

UNIVERZITA PALACKÉHO V OLOMOUCI

FAKULTA ZDRAVOTNICKÝCH VĚD

Ústav porodní asistence

Dominika Hélová

**Alternativní metody v porodní asistenci**

Bakalářská práce

Vedoucí práce: Mgr. Radmila Dorazilová

Olomouc 2020

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci vypracovala samostatně a použila jen uvedené bibliografické a elektronické zdroje.

Olomouc 15. června 2020

-----  
podpis

## **ANOTACE**

**Typ závěrečné práce:** Bakalářská práce

**Téma práce:** Alternativní metody v porodní asistenci

**Název práce:** Homeopatie a těhotenství

**Název práce v AJ:** Homeopathy and pregnancy

**Datum zadání:** 2020-01-31

**Datum odevzdání:** 2020-06-15

**Vysoká škola, fakulta, ústav:** Univerzita Palackého v Olomouci

Fakulta zdravotnických věd

Ústav porodní asistence

**Autor práce:** Dominika Hélová

**Vedoucí práce:** Mgr. Radmila Dorazilová

**Abstrakt v ČJ:** Přehledová bakalářská práce s zabývá aktuálními poznatky o využití homeopatických léčiv během těhotenství. V první části jsou popsány základní informace o homeopatických lécích. Druhá část práce se zabývá konkrétními problémy, které mohou ženu během těhotenství potkat a které homeopatické léky mohou pomoci. Třetí část předkládá aktuální informace o využití homeopatických léků v ČR a v zahraničí. Poznatky byly dohledány v PubMed, ProQuest, Medvik a EBSCO.

**Abstrakt v AJ:** The survey bachelor thesis deals with current knowledge about the use of homeopathic drugs during pregnancy. The first part describes basic information about homeopathic remedies. The second part of the thesis deals with the specific problems that may occur during pregnancy and which homeopathic remedies can help. The third part presents up-to-date information on the use of homeopathic medicines in the Czech Republic and abroad. The findings were found in PubMed, ProQuest, Medvik and EBSCO.

**Klíčová slova v ČJ:** Homeopatie, homeopatické přípravky, alternativní medicína, komplementární medicína, těhotenství, změny v těhotenství, homeopatie ve světě

**Klíčová slova v AJ:** Homeopathy, homeopathic medicines, alternative medicine, complementary medicine, pregnancy, changes in pregnancy, homeopathy in the world

**Rozsah: 56/0**

# OBSAH

ÚVOD .....	6
1 POPIS REŠERŠNÍ ČINNOSTI .....	9
2 HOMEOPATICKÝ LÉK .....	10
2.1 Výroba homeopatického léku .....	10
2.2 Dělení homeopatik .....	12
2.3 Správný výběr homeopatického léku .....	13
2.4 Užívání homeopatických léků .....	15
2.5 Skladování homeopatik .....	17
3 HOMEOPATIE V TĚHOTENSTVÍ .....	18
3.1 Nausea a zvracení .....	19
3.2 Anémie .....	21
3.3 Pálení žáhy .....	22
3.4 Zácpa a hemoroidy .....	23
3.5 Bolesti .....	24
3.6 Otočení plodu v děloze .....	27
3.7 Hypertenze v těhotenství .....	28
3.8 Varixy a otoky .....	29
3.9 Psychické potíže .....	30
3.10 Infekce močových cest .....	32
3 HOMEOPATIE VE SVĚTĚ .....	34
3.1 Homeopatie v ČR .....	34
3.2 Homeopatie v zahraničí .....	37
3.3 Význam a limitace dohledaných poznatků .....	45
ZÁVĚR .....	46
REFERENČNÍ SEZNAM .....	47
SEZNAM ZKRATEK .....	56

## ÚVOD

Homeopatie je jeden z nejrozšířenějších a nejstarších oborů alternativní medicíny. Název pochází z řeckého „homoios“, tedy podobný a „pathos“, tedy nemoc (Şenel, 2019, s. 1). Homeopatické léky jsou tolik rozšířené a velmi užívané z několika důvodů, kterými se zcela liší od klasických léků. Jsou zcela bezpečné, proto je mohou užívat lidé všech věkových kategorií, nezpůsobují žádné vedlejší účinky, nevzniká na nich závislost, jsou finančně dostupné, urychlují proces uzdravování a lze je užívat společně s klasickými léky (Schmukler, 2018, s. 15-16; Formánková, Kabelková a Ludvíková, 2018, s. 19). Při homeopatické léčbě se na člověka pohlíží celostně, to znamená, že se neřeší pouze určitá část těla ale také psychický stav člověka (Formánková, Kabelková a Ludvíková, 2018, s. 18). Na rozdíl od konvenčních léků není podstatou homeopatických léčiv zamaskování symptomů nemoci, ale podstatou je naopak symptomy podpořit, protože se tím projevuje, že se tělo snaží vyléčit (Schmukler, 2018, s. 23).

