovník esoteriky a pavěd. Nakl. V. Nosková, Praha 2008

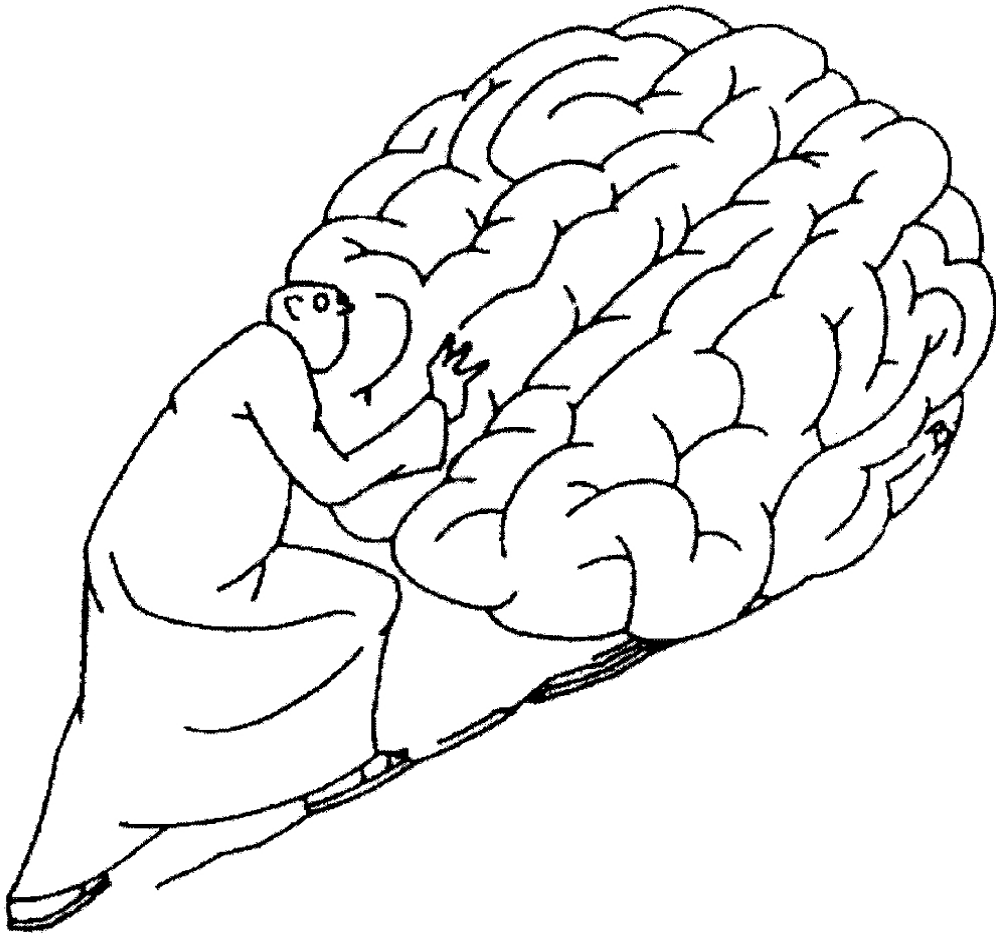
- Hill E., Doyon F.:** Review of randomized trials of homeopathy In: Rev. Epidém. et Santé Publ. 38, 1990, 139-147
- Hines, T.:** Pseudoscience and the Paranormal. Prometheus Books, Buffalo, New York 1988
- Hnízdil J.:** Clusterová medicína. In: Věda kontra iracionalita 1. Sborník. Academia, Praha 1998, 125-130
- Hopff H.:** Homeopathie kritisch betrachtet. G. Thieme Verlag, Stuttgart/New York 1991
- Hořejší J.:** Kterak devítiletá školačka připravila auru o aureolu. Zpravodaj SISYFOS 5, 3/19
- Hrazdíra I., Doskočil M.:** Effect of static magnetic field on the development of chick embryos. Scripta medica 62, 1989, 297-300
- Hyman, R.:** Psi experiments: Do the best parapsychological experiments justify the claims for psi? Experientia 44, 1988, 315-332
- Chobotský P.:** Čas senzibilů a léčitelů. Vyd. Pěstitel, Lysá nad Labem 1992
- Chvojka J.:** Magnetoterapie v teorii a praxi. Professional Publishing, Praha 2000
- Inglis B., West R.:** Průvodce alternativní medicínou. Zemědělské nakl. Brázda, Praha 1992
- Jarvin W.T.:** Quackery: The National Council against Health Fraud Perspective. Compl. ent. alt. Ther. 4, 25/1999, 805-811
- Jelínek O.:** Kvantová mechanika a její zneužívání. In: Věda kontra iracionalita 3. Sborník. Nakl. Věra Nosková, Praha 2005, 61-93
- Jouanny J. et al.** Homeopatická terapie. Vodnář, Praha 1995
- Jeřábek J.:** Magnetoterapie. 2 EL s.r.o., Hradec Králové 1993
- Jonas W.B.:** Researching alternative medicine. Nature Medicine 3, 1997, 824-827
- Kajdoš V.:** Kovem a ohněm. Praha, Pyramida 1985.
