

pro TERAPEUTY:

## Respektujte lékaře - nabídněte podpůrnou péči

Zdraví je ten nejcennější dar, který můžeme svým klientům pomáhat chránit, obnovovat a rozvíjet. Abychom jej neohrozili, potřebujeme nejen znalosti a praxi, ale i pokoru, zralost a schopnost spolupráce. Mou snahou je upozornit na to, proč je pro bylinkáře, výživové poradce, maséry i další terapeutů zásadní **respektovat doporučení lékaře** – i tehdy, když se naše terapeutická intuice nebo filozofie zdá být jiná.



**Izolovanost a neschopnost komunikace** obou táborů je tou největší tragédií dnešní doby, kdy máme k dispozici špičkovou moderní medicínu a tradiční, rovnováhu udržující postupy.

Také ve mně narůstal pocit, že tomu všemu rozumím, což umocňovaly ohlasy spokojených klientů, kterým jsem „na rozdíl od lékařů“ ulevil – „pýcha předchází pád.“

**Pokoru jsem opět našel, když jsem se zdravotně zhroutil a nebyl si schopen pomoci.** Dostal jsem se do rukou lékařů, kteří zohledňují celostní přístup, a **pochopil šíři a hloubku jejich znalostí.**

Kdykoli tvořím novou recepturu nebo se jich ptám, co a jak řešit – samozřejmě se na dané téma řádně připravím a dohledávám zkušenosti – lékaři odpoví bez rozmyšlení, a to v takových souvislostech, že mi to rozum nebere. **Pokora je slabý výraz** – připadám si malý, byť jsme přátelé a chovají se ke mně s úctou.

Domnívám se, že si mě oblíbili pro schopnost „**selským rozumem**“ tlumočit jejich pacientům, proč jim předepsali ten či onen produkt, a protože vždy přidám trefné výživové, pohybové či jiné doporučení – nejčastěji: *nedívejte se na zpravodajství, jděte do přírody, pozor večer na modré světelné spektrum, před spaním si napište 3 vděčnosti, ...*

**Naše těla nejsou jen bio-mechanická zařízení,** která je třeba opravit, když něco nefunguje. **Jsmo bytosti** – s emocemi, duchem a vnitřní silou k uzdravení. **Každá buňka nese stopu toho, čím jsme prošli** – trauma, nemoci, emoce. Každá **myšlenka i pocit zanechává v těle chemický otisk**, například zvýšením hladiny stresových hormonů. Tyto hluboké souvislosti zatím nelze plně pochopit jen skrze laboratorní testy nebo lékařské diagnózy. Přes tyto názory:

**smekám klobouk i před lékaři odmítajícími celostní přístup, protože:**

👍 Ještě **před 100 lety** (1920–1930) se **průměrná délka života** v českých zemích pohybovala jen kolem **47–55 let**. Proč bylo číslo tak nízké?

- ✗ Vysoká kojenecká a **dětská úmrtnost** – každé desáté dítě se dospělosti nedožilo.
- ✗ Vysoká **úmrtnost na infekce** (španělská chřipka, tuberkulóza...) a chybějící antibiotika.
- ✗ Tvrdé **pracovní podmínky** (uhlí, továrny, zemědělství) a omezené sociální pojištění.

**Neznamená to,** že většina lidí umírala v 55 letech. Bylo běžné dožít se 65–70 let, **pokud člověk přežil dětství a ranou dospělost.** Střední délku života „stahovaly dolů“ úmrtí v dětském věku a ve věku 20–40 let (války, infekce, pracovní úrazy).

**Dnes (2023)** se v České republice dožíváme v průměru 82,8 roku ženy a 76,9 roku muži – tedy o **25 – 35 let více**. Přispěla k tomu moderní medicína:

- ✓ „před-Covidové“ očkovací programy a **antibiotika**
- ✓ bezpečné **porodnictví** a intenzivní péče
- ✓ **chirurgie, kardiologie**, prevence infarktů
- ✓ celkové zlepšení **výživy, hygieny a bydlení**

Za jedno století jsme díky pokroku lékařů a veřejného zdravotnictví prodloužili lidský život o více než třetinu. Nyní máme

**úkol pečovat o kvalitu těchto „přibývajících let“** – navracet rovnováhu tělu i duši, aby dlouhý věk byl zároveň věkem plnohodnotným.

