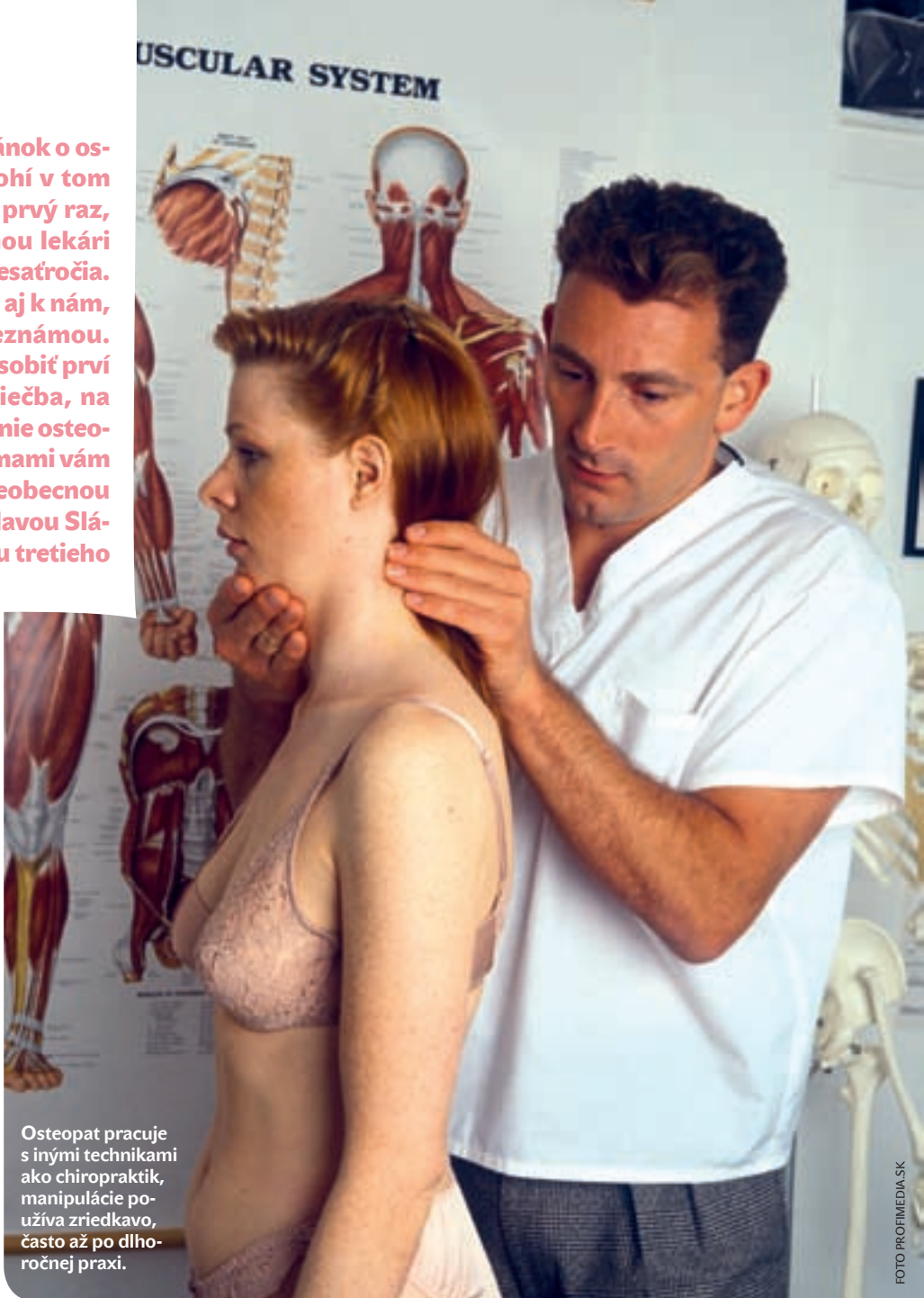




Keď sme v roku 2005 priniesli prvý článok o osteopatii, mal u vás veľký ohlas. Mnohí v tom čase počuli o tejto liečebnej metóde prvý raz, hoci v západnej Európe i Amerike ňou lekári úspešne liečia rôzne neduhy už dlhé desaťročia. Dnes sa osteopatia postupne dostáva aj k nám, i keď ešte stále je pre nás veľkou neznámou. Avšak už aj na Slovensku začínajú pôsobiť prví osteopati. O tom, ako vyzerá táto liečba, na čom je založená, ako prebieha vyšetrenie osteopatom a s akými zdravotnými problémami vám môže pomôcť, sme sa zhovárali so všeobecnou lekárkou pre dospelých MUDr. Jaroslavou Sládekovou, ktorá je zároveň študentkou tretieho ročníka Viedenskej školy osteopatie.

Keď sa povie osteopatia, väčšina z nás vôbec netuší, čo si pod tým predstaviť. Akurát zo slov typu „osteoporóza“ už vieme, že to zrejme bude mať nejaký súvis s kosťami. Ale čo je vlastne osteopatia?

Osteopatia je liečebná metóda, ktorá rieši celého človeka, nielen kosti. Pravda však je, že názov sa odvodzuje práve od kosti – *os*teo je kosť, *pat*os je choroba. A zrejme takto vznikol preto, lebo zakladateľ osteopatie, doktor Andrew Taylor Still (1828 – 1917), sa venoval predovšetkým štruktúrálnej časti osteopatie, ktorá rieši pohybový aparát, teda kosti, kĺby, svaly. Aj jeho najčastejšie publikovaná fotografia vyjadruje obdiv ku kosti. Still dával kosť na piedestál v porovnaní s inými časťami organizmu... Nečudujem sa, že o osteopatii ľudia u nás veľa nevedia. Keď som si pozerala slovenské internetové stránky o osteopatii, zistila som, že sú o nej rôzne, často aj mylné predstavy. Okrem odborne fundovaných článkov som našla aj také, kde osteopatiu prirovnávajú až k nejakým jasnovideckým či šamanským vedám, čo, samozrejme, nie je pravda. Osteopatia je liečebná metóda, ktorá veľmi úzko súvisí a aj spolupracuje s medicínou. V jednotlivých krajinách sveta sa jej dostáva rôzneho uznania, azda najbližšie k lekárskej medicíne má v USA,