- Kapišinský I.:** Existují záizraky? Nepublikováno, k dispozici u autora
- Kašpar E.:** Proutkaření. Rozhledy matematicko-fyzikální 52, 1973 a 68, 1973, 1989/90
- Kašpar E.:** Populárně a vědecky o proutkaření. Jednota českých matematiků a fyziků, Praha 1994
- Kettner P.:** Léky, léčitelství a šarlatáni. Praha, Horizont 1988
- Kienle G.S., Kiene H.:** The Powerful Placebo Effect: Fact or Fiction? J. Clin. Epidemiol. 50, 12/1997, 1311-1318
- Kleijnen J., Knipschild P., Gerben ter Riet:** Clinical trials of homeopathy. British med. J. 302, 1001, 316-323
- Klener P. et al.:** Klinická onkologie. Galén, Praha 2002
- Klener P.:** Rizika alternativní léčby v onkologii. Tempus medicorum 8, 7/2007.
- Koryta J.:** Ionty, elektrody, membrány. Academia, Praha 1980
- Krejčová G., Pudil P.:** Homeopatie v Čechách: jak dál. Statim 2, 2/1994, 18
- Krupička J.:** Renesance rozumu. ČS, Praha 1996
- Kutílek M.:** Jaká je léčivá síla vody. Zpravodaj SISYFOS 13, 2/2007
- Kutílek M.:** Proutkaři a penduláci. Věda kontra iracionalita 4. Sborník. Nakl. V. Nosková, Praha 2008, 125-134
- Lakota V.:** Živá a mrtvá voda. Zpravodaj SISYFOS 1, 1/1995
- Lambeck M.:** Können Homöopathie und Parapsychologie auf die Quantenphysik gegründet werden? Skeptiker 18, 3/2005, 194-110
- LaValley J.W., Vewrhoef M.:** Integrating complementary medicine and health care services into practice. Can med assoc 1/153, 1995, 45-49
- Leick P.:** Die „schwache Quantentheorie“ und die Homöopathie. Skeptiker 19, 3/2006, 92-1023
- Lenková J.:** Velká kniha alternativní medicíny. Regia, Praha 2001
- Lewit K.:** Manipulační léčba v rámci reflexní terapie. Avicenum, Praha 1975

- Loescher W.:** Homoeopathie: eine wirksame und risikoarme Alternative zur konventionellen Pharmakotherapie? Teil 2: Nachweis der Wirksamkeit beim Tier. Deutsche Tierärztl. Wschr. 99, 1992, 99-106
- Lupiřev N.L.:** Homeopatie a energoinformatika. Aspekt Kilcullen s.r.o., Praha 1995
- Maddox J.:** Waves caused by extreme dilution. Nature 335, 1988, 760-763
- Maddox J. et al.:** High-diluted experiments a delusion. Nature 334, 1988, 287-290
- Málek P.:** Benvenistova aféra. Vesmír 68, 1989, 395-397
- Mann F.:** Scientific aspects of acupuncture. W. Heinemann Med. Books, London 1978
- Marks D.F.:** The psychology of paranormal beliefs. Experientia 44, 1988, 332-337
- Mornstein V.:** Utopený Archimédés. Malý výkladový slovník. Nadace Universitas Masarykiana, Brno 1999
- Mornstein V.:** MUDr. Vilma Partyková: Urinoterapie očima lékaře. Zpravodaj SISYFOS 7, 2/2001
- Mornstein V.:** Alternativní medicína z pohledu přírodovědce. In.: Věda kontra iracionalita 2. Sborník. Academia, Praha 2002
