

TÉMA: Homeopatia



- Kedy vám pomôže, kedy nie?
- Čo si o nej myslia lekári?
- Ako si vyberiete dobrého homeopata?

Cukor, voda



Homeopatia je medzi ľuďmi populárna, ale oficiálna medicína ju odmieta. Jej odporcovia tvrdia, že je šarlatánska a funguje ako placebo. Jej zástancovia, že vylieči takmer všetko.

Pred dvomi rokmi na jar Daniela prechodila niekoľko bežných prechladnutí. Potom prišiel zlom. „Začalo sa mi zle dýchať. Nevládala som povedať súvislú vetu ani udržať nič ťažšie v rukách. Stačili tri schody a mala som pocit, že sa mi roztrhnú pľúca aj srdce. Dusila som sa, nemohla som spať. Chodila som po vyšetreniach, ale bezvýsledne. Keď ma lekári chceli poslať na psychiatriu, vzoprela som sa. Áno, mala som depresie z choroby aj z pracovného stresu, ale určite som nebola blázon!“

alebo *liek*.?

MALA SOM ZOMRIEŤ

Napokon jej pľúcna lekárka zmerala difúznú kapacitu pľúc. Vyšetrenie ukázalo, že pracovali iba na štyridsať percent. Stanovila jej diagnózu – sarkoidózu. Pri tomto ochorení hrubne pľúcne tkanivo, pľúca sa nemôžu rozpínať a ich kapacita sa prudko znižuje. „Jeden z lekárov sa vyjadril, že mám pred sebou tri až päť rokov života. Viete si predstaviť, ako mi bolo? Mala som štyridsaťjeden rokov! V tomto stave som išla za všeobecnou lekárkou a spýtala som jej, čo by sa ešte dalo robiť. Odsekla mi: Nezdriavajte, mám plnú čakáreň pacientov. Je to nezvratná diagnóza, tak sa s ňou zmierite!“ „Pľúciari“ jej neskôr ponúkli liečbu kortikosteroidmi. Čakalo ju šesť týždňov na infúziách v nemocnici, po pol roku opäť. „Mali mi pomôcť prežiť tie zvyšné roky, čo mi vyrátali. Odmietla som, veď som už nemala čo stratiť.“ O niekoľko dní vyhľadala známeho homeopatického lekára. „Hneď na prvom vyšetrení mi dal jednu dávku lieku z exotickej rastliny. Prišla som domov a spala som deväť hodín v kuse. Ráno som mala pocit, že jasnejšie vnímam. Akoby sa zrazu všetko zmenilo, cítila som prílev energie. Na tretí deň sa mi stav opäť zhoršil, ale potom sa už len zlepšoval. Každý deň som vládala viac a viac. Začala som chodiť na prechádzky, po schodoch som vyšla bez toho, aby ma dusilo.“

KREHKÁ KVETINKA

Po pol roku prišla na kontrolu. Bola úplne zdravá. Röntgenové vyšetrenie, difúzna kapacita pľúc, ale aj vyšetrenia z krvi a moču boli negatívne. „Pľúcna lekárka tvrdila, že toto ešte nevidela. Bála sa ukázať moje výsledky kolegom, vraj by jej neuverili. Keď som sa priznala



Homeopatiká si nikdy nesypete do ruky.

Foto: profimedia.sk

Dôverné!

Homeopat sa vás v rozhovore pýta nielen na ochorenia, operácie, doterajšiu liečbu, ale aj na zážitky z detstva, sny, váš vzťah k matke či k priateľom. Sleduje vaše gestá, mimiku, farbu očí či pokožky. Zaujíma sa o vaše mentálne naladenie, obľúbené a neobľúbené farby, chute. Otázkami často zasahuje do najskrytejších zákutí psychiky a závisí od vás, kam ho pustíte. Čím viac sa však o vás zvie, tým ľahšie sa mu hľadá správny liek. Čokoľvek mu povie, musí ostať dôverné.

k homeopatickej liečbe, rázne ma upozornila, aby som s takými bludmi za ňou nechodila. Uzavrela

môj prípad s tým, že sa asi pomýlila v diagnóze a žiadnu sarkoidózu som nemala.“ Dnes Daniela opäť naplno pracuje a navštevuje homeopatickú školu. O rastline, ktorá jej pravdepodobne zachránila život, sa dočítala, že je to krehká kvetina, rastúca vysoko v peruánskych Andách.