Osteopat pracuje s inými technikami ako chiropraktik, manipulácie používa zriedkavo, často až po dlhoročnej praxi.

FOTO PROFIMEDIA.SK

OSTEOPATIA

ŽIVOT JE POHYB

kde osteopatiu založili. Odtiaľ sa v roku 1917 dostala do Európy, konkrétne do Anglicka, a to vďaka Stillovmu žiakovi, doktorovi Littlejohnovi, ktorý vybudoval britskú školu osteopatie. Z histórie bol významným osteopatom i doktor William Garner Sutherland, ktorý sa venoval kraniosakrálnej osteopatii (*kranium* – lebka a *sakrum* – krížová kosť). Tak ako Still sa dával fotografovať s kosťou, Sutherland rád pózoval zasa s lebkou v ruke.

Ako ste sa vy dostali k osteopatii?

Ešte počas predatestačnej prípravy som absolvovala okrem kurzov z klasickej medicíny aj kurzy zamerané na liečbu funkčných porúch pohybového systému. Bola to manuálna medicína aj s praktickými ukážkami a vtedy ma to veľmi oslovilo. Vravela som si, že raz by som sa tomu chcela venovať. Pri našom rýchlom, stresovom a sedavom štýle života práve manuálna medicína a rehabilitačné metódy majú veľké

opodstatnenie... Keďže podrobný kurz som na Slovensku neobjavila, hľadala som inde. Praha sa mi zdala byť dosť ďaleko, ale keď som sa dozvedela, že v Rakúsku je Viedenská škola osteopatie, prihlásila som sa tam. Štúdium bolo pôvodne 5-ročné, dnes na tento praktický kurz nadväzuje ešte 3-semestrálny pobyt na lekárskej univerzite v Kremse, kde si osteopat obháji aj diplomovú prácu a získa tak vedecké tituly D. O., čo je doktor osteopatie alebo dip-

lomovaný osteopat, a k tomu ešte po novom titule MSc., čiže Master of Science. Ale o tituly mi nejde, pre mňa je dôležitejšia prax.