Na konci 18. století homeopatii založil a dále vyvíjel německý lékař a chemik Samuel Fridrich Christian Hahnemann, žijící v letech 1755–1843, který chtěl své pacienty léčit co nejbezpečnějším způsobem. Své léky začal ředit, aby zjistil, jakou minimální dávku léčivé látky lze podat, aby nezpůsobovala nežádoucí účinky a zároveň byla zachována účinnost. Aktivní složky ředil s větším množstvím vody a poté roztok rychle protřepal. Prudké třepání mělo vnést duchovní podstatu léku a celý proces ještě několikrát zopakoval. Každé další třepání zvyšovalo sílu daného léku. Nemoc, která Samuela Hahnemanna přivedla k myšlence homeopatie, byla malárie. K léčbě této nemoci se využívá organická sloučenina chinin, která byla objevena v kůře rostliny zvané chinovník. I přes to, že sám malárií netrpěl, zkusil Hahnemann tento lék užít. Po užití se začaly projevovat symptomy charakteristické pro malárii, tedy zimnice, třesavka, horečky a nevolnost. Tento experiment vedl k formulaci zákona podobnosti, tedy že látka, která u zdravého jedince vyvolá určité symptomy, může tytéž příznaky i vyléčit. Touto myšlenkou podobnosti se řídil již Hippokratés žijící v 5. století před n. l. V té době se myšlenka o tom, že podobné léčí podobné, neprosadila. Teprve až Samuel Hahnemann, který homeopatii rozvíjel od roku 1790 až do své smrti, z ní vědu o učení (Schmukler, 2018, s. 19,20).

Homeopatické léky jsou stále více využívány jak při akutních, tak i chronických stavech, dokáží urychlit léčení a zmírnit obtíže. Při životě ohrožujících stavech je však nezbytné vyhledat lékařskou pomoc. Homeopatické léky napomáhají organismu k využití vlastních

obránných sil, je to terapie stimulační a regulační. Místo potlačování symptomů, které jsou projevem nemoci a jejich záměrné tlumení může časem způsobit závažné potíže, napomáhá homeopatie nastimulovat organismus tak, aby spustil proces uzdravování, využilo vlastní léčitelské schopnosti a došlo k odstranění vnitřní nerovnováhy, která způsobila oslabení organismu (Wiesenauer, 2012, s. 4,8).

Na rozdíl od moderní medicíny se alternativní medicína zajímá o člověka jako o celek, hledá souvislosti mezi somatickými a psychickými problémy, neodděluje tělo od duše. Dlouhodobého užívání klasických léků se projevuje různými nežádoucí účinky, na které se předepíše další léky a mohou vznikat lékové interakce. Pro pacienta se najednou stávají léky spíše škodlivé než prospěšné. Z těchto důvodů neustále roste zájem o alternativní medicínu v České republice i v zahraničí. V některých oblastech světa je tento zájem větší, než o moderní medicínu (Čupera, 2015, s. 24-26).

Tento šetrný způsob léčby lze využít na psychické i fyzické symptomy nemoci, tedy také v období těhotenství, kdy žena prochází tělesnými i psychickými změnami, které způsobují hormony, především lidský choriový gonadotropin, estrogeny a gestageny (Soma-Pillay et al., 2016, s. 89,91). Ke všem potížím, které mohou těhotnou ženu potkat, by se mělo přistupovat nejlépe nefarmakologickou cestou, aby byl co nejméně ohrožen plod, pro který může být užití některých látek až fatální (Novosadová, 2014, s. 126). Z tohoto důvodu je vhodné využití alternativní metody v podobě homeopatických léčiv, která jsou bez vedlejších negativních účinků a jsou bezpečná jak pro dítě, tak i matku (Ludvíková a Formanková, 2018, s. 2).

Vzhledem k stále rostoucímu využívání homeopatických léčiv během těhotenství je možné položit si otázku: Na jaké veškeré potíže v těhotenství je lze využít a jak správný lék vybrat a užívat? Cílem bakalářské práce je sumarizovat aktuální informace o užívání homeopatických léčiv v těhotenství. Na základě tématu práce byly stanoveny tyto cíle:

Cíl 1. Předložit poznatky o homeopatických léčivech, jejich rozdělení a správné užívání léku.

Cíl 2. Předložit poznatky o využití homeopatických léčiv v těhotenství.

Cíl 3. Předložit aktuální poznatky o homeopatických léčivech v zahraničí a v ČR.

## **Vstupní literatura:**

FORMÁNKOVÁ, Kateřina, Miriam KABELKOVÁ a Ilona LUDVÍKOVÁ. *Poznáváme homeopatii*. Praha: Grada, 2008, 128 s. ISBN 978-80-247-2736-3

CUMMINGS, Stephen a Dana ULLMAN. *Homeopatický domácí lékař: bezpečné a účinné léky pro celou rodinu*. 3., přeprac. vyd. Přeložil Eva LENOVA. Praha: Alternativa, 2010, 375 s. ISBN 978-80-86936-23-9.

CHAPPELL, Peter. *Homeopatická samoléčba*. Praha: Alternativa, 1995, 228 s. ISBN 80-859-9304-X.

ČEHOVSKÝ, Jiří. *Homeopatie – víc než léčba*. 3. upravené vydání. Praha: Alternativa, 1999, 246 s. ISBN 80-85993-33-3.