VRÁŤTE SA DO JASKYNE

Broňa na rozdiel od Daniely nemá k homeopatii jednoznačný postoj. „Od narodenia som mala atopický ekzém. V puberte sa mi decká vysmievali, že vyzerám ako Quasimodo. Nebezpečných kortikoidov a smradľavých

dechtových masť som mala plné zuby. Aj tak pomohli len na chvíľu. Po prvom pôrode sa mi

stav veľmi zhoršil. Drapľavú a príšerne svrbiacu kožu som mala na celom tele aj na tvári.

Nemohla som spať, škriabala som sa do krvi. Psychicky som bola na dne, manžel aj malý syn si to, samozrejme, odniesli tiež. Moja mama je lekárka, ale keď videla, že si už neviem dať rady, zaviedla ma ku kolegyni, ktorá sa špecializovala na homeopatiu. „Niekoľko mesiacov homeopatka nevedela Broni nájsť správny konstitučný liek. „Som racionálny typ, alternatívna liečba nie je moja šálka kávy. Už som to chcela vzdať, keď ma presvedčila, aby som vyskúšala ešte jedno homeopatikum. A ek-

zém v priebehu pol roka zmizol. Po dvadsiatich ôsmich rokoch života som mala konečne čistú kožu!“ Broňa si dodnes nie je istá, či jej pomohla homeopatia, alebo sa choroba jednoducho stratila, ako to v dospelosti pri neurodermatitide býva. „Keď som to raz spomenula dermatologičke, chytila ju hystéria. Poradila mi, nech sa vrátim do jaskyne.“

DÉJÀ VU

Bola šťastná, že syn atopický ekzém nezdedil. Keď sa jej však narodilo dievčatko, genetika ju zradila. „Plakala som spolu s dcérkou, keď pre svrbenie nespávala. Nemohla chodiť na plávanie ani na gymnastiku, lebo ochorenie ju veľmi obmedzovalo. Nesústredila sa v škole. Lekári robili, čo mohli, ale nič nepomáhalo.“ Ako osemročnú ju zobrala k homeopatke. K tej istej, čo predtým zrejme pomohla jej. Ibaže to nefungovalo.

Foto: profimedia.sk

„Je mýtus, že pri homeopatickej liečbe musíte iné lieky vysadiť“



„Lekárka dcérke nesadla. Viem, že homeopat musí z pacienta dostať čo najviac informácií – nielen o jeho chorobách, ale aj o psychike, povahe a slabých stránkach –, aby si mohol o ňom vytvoriť obraz a vybrať mu najvhodnejší liek. Lenže dcéra sa zablokovala a odmietala s lekárkou komunikovať. Absolvovali sme tri vyšetrenia, z každého odchádzala psychicky úplne rozbitá. Prestali sme k nej chodiť.“ K ekzému sa v puberte pridali kontaktné alergie, senná nádcha a alergický zápal očí. Broňa presvedčila dcérku a zobrala ju k inej terapeutke. Váhala, lebo to nebola lekárka. Dcérka ju však prijala. Homeopatia okrem iného zistila, že máva ťažké sny. Vo všetkom chce byť vynikajúca a zle znáša, ak ju neakceptuje okolie. „Prvý liek nezabral, pri druhom sa situácia zlepšila. Nehovorím, že ekzém a alergie zmizli, ale prejavujú sa oveľa miernejšie, najmä na tvári. Vysadili sme antihistaminiká aj rôzne masti. Dcérka je pohodovejšia, vyrovnannejšia. Je v tínedžerskom veku, záleží jej na výzore a teší ju, že sa konečne môže aj našminkovať.“

PRVÝ ÚSPECH

MUDr. Vladimír Petroci začínal ako pľúcny lekár v Ústave respiračných chorôb v Tatranskej Polianke. V praxi videl, čo znamenajú chronické ochorenia. „Klasická medicína vie zmierniť ich priebeh, ale nedokáže ich vyliečiť. Pomocou chemického alebo prírodného lieku sa snaží chorobu potlačiť. Homeopatia

využíva sekundárnu reakciu organizmu. Správne zvolený homeopatický liek dá organizmu podnet, aby sa proti chorobe bránil vlastnými prostriedkami. Spomínam si na jeden zo svojich prvých prípadov, na ženu, ktorá trpela ťažkou astmou. Lekári jej v priebehu roka predpísali päťdesiat rôznych liekov. Mala žalúdočné ťažkosti, najmä po mlieku, vyhybala sa slnku a bola veľmi uzavretá. Zistil som jej konštitučný liek. Postupne sa jej astma stratila a väčšmi sa otvorila voči ľuďom. Niekoľko rokov som sledoval vývoj jej stavu. Z invalidity sa vrátila do plnohodnotného života.“