Keď sa lekár, ktorý vyštudoval klasickú, tzv. západnú medicínu, rozhodne študovať tradičnú čínsku medicínu, prvé, čo mu lektori povedia, je – zabudnite na všetko, čo ste sa doteraz naučili. Je to tak aj pri štúdiu osteopatie, alebo tam sa nadväzuje na klasickú medicínu?

Nie je to tak. Tu je skôr žiaduce, keby človek nezabúdala, pretože napríklad anatómia sa mu veľmi zíde. Práve čím viac z klasickej medicíny vieme, tým viac z toho profitujeme. A je to aj nutnosť, lebo na štúdium osteopatie sa v Rakúsku môže prihlásiť len človek so zdravotníckym vzdelaním, čiže lekár, pôrodná asistentka či fyzioterapeut, priamo sa totiž nadväzuje na poznatky z anatómie, fyziológie, veľa sa venujeme biomechanike, najmä v štruktúrálnej osteopatii, aby sme vedeli, kde je aký rozsah pohybu, kde je úpon toho-ktorého svalu...

Čo je teda základ osteopatie?

Základom je poznanie, že život je pohyb. To je pre nás najdôležitejšie. A zaujíma nás najmä pohyb kostí, kĺbov, svalov, ale aj vnútorných orgánov, a zároveň cirkulácia tekutín – krvi, mozgovomiechového moku atď. Strata pohybu navodzuje dysfunkciu v organizme, a keď dysfunkcia pretrváva, môže vzniknúť organická choroba, ktorú sa potom snažíme liečiť klasickou medicínou.

Osteopatia má 5 základných princípov:

1. Štruktúra a funkcia sa navzájom ovplyvňujú, čiže zmenou štruktúry nastáva aj zmena funkcie a opačne.
2. Organizmus má samoliečiacu schopnosť. Keď ho ošetríme, čakáme aj na jeho odpoveď, sám si dokáže veľa vecí doladiť.
3. Nezameriavame sa na jednotlivé časti tela, ale pozeráme na telo ako na celok.
4. Najdôležitejším princípom je prekrvenie – kde je prekrvenie blokové, tam chýbajú tkanivám životne dôležité výživové látky vrátane kyslíka.
5. Neliečime chorobu, ale pacienta.

Osteopatia v sebe spája vedu, filozofiu a umenie. Veda sa opiera najmä o anatómiu, biomechaniku a fyziológiu. Z hľadiska filozofie pod osteopatiou rozumieme liečebnú metódu, ktorá obnovuje životné mechanizmy, čím sa harmonizujú štruktúry, mäkké tkanivá aj tekutiny a navracajú sa im ich funkcie. A umením je osteopatia preto, že sa všetkými zmyslami, ale najmä hmatom, usilujeme odhaliť dysfunkciu v organizme. K tomuto všetkému osteopatia využíva svoje tri časti – štruktúrnu (venuje sa najmä pohybovému systému), viscerálnu (zaoberá sa vnútornými orgánmi, teda orgánmi v hrudníku a bruchu) a kraniosakrálnu (teda lebkovo-krížovú, zaoberajúcu sa najmä nervovým systémom).

Je osteopatia invazívna metóda?

Nie, dysfunkcie sa snažíme ovplyvniť pomocou rúk, preto osteopatiu môžeme zaradiť aj k manuálnej liečbe.

Spomínali ste pohyb. Podľa osteopata, kde nie je pohyb, tam môže vzniknúť ochorenie. Čo sa deje, že niekde nie je pohyb? Sme predsa naprogramovaní tak, že pohyb v nás jednodu-

cho je, tak prečo sa zrazu niekde stratí, vychýli či naruší?