### 👍 Lékařská příprava je nejhlubší studium lidského těla

Studium lékařství 6 let      titul MUDr.

Práce pod dohledem      cca 1–2 roky      odborná praxe

Specializační příprava      4–6 let      atestace (např. internista, neurolog, gynekolog...)

Celoživotní vzdělávání

### ✓ Šířka a hloubka vzdělání

Lékaři procházejí minimálně šestiletým vysokoškolským studiem, které zahrnuje detailní poznání anatomie, fyziologie, biochemie, patologie, farmakologie i klinické medicíny. Následuje několikaletá specializační praxe a celoživotní vzdělávání.

### ✓ Zkušenost se život ohrožujícími stavy

Lékaři umí rozpoznat signály akutních komplikací (např. infarkt, ketoacidóza, meningitida), které laik ani zkušený bylinář často nerozpozná včas. Co někdy vypadá jako „detoxikační krize“, může být závažná diagnóza.

### ✗ Mýtus vševědoucnosti terapeuta

Ani ten nejzkušenější fytoterapeut nemá detailní znalosti diagnostiky pomocí zobrazovacích metod, laboratorních markerů či kritických farmakologických interakcí. **Přiznat své hranice není slabost, ale znak odborné zralosti.**

### 👍 Etická a právní rovina: *primum non nocere*

**„Především neškodit“** je zásada, která platí pro každého, kdo pracuje s lidským zdravím.

### ✓ Zákonný rámec

Podle zákona č. 372/2011 Sb., o zdravotních službách, smí diagnózu stanovovat a léčbu indikovat výhradně lékař. Terapeut může doporučovat podpůrné metody, ale jejich nadřazování či negace lékařského postupu může být kvalifikováno jako neoprávněné poskytování zdravotních služeb.

### ✓ Odpovědnost za klienta

Pokud klient na základě našeho doporučení přeruší léčbu a jeho stav se zhorší, neseme za to morální – a potenciálně i právní – odpovědnost.

### ✓ Pojištění a ochrana terapeuta

Většina profesních pojistek kryje terapeuty pouze tehdy, pokud jednají v souladu se zákonem a nepřekračují své kompetence.

### 👍 Biologická složitost a riziko interakcí

#### ✗ Byliny a léky – rizikové kombinace

Interakce jako *warfarin + ginkgo*, *třezalka + antidepresiva*, *kelp + hormony štítné žlázy* mohou mít závažné následky.

**Lékař má přístup k úplné medikaci a laboratorním výsledkům – terapeut nikoliv.**

#### ✗ Vliv na metabolismus léků

Některé detoxikační látky mohou aktivovat jaterní enzymy (např. cytochrom P450), a tím narušit účinnost léků na tlak, cukrovku nebo epilepsii.

#### ✗ Přímé „vysazení chemie“ není detoxikace

Náhlé vysazení kortikoidů, beta-blokátorů či antidepresiv může být život ohrožující. Detoxikace neznamena „zrušit vše, co je syntetické“, ale podporovat tělo v jeho schopnosti regenerace – s respektem k realitě.

### 👍 Kultivovaná spolupráce místo rivality

| Přístup                                                                          | Krátkodobý efekt                  | Dlouhodobý dopad                                    |
|----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------------------------|
| <b>Konfrontace</b> („Lékaři léčí jen symptomy, my příčinu!“)                     | Klient zmatený, komu věřit        | Ztráta důvěry v obě strany; riziko zdravotních škod |
| <b>Komplementarita</b> („Zeptejte se svého lékaře, zda... a přineste výsledky.“) | Klient cítí podporu ze dvou stran | Vyšší bezpečnost, efektivnější terapie              |

Nesoulad není boj – **hledáme konsenzus, ne vítěze.**

## 👍 Co dělat, když s lékařem nesouzníme?

✓ **Nabídněte pouze doplňující terapii** - společný cíl je uzdravení klienta  
Nepotřebujeme mít „pravdu“, ale hledat nejlepší cestu pro konkrétního člověka.

✓ **Respektujte farmakoterapii jako kotvu**

Např. u pacientů s Hashimotem není cílem „zbavit se Euthyroxu“, ale dlouhodobě snížit jeho potřebu pomocí výživy, selenu či myo-inositolu.