NEISTÁ BUDÚCNOSŤ

Netrvalo dlho a mladý lekár sa rozhodol venovať homeopatii naplno. „Odišiel som na voľnú nohu“. Riskoval som živobytie, ale inak to nešlo. Klasická konštitučná homeopatia si vyžaduje rozsiahle vedomosti a hlboké štúdium. V súčasnosti máme informácie asi o päťtisícipäťsto liekoch a ich príznakoch, ale oveľa viac je takých, ktoré ešte len čakajú na objavenie. Približne z dvetisícipäťsto slovenských lekárov, ktorí absolvovali homeopatickú školu, sa ich len veľmi málo tejto metóde venuje naplno. Kto je ochotný vzdať sa po šiestich rokoch denného štúdia klasickej praxe a živiť sa len homeopatiou?“ Podľa neho aj nelekár môže byť rovnako dobrým homeopatom ako lekár. Upozorňuje, že Slovenská komora homeopatov vypracovávala štandard, ktoré pomôžu ľuďom orientovať sa pri výbere

vhodného homeopata. „Dôležité je najmä vzdelanie a jeho dĺžka. Môžete sa riadiť aj cenou, časom, ktorý vám venuje, počtom liekov pri jednom predpise aj dobrými referenciami od iných ľudí.“

AKO PRUŽINA

Neprajníci homeopatii vyčítajú, že sa nezameriava na chorobu, ale na príznaky. Doktor Petroci oponuje: „Každý živý organizmus má regulačné mechanizmy. Ich narušenie znamená chorobu. Sú ako pružina, ktorá sa príliš natiahne a nedokáže už vrátiť organizmus do rovnováhy. Impulzom je fyzický podnet, napríklad prechladnutie, pobyt na slnku či extrémna námaha, alebo psychický podnet, ako je stres. Zistilo sa, že tretinu prípadov bronchiálnej astmy vyvolávajú vírusové infekcie, ktoré ľudia prekonajú tri až šesť mesiacov predtým. Organizmus mal ukončiť zápalový proces pomocou protizápalových mechanizmov, ale pružina sa zasekla. Vznikol chronický zápal, teda astma. Klasická medicína tento stav rieši tak, že pôsobí na pružinu v smere protizápalových procesov – astmu tlmi kortikoidmi. Dará sa jej to, ale celoživotne

pracuje namiesto tela. Homeopatia akoby chcela chorobu ešte väčšmi prehĺbiť. Vyvolá spätnú reakciu a aktivuje obranné mechanizmy, ktoré telo vráti do rovnovážneho stavu. Jej základným princípom totiž je podobnosť – podobné sa lieči podobným. Na to, aby sme organizmu poskytli správny impulz, musíme poznať súbor príznakov, ktorými sa choroba prejavuje. Len tak dokážeme nájsť liek podobný chorobnému stavu organizmu. Ak dáme pacientovi liek, ktorý nezodpovedá jeho stavu, nevznikne žiadny alebo len minimálny terapeutický účinok.“ ➤



Všeobecne platí, že pri akútnych stavoch užívate homeopatikum jednorazovo alebo opakovane do vymiznutia príznakov. Pri chronických, dlhodobých problémoch, ktoré trvajú niekoľko mesiacov až rokov, sa musíte poradiť s homeopatom. Liek sa vtedy podáva v dlhších intervaloch.



POTENCIE

Homeopatiká sa vyrábajú z rastlinných, živočíšnych a minerálnych látok. Časti rastlín sa najprv macerujú v alkohole v sklenených fľašiach. Pri príprave liekov živočíšneho pôvodu sa využívajú buď celé živočíchy, napríklad včely, mravce, pavúky, ich časti, napríklad pierko z orla, alebo ich produkty ako mlieko či jed. Na prípravu liekov z kovov, zo solí či z minerálov sa používa rozpúšťanie v roztokoch alebo trenie v tégliku spolu s laktózou či so sacharózou. Tinktúry a roztoky sa potom riedia a pretrepávajú. Čím je prípravok viac zriedený, tým má vyššiu potenciu. A to je opäť voda na mlyn odporcov homeopatie. Proces výroby v nich vyvoláva nedôveru. Tvrdia, že po toľkých riedeniach sa v roztoku nemôže nachádzať ani jedna molekula pôvodnej látky a to, čo ľudia vnímajú ako liek, je obyčajné placebo. „Dnes ešte naozaj nedokážeme tento jav vedecky vysvetliť,“ priznáva doktor Petroci. „Vieme len toľko, že funguje. Máme k dispozícii desiatky štúdií, ktoré potvrdzujú efekt homeopatik dvojitými slepými štúdiami. Okrem toho, ak by skutočne išlo len o placebo, účinkovali by