Toto práve pri osteopatickej liečbe zisťujeme. Vyšetrenie sa začína ako v klasickej medicíne, anamnézou. Pýtame sa pacienta, aké ochorenia, operácie a úrazy prekonal, dôležitá je jeho lieková anamnéza, či napríklad neberie lieky na riedenie krvi, zaujíma nás zároveň, či nemá osteoporózu – kvôli manipulačným metódam, ale napríklad aj to, či prekonal onkologické ochorenie. Dôležité sú i alergie, vitálne funkcie, či pacient nemá poruchy trávenia, poruchy spánku... Zaujímajú nás nielen fyzické traumy, ale aj psychické, ktoré vedú narušiť napríklad kraniosakrálny rytmus. Aj keď príde pacient už s konkrétnym blokom, napríklad chrbtice, osteopat ho nejde hneď liečiť, ale usiluje sa odhaliť najskôr príčinu – či je štruktúrálna, teda v samotnom segmente chrbtice, alebo je to len kompenzácia a dysfunkcia je vo vnútornom orgáne, napríklad v obličke. Oblička, ako aj ostatné vnútorné orgány sú upevnené ligamentmi, čiže väzivami, a keď sú tie blokové, orgán vysiela signál do chrbtice a blok sa môže prejaviť najskôr v nej. Preto je dôležitá aj viscerálna časť, nielen štruktúrálna. Nuž, a ten spomínaný pohyb sa môže zablokovať buď nejakým predchádzajúcim ochorením, alebo fyzickou či psychickou traumou. Môžu to byť jednoduché funkčné blokády, ktoré sa odstraňujú najľahšie, vráti sa všetko do pôvodnej polohy a pohyb sa obnoví. Osteopat sa nesnaží, obrazne povedané, dávať kosti na svoje miesto, ale do ich pôvodnej funkcie, lebo tá je dôležitá. A takisto aj vnútorné orgány, aby sa mohli voľne pohybovať, lebo napríklad oblička sa medzi nádychom a výdychom údajne kľže cca 3 cm.

Ste všeobecná lekárka pre dospelých, takže liečite ľudí klasickou, západnou medicínou. Pri ktorých problémoch vám však napadne, že toto je ideálny pacient pre osteopatiu? A ktoré diagnózy, naopak, pre osteopatiu vhodné nie sú?

Ťažko povedať, ktorý pacient je „ideálny“ pre osteopatiu, niektorým sa dá pomôcť viac, iným menej. Môžeme pomôcť pri mnohých zdravotných problémoch vrátane alergií či pri rôznych chronických ochoreniach. Kontraindikáciou je akútna infekcia, vtedy s vyšetrením počkáme,

kým infekcia odznie. Manipulovať s pacientom s onkologickým ochorením je tiež kontraindikované, ako aj napríklad akútne „seknutý“ chrbát s neurologickou symptomatológiou. Ale keď má pacient opakované chronické angíny, tak už ho môžeme liečiť osteopaticky, lebo môže ísť napríklad o blok v krčnej chrbtici, ktorý úzko súvisí s touto oblasťou. I chronické zápaly dutín sa dajú riešiť osteopatiou. Akútny blok chrbtice, ako som už spomenula, nie je veľmi vhodný na osteopatické ošetrovanie, lepšie je pacienta najskôr preliečiť klasickou medicínou, t. j. liekmi, infúziami, a keď odznie akútna fáza, ošetríme ho osteopaticky, aby sa blok už nevrátil. Preto by bola ideálna spolupráca medzi klasickou medicínou a osteopatiou. V Anglicku to funguje tak, že lekári odosielajú pacientov k osteopatovi s konkrétnymi diagnózami alebo od neho konkrétne žiadajú, čo má napríklad znobilizovať. Nevie, či je to hudba budúcnosti aj pre nás, no fakt je, že tam osteopatia funguje už dlhé roky.

Viem si dosť dobre predstaviť, ako osteopat rukami napráva zablokovanú chrbticu alebo poúrazové problémy, ale pozrime sa na vnútorné orgány...