# 1 POPIS REŠERŠNÍ ČINNOSTI

Rešeršní činnost byla provedena v databázích z online přístupů na Univerzitě Palackého v Olomouci.

## Vyhledávající kritéria:

- **Klíčová slova v ČJ:** Homeopatie, homeopatické přípravky, alternativní medicína, komplementární medicína, těhotenství, změny v těhotenství, homeopatie ve světě
- **Klíčová slova v AJ:** Homeopathy, homeopathic medicines, alternative medicine, complementary medicine, pregnancy, changes in pregnancy, homeopathy in the world
- **Jazyk:** Anglický, český
- **Období:** 2014-2020
- **Další kritéria:** Recenzovaná periodika, články, plnotexty

**Databáze:** PubMed, ProQuest, Medvik a EBSCO

**Nalezeno:** 228 článků

## Vyřazující kritéria:

- Kvalifikační práce
- Duplicitní články
- Obsahová nekompatibilita s cíli práce

## Sumarizace využitých databází a dohledaných dokumentů:

- PubMed: 8
- ProQuest: 14
- Medvik: 16
- EBSCO: 5

**Pro tvorbu bakalářské práce bylo použito 43 článků, 13 knižních zdrojů a oficiální webové stránky Boiron, České školy klasické homeopatie, Homeopatické lékařské asociace, České lékařské homeopatické společnosti, Homeopatické akademie a Homeopatické fakulty.**

## 2 HOMEOPATICKÝ LÉK

Homeopatický lék je zředěná substance, jejíž zdrojem mohou být rostliny, minerály, látky živočišného původu nebo kovy, například rtuť a olovo, které mohou být pro člověka v nezředěné formě toxické a celkový stav člověka rapidně zhoršit. To přimělo Hahnemanna k myšlence ředění léku, kdy se podá pouze nejmenší účinná dávka a předejde tím škodlivým účinkům. Při každém ředění s lékem dostatečně protřepal. Tím způsobil probuzení skryté energie v dané látce a zvýšil její účinnost (Schmukler, 2018, s. 21). Tato energie měla napravit tělesnou energii neboli vitální sílu, která při narušení svého proudění způsobí onemocnění. Následné léčení nemoci je dynamický proces týkající se duše, myšlení, pocitů a těla. Nejprve dochází k psychickému zlepšení, k vnitřnímu zklidnění a poté se dostaví i fyzické uzdravení. Léčení postupuje zevnitř směrem ven, např. respirační onemocnění z plic k nosu a shora dolů, tedy z trupu na končetiny (Chappell, 1995, s. 84).

### 2.1 Výroba homeopatického léku

V současnosti se využívá více, než 3000 různých látek k výrobě homeopatického léku. Každý homeopatický lék je řádně registrován ve Státním ústavu pro kontrolu léčiv a je v české legislativě definován jako lék, je tedy nutná kontrola jak výchozího materiálu, tak i konečného výsledku (Formánková, Kabelková a Ludvíková, 2018, s. 15-17).

Příklady látek, využívaných k výrobě homeopatického léku:

#### 1. Rostliny:

- Prha chlumní, Arnika horská – *Arnica montana*,
- Heřmánek pravý – *Chamomilla vulgaris*,
- Oměj šalamounek – *Aconitum napellus*,
- Rosnatka okrouhlolistá – *Drosera rotundifolia*
- Rulík zlomocný – *Belladonna*

#### 2. Zdroj živočišného původu

- Včela medonosná – *Apis mellifica*,
- Křovínář němý – *Lachesis mutus*,
- Sépiový inkoust – *Sepia officinalis*

### 3. Anorganické sloučeniny

- Síran vápenatý – *Calcarea sulfurica*,
- Síran sodný – *Natrum sulfuricum*,
- Uhličitan barnatý – *Baryta carbonica*,
- Uhličitan vápenatý – *Calcarea carbonica*,
- Hydrogenfosforečnan draselný – *Kalium phosphoricum*,
- Kysličník křemičitý – *Silicea* (Homeopatické léky, 2020).

#### ***Matečná tinktura***

Výroba homeopatického léku začíná přípravou matečné tinktury, tedy roztoku, který obsahuje účinné látky z rostlin, živočišných produktů nebo minerálních látek. Vzniká rozpuštěním látky ve vodě či v lihu po dobu nejméně 10 dnů, poté se tekutina vymačká a zfiltruje. Tento proces, kdy matečnou tinkturu získáváme rozpuštěním, se nazývá macerace. U nerozpustných látek, jako je např. křemen, se látka nejprve drtí a rozmělnuje. Tento proces nazýváme triturace. Následně se látka postupně smíchá s mléčným cukrem, aby vznikla rozpustná směs a dalo se postupovat stejným způsobem, jako u látek rozpustných. Už od přípravy matečné tinktury je nutná maximální kontrola látky a postup vyhovující zásadám správné výrobní praxe a legislativám (Boiron, 2020).