- Mornstein V.:** Stanovisko k metodě tzv. psychosomatické arteterapie. Zpravodaj SISYFOS 9, 2-3/2003
- Mornstein V.:** Alternativní medicína. Postgraduální medicína 7, 3/2005, 277-281
- Mornstein J.:** Alternativní medicína a klinicky neověřená terapie v onkologii. Postgraduální medicína 7, 6/2005, 605-609
- Niederland T.R.:** Placebo a placebový účinek. Vesmír 65, 1986, 185-187
- Nosková V.:** Ten muž chce pomáhat lidem. Zpravodaj SISYFOS 5, 3/1999
- Nosková V.:** Esoterička milující vědu. Zpravodaj SISYFOS 9, 2-3/2003
- Nosková V.:** Mezaliance vědy s esoterikou na půdě Akademie věd ČR. Zpravodaj SISYFOS 9, 4/2003
- Nosková V.:** Vyrostla pyramida veliká, převeliká. Zpravodaj SISYFOS 10, 1/2004
- Nosková V.:** Módní hry s minulými životy. In: Věda kontra iracionalita 3. Nakl. Věra Nosková, Praha 2005, 106-113
- Odyová P.:** Tajemství tradiční čínské medicíny. Svojtka a co., Praha 2003
- Oepen I.:** Überlegungen und Anregungen zur Einschätzung der Homoeopathie. Die med. Welt 37, 1986, 424-426
- Okultismus a věda.** Sborník překladů z časopisu Experientia. Praha, nakl. S. Libovický 1994
- Ostendorf D.-M.:** Alternative medizinische Methoden, Folge 1-6 (Neuraltherapie, Akupunktur, Elektroakupunktur nach Voll /EAV/, Mora- und Bioresonanz-Therapie, Kirlian-Fotografie, Soft- und Mid-Laser). Münch. med. Wschr. 135, 1993, Nr. 22, 23, 25, 30/31, 34, 36
- Ostendorf D.-M.:** Bachova květinová léčba. Münchener med. Wochenschrift 136, 3/1994
- Park, R.L.:** Sedm varovných znaků pseudovědy. <http://www.bobpark.com>
- Patakyová B., Pataky J.:** Reflexní diagnostika. Eminent, Praha 2002
- Pekárek L.:** Vliv elektromagnetického pole na lidský organismus. Fakta a mýty. In. Věda kontra iracionalita 1. Sborník. Academia, Praha 2002, 37-52
- Pekárek L.:** Iracionální zneužívání kvantové mechaniky - dva pohledy. Zpravodaj SISYFOS 5, 2/1999
- Pekárek L.:** Člověk v magnetickém poli. In: Věda kontra iracionalita 3. Sborník. Nakl. V. Nosková, Praha 2005, 166-176
- Pekárek L., Heřt J.:** Rezonanční terapie v osmi krocích. Zpravodaj SISYFOS 4, 2/1998
- Pekárek L., Rojko M.:** Proutkaření bez iluzí. Věda a technika mládeži 44, 1990
- Pekárek L., Rojko M.:** Geopatogenní zóny a fyzika. Pokroky matematiky, fyziky a astronomie 36, 1991, 24-36

- Pešek R.:** Kritické poznámky ke klasické psychoanalýze. In: Věda kontra iracionalita 3. Sborník. Nakl. Věra Nosková, Praha 2005, 114-130
- Petříček P.** Adresář lidových léčitelů v České republice. Nakl. M. Zítko, Praha 2000
- Pilkingtonová J.M.:** Staré a nové způsoby léčení. Jota, Brno 1994
- Plášek J.:** Lampa Bioptron – aneb světlo, které léčí. Zpravodaj SISYFOS 10, 3/2004
- Plášek J., Zvárová J.:** Je homeopatické léčení účinnější než placebo? Časopis lékařů českých 135, 18/1996, 575-579