Žalúdočný vred treba určite liečiť klasicky, liekmi, komplikovaný prípadne až operačne. Ale napríklad funkčné poruchy trávenia, ktoré nemajú organický podklad, sa pekne dajú upraviť osteopatiou. Samozrejme, osteopat v tomto prípade vyžaduje, aby mal pacient urobené potrebné laboratórne odbery, aby mal výsledky gastrofibroskopie (endoskopické vyšetrenie hornej časti tráviaceho traktu, pažeráka, žalúdka a dvanástnika), ultrasonografie, eventuálne kolonoskopie (vyšetrenie hrubého čreva). A keď sa nenájde žiadna organická príčina tráviacich ťažkostí, môže sa do toho pustiť. Takisto napríklad migrény veľmi dobre reagujú na liečbu osteopatiou, dokonca aj u pacientov, ktorí nereagujú na lieky.

Ako je to pri deťoch? Dá sa osteopatia použiť aj tu?

Pri deťoch je osteopatia takisto veľmi užitočná metóda. Osteopat môže pomôcť napríklad malým bábätkám, ktoré sú po ťažsom pôrode a majú mikrotraumy hlavičky spôsobené jem-



Kraniosakrálna terapia s novorodencom.

ným posunom lebečných kostí. Predĺžený tlak na lebkové kosti pri pôrode môže byť dôvodom zmeny v kraniosakrálnej rytme a tá sa prejaví napríklad zvýšenou nervozitou či kolikami. Kraniosakrálna liečba tu pekne zaberá. Osteopatiu však možno použiť aj pri väčších deťoch, ktoré majú napríklad poruchy učenia alebo ich trápia hyperaktivita. Ideálne však je, keď dieťa príde skôr, nie až v pubertálnom veku. A napokon osteopati pomáhajú aj deťom, ktoré trpia opakovanými infekciami dýchacích ciest.

Nevšedné a rôzne alternatívne liečebné metódy vyhľadávajú najčastejšie rodičia postihnutých a vážne chorých detí. Môže osteopatia pomôcť napríklad deťom s detskou mozgovou obrnou (DMO) alebo s ťažkou epilepsiou?

Vyliečiť ich rozhodne nemôže, ale osteopat sa môže pokúsiť zlepšiť ich stav. Azda najlepšie tu zaberá kraniosakrálna metóda. Napríklad pri epilepsii môže uvoľniť membrány, a tak zlepšiť kraniosakrálny rytmus. Hoci neplatí to vždy a u každého. Ale snažíme sa vlastne o to isté, čo aj pri klasickej medicíne – aby pacient zostal bez ťažkostí, prípadne aby ich mal čo najmenej. Pokiaľ ide o deti s DMO, keď majú spastické končatiny (krčvito stiahnuté), osteopat im môže pomôcť aspoň uvoľňovacími

metódami, ktoré prispievajú k zlepšeniu hybnosti v tom-ktorom segmente. Ale pripomínam, že nie všetci osteopati liečia aj deti. Kto sa chce venovať deťom, mal by okrem klasickej osteopatie absolvovať aj nadstavbové štúdium, a rovnako je to i pri postihnutých deťoch.

Môžu sa do rúk osteopata zveriť aj tehotné ženy?

Môžu, keď napríklad trpia bolesťami bedrových kĺbov alebo chrbtice. Najmä oblasť prechodu medzi posledným hrudným a prvým bedrovým stavcom je najviac vystavená zmenenej statike tela ženy, a to môže spôsobovať problémy. Samozrejme, nie všetky techniky a polohy sa dajú v tehotnosti použiť, ale osteopatia je v tomto veľmi prispôsobivá. Keď pacient nemôže ležať na bruchu, možno na ňom pracovať, keď leží na boku, na chrbte alebo sa dá liečiť v sede, teda vyberieme polohu, ktorú najlepšie toleruje. Vždy sa usilujeme napasovať konkrétnu liečebnú techniku individuálne tomu-ktorému pacientovi. Osteopat pracuje s inými technikami ako chiropratik, manipulácie používa zriedkavo, často až po dlhoročnej praxi. Osteopatické liečebné techniky by sa hodili pre každého všeobecného lekára. Ale, žiaľ, naši všeobecní lekári s veľkými obvodmi si to z časového hľadiska nemôžu do-