#### ***Ředění a dynamizace***

Po vytvoření matečné tinktury následuje postupné ředění neboli potencování destilovanou vodou nebo lihem, při kterém lék ztrácí veškeré negativní účinky a zůstává ponechán pouze léčebný účinek, je tedy použita minimální a bezpečná dávka léčivé látky (Schmukler, 2018, s. 21) Dají se rozlišit dva způsoby ředění, podle Hahnemanna nebo podle Korsakova (Barelli, 2015, s. 228).

*Hahnemannovo ředění* rozlišujeme podle poměru matečné tinktury a rozpouštědla na centesimální nebo decimální:

Centesimální ředění spočívá v zředění 1 dílu matečné tinktury s 99 díly rozpouštědla, tedy vody nebo lihu. Léky vyráběné tímto ředěním označujeme C, někdy se můžeme setkat s CH. První ředění s dynamizací se označí 1 CH, při opakování postupu vznikne 2 CH, a tak lze postupovat kolikrát je nutné (Barelli, 2015, s. 228).

Decimální ředění, označené písmenem D nebo DH, spočívá ve zředění 1 dílu matečné tinktury v 9 dílech rozpouštědla. Číslo u písmene nám označuje počet, kolikrát byl přípravek zředěný (Barelli, 2015, s. 228).

*Korsakovo ředění* probíhá stejným způsobem, s tím rozdílem, že se na celý proces používá pouze jedna nádoba. Poté, co je matečná tinktura v nádobě rozpuštěna s příslušným rozpouštědlem, se její velká část odsaje, nahradí čistou vodou a proběhne dynamizace. V takovém případě označujeme přípravek 1 K, při zopakování dostaneme ředění 2 K (Formánková, Kabelková a Ludvíková, 2018, s. 17).

Během ředění je nutné protřepávání, tuto fázi nazýváme dynamizace. Ta se provádí, aby se spojila matečná tinktura s rozpouštědlem. Provádí se buď manuálně nebo pomocí specializovaných přístrojů (Barelli, 2015, s. 228-229).

Čím více je lék zředěný, tím větší je jeho síla, proto léky 15 CH lze považovat za slabý přípravek. Léky v tomto ředění je nutné užívat vícekrát denně a dlouhodobě. Naopak lék zředěný 30 CH je považován za silný, protože vydrží déle v organismu a tím pádem není k léčbě potřeba více dávek (Cummings a Ullman, 2010, s. 30-31). Při ředění rozpuštěné látky ve vodě se vytváří tzv. clustery, tedy shluky, které mohou nést a předávat dalším molekulám komplexní informaci o tom, jak se začít léčit. Z toho vyplývá, že homeopatický lék obsahuje určitou informaci neboli energii, která tělo stimuluje k léčbě (Schmukler, 2018, s. 21-22).

### ***Impregnace***

Jde o závěrečnou fázi výroby homeopatického léku, kdy se připravený roztok nanáší na neutrální základ ze směsi laktózy nebo sacharózy. Aby každá granule obsahovala stejnoměrné množství účinné látky vytvořila francouzská společnost Boiron, již v roce 1961, systém trojitě impregnace (Boiron, 2020).

## **2.2 Dělení homeopatik**

***Dle počtu složek*** rozlišujeme homeopatické léky monokomponentní a polykomponentní: *Monokomponentní* homeopatické léky obsahují pouze 1 účinnou látku. Podle té je pak homeopatikum nazýváno, zpravidla latinským názvem. Například *Arnica montana* je z květu rostliny Prhy chlumní. Výhodou monokomponentních homeopatik je výrazný a rychlý efekt, pokud je správně zvolený lék. K tomu je nutný vzdělaný a zkušený homeopat, kterému také nemusí volba léků vyjít ihned na poprvé, obzvlášť, pokud pacient užívá klasické léky, které mohou pozměnit projevy nemoci (Holub, 2014, s. 32-33).

*Polykomponentní* léky neboli komplexní, obsahují více léčivých látek, které mohou pomoci např. při angíně nebo virovém onemocnění. Nedožíváme se však, která z látek pomohla při léčení dané nemoci. Léčebný efekt není tolik výrazný jako u monokomponentních léků, z důvodu vzájemného se narušování více látek. Polykomponenty se využívají především k samoléčbě, protože díky vyššímu obsahu léčivých látek se zároveň zvyšuje pravděpodobnost, že nám lék pomůže. Jejich název, na rozdíl od monokomponentních léků, je tvořen jako samostatná obchodní značka (Holub, 2014, s. 32-33).

Nejznámějším polykomponentním homeopatickým přípravkem v ČR je Oscillococcinum k léčbě chřipky, který pochází z jater a srdce kachny pižmovky velké (Švihovec et al., 2018, s. 136).

**Dle lékových formy**, ve které lze homeopatické léky využívat, rozlišujeme více druhů. Nejpoužívanější formou jsou globule, tedy kuličky z mléčného cukru, na které je následně nakapána léčiva látka. Díky malému množství cukru je mohou využívat diabetici i malé děti, nezpůsobuje zubní kazy. Mléčný cukr se dá vylisovat i do formy tablet. Lék ve formě kapek či roztoku, určený k perorálnímu užití, je možné nakapat do vody a lék popíjet. Pro novorozence je vhodné využít formu čípků. Při senné rýmě je možné využít homeopatický nosní sprej. Některé léky jsou ve formě mastí pro zevní užití, které mohou podpořit vnitřní účinek léku. Masti můžeme využít např. při zánětech, které homeopatický lék nijak nepotlačuje, ale pouze stimuluje a podporuje imunitní systém (Wiesenauer, 2012, s. 11,146; Holub, 2014, s. 31,33).