naše lieky u malých detí a zvierat?“ Hoci ani samotné placebo sa neoplatí podceňovať, v mnohých prípadoch skrátka funguje. Na princíp potencovania prišiel Samuel Hahnemann, otec homeopatie. Najprv používal u svojich pacientov vážiteľné množstvá látok. Niektoré však mali nepríjemné účinky alebo boli dokonca toxické, ako napríklad oxid arzenitý. Neskôr zistil, že keď roztok dostatočne zriedi a potom ním potrasie, toxicita látky ustúpi a jej účinnosť sa, naopak, zvýši. „Bez toho, aby sa roztok pretrepával, by vo fľaštičke naozaj ostala len obyčajná voda či lieh – podľa toho, čo sa použilo ako rozpúšťadlo.“

POMÔŽE CHAOS?

Lekár je presvedčený, že veda raz vysvetlenie nájde. „Kyselina salicylová sa používala skôr, ako vedci vysvetlili mechanizmus jej účinku. Asi tretina postupov v medicíne vychádza z empirie a nie je podložená vedeckými poznatkami.“ Vysvetlenie, ako fungujú homeopatiká, by mohla poskytnúť

teória chaosu, ktorá patrí do sféry záujmu matematikov. Jedným z klasických prípadov chaotického systému je turbulentné vírenie, ktoré vzniká práve pri trasení roztoku. Farmaceutické koncerny podľa doktora Petrociho nemajú záujem investovať do výskumu homeopatických liekov, lebo konkurujú chemickým preparátom a doplnkom výživy. „Navyše, homeopatiká nemôžu byť licencova-

né, lebo sú to časté bežné látky a materiály.

S minimom znalostí by ste si ich mohli pripraviť aj sami,“ prezrádza.

NEVYLIČIME VŠETKO

Ďalším argumentom klasických lekárov proti homeopatii je, že ľudia často vysadia štandardné lieky a berú len homeopatiká. „Samozrejme, sme radšej, keď pacient užíva čo najmenej chemických liekov. Ale tvrdenie, že pri homeopatickej liečbe je nevyhnutné iné lieky vysadiť, je mýtus! Ak je homeopatický liek presný, liečebný proces nič

nezastaví. Navyše, pri vážnych diagnózach by sme si nedovolili pacienta nahovárať, aby štandardnú liečbu vysadil. Ak sa tak rozhodne sám, nemáme to ako ovplyvniť,“ zdôrazňuje odborník. Upozorňuje, že v homeopatii existuje niekoľko metód, ktoré sa od seba líšia v používaní prístupov aj liekov. „Som zástancom klasickej homeopatie. Najlepšie výsledky máme v liečbe chronických a psychosomatických ochorení, v ktorých je zahrnutá celá osobnosť. Pri výbere lieku je pre nás dôležitý celkový obraz, povaha, spôsob myslenia, správanie a konanie. Nepasujeme sa však za psychiatrov ani za psychológov, nechceme liečiť na mentálnej úrovni. Homeopatiká účinkujú aj na veľa akútnych stavov.“ MUDr. Vladimír Petroci pripúšťa, že ani dobrý homeopat nevyrieši všetko. „Niektorí ľudia reagujú netrepežlivo, keď sa im neulaví hneď. Niekedy máme k dispozícii málo príznakov alebo nám nechtiac nepovedali dôležitý fakt. Mohli naň zabudnúť a náhodou si naň spomenú až pri kontrolnom vyšetrení. Alebo ide o komplikovaný obraz, pre ktorý ešte nemáme známy liek.“

„Nepatria sem tarotové karty, ani kyvadlo



Foto: Remedia



Producentov homeopatik nie je veľa. Francúzska firma ich vyrába strojovo. Menšie lekárne sa venujú skôr manuálnej výrobe. U nás pôsobí len jedna v Nitre. Široký sortiment liekov majú dve výroby vo Veľkej Británii a lekáreň v rakúskom Eisenstadte.



Ako si vybrať homeopata?