voliť a v zahraničí je to tiež asi podobne. Počula som dokonca taký názor, čo z praxe môžeme potvrdiť aj sama, že lekári pri diagnostike čoraz menej používajú svoje ruky, čo je škoda, pretože ruky sú úžasná diagnostická pomôcka, a najmä nie finančne nákladná ako rôzne laboratórne a iné vyšetrenia.

V dnešnej dobe pribúda pacientov, nielen dospelých, ale aj tých menších, ktorých trápia psychické problémy. Môže osteopatia pomôcť napríklad aj pri depresiách či úzkostiach?

Do istej miery áno. Vyšetrenie u osteopata a liečebné techniky sú veľmi príjemné, mnohí to vnímajú ako jemnú masáž. Keď sa pacienti cítia dobre, radi sa vrátia. A osteopati pri liečbe s nimi vedú rozhovor, takže zároveň je to tak trochu aj psychoterapia. Stáva sa, že pacient sa v ambulancii rozplače, čo nie je na škodu, lebo sa uvoľní a cíti sa lepšie. Osteopat má pre to pochopenie, na vyšetrení sa môže aj plakať. Neoddeľuje sa fyzicky od psychiky. Samozrejme, ťažké depresie patria do rúk psychiatra, ale ľahšie stavy úzkosti môže osteopatia zlepšiť.

Keď príde pacient s nejakým problémom, povedzme so zablokovanou chrbticou, je jeho vyliečenie pre osteopata záležitosťou „jedného sedenia“?

Obyčajne to závisí od toho, ako dlho sa už prejavuje dysfunkcia. Ak je to dlhodobá záležitosť, stáva sa, že nie vždy sa dá ovplyvniť hneď pri prvom ošetrení. Ale keď ide o novovzniknuté ľahké funkčné poruchy, tak sa podaria napraviť hneď. Ideálne však je, keď pacient poskytne osteopatovi spätnú väzbu do 7 – 10 dní, aby vedel, ako sa má, lebo niekedy sa liečebným zásahom môže ozvať aj iná oblasť tela. Nie vždy sa podarí príčinnú dysfunkciu odstrániť, niekedy sa odstráni kompenzácia a dysfunkcia sa ešte zhorší, preto je spätná väzba dôležitá. Väčšinou sa však pacienti vracajú ani nie preto, že by ďalej trpeli, ale skôr preto, lebo si obľúbia osteopatické ošetrenie. Ako som už spomínala, často ho vnímajú ako masáž alebo príjemnú relaxačnú metódu.

Ako vlastne vyzerá vyšetrenie osteopatom? Aké metódy pri ňom používa?

Diagnostika sa začína rozhovorom. Potom si osteopat zrakom pozrie asymetrie a robí aktívnu hybnosť – čiže požiada pacienta, keď vyšetruje napríklad chrbticu, aby urobil predklon, záklon, úklon do boku vľavo a vpravo, rotačné pohyby a pozerá, aké sú asymetrie, kde zostáva pri pohybe niektorý segment zabrzdený. Potom pokračuje diagnostika pasívne. Sám pacientom hýbe do rôznych polôh, aby zistil, kde je blokáda, kde je obmedzená hybnosť, do ktorej strany sa pacient hýbe lepšie, horšie a podľa toho hľadá ideálnu liečebnú metódu. Liečebné techniky sú rôzne: priame, nepriame, rytmické, funkčné, myofasciálne (týkajúce sa svalov a blán, ktoré ich obalujú), ligamentózne (týkajúce sa väzu)...

Pri chrbtici sa mi to zdá byť jednoduché. Ale čo robíte napríklad vtedy, keď ide o chronickú infekciu dýchacích ciest, alebo, poviem to laicky, keď je problém kdesi vnútri?