### **2.3 Správný výběr homeopatického léku**

Hahnemann napsal mnoho knih popisujících homeopatickou léčbu a konkrétní vlastnosti léků. Nejdůležitější dílo Samuela Hahnemanna popisující nejcharakterističtější vlastnosti homeopatického léku je *Materia Medica Pura*, jejichž význam je stejný, jako má lékopis u každého klasického léku (Holub, 2014, s. 22). Účinky léků a symptomy, které mohou léky vyvolat zjišťoval Hahnemann zkouškami, které se označují “provings“. Ty prováděl na zdravých dobrovolnících, kterým podával malé množství látky do doby, než se začali projevovat určité symptomy, které rozděloval na fyzické, psychické a mentální (Nayernouri, 2017, s. 718).

Pinto a Feldman (2004, s. 182) uvádí, že v *Materii Medice* nalezneme u každého léku popis, který nám pomůže rozhodnout, zdali je zvolený lék pro pacienta vhodný. Z popisu léku zjistíme:

- *Obecné potíže*, při kterých lék nejvíce pomáhá, např. akutní záněty, horečky, náhlá bolest, alergické reakce.
- *Charakteristické symptomy* pro daný lék, např. panické záchvaty, k nimž patří roztěkanost a strach ze smrti, pacient může být značně dehydratovaný a žíznivý nebo naopak nemít žízeň vůbec, může pociťovat palčivou, pálivou nebo bodavou bolest, pocení, třes.
- *Modality* tedy okolnosti, vnější vlivy, které stav pacienta zlepšují nebo naopak zhoršují. K modalitám patří teplo, vlhko, chlad, počasí, pohyb, světlo, tma, hluk a denní doba.
- *Typické chování*, které doprovází emocionální projevy, způsob chování, kterým se bude pacient projevovat a konstituční charakteristika, kterou se bude vyznačovat. Mezi emocionální projevy se řadí nervozita, rozrušenost, plačtivost, podrážděnost, neposednost, změna chování. Např., když hodné dítě začne být agresivní. Také se hodnotí, zdali je člověk extrovert či introvert (Pinto a Feldman, 2004, s. 182-191).

Z důvodu, že zkoušky léků probíhaly v 19. století, rozhodla se Americká Instituce Homeopatie (American Institute of Homeopathy) k přezkoušení léků, aby zjistili, zdali lék opravdu vyvolává symptomy, které Hahnemann uváděl. Výsledky však byly naprosto stejné jako při vydání prvních výsledků zkoušek (Cummings a Ullman, 2010, s. 27).

Z velkého množství homeopatických léků se začalo pro lepší přehlednost využívat homeopatické repertorium, které představuje seznam symptomů, u kterých jsou zaznamenávány příslušné léky. Předpoklady ke správnému určení homeopatického léku je správné stanovení problémů nemocného, získání informací o jeho stavu, znalost účinku léků, které jsou sepsány v Materii Medice a umět pracovat s repertoriem (Cummings a Ullman, 2010, s. 27).

Správně vybraný lék musí být svojí charakteristikou co nejpodobnější symptomům, který nemocný vykazuje. Mezi ně patří fyzické i psychické změny. Pacient může pociťovat bolesti, může mít horečku, rýmu, vyrážku, změny chování, neobvyklé reakce na různé situace a mnoho dalších příznaků, které je nutné sledovat a velmi podrobně popsat. Například u bolesti břicha je nutné rozlišit, o jaký typ bolesti se jedná. Symptomy mohou být pouze lokální, např. bolest krku. U těchto příznaků je nutné zaznamenat přesné místo bolesti. Při hledání správného léku jsou ještě důležitější symptomy postihující celé tělo, např. únava, slabost, vyčerpanost, neklid, změna chuti k jídlu, pocení a další. Důležité je také pátrat po neobvyklých symptomech, které nejsou pro danou nemoc charakteristické. Dále je potřeba pátrat po příčině vzniku problémů.