✓ **Používejte medicínský jazyk**

Místo „čistí krev“ řekněte „vitamíny B snižují hladinu homocysteinu“ – lékař vás lépe pochopí.

✓ **Sdílejte kvalitní zdroje**

Opište systematické přehledy, klinické studie nebo funkčně-medicínské protokoly.

Např. Vitamíny B vs rakovinné bujení, jsou sice anabolické, ale v běžných (fyziologických) dávkách bezpečné; u dlouhodobých vysokých dávek jednotlivých „béček“ se ale objevují smíšené nebo varovné signály z klinických studií – záleží na formě, dávce, délce podávání a kontextu (kouření, zánět, genetika). A vitamíny B podporují imunitu, energetický metabolismus, dobrou náladu a regeneraci, tudíž mohou významně podpořit léčbu.

✓ **Navrhujte měřitelné ukazatele**

Domluvte se s klientem i lékařem na sledování CRP, PSA, jaterních testů aj.

✓ **Vytvářejte síť spolupracujících odborníků**

Odesílejte klienty k osvědčeným lékařům – a přivítejte, když oni pošlou klienta k vám. Budujete tím důvěru a vyšší úroveň péče.

## 👍 Přínosy pro klienta i terapeuta

✓ Vyšší **bezpečnost** – méně chyb, méně rizik.

✓ **Komplexní pohled** – spojení medicíny, výživy, bylin a psychospirituální roviny.

✓ **Rychlejší výsledky** – když spolupráce funguje, uzdravení přichází dříve.

✓ **Důvěra a loajalita** – klient vidí, že vám opravdu záleží na jeho zdraví, ne na „pravdě“ jednoho směru.

✓ **Růst terapeuta** – spolupráce s lékařem obohacuje vaše zkušenosti i profesní úroveň.

## 👍 Když lékař odmítá „alternativu“ – jak reagovat konstruktivně

✓ **Ujistěte lékaře, že ho respektujete**

- „Rozumím, že léčbu vede lékař a vaše doporučení vnímám jako pevný základ, jehož potenciál bych pod vaším dohledem dále rozvíjel.“

- „Pane doktore, vnímám vás jako autoritu v léčbě a jakékoli doporučení pacientovi s vámi rád sladím nebo ho v případě potřeby odkážu zpět na vás.“

✓ **Pacienty nabádáte k dodržování všech lékařových doporučení**, samozřejmě včetně dávkování léků. „Pacienta vždy vedu k tomu, aby plně dodržoval vaše pokyny – včetně dávkování léků i pravidelné kontroly.“

✓ **Připomene, že se snažíte pouze podporovat tělo v regeneraci.** „Pracuji na úrovni podpory jater, střevní mikrobioty a psychické pohody – nikoliv proti léčbě.“

✓ Naslouchejte jeho **obavám** – často se týkají bezpečnosti nebo neověřené účinnosti.

✓ Předkládejte **kvalitní zdroje** – ideálně z PubMedu, Cochrane nebo mezinárodních doporučení.

✓ Navrhnete **pilotní spolupráci** u jednoho případu, s měřitelnými výstupy.

✓ Ukažte **ochotu k revizi**: „Pokud se výsledek nezlepší do 6 týdnů, terapii přehodnotíme.“

✓ Nevytvářejte **polarizaci** – moderní onkologie ukazuje, že chemoterapie a nutriční či fytoterapeutická podpora se vzájemně doplňují, ne vylučují.

✗ Absolutně se vyhýbejte se konfrontačním výrazům typu „chemie je špatná“, „léky jsou jed“ apod.

Místo toho můžete říci: „**Myslím, že i příroda může podpořit regeneraci, pokud respektuje směr léčby.**“

## ✗ UPOZORNĚNÍ:

**Buďte obezřetní při komunikaci s lékaři, kteří mají k alternativním nebo podpurným metodám silně negativní postoj.**

Ne všichni jsou ochotni naslouchat a hledat mosty – někteří mohou mít postoj, který nejen odmítá jiný přístup, ale i **aktivně zpochybňuje vaše kompetence**. V krajních případech může jít až o **konfliktní chování nebo snahu poškodit vaši pověst**, například podáním stížnosti či udáním – často bez znalosti skutečné podstaty vaší práce.

✓ **Vnímejte energetiku i tón daného člověka**, nejen jeho odborný titul.

