

## Minirozhovor

## Proč si někdy lékaři nevědí rady?

Odpovídá praktická lékařka MUDr. Zdena Zbytková, jež v ordinaci svého otce řeší všední i nevšední neduhy lidí:

**! Mnoho pacientů říká: lékaři po různých vyšetřeních stejně nevědí, co mi je. Čím to je?**

Náročné případy se určitě objevují. Někdy ale pozorují, že se lidé posílají na další vyšetření jakoby zbytečně. Je to určitě správné, aby se něco nezanedbalo, jenže pak samozřejmě vzniká dojem, že jsou vážně nemocní a my nevíme, co jim je.

**! U kterých obtíží se těžko hledá příčina?**

Jsou to hodně psychosomatické nemoci, které jsou ovlivněny tím, že je člověk ve stresu nebo že má velkou zátěž v práci. Pacienti mají bušení srdce, třesy a chvění. Často hlavně pacientky říkají: „Paní doktorko, jsem strašně unavená. Udělejte mi odběry krve, abyste zjistila, čím to je.“ A když se paní zeptám, jak dlouho spí, dozvím se, že třeba jen čtyři hodiny. A tak už příčinu vím. Ale odběry přesto udělám. Ne vždy to totiž můžeme uzavřít, že je nemoc z nevyspání nebo ze stresu, pokud nejsou vyloučené další příčiny. Druhá věc je, že to děláme i proto, abychom člověka uklidnili. Ovšem pozor, spousta těch lidí je fakt nemocných. Psychosomaticky nemocní jsou nemocní a mají bolesti! A není to jen o tom, že nemoc je vyvolaná psychikou, ale že nemoc ovlivňuje psychiku. A v podstatě je pak těžké odlišit, co způsobuje choroba a co psychika.

**! A jaké jsou ty případy, které s psychikou tolik nesouvisí, a je příčina neví, co je příčina?**

Třeba atypické průběhy bolesti zad. Dlouho trvá, než se přijde na to, jestli je to plotýnka, nebo zda bolest pochází od kyčle, případně je jen funkční, tedy od svalů, nebo se ten člověk přetěžuje. Někdy ani na příčinu nepřijdeme.

Často po banálním úrazu člověk cítí bolesti zad, je vyšetřen horem dolem, ale nakonec se s ním musíme dohodnout,



že bude žít s určitou mírou diskomfortu, že ty a ty aktivity bude muset omezit. Důvod v podstatě víme – měl úraz. Jenže se nenašlo nic, co by ten úraz poškodil. Respektive tělo zůstalo nepoškozené, ale rozvinuly se velké bolesti.

**! Vybavíte si nečekaný průběh nějaké nemoci?**

Stává se, že při infarktu pacienta bolí záda. To každého člověka, ale i lékaře nemusí hned napadnout, infarkt většinou vzadu nebolí. Lékař musí myslet i na tyto věci!

**! Pozorujete, že se dříve u některých chorob tápalo a dnes už jsou lékaři vysvětlení bližší?**

Například Crohnova choroba. Na přelomu dvacátého a jednadvacátého století byla ještě bráná jako vzácná nemoc. Pacienti byli dlouho vyšetřováni na průjmy, a než lékaře napadlo udělat kolonoskopii, trvalo to s jinými odběry i několik let.

**! Příčina ale není pořád jasná, že?**

Není. Někdo to může mít dědičné, dalšímu pacientovi se k tomu přidruží další choroby imunitního systému. Dává se to do souvislosti se stresujícím faktorem nebo je spouštěčem vážná infekční choroba. Když po tom lidé pátrají, ve většině případů se prostě nedopátrají.

**! Také se často vytýká, že doktoři léčí jen příznaky...**

Sice neznáme odpovědi na všechno, ale není pravda, že třeba u autoimunitních chorob bychom léčili jen symptomy,

také ten zánět se dá dnes slušně potlačit. A určitě by pacienti neměli uvažovat o tom, že když nevíme příčinu, tak by předepsané léky na potlačení příznaků neměli užívat. Vezměte si třeba vysoký krevní tlak. Zhruba v 98 procentech se nedá zjistit jeho příčina, přičemž ta dvě procenta připadají na ledvinová onemocnění a hormonální choroby. U nich samozřejmě platí, že když se vyléčí, tak ustanou i problémy s hypertenzí. Ale u většiny se původ neví. Kdyby pacienti léky nebrali, tak mi jich tu púlka v padesáti umře na mrtvici nebo budou mít vážné komplikace.

**! Když mají lidé pocit, že vyšetření u lékařů nepomáhají, obrazejí se na lékaře. Ti si je často získají argumentem, že oni na rozdíl od lékařů pohlízejí na jejich obtíže komplexně.**

To se zcela vyvrátit nedá. My lékaři se bohužel zatím učíme komunikovat. Léčitelé na to, že si mají s člověkem předně povídat a rozebrat jeho příznaky, přišli už dávno. Oni často mluví o komplexním pohledu, ale pacienti nakonec stejně jen doporučí čaj na symptomy nebo bychom kyvadlem nad bylinami.