- Pýtajte sa ho na dĺžku a charakter vzdelania, ako bude vyzeráť vyšetrenie a koľko budete platiť.
- Klasická homeopatia v súčasnosti rýchlo napreduje, preto je jej štúdium náročné a hlboké. U nás môže homeopatickú prax vykonávať len terapeut, ktorý úspešne dokončil štúdium záverečnou skúškou na niektorej z homeopatických škôl na Slovensku alebo v zahraničí. Dvojtýždňový kurz nestačí ani lekárovi! Za školu sa nepovažuje kurz, ktorý trvá kratšie než jeden rok.
- Musí byť registrovaný v profesijných organizáciách, napríklad v Slovenskej komore homeopatov či v Slovenskej lekárskej homeopatickej spoločnosti. Môže byť lekár aj nelekár.
- Úvodné vyšetrenie trvá štyridsaťpäť minút až tri hodiny v závislosti od problémov, schopnosti vyjadrovania a vzájomného pochopenia. Kontroly by mali nasledovať v päť-, šesťtýždňových intervaloch.
- Cena prvého vyšetrenia je päťdesiat až sto eur, kontrola stojí dvadsať až tridsať eur. Cena je presne stanovená v cenníku, neurčuje sa v priebehu vyšetrenia a neovplyvňuje výber lieku.
- Balenie homeopatických liekov stojí tri až desať eur. Platíte len vtedy, keď nie je liek zahrnutý v cene vyšetrenia.

- Homeopat, ktorý vám predpíše len jeden liek, sa snaží o presnejší predpis ako ten, čo vám dá naraz viac liekov.
- Základnou pomôckou pri vyšetrení je rozhovor s pacientom. Podpornými prostriedkami pri výbere lieku môžu byť kresby u detí, rukopis či zisťovanie farebnej škály. Nepatria doň tarotové karty, kyvadlo a iné ezoterické pomôcky ani prístroje na meranie odporu kože.

zdroj: standardy Slovenskej komory homeopatov



Pod jazyk

Homeopatiká kúpite voľne v bežných lekárňach alebo ich homeopat pre vás objedná v špecializovanej lekárni. Sú jednodložkové, vtedy majú len jednu účinnú látku, alebo viacdložkové, ktoré obsahujú viac účinných látok. Napríklad na odbúranie nervozity alebo stresu pred skúškou či pred zubným ošetrením môžete siahnuť po jedno- alebo po šesťdložkovom lieku. Zväčša majú formu granúl a globúl, čo sú malé guľôčky zo zmesi sacharózy a laktózy. Keďže sa účinná látka nachádza na povrchu, nemali by ste globulky chytáť prstami, ale vyspať si ich do úst podľa odporúčenia homeopata alebo lekárničky a nechať rozpustiť. Ďalšou formou sú kvapky, sirupy, tabletky či masti.

Musí byť cielená



Dobre vybraný homeopatický liek dokáže stimulovať organizmus tak, že sa uzdraví vlastnými silami, vysvetľuje homeopatká Ing. Ružena Novotová.

Ako sa novinárka dostala k homeopatickej liečbe?

Moja cesta nebola priamočiara. Starší syn mal detskú mozgovú obrnu a od štyroch týždňov som s ním musela rehabilitovať. Trikrát denne sme cvičili Vojtovu metódu. DMO skutočne lieči, preto bolo dôležité rehabilitáciu nevynechávať pre nachladnutia, virózy, bežné detské choroby. V tomto nám veľmi pomohli homeopatiká. Synove choroby netrvali dlhšie ako deň a objavovali sa čoraz zriedkavejšie. Spočiatku som homeopatiu vnímala ako metódu na rýchle a účinné riešenie akútnych, nie vážnych zdravotných problémov. Postupne som zisťovala, že je oveľa komplexnejšia a zasiahne často aj

tam, kde iná medicínska, psychologická alebo alternatívna metóda nepomôže. Ohromilo ma to natoľko, že som sa rozhodla študovať ju – napriek tomu, že som po desiatich rokoch na materskej konečne nastúpila do redakcie časopisu. Syn začal chodiť v jedenástich rokoch po liečbe homeopatiou, ale samozrejme, bez rehabilitácie ani bez ortopedických topánok by to nešlo.

Výber homeopatika je náročný. Prečo?

Ako veľa študentov homeopatie, aj ja som bola nadšená jej možnosťami. Zo začiatku som vnucovala homeopatiká každému a na všetko. I keď homeopatické lieky vlastne neliečia, teda aspoň nie v zmysle chemického pôsobenia, dobre vybraný homeopatický liek dokáže stimulovať organizmus tak, že sa uzdraví vlastnými silami. Hranicami metódy sú hranice organizmu. Preto musí byť homeopatický liek veľmi presný, cielený na konkrétneho človeka, nie na diagnózu.

Ako reagujete na negatívne reakcie?

Mávam v ordinácii deti s častými zápalmi horných dýchacích ciest, autistov, mladých ľudí s akné, trémou či trpiacich nešťastnou láskou, páry, ktoré majú problém s otehotnením, alergikov, astmatikov, ženy, ktoré zle znášajú klimaktérium, aj ľudí so psoriázou, s artritídou, chronickou únavou. S negatívnymi reakciami sa nestretávam, ak nebudem rátať istú nedôveru. Tá je pochopiteľná.