Aj na to sú techniky. Napríklad na bránicu sú k dispozícii rôzne hmaty, aby osteopat zistil, či v niektorej jej časti nie je zvýšené napätie, stuhnutie. Vnútorne orgány sa dajú vyšetriť známymi spôsobmi, t. j. pohmatom, poklopom... Pri chronickej infekcii dýchacích ciest, napríklad pri zápale dutín, sa osteopat usiluje zlepšiť ich drenáž, po zápale pľúc môže byť horšia mobi-



Osteopat počas terapie s dieťaťom.

FOTO PROFIMEDIA.SK

lita v príľahlej hrudnej stene, tak sa pozornosť obráti tam.

Ako sa zvýšené napätie prejaví? Čo na bruchu pocítite?

Poklop má iný zvuk. To sa využíva aj v klasickej medicíne. Správny je poklop bubienkový, vzdušný. Keď má však pacient napríklad zväčšenú pečeň, poklop je stlmený. Zvýšené napätie bránice je palpačné (pohmatom a preklepávaním) cítiť tak, ako keď je stiahnutý bolestivý sval.

Viete o tom, že by osteopati mali svoje ambulancie už aj na Slovensku?

Údajne tu nejakí fungujú, ale nepoznám nikoho a neviem, aké majú školy. Snažila som sa napríklad aj cez internet nejakých nájsť, ale neúspešne. Viem, že zatiaľ si informácie o osteopatoch odovzdávajú ľudia len ústne medzi sebou, zrejme tak, ako je to bežné aj pri iných alternatívnych metódach. Niektorí pacienti mi hovorili, že boli na ošetrení u osteopata v zahraničí a boli spokojní. Pravdupovediac, aj ja sama by som rada šla k osteopatovi, pretože naši lektori v škole nám odporúčajú, aby sme ako pacienti navštívili osteopata, nech vidíme, ako prebieha ošetrenie i z druhej strany. Hoci v škole trénujeme na sebe navzájom, iste by bolo poučné zažiť celé osteopatické ošetrenie u osteopata, ktorý ma nepozná. Človek by mal tak šancu vidieť aj rôzne iné techniky. V škole nás totiž učia množstvo techník, i samotný lektor povie, že nám ukáže viac techník, ale osobne používa len niektoré z nich, ktoré mu lepšie vyhovujú a s ktorými sa zžil. Nás však naučí všetky, aby sme si sami mohli vybrať. Aj tým je osteopatia umenie. Keby ste videli pri práci troch osteopátov, každý bude pracovať inak. Každý má svoje obľúbené diagnostické i liečebné metódy. Takisto aj pacient je každý iný. Napokon, i klasická medicína sa usiluje pacientovi *našiť* liečbu na mieru. Keď liečime napríklad vysoký krvný tlak, vyberáme pre každého pacienta individuálne z pomuky viacerých liekových skupín a ešte aj v rámci liekovej skupiny konkrétny liek. Aj osteopat sa snaží nájsť tú najlepšiu metódu pre pacienta, lebo zatiaľ čo jeden pacient sa pri vyšetrení úplne uvoľní, iný je napätý, takže už tam treba použiť inú techniku, aby sa dokázal zrelaxovať a potom aj ošetriť.

Keďže sa stále bavíme o manuálnej technike, musí mať človek špeciálne vyvinutý hmat, aby zvládol osteopatiu?

Lektori v škole nám hovorili, že trvá zhruba 7 rokov, kým si úplne vytrénujeme hmat, vycvičíme ruky na to, aby dokázali vstrebávať toľko informácií, koľko potrebujeme. Sama na sebe vidím, aký je to rozdiel teraz, keď už som v treťom ročníku štúdia osteopatie, čo všetko dokážem cítiť. Je to vec cviku a praxou sa osteopat zdokonaľuje.

Už ste spomínali, že v mnohých krajinách funguje spolupráca medzi lekármi a osteopatmi. Je nevyhnutná?