U léčitelé má ale člověk pocit, že mu na něm záleží. Stává se to i mně. Jdu k lékaři, ale ani kolegové se mnou nehovoří, neřeknou mi, co se děje. Proto se s pacienty snažím mluvit a vysvětlovat. Jinak o tradiční čínské medicíně by se dalo mluvit dlouho. Jsou tam určité prvky, které pomůžou, proč by ne. Ale na druhé straně ne všechny věci jsou u nás použitelné. Mě zajímají byliny, které rostou u nás. Když nad tím přemýšlím, mám pocit, že pokud se Čech drží toho, co roste v jeho kotlině, je to pro něj nejzdravější. Jsme narození na to, abychom jedli plody z této země. Je to naše podnebí, naše hlína, naše bakterie... A toho bychom se měli držet.

## RADOSLAV SVOBODA: KLASICKÁ LÉČBA VŽDY NESTAČÍ

„Když lidem nedokážu pomoci západní medicínou, což je na prvním místě, zkouším i alternativní postupy. Nefunguje to ale tak, že se spolkne tabletky a bolest zmizí. Pacient musí být trpělivý,“ říká „doktor ze Železných hor“, který své vyšetření nekončí jen vypsáním receptu.



Radoslav Svoboda s dcerou Zdenou musí co nejlépe vyhodnotit prvotní příznaky

### RADOSLAV SVOBODA

**! Z počátku dělám armádního lékaře.**

**! Od roku 1993 působil jako praktický lékař v Třemošnici na úpatí Železných hor na Chrudimsku, dnes v okolí provozuje několik ordinací.**

**! Ordnuje ve spolupráci se svou dcerou Zdenou a je pro mnoho zdejších lidí často tím prvním, který jim pomáhá v bolestech a s nímž hledají optimální léčbu. Když se tu řekne „doktor“, většina místních má na mysli právě jeho...**

Role praktického lékaře je pořád zásadní. Na něm je, aby prvotní příznaky dobře rozpoznal a pacienta případně poslal ke vhodnému specialistovi. Na venkově mají navíc starší lidé ztíženou lékařskou dostupnost. Z toho důvodu se Radoslav Svoboda zasadil o fungování domácí ošetrovatelské péče, kdy sestry objíždějí starší pacienty doma a kontrolují jejich zdravotní stav. Říká, že tak lze odhalit počáteční srdeční selhávání, zvládat převazy a optimálně léčit běrcové vředy apod.

V rámci své praxe provozuje rehabilitaci a podpůrné také využívá některé prvky tradiční čínské medicíny. „Nebojím se třeba akupunktury, která je už celosvětově uznávaná,“ říká. „Díky ní se dá třeba pomoci s popáleninami. Na první pomoc je to účinné, popálení se sníží až o stupeň. Musí se ale jednat co nejdříve, tak do hodiny od úrazu. Akupunkturu používám i na léčbu pohybového aparátu, bolesti kloubů atd. Také se mi podařilo několik pacientů zbavit alergií. Na druhé straně chci zdůraznit, že nelze přerušit klasickou léčbu! Lidem

„**Většina lékařů se k alternativním postupům bohužel pořád stává odtažitě. Na druhé straně je pravda, že spousta léčitelů spíše lidem škodí. Klasickou terapii přerušit nelze!**“

Radoslav Svoboda

říkám: musíte dál chodit na chemoterapii, musíte absolvovat ozařování. Toto vám pouze pomůže, abyste vše lépe snášeli. A ono se pak často ukáže, že není třeba brát tolik utišujících léků. Že pacienti nejsou tolik pod opíaty a život prožívají realističtěji. Je ovšem pravda,

že spousta léčitelů lidem škodí. Lékaři a naše práce je pod regulací a přísnými předpisy, zatímco oni si dělají, co chtějí, a nikdo je nepostihuje.“

Radoslav Svoboda se podílel na dvou knihách. Ta pod názvem *Rakovina – země neznámá* ukazuje různé úhly pohledu na rakovinu. Zabývá se onkologickou terapií západní medicíny, tradiční čínské medicíny i nejznámějšími alternativními metodami léčby nádorových onemocnění. Shrnuje jejich klady, záporů a vedlejší účinky. Nechybí ani diskusibilní téma devitalizace nádorů, tedy podvazování cév a žil, kterými je nádor spojen s organismem.

„Zjistil jsem ale, že většina lékařů se k tomu stává odtažitě až negativně,“ dodává „doktor z hor“. „A tak to spíš zapadlo. Už v devadesátých letech jsem chtěl studovat biomedicínu, bohužel na lékařské fakultě v Praze se mě tehdy dělali šarlatána. Přitom mělo jít o výzkum energií a jejich vlivu na zdraví. A dnes? Najednou to proniká do podvědomí dalších kolegů, při FN v Hradci Králové se dokonce zřizuje Klinika čínské medicíny.“

## ŽAMPION BRAZILSKÝ Posilněte svou imunitu



Do vašich lékáren přináší **Vizofarma**