Kedy je vhodná samoliečba a kedy sa teba obrátiť na odborníka?

Pri akútnych ťažkostiach si môžete dovoliť samoliečbu podľa vážnosti situácie. Keď dieťaťu tečie večer z nosa a má teplotu, podajte mu homeopatikum. Ak sa stav zlepší do nasledujúceho dňa, môžete zostať pri samoliečbe. Ak sa náhle zhorší, poraďte sa s homeopatom alebo s lekárom. Chronické problémy vždy patria do rúk odborníka. S akútnou bolesťou brucha samoliečbu neskúšajte, urýchlene vyrazte na lekársku pohotovosť.

JE TO PLACEBO



MUDr. Martin KUCHARÍK
neuroológ
II. neurologická
klinika LF UK
a UNB Bratislava

Ani zdravý sedliacky rozum nepripúšťa myšlienku, že by taká liečba mohla fyzikálne, biologicky a chemicky fungovať. Môže fungovať na princípe placebo. Štatistické úspechy štúdií homeopatických prípravkov potvrdzujú účinnosť, ktorá sa približne zhoduje s placebom. Potiaľ je všetko v poriadku, každý nech sa lieči, ako chce.

Individuálna pozitívna skúsenosť s homeopatikami funguje u mnohých ľudí, proti tomu lekári obyčajne nemajú námietky. Ale výrobcovia homeopatie ešte nikdy nepredložili dôkazy o ich účinnosti, odvolávajú sa na odlišný princíp fungovania. Homeopatické lieky označujú za účinné proti najrôznejším ochoreniam a niekedy šíria informácie, ktoré sa dajú označiť za klamlivú reklamu. V mnohých krajinách prebiehajú súdne spory pre nejednoznačné informácie o ich účinnosti a pre podozrenie zo zavádzania verejnosti. Ďalším sporným faktom je cena týchto liekov v pomere k výrob-

nej cene. Obsah účinnej látky v bylinkovom čaji môže byť aj tisícnásobne vyšší ako v homeopatii „proti prechladnutiu a chrípke“. A posledný fakt: Homeopatia sa často nasadzujú ako prostriedky druhej línie, teda neskôr. Preto má pacient pocit, že „zabrali“, hoci nemožno odlišiť, či to nebol efekt prvého, klasického lieku, alebo prirodzený priebeh choroby. Je na lekárovi, či chce svojich pacientov liečiť homeopatickými prípravkami namiesto liečby založenej na dôkazoch. Lekár, ktorý má diplom zo všeobecného lekárstva, prípadne aj zo špecializácie, a ponúka homeopatické preparáty, sa v podstate diplomu vzdáva a koná v rozpore so svojím vzdelaním a s Hippokratovou prisahou. Ľudia ovplyvnení reklamou túžia po účinnom lieku a dostávajú za to len placebo. Často sa pre homeopatický prostriedok rozhodnú na úkor iných liekov a z nedostatku účinnej liečby si nakoniec zhoršia zdravotný stav. To isté platí aj o potravinových a výživových doplnkoch, keďže málokto si uvedomí, že ani ich výrobcovia nemusia predkladať dôkazy o účinnosti.



Foto: profimedia.sk

Patrí k liečbe



MUDr. Peter LIPTÁK
všeobecný le-
kár, Bratislava

Venujem sa liečeniu celého človeka, jeho biologických, psychologických aj sociálnych problémov. Jeden z mojich nástrojov je aj homeopatia, ktorá má presné miesto v celej palete liečebných možností. Ide skôr o jemnú prácu so psychikou pacienta, o využitie jeho vlastných síl pomocou homeopatie. Funguje podobne ako očkovanie, ktoré takisto stimuluje a uvoľňuje prirodzené sily organizmu, ale na rozdiel od neho pôsobí v psychosomatickej rovine. Izolovaným homeopatickým postupom však vieme účinne liečiť len veľmi úzke

spektrum ochorení. Dôležitá je presná diferenciálna diagnostika, aby sme našli vhodného pacienta a nezanedbali iné závažné ochorenie. Homeopati špecialisti niekedy prehliadnu onkologické ochorenie v štádiách, ktoré sa dajú ešte dobre liečiť a pacient by sa ešte dal zachrániť. Preto uprednostňujem komplexnú diagnostiku a liečbu, ktorá zahŕňa aj homeopatické postupy. Ak praktický lekár vylúči vážne ochorenie, potom môže pacientovi bezpečne odporučiť aj liečbu u špecialistu na homeopatiu. To, samozrejme, predpokladá ich dobrú spoluprácu. Liečba u homeopata môže byť finančne náročná. Treba zvažovať jej skutočný prínos vzhľadom na ekonomickú situáciu pacienta.