Ideálne je, keď osteopat môže nahliadnuť aj do lekárskej dokumentácie. Spolupráca môže fungovať obojsmerne. Lekár môže požiadať osteopata, aby mu pomohol napraviť u pacienta niektoré dysfunkcie, ale napríklad aj osteopat môže upozorniť lekára, že našiel dysfunkciu u pacienta, ktorá svedčí skôr pre organické ochorenie s potrebou ďalšieho dodiagnostikovania. Keďže osteopat musí mať zdravotnícke vzdelanie, ideálne je, keď pozná pacientov i z pohľadu klasickej medicíny. Má k dispozícii výsledky preventívnej prehliadky,

Do rúk osteopata sa môžu zveriť aj tehotné ženy.



FOTO PRORIMEDIA.SK

laboratórnych nálezov a nálezy od špecialistov. Je napríklad dobré, keď osteopat vie, že pacient nemá osteoporózu. Hoci to nie je kontraindikácia ošetrenia, ale niektoré techniky už pri nej použití nemožno, treba zvoliť iné, ktoré sú pre pacienta s osteoporózou bezpečné.

Ako sa na osteopatiu pozerajú naši lekári?

Už počas štúdia som sa stretla s rôznymi reakciami lekárov k akýmkoľvek alternatívnym metódam – od toho, že boli prístupní všetkému a vítali to, až po absolútnu averziu. Ale možno mali len zlé skúsenosti, keď „pseudoliečiteľ“ sľubuje pacientovi v terminálnom štádiu onkologického ochorenia zázraky. V takom prípade mám averziu aj ja. Vždy nám ide o pacienta. Preto nezaznamávam žiadnu metódu, ktorá môže pacientovi naozaj pomôcť. Všemocná nie je ani klasická medicína, ani alternatívna. Každému pacientovi môže pomôcť niečo iné. Alebo v jednom pomôže klasický lekár, v inom povedzme osteopat.

V čom teda vidíte najväčšiu silu osteopatie?

Mňa zatiaľ tešia všetky drobné úspechy. Samozrejme, spočiatku sa človek venuje najmä rodine, kamarátom, netrúfate si na cudzích pacientoch „skúšať“ nové techniky. Je však fajn, keď vidíte okamžitý efekt. Napríklad také dramatické situácie ako blokové rebro, ktoré môže imitovať ochorenie srdca, a pacienta môže vydesiť, že má

infarkt. Pri odblokovaní rebra pocíti úľavu a vy hneď vidíte výsledok. Nemusíte ho posielat na žiadne ďalšie vyšetrenia. Samozrejme, aj lekár, keď by ho vyšetril, zistí, že tam nie je kardiovaskulárna príčina, ale muskuloskeletálna (svalovo-kostrová), a pacient sa upokojí. Ale kým mu na blok zaberú lieky, ktoré lekár naordinuje, chvíľu to trvá... Alebo mám dobrú skúsenosť s pacientkou, ktorá po úraze hlavy trpela závratmi. Bola na CT vyšetrení mozgu, vyšetřili jej krčnú chrbticu, robili röntgen, nenašla sa žiadna organická príčina. Napriek tomu ani po infúznej liečbe sa nemala dobre, nemohla sa vrátiť do práce, lebo pri počítači sa jej krútila hlava. Tak som jej navrhla a v jednom sedení poskytla kraniosakrálnu osteopatiu a do týždňa mi od nej prišiel e-mail, že normálne funguje, pracuje a nemá žiadne závraty. To ma veľmi potešilo a povzbudilo! Iste, pomôžu aj podľa už spomínaného princípu individuálne samoliečiacie schopnosti organizmu, ktoré sa ukážu najmä po čase, keď sa osteopatiou všetko správne nasmertuje. Potom výsledok zaručene príde a teší sa z neho pacient aj osteopat.

Za rozhovor ďakuje

Monika Bothová
Uverejnené v časopise Dieťa nielen
pre rodičov č. 2/2009

viac na www.wso.at