

MOŽNÉ VYSVETLENIE ÚSPEŠNOSTI LIEČITEĽOV ALTERNATÍVNEJ MEDICÍNY

Mgr. Zuzana Škodová, psychológ
Centrum drogovej prevence a krízovej pomoci v Kladne
Mgr. Ivana Škodová, pedagóg - KPPP Banská Bystrica

Pravdepodobne každý z nás sa už stretol s niektorou z metód alternatívnej medicíny, či už na stránkach novín, kníh alebo v praxi. Väčšina z týchto metód prejde obdobím "boomu", kedy informuje o fantastických výsledkoch, o stovkách úspešne vyliečených klientov a o zaručenom uzdravení z nevyliciteľných chorôb. Ako je možné, že tieto metódy v niektorých prípadoch fungujú, pokiaľ im chýba vedecký základ? Na túto otázku sa pokúsime aspoň čiastočne odpovedať v nasledujúcom príspevku. Ako príklad na ilustráciu úspešnosti "liečenia" sme si vybrali momentálne veľmi populárnu metódu kineziológie.

1. ZÁKLADNÉ INFORMÁCIE O KINEZIOLÓGII

O metóde kineziológie môžeme v poslednej dobe veľa počuť, najmä v pedagogických a psychologických kruhoch. Kineziológiu do Európy priniesla americká lektorka Carol Ann Hontz v 80-tych rokoch. Od tej doby prešli kurzami tejto metódy ľudia mnohých profesií ale aj pedagógovia a psychológovia a nejedno dieťa bolo "preliečené" kineziologickými postupmi. Základným pojmom v systéme One brain je stres a negatívne emócie, ktoré údajne spôsobujú zablokovanie energetického prúdenia na úrovni mozgu a následne aj prislúchajúcej časti tela. Výsledkom sú rôzne psychické, somatické a psychosomatické ochorenia ako sú bolesti hlavy, žalúdka, alergie, astma, obezita, pocity vyčerpania a únavy, úzkosť, fóbie, depresie,. Kineziológia vychádza z tvrdenia, že stres zasahuje veľmi citlivo aj detský organizmus a je na pozadí mnohých, podľa nej doteraz nevyjasnených porúch ako sú napríklad poruchy čítania (dyslexia), počítania (dyskalkúlia), zajakavosť, pomočovanie a hyperaktivita. Energetické prúdenie súvisí s pojmom meridiány. V slovníku na konci jednej zo základných kineziologických kníh sú meridiány vysvetlené ako "dobře vymedzené kanály životodárnej energie pre telo a aktivovanie orgánov" (Hontz, C. A.; Gill, C.R. 1993). Tatiana Kasprzyková (1999) uvádza, že sú to "jemnohmotné kanály, ktoré Číňania objavili už pred 5 tisíc rokmi a o ich existencii sa už presvedčila aj súčasná veda". Odblokovanie týchto energetických dráh je špecifickou metódou One Brain, ktorá je v kineziológii základom uzdravenia. Vo vedeckých knihách sa však dočítate, že existenciu meridiánov sa nepodarilo dokázať vedeckými metódami, ani anatomicky ani funkčne. Neexistuje dokonca ani cievne ani nervové spojenie medzi jednotlivými bodmi a priebeh meridiánov vôbec nezodpovedá vývoju a členeniu tela človeka, ani súčasným poznatkom anatómie a fyziológie (Kol. autorov 1995). Aj na základe tejto informácie vytýkajú lekári a psychológovia kineziológiu absenciu vedeckého základu a nemerateľnosť výsledkov. Ako je potom možné, že kineziológia pomáha ľuďom, keď jej chýba vedecký základ? Zmeny, ku ktorým došlo po návšteve facilitátora nemôžeme iba tak prisúdiť vplyvu kineziológie. Symptómy ochorenia môžu podliehať určitým spontánnym zmenám. Aj pokiaľ nie je zmena spontánna, ale skutočne súvisí s liečbou, nemusí to ešte znamenať, že je spôsobená použitou metódou. Môže byť napríklad dôsledkom pozornosti, ktorú terapeut klientovi venoval - takéto pôsobenie označujeme ako vplyv nešpecifických faktorov.