Nezakazujem, neodporúčam



MUDr. Tibor BARTA, PhD.
otorinolaryn-
gológ I. ORL
klinika UNB,
LFUK a SZU

Nie som fanúšik homeopatie. Nevieť si predstaviť, ako môže byť efektívne také vysoké riedenie účinnej molekuly v homeopatickom preparáte, skôr prisudzujem účinok placebo efektu. Ak pacient homeopatii verí, nebránim mu, ale rozhodne ju nepovažujem za

primárnu liečbu. Sám ju určite neodporúčam, ale pacientovi ju ani nezakazujem – ak nejde o vážnu, najmä onkologickú chorobu. Pri týchto diagnózach som nekompromisný, lebo som už videl pacientov, ktorí si zvolili nesprávnu cestu a doplatili na ňu.

NA AFTY AJ NA ZAPÁLENÚ SLIZNICU



MUDr. Miroslava DUCKOVÁ
zubná lekárka
súkromná zubná
klinika Bratislava

Homeopatiká sú prírodné liečivá bez vedľajších účinkov. Môžete si ich naordinovať aj sami, ale lepšie je poradiť sa so skúseným homeopatom. Najstí ideálny liek – jeden alebo viacero – môže byť ťažké. Pri anamnéze homeopat zistí, či pred začiatkom liečby netreba najskôr „upraviť terén“. Napríklad: Prídete len s oparom, ale dlhodobo ste brali antibiotiká alebo máte chronický problém močovo-pohlavného systému. Musíme postupovať čo najkomplexnejšie, aby sme vaše ťažkosti neriešili od stredu alebo len ako niečo, čo sa objavilo neskôr. Pri-

búdanie zdravotných problémov je často výsledkom preťažovania imunitného systému a organizmu ako celku. Ani výber konkrétneho homeopatika nie je jednoduchý. Len na afty je aspoň šesť liekov. Vyberáme ich podľa toho, ako afta vyzerá, či je bolestivá. Čím viac príznakov máme k dispozícii, tým je výber ľahší a pre pacienta lepší. Homeopatiká používam doma a odporúčam ich aj vo svojej zubárskej praxi. Vhodné sú na množstvo ťažkostí: napríklad na rôzne pľuzgieriky na jazyku aj na slizniciach, pri kútkoch a opare, pri páľivej bolesti jazyka, pred vytrhnutím zuba aj po ňom. Možno nimi zabrániť vracaniu v zubárskom kresle. Pomáhajú pri zápale zubného lôžka, pri prerézavaní detských zubkov, zmierňujú zápal kosti i zápal zuba múdrosti.

Dôverujem klasike



MUDr. Miloš BUBÁN
internista, gastroenterológ
primár odborných ambulancií ŽNaP BA

Vzhľadom na dlhoročné skúsenosti svojich pacientov sa na

homeopatiu pozerám skôr ako na placebo. Nevieť si vysvetliť, že také zriedené látky, ktoré sa v liečbe využívajú, môžu byť z chemického hľadiska zdravu prospešné. Myslím si, že je to skôr lepší biznis než liečebný účinok na organizmus človeka. Preto homeopatiká nepoužívam, dôverujem klasickej medicíne.

UPREDNOSTŇUJEM CHÉMIU



MUDr. Adriana TOMEKOVÁ
dermatologicko-laserová
klinika, Bratislava

Po homeopatikách siahnem príležitostne, najmä pri nachladnutí a chrípke. Pri iných problémoch však uprednostňujem chemické lieky, pretože účinok homeopatií nebol vedecky dokázaný. Pri svojej práci ich nepoužívam.