Mnohé příznaky nemusí prokazovat nemoc jako takovou, může jít pouze o reakci těla na zevní faktor, jako například nedostatek spánku. Dále je nutné zaznamenat již zmíněné modalitty, které symptomy zhoršují nebo zlepšují. Poté, co se zjistí co nejpřesnější fyzické, psychické, emocionální a mentální symptomy seřadí se podle intenzity, tedy podle toho, jaký symptom ovlivňuje pacienta nejvíce a které pacienta tolik neovlivňují. Dále se symptomy řadí podle hloubky, tedy od nejhlubších, kam se řadí mentální a emocionální symptomy, přes celkové fyzické symptomy až po nejpovrchnější lokalizované, např. rýma, bolest v krku. Po tomto zhodnocení se určí klíčové symptomy, tedy ty nejdůležitější a vyhledává se lék, který symptomům nejvíce odpovídá (Cummings a Ullman, 2010, s. 42-50). Pokud se zvolí špatný lék, není pacient v žádném nebezpečí a jednoduše se zvolí jiný (Schmukler, 2018, s. 30). Někteří lidé udávají zhoršení stavu po požití homeopatik. Homeopaté vysvětlují, že tento stav může nastat z důvodu, že nastává stimulace příznaků a tělo se snaží obnovit zdraví (Wiesenauer, 2012, s. 11). Pokud si člověk není jistý ve správném výběru homeopatika, může využít konzultaci s homeopatem, který určí lék na základě dotazů, získávání informací a pozorování. Homeopat se bude zajímat o veškeré symptomy a celkový stav pacienta, každá maličkost při získávání informací může dopomoci ke správnému výběru léků. Každý jedinec je individuální a liší se fyzicky i psychicky, proto, i když mají dva lidé např. bolest v kolenu, tak může být každému indikovaný jiný lék, na základě získaných informací (Formánková, Kabelková a Ludvíková, 2018, s. 17-18).

## **2.4 Užívání homeopatických léků**

Při užívání homeopatických léků platí několik zásad, aby byla léčba účinná. Homeopatické léky mohou být znehodnoceny látkami, se kterými se potýkáme v běžném životě, proto je potřeba se jim během užívání homeopatik vyhnout. Mezi takové látky se řadí kafr, který je přidáván do mastí, mentol obsažený ve žvýkačkách, bonbónech nebo zubní pastě, eukalyptus využívaný jako esenciální olej v aromaterapii, máta, ze které můžeme pít čaj a kofein obsažený v kávě. Kromě výše zmíněných látek je potřeba se v době užití léku vyhnout i jídlu a pití. Lék se nejčastěji užívá podáním pod jazyk, kde se rozpustí. Z toho důvodu je užití léku vhodné minimálně půl hodiny před nebo po jídle, kdy jsou ústa čistá, aby se neovlivnila účinnost léků. Z hygienických důvodů není doporučováno se homeopatických léků před užitím dotýkat, vhodné je podání přímo do úst, a proto se homeopatické léky ve formě granulí vydávají ve speciálních tubách, u kterých můžeme využít víčko jako dávkovač. To umožňuje jednoduché získání požadovaného počtu homeopatických kuliček a omezení kontaktu s lékem (Pinto a Feldman, 2004, s. 30). Způsob užití se liší podle lékové formy. Homeopatické čípky se podávají

do konečnicku, masti a gely zevně na určité místo a vtírají se do pokožky. Při perorálním podání léku, ve formě kapek, tablet nebo granulí, vložíme jednu dávku léku, tzn. 1 tabletu, 3 až 5 globulí nebo 10 kapek kapalného homeopatika do úst a necháme rozpustit, ideálně pod jazykem. Je také možné nechat lék rozpustit ve vodě a popíjet (Holub, 2014, s. 38). Tento způsob se využívá především u malých dětí. Způsob užívání spočívá v rozpuštění požadovaného počtu kuliček v 1 dcl vody a podávání dítěti po lžičkách. Jedna lžička pro nás představuje jednu dávku a je potřeba roztok dělat každý den nový (Boiron, 2020).

Mezi další zásadu klasické homeopatie patří užívání pouze jednoho léku v daném čase. Je to z důvodu, že homeopaté věří, že všechny psychické i fyzické příznaky, vyvolává pouze jedna příčina. Podání jednoho správného léku nejlépe stimuluje obranný systém těla a tím zvyšuje celkovou úroveň zdraví. Navíc podání pouze jednoho léku usnadňuje posouzení, zda je lék podaný správně a předchází riziku, že by více léků na sebe vzájemně reagovalo. V dnešní době není tato zásada již natolik striktní a na různé stavy lze kombinovat více léků zároveň nebo více léčivých látek ve formě již zmíněných polykomponentních léků, které obsahují více léčivých látek (Cummings a Ullman, 2010, s. 29,37).

Další zásadou je užití minimální dávky léku, protože i pouhé malé množství léčivé látky dokáže tělo stimulovat ke změnám a začít se uzdravovat. Této zásadě přispívá potencování, díky kterému jsou léky zředěny natolik, že nevyvolávají žádné nežádoucí vedlejší účinky ani u látek, které jsou v samotné surové formě toxické. K zásadě minimální dávky patří i snižování opakovaní podání léku (Schmukler, 2018, s. 24,28).

Schmukler (2018, s. 29) a Holub (2014, s. 37) zmiňují, že dávkování se liší podle akutnosti potíží.