2. NEŠPECIFICKÉ VPLYVY A PLACEBO V ALTERNATÍVNEJ MEDICÍNE

Pri skúmaní účinnosti rôznych metód v psychológii alebo liekov v medicíne sa teda rozlišujú špecifické a nešpecifické vplyvy. Pokiaľ nemôžeme vysvetliť fungovanie kineziológie, aj iných metód alternatívnej medicíny, na základe špecifických vplyvov, zostávajú už len vplyvy nešpecifické a tzv. placebo efekt. Takéto psychogénne pôsobenie je pravdepodobne tým hlavným činiteľom, ktorý spôsobuje úspešné "liečenie" alternatívnymi metódami. Moderná farmakológia skúša účinok nových liekov tzv. dvojito slepou metódou. To znamená to, že jedna skupina pacientov dostáva farmakologicky účinnú látku, zatiaľ čo druhá tzv. placebo. Placebo je zdanlivý liek, ktorý obsahuje len farmakologicky neúčinné látky, napr. iba cukor, ale pritom vyzerá aj chutí rovnako ako látka účinná. Prítom sú všetci pacienti presvedčení, že dostávajú účinný liek, dokonca ani bádatelia nie sú informovaní, ktorý liek je pravý a ktorý placebo (preto tzv. dvojito slepá metóda). Niektorí pacienti reagujú na placebo veľmi silno, u iných sa dokonca môžu objaviť negatívne placebo reakcie, tj. zhoršenie zdravotného stavu. Pozitívne účinky placebo sú výraznejšie v stavoch depresie a úzkosti. Podľa odborníkov (Kondáš 1985) môžeme napr. pri neurózach počítať až so 40% spontánnych remisií. Vedci pripisujú doložené prípady liečenia vierou a rôzne formy zázračných terapií práve placebo efektu. V kineziológii by boli základným nefunkčným špecifickým vplyvom - placebom rôzne korekcie na odblokovanie energetických dráh. Netvrdíme, že po použití metódy kineziológie nemôže nastať zlepšenie stavu klienta, hodnotíme ho ale predovšetkým ako psychogénne navodené.

Spoločné nešpecifické faktory rôznych terapeutických postupov, ktoré môžeme nájsť aj pri používaní metód alternatívnej medicíny:

- zahájenie a priebeh akejkoľvek terapie, liečby (skutočnosť, že sa s klientom robí niečo odborné, vyvoláva nádej do budúcnosti a kladné očakávania)
- vzťah medzi klientom a terapeutom (klient verí v terapeutove schopnosti, cíti, že má o neho záujem, že mu chce pomôcť)
- výklady klientových problémov (z neznámych príčin a problémov sa stávajú záležitosti jasnejšie, popísateľné a známe)

• Osobnosť klienta

Niektorí ľudia sú oveľa ľahšie ovplyviteľní sugesciou. Sugestibilní jedinci sa viacej spoliehajú na svoju intuíciu ako na rozumovú analýzu, málo uplatňujú kritické myslenie, prípadne ešte nemôžu uplatniť skúsenosti a rozumový úsudok ako sú napríklad deti. Každá liečba je účinnejšia ak jej klient verí a je k nej motivovaný. Facilitátori kineziológie uvádzajú, že pri ich práci je veľmi dôležitá dôvera klienta. Klient musí mať pocit, že mu kineziológia naozaj pomôže, musí chcieť svoju situáciu zmeniť a musí sa o to skutočne snažiť. Klienti vidia často vo facilitátorovi svoju poslednú nádej na vyliečenie. Väčšina osôb je teda objektívne nastavená na sugestívne pôsobenie. Jednotlivec, ktorý a priori nemá k facilitátorovi a metóde dôveru, nemôže byť priaznivo ovplyvnený. Okrem toho, rola klienta vyžaduje určité predpísané správanie - dobrý klient je ten, ktorého stav sa zlepšuje, pretože toto zlepšenie stavu spätne vyvoláva záujem "terapeuta" o klienta.

• Osobnosť liečiteľa - facilitátora

Efekt sugescie zosilňuje sebavedomie liečiteľa, ktorý bezvýhradne dôveruje svojej metóde. Pokiaľ je facilitátor presvedčený, že sa problémy klienta vyriešia, získava si tak jeho dôveru a posilňuje vieru v uzdravenie. Liečitelia alternatívnych metód, tak ako aj facilitátori, sú

väčšinou pre klientov autoritami a môžu ich ľahko ovplyvniť a presvedčiť, že dôjde k pozitívnym zmenám zdravotného alebo psychického stavu. Často tiež môžu zámerne (alebo nezámerné) hovoriť o očakávaných účinkoch liečby. Očakávanie klienta, že sa jeho stav zlepší a silná túžba, aby k zlepšeniu skutočne došlo, sú podstatnými zložkami nádeje. A nádej môže mať silný vplyv na emócie a telesné procesy. Niektorí vedci sa domnievajú, že tento vplyv môže byť sprostredkovaný endorfínmi. Táto skupina biochemických látok, ktoré vznikajú v mozgu, ovplyvňujú náladu, tlmia bolesť. a preto môžu hrať dôležitú úlohu pri vzniku placebo efektu.