✓ Nehleďte uznání / nechtějte spasit svět - **nejbezpečnější je držet si odstup a volit pouze zcela nekolizní přístupy**, jako je vědomé dýchání, procházky v přírodě či úprava stravy. Klient se časem může rozhodnout pro lékaře s celostním

pohledem, s nímž bude spolupráce snazší.

✓ Pokud máte pochybnosti, **ved'te si záznamy o své práci, doporučeních a komunikaci** stvrzené podpisem klienta – pro případ potřeby.

## Povzbudivé poselství na závěr

**Víra uzdravuje – ale víra bez poznání může ublížit.**

Budujme proto mosty mezi světem moderní medicíny a celostní přírodní praxí. Když terapeut ctí odbornost lékaře a lékař uzná přínos přírodní léčby, vzniká prostředí, ve kterém se **nejcennější dar – zdraví člověka – může rozvíjet bezpečně a v plnosti.**

## Upozornění a doporučení pro Bezpečnou praxi.

*Tato pravidla ochrání Vás i klienty a zajistí etické a právně korektní poskytování vašich služeb.*

✓ Než začnete s klientem pracovat, vždy se ho nejprve **zeptajte, zda je v péči lékaře a jestli užívá nějaké léky** – včetně volně prodejných! Pokud ano, nastavte pouze **podpůrnou terapii**. Informace a doporučení od nás jsou pouze doplňující a vycházejí z principů tradičního léčitelství. Pokud jsou naše doporučení v rozporu s pokyny lékaře, **klient se vždy musí řídit radami svého lékaře!** Lékař nejlépe zná jeho aktuální zdravotní stav i léčbu, kterou klient absoluuje.

✓ Poskytujeme informace o použitých přírodních látkách včetně možných vedlejších účinků a interakcí s léky. Upozorňujeme však, že **množství léčivých přípravků na trhu stále roste a přibývá také alergií a individuálních intolerancí**. Proto je vždy nezbytné, aby si klient pečlivě prostudoval příbalové letáky všech léků, které užívá, a v případě nejasností se poradil se svým lékařem nebo lékárníkem. Ideálně by měl **příbalové letáky přinést s sebou na konzultaci**, protože mnozí klienti je nečtou, podceňují rizika nebo si nepamatují přesné názvy a složení léků.

✓ Nesnažte se řešit vše naráz – zaměřte se na **postupné kroky** vedoucí k obnově homeostázy - přirozené rovnováhy a normální činnosti organismu. **Osvědčené je nejprve podpořit psychickou pohodu a dodat tělu vitalitu**. Tím klient získá důvěru v proces, pocítí první pozitivní změny a snáze najde trpělivost pro dlouhodobou terapii i úpravy životního stylu.

✓ Klientovi věnujte maximální péči a **pravidelně sledujte jeho stav**. Doporučuji mu předat své telefonní číslo, aby se na Vás mohl včas obrátit v případě jakýchkoli neobvyklých reakcí, zhoršení zdravotního stavu nebo pochybností ohledně doporučené terapie. V takových situacích **terapii neprodleně upravte nebo přerušte a klienta nasměrujte k lékaři**.

✓ Jako nelékaři:

- **nesmíme stanovovat diagnózy** nemocí ani nahrazovat odborná vyšetření či testy,
- neposkytujeme žádné sliby ani záruky na vyléčení, výsledky se vždy mohou individuálně lišit,
- zdravotní tvrzení nepoužíváme, pokud nejsou schválena platnou legislativou.
- v případě vážných nebo akutních zdravotních potíží klienta vždy odkážeme na lékařskou péči,
- nesmíme uvádět klienta v omyl tvrzením, že naše metody jsou jediným či nejlepším řešením.
- nezasahujeme do předepsané léčby, **neměníme dávkování léků a ani je nevysazujeme**. Klienty můžeme pouze jemně nasměrovat, aby se při prokazatelném zlepšení poradili se svým lékařem ohledně případné úpravy léčby.
- ✓ **Přírodní produkty** (pouze přispívají k normalizaci tělesných a psychických pochodů, viz. Schválená zdravotní tvrzení EU) od **Health&Detox®** jsou **100% čisté** (BEZ příměsí), proto je **skladujte od 4 do 21 °C**. Produkty jsou určeny pro **kondici, regeneraci a detoxikaci, NE pro léčbu!**