U akutních potíží podáváme léky v potenci 5 CH, 9 CH a 15 CH co nejdříve od prvních symptomů, nejlépe až 4× za hodinu, tedy každých 15 minut. Po úlevě 2-3× denně do úplného vyléčení. V potenci 30 CH se lék užívá 2-3× za hodinu a po úlevě lze lék podat jednou za dva dny do vyléčení. Pokud ani po 2 hodinách nepřichází úleva, je vhodné stav konzultovat s odborníkem. Při chronických potížích podáváme homeopatikum v potenci 5 CH, 9 CH a 15 CH až 4× denně každý den, po týdnu lze snížit dávky a lék podat 2× denně. Při potenci 30CH podáváme každý den homeopatikum 2-3× denně, po týdnu užívání lze snížit dávku na 1× denně do vymizení potíží. Konzultace s odborníkem se doporučuje, pokud není znatelné zlepšení po 2 týdnech užívání homeopatik. Dávkování je rozdílné podle lékové formy. Za jednu dávku lze považovat 5-10 kapek, 3 globule, 1 tableta, 1 čípek, 1 dávka spreje do nosu. To,



kolikrát homeopatický lék podáme, je důležitější, než počet podaných kapek nebo tablet. Dávkování je individuální, liší podle doporučení lékaře či homeopata (Holub, 2014, s. 37-38). Schmukler uvádí, že je vhodné zvolit jiný lék, pokud se stav nezlepší ani po třetím podání léku (Schmukler, 2018, s. 29)

Pokud zlepšení nastane, tak se dávky snižují, při výrazném zlepšení stavu se lék zcela vysazuje, protože spustil proces uzdravování a další dávky jsou zbytečné. Zlepšení přichází postupně, ze začátku se může projevit pouhým zklidněním, postupně dochází i ke zlepšení fyzických symptomů. Homeopatikum podáváme znovu, pokud se symptomy vrátí (Schmukler, 2018, s. 29; Pinto a Feldman, 2004, s. 29).

## **2.5 Skladování homeopatik**

Homeopatické léky by se neměly dlouhodobě skladovat u elektrospotřebičů jako je televize, počítač nebo mobilní telefon, protože by to mohlo vést k ovlivnění energie léku a snížení jeho účinnosti. Vhodné je místo, kde nejsou vystaveny vysoké teplotě (Formánková, Kabelková a Ludvíková, 2018, s. 22).

Tuby, ve kterých se homeopatické léky prodávají, se rozlišují barvou podle stupně ředění. V ČR se nejčastěji využívá zelená tuba, která značí ředění 5 CH, modrá tuba označuje ředění 9 CH, oranžová barva tuby značí ředění 15 CH a fialová barva patří k ředění 30 CH. Na tubě najdeme etiketu se všemi potřebnými informacemi o léku – jeho název, stupeň ředění, název léčivé látky, registrační číslo, které bylo léku přiděleno Státním ústavem pro kontrolu léčiv, šarži a expiraci. Na etiketě nenajdeme dávkování, protože se určuje individuálně podle charakteru nemoci a konkrétního stavu pacienta (Boiron, 2020).

### 3 HOMEOPATIE V TĚHOTENSTVÍ

Od začátku těhotenství probíhá v těle ženy mnoho anatomických s fyziologických změn. Tyto změny jsou ovlivněny hormony produkovanými placentou. Probíhají v těle matky z důvodu přizpůsobování se vyvíjejícímu plodu a ovlivňují téměř každý systém v těle a je velmi důležité rozeznat, zdali se jedná o fyziologickou těhotenskou změnu nebo již o patologický stav (Soma-Pillay et al., 2016, s. 89). Tyto hormonální změny v lidském organismu mohou u těhotných žen způsobit varixy na dolních končetinách, vést k zácpě, hemoroidům, k vyššímu riziku infekce močových cest, častějšímu nutkání na močení, k anémii, k namáhavějšímu dýchání, ke zvýšené citlivosti prsou nebo k retenci tekutin (Procházka a Pilka, 2018, s. 21-22).

Těhotná žena během těhotenství prochází i změnami psychickými, protože se ztotožňuje s těhotenstvím a snaží přijmout novou životní roli. Žena může pociťovat strach, úzkost a nejistotu z důvodu prožívání této zcela nové situace. Převládají obavy o svých schopnostech, o zdraví dítěte, strach z bolestí nebo z průběhu porodu. Nadměrné obavy z porodu mohou vést ke zvýšenému počtu porodů ukončených císařským řezem (Bašková, 2015, s. 9-12).

K eliminaci fyziologických potíží doprovázející těhotenství nebo při léčení se z nemoci v průběhu těhotenství je vhodné přistupovat nefarmakologickou cestou, protože látky obsažené v klasických lécích mohou být nebezpečné pro plod. Mohou mít teratogenní účinek, hromadit se v plodové vodě, snížit množství plodové vody, nebo snižovat průtok krve placentou, které by vedlo k hypoxii plodu, tedy plod by neměl dostatek kyslíku a byl ohrožen na životě (Novosadová, 2014, s. 126). Z tohoto důvodu se již po celá staletí využívají v těhotenství bylinné a homeopatické přípravky. Z podstatných randomizovaných studií vyplývá, že není žádný důvod ke kontraindikaci homeopatických léků (Boltman-Binkowski, 2016, s. 1-8). V době těhotenství by žena neměla volit samoléčbu. Je vhodné, aby se poradila s lékařem nebo homeopatem, i při užívání pouze přírodních látek, který bude ženu informovat o potřebných informacích, např. o dávkování léku, které určí až na podkladě všech získaných informací (Novosadová, 2014, s. 127).