· **Situácia a prostredie**

Je známe, že zvláštnosť diagnostických a liečebných postupov zvyšuje ich celkový sugestívny náboj. Mnohé nápravy rôznych problémov v alternatívnej medicíne pôsobia tajomne a na naše kultúrne podmienky nezvyčajne. V kineziológii sa napríklad používa presný postup "prepláchnite" meridián rýchlym pohybom svojej ruky smerom nahor a dole po dráhe toku meridiánu niekoľkokrát" (Hontz, C. A.; Gill, C.R. 1993).

3. POZITÍVA A RIZIKÁ ALTERNATÍVNEJ MEDICÍNY

Jednou z pozitívnych vecí ktorú by sme mohli na kineziológii nájsť je, že zdôrazňuje stres ako základnú príčinu vzniku mnohých chorôb a porúch a tiež to, že pracuje s uvedomením si traumatickej udalosti. Tieto poznatky však nie sú vôbec nové a psychologom sú známe už desiatky rokov. Dávno pred vznikom kineziológie, na konci 19. storočia videl P. M. F. Janet cieľ psychoterapie v uvedomení si traumatických spomienok, čím sa malo odstrániť ich pôsobenie a J. M. Charcot zdôraznil pôsobenie negatívnych emócií na činnosť endokrinného systému. V 50-tych rokoch 20. storočia je to psychosomatika, ktorá zdôraznila, že určité konflikty spôsobujú jednotlivé somatické ochorenia. Riziká kineziológie sú vo svojej podstate veľmi podobné ako riziká iných metód alternatívnej medicíny:

· nedostatočné vzdelanie liečiteľov - facilitátorov:

Pracovať s metódami v alternatívnej medicíne môže každý, kto absolvuje predpísané výcviky, alebo v sebe objaví výnimočné schopnosti liečiť bez ohľadu na to, aké má vzdelanie. Napríklad facilitátorom v kineziológii môže byť elektromechanik, ktorý bude vo svojej kineziologickej praxi riešiť tak závažné problémy ako sú fóbie alebo depresie, napriek tomu, že mu chýbajú základy vzdelania pedagogiky, psychológie, medicíny a neurológie. Už spomínaná kineziologička uvádza, že facilitátormi sú tiež aj jej synovia, ktorí majú 9 a 13 rokov, ktorým umožnila štúdium kineziológie a toto vzdelanie majú ukončené.

· diagnostikovanie nesprávnych porúch a chorôb a ich príčin:

Liečiteľ (facilitátor) sa ponúka ako ten, kto vám môže pomôcť pri hľadaní a identifikovaní príčin problému. Z kazuistik od viacerých facilitátorov tejto metódy, ktoré sme mali možnosť porovnávať máme ale skôr pocit, že ide o povrchné a generalizované vysvetlenia vzniku jednotlivých porúch. Napríklad pri príčinách vzniku problémov s písaním je často uvádzaný zážitok z detstva, pri ktorom dieťa zažilo výsmech kamarátov alebo dospelých z toho, že nenakreslilo alebo nenapísalo niečo dokonale. Keďže nechcelo tento nepríjemný pocit zažiť znovu, naučilo sa ako nevedieť narábať s ceruzkou alebo perom. Málakedy majú poruchy alebo choroby len jednu príčinu, jeden podnet z nejakého zážitku. Lekár alebo psychológ sa

neuspokojí s povrchným vysvetlením vzniku poruchy alebo choroby. Snaží sa získať ucelený obraz o všetkých možných príčinách jej vzniku - genetických, biochemických, fyziologických, atď. podložených presnými meraniami v laboratóriách. Porovnávaním zlepšenia parametrov po skončení liečby, prípadne aj v jej priebehu si overuje správnosť diagnostiky aj zvolených postupov liečby.