- Pollak Kurt:** Medicína dávných civilizací. Orbis, Praha 1968
- Pondělíček D., Svoboda J.:** Specifická individuální autoboterapie (SIAB). Medica Revue 3, 12/96, 32-35
- Prix R.:** Anthroposofická medicína a její pohled na člověka a léčení. Medica Revue 1, 1994, 26-29
- Prokop O., Prokop L.:** Homoeopathie und Wissenschaft. Enke, Stuttgart 1957
- Randi J.:** The detection of fraud and fakery. Experientia 33, 1988, 287-290
- Reckeweg H.H.:** Homotoxikologie – celostní přehled syntézy medicíny. Aurélia, Baden-Baden 1981
- Reilly D., Taylor M.A.:** Potent placebo or potency? A proposed study model with initial finding using homoeopathically prepared pollents in hay fever. British Homoeopath. J. 74, 1985, 65-75
- Rokosová B., Čechtický T.:** Zázraky lidových léčitelů. Práce, Praha 1992
- Rýc M.:** Základy homeopatie. 1.- 3. díl. Triton, Praha 1992
- Rýc M.:** Homeopatie pro každý den. Eminent, Praha 1995
- Rýzl M.:** Úvod do parapsychologie, Praha, Panorama 1991.
- Schick Th. Jr.:** The End of Science? Skeptical Inquirer 21, 2/1997, 36-39
- Schreiber V.:** Hojivá síla přírody. Vesmír 64, 1985, 185-188
- Scott C.:** Remote viewing. Experientia 44, 1988, 322-326
- Sionneau P., Gang L.:** Terapie tradiční čínské medicíny. I. Svítání plus, Hr. Králové 2002
- Skrabanek P.:** Paranormal health claims. Experientia 44, 1988, 303-309
- Skrabanek P.:** Death o Human Medicine. Social Affairs Unit. London 1994
- Sovak et al.:** Herbal composition PC-SPES for Management of Prostate Cancer: Identification of Active Principles. J. nat. Cancer Institute 94, 2002, 1275-82
- Stalker D. a Glymour D. (eds):** Examining holistic medicine. Prometheus Books, Buffalo, New York 1995
- Stenger V.J.:** Kvantové šarlatánství. Zpravodaj SISYFOS 3, 1/1997
- Townsey M.W., Hasan M.Y.:** Homeopathy – a biophysical point of view. Brit Homeopath J. 84, 1995, 218-228
- Valdová V.:** Nástrahy samoléčby bylinnými přípravky. Zpravodaj SISYFOS 10, 3/2004
- Vickers A., Goyal N., Harland R., Rees R.:** Do Certain Countries Produce Only Positive Results? A Systematic Review of Controlled Trials. Controlled Clinical Trials 19/1998, 159-166
- Vinař O.:** Placebo. In: Věda kontra iracionalita 1. Sborník. Academia, Praha 1998, 163-169
- Weihrauch R., Gauler T.:** Placebo – Efficacy and Adverse Effectgs in Controlled Clinical Trials. Arzheim.-Forsch./Drug Rec. 49, 1/1999, 385-393
- White L, Tursky B., Schwartz G.E.:** Placebo, Theory, Research and Mechanisms. The Guilford Press, New York/London 1985
- Wolff O.:** Anthroposophisch orientierte Medizin. Verlag Freies Geistesleben, Stuttgart 1990



**SATIS**



**SED NON FINIS**