P7-126875/01

SARDÍNIA ✈ jún 488 € - júl 523 € Horse Country Res. 4* » 8 dní, ultra AI, klub	KALABRIA ✈ jún 439 € - júl 516 € Scoglio della Galea 4* » 8 dní, ultra AI, klub	SICILIA ✈ jún 411 € - júl 467 € Fiesta Athénée Palace 5* » 8 dní, polp., klub	SICILIA ✈ jún 551 € - júl 607 € Fiesta Garden Beach 5* » 8 dní, ultra AI, klub	MALTA ✈ jún 411 € - júl 439 € Paradise Bay 4* » 8 dní, polp. Plus	GRÉCKO ✈ jún 397 € - júl 579 € Golden Coast Resort 4* » 8, resp. 11 dní, AI, klub	KORFU ✈ jún 439 € - júl 516 € Aquis Sandy Beach 5* » 8 dní, ultra AI, klub	ZAKYNTHOS ✈ jún 516 € - júl 656 € Zante Royal Resort 4* » 11 dní, AI, klub	KOS ✈ jún 593 € - júl 719 € Aquis Marine Resort 5* » 11 dní, ultra AI, klub	KRÉTA ✈ jún 425 € - júl 530 € Santa Marina 4* » 8 dní, ultra AI, klub	KRÉTA ✈ jún 586 € - júl 712 € Sitia Beach 5* » 11 dní, ultra AI, klub	RHODOS ✈ jún 285 € - júl 348 € Evi 3* » 8 dní, AI, klub	RHODOS ✈ jún 635 € - júl 740 € Louis Colossos Beach 5* » 11 dní, AI, klub	BULHARSKO ✈ jún 362 € - júl 404 € Chaika Beach Resort 4* » 8 dní, AI, klub	BULHARSKO ✈ jún 175 € - júl 238 € Kotva 4* » 8 dní, polpenzia, aquapark, klub	ANDALUZIA ✈ jún 600 € - júl 677 € Porto Magno 4* » 12 dní, AI
--	---	---	--	---	---	--	--	---	---	---	---	---	--	---	---

Najlepšia ponuka všetkých čias

TIP
travel

TATRA TOUR

KOALA TOURS

SENECA
tours

FIRST TOP MINUTE
30% zľava
do 31. decembra 2013

Vianočný darčekový kupón 33€

VIANOČNÝ KUPÓN platí pri kúpe letného leteckého pobytového zájazdu na každú zakúpenú izbu v pobočkách CK v termíne **do 31. 12. 2013**

Dospelý alebo 2 deti až do 15 rokov úplne zdarma

BA 02/5263 2971 • 5293 2812 • 5296 5224 • 5441 8443 • 5293 1018
• 5464 7398 • 5249 4946 • 2086 3211
BB 048/412 5248 • 412 3150
DS 031/552 4872 **KE** 055/622 4872
• 623 3544 • 286 3210 • 286 3212
• 286 3213 **KN** 035/773 3290
LC 047/432 3089 **MA** 034/772 3136

tiptravel.sk
tatratour.sk
koala.sk
seneca.sk

MI 056/644 1149
NR 037/652 4294 • 652 4797
PN 033/797 0907 • 772 5305
PO 051/773 4300 • 286 3210
PP 052/776 3712 • 468 3630
TN 032/743 4842 • 744 6451
TT 033/551 3334 • 551 4028
ZA 041/562 6916 • 562 6596

PORTUGALSKO ✈ jún 649 € - júl 698 € Herdade dos Salgados rez. 6* » 8 dní, AI	MALORKA ✈ jún 390 € - júl 516 € Samoa 4* » 8 dní, AI	TURECKO ✈ jún 411 € - júl 502 € Bone Club SVS 4* » 11 dní, AI	TURECKO ✈ jún 306 € - júl 383 € Astor Beach 4* » 8 dní, AI	TURECKO ✈ jún 502 € - júl 663 € Primasol Serra Garden 5* » 11 dní, ultra AI, klub	TURECKO ✈ jún 509 € - júl 677 € Serra Palace 6* » 8 dní, ultra AI, klub	CYPRUS ✈ jún 502 € - júl 593 € Acapulco Beach 5* » 8 dní, AI, klub	CYPRUS ✈ jún 733 € - júl 873 € Cypria Bay 5* » 11 dní, ultra AI	TABARKA ✈ jún 432 € - júl 460 € Dar Ismail 5* » 8 dní, ultra AI, klub	TUNISKO ✈ jún 243 € - júl 313 € Safa 3* » 8 dní, AI	TUNISKO ✈ jún 474 € - júl 537 € Caribbean World 4* » 12 dní, ultra AI	EGYPT ✈ máj 362 € - júl 418 € Grand Plaza Resort 4* » 8 dní, AI, tobogan	ALBANSKO ✈ jún 231 € - júl 273 € Rafaelo Resort 4* » 8 dní, AI, klub	CHORVÁTSKO ✈ jún 231 € - júl 350 € Hrvatska 3* » 8 dní, AI, klub	ČIERNA HORA ✈ jún 210 € - júl 280 € Koral 3* » 8 dní, AI light, klub	TALIANSKY JADRAN ✈ jún 266 € - júl 287 € Orlov 2* » 8 dní, plná penzia
--	--	---	--	---	---	--	---	---	---	---	--	--	--	--	--