· vychovávanie k iracionalite:

okrem už spomenutých energetických dráh, ktorým chýba vedecké podloženie, pracuje kineziológia napríklad aj s pojmom glabella - čistinka a vymedzuje ho ako "hladký povrch čelovej kosti medzi obočiami, tiež miesto "tretieho oka" " (Hontz, C. A.; Gill, C.R. 1993). Pri korekciách sa využíva okrem masáže akupresúrnych bodov, aj podávanie bachových esencií ktoré tiež patria do oblasti alternatívnej medicíny. Pri podávaní Bachových esencií ide o liečbu esenciami z kvetín, ktoré podľa zástancov tejto metódy "zvyšujú vibrácie pacienta, otvárajú cestu pre posolstvo nášho duchovného ega a priťahujú duševnú silu". Účinnosť liekov objavoval Bach skladaním rúk nad rastliny, pričom pociťoval ich vlastnosti.

· požadovanie vysokých častok za liečbu:

podľa dostupných informácií stojí jedno odblokovanie kineziológom okolo 300 - 500 Sk. Päťsto korún určite nie je veľa pre človeka, ktorý zúfalo hľadá pomoc a dokáže za svoje zdravie, prípadne za zdravie svojho dieťaťa, obetovať aj to posledné. Aj keď väčšina facilitátorov uvádza ako svoju motiváciu práce pomôcť ľuďom, kineziológia v porovnaní s platmi učiteľov alebo zamestnancov psychologických poradní prináša celkom slušný zárobok. Vysokou cenou častokrát alternatívni liečitelia vzbudzujú vo verejnosti skreslený dojem aj vysokej hodnoty používanej metódy a jej atraktívnosti.

ZÁVER

V našom príspevku sme chceli poukázať na niektoré psychogénne faktory ovplyvňujúce subjektívne prežívanie zlepšenia zdravotného aj psychického stavu človeka po návšteve alternatívneho liečiteľa. Postihnúť problematiku úspešnosti liečiteľov alternatívnej medicíny v celej jej šírke je veľmi náročné. Uvedomujeme si, že to vyžaduje precízne, dlhodobé a systematické vedecké skúmanie napriek tomu, že sa doposiaľ vedecky nepodarilo získať presne merateľné dôkazy o úspešnosti alternatívnych metód. Pokiaľ po použití akejkoľvek metódy alternatívnej medicíny môžeme pozorovať zlepšenie, aj keď je spôsobené iba prostredníctvom placebo efektu, mali by sme ju za presne vymedzených podmienok akceptovať. Zdôrazňujeme však, že považujeme za nevyhnutné použiť pri liečení nie akúkoľvek, ale najúčinnnejšiu metódu - takú, ktorá má objektívne preukázaný pozitívny účinok na psychické aj fyzické zdravie človeka..

POUŽITÁ LITERATÚRA:

ATKINSON, R.C., ATKINSONOVÁ, R.L., SMITH, E.E., BEM, D.J.: Psychologie. Praha, Victoria publishing 1995.

DENNISON, P. E.; DENNISONOVÁ, G. E.: Cvičenie mozgu. Nyírség, Nyíregyháza 1993.
HONTZ, C. A.; GILL, C.R.: Nástroje profesie (Tools of the trade). Košice, Amicus, s.r.o.

1993a.

HONTZ, C. A.; GILL, C.R.: Jednotný mozog, príručka pre základný kurz metóda troch v jednom (Basic one brain handbook). Košice, Amicus, s.r.o. 1993b.

HRKÚTOVÁ, V.: Aj o mozog sa treba starať ? www.ezoterika.sk/magazin/nov98/ezm1098_kineziologia.html, 1998.

KASPRZYKOVÁ, T.: Čo je ONE BRAIN ? www.angelfire.com/la/tatianak, 1999.

KRAUS, J., PETRÁČKOVÁ, V. A KOL.: Akademický slovník cizích slov. Praha, Academia 1998.

KOLEKTÍV AUTOROV: Alternativní medicína, možnosti a rizika. Praha, Grada 1995.

KOLIBÁŠ, E. A KOL.: Všeobecná psychológia. Bratislava, UK1997.

KONDÁŠ, O.: Klinická psychológia. Martin, Osveta 1977.

KONDÁŠ, O.: Psychoterapia a reedukácia. Martin, Osveta 1985.

KRATOCHVÍL, S.: Základy psychoterapie. Praha, Portál 1997.

LEHOTSKÝ, P.: www.angelfire.com/mn/kuko, 1999.

VOJTÍŠEK, Z.: Netradiční náboženství u nás. Praha, Dingir s.r.o. 1998.