Homeopatické léky využívají především ženy, chtějí mít plnou kontrolu nad svým zdravotním stavem a nad vnímáním svého těla, proto se chtějí vyvarovat tomu, aby nad jejich stavem získaly moc klasické léky. Na rozdíl od těch dokáží homeopatické léky umožnit ženám více vnímat své emoce a intuitivní pocity (McClean a Mitchell, 2018, s. 5-10). Kromě toho, dokáží homeopatické léky zvednout ženám sebevědomí, zvýšit důvěru v sebe sama a tím dopomocť ženám k přirozenému porodu (Bowman et al., 2018, s. 81).

Užívání přírodních léčiv se liší v závislosti na regionu, kulturních tradicích, věku, vzdělání, etnicitě, kulturních tradicích a společenském postavení. Některé ženy využívají přírodní léky ke zmírnění problémů doprovázející těhotenství, mezi nejčastější patří zvracení a nevolnost, infekce močových cest, příprava k porodu, urychlení a usnadnění porodu, nachlazení, chřipka, gastrointestinální problémy, bolesti, prevence potratů, úzkost, obavy a edémy. Některé ženy je využívají pro urychlení a usnadnění porodu nebo pro lepší celkový stav dítěte po porodu (Illamola et al., 2020, s. 1-4). Dvojitě zaslepená randomizovaná kontrolovaná studie, která se konala v Brazílii prokázala, že lepší vitalitu a poporodní adaptaci prokazují v 5. minutě po porodu novorozenci matek, které během těhotenství užívaly homeopatické léky, např. Pulsatillu, Lycopodium Clavatum, Sulfur, Nux vomicu nebo Calcarea carbonicu (de Vilhena a de Castilho, 2016, s. 19-20).

Vzhledem k rostoucímu zájmu o alternativní medicínu včetně homeopatie během těhotenství, je nutné, aby byly nadále prováděny a podporovány výzkumy, které by potvrdily účinnost a bezpečnost přírodních léků a také, aby byli zdravotníci více informováni o homeopatických lécích a tím mohli poskytnout potřebné informace osobám, které budou mít o tento způsob léčby zájem (Steel et al., 2015, s. 318; Boltman-Binkowski, 2016, s. 1).

### **3.1 Nauzea a zvracení**

Nevolnost a zvracení je velmi častým a nežádoucím problémem během těhotenství, postihující téměř 80 % těhotných žen. Ženy si uvědomují, že užívání klasických léků během těhotenství může mít negativní vliv na plod, proto sami upřednostňují jiné způsoby, jak zvládnout tento problém (Marzieh et al., 2019, s. 682). Vyskytuje se převážně během prvního měsíce těhotenství a přetrvává nejčastěji do 4. měsíce těhotenství, některé ženy mohou pociťovat nevolnost i po celou dobu těhotenství. U některých žen se nevolnost vyskytuje pouze ráno, u jiných žen může trvat celý den. Na příčině vzniku tohoto problému se podílí změny hladin placentárních hormonů, především lidského choriového gonadotropinu (HCG) a snížení hladiny množství cukru v krvi na začátku těhotenství. Pravděpodobnost výskytu nevolností je vyšší u vícečetných těhotenství, u žen s premenstruačními symptomy, žen s nadváhou a také u žen, které trpěly nevolnostmi již při předešlém těhotenství. Léčba by měla být vedena nejlépe nefarmakologickou cestou, která bude bezpečná jak pro matku, tak i pro plod (Herrell, 2014, s. 965-966; Chortatos et al., 2018, s. 1-2).

### ***Sepia officinalis – Sépie obecná***

Velmi využívaný lék v těhotenství, který dokáže pomoci nejen při nevolnosti ale i při mnoho dalších obtížích, např. při častém močení, při křečových žilách, nebo při nízkém krevním tlaku. Pomáhá ženám, které se jsou negativní a velmi se obávají budoucnosti. Dále tento lék zpevňuje pánevní dno, z tohoto důvodu je velmi vhodný také pro vícerodičky (Formánková, Kabelková a Ludvíková, 2018, s. 100).

Mezi symptomy, které indikují užívání tohoto homeopatického léku, patří nevolnost při pomýšlení na jídlo, žena špatně snáší pachy jídla. Nevolnost přetrvává téměř po celý den, před jídlem i po jídle. Téměř každé jídlo žena hodnotí jako slané a má chuť převážně na kyselá jídla. Žena, pro kterou je vhodný tento lék, má obavy ze samoty, ale vůči svým blízkým se chová podrážděně a odmítavě. Mezi modalities, které tento stav zlepšují, patří spánek, teplo a také tělesná aktivita (Schmukler, 2018, s. 271).

### ***Ipecacuanha – hlavěnka dávivá***

Další lék na nevolnost, u kterého žena jídlo neodmítá (Formánková, Kabelková a Ludvíková, 2018, s. 100). Žena, pro kterou je vhodná Ipeca, pociťuje neustálou nevolnost doprovázenou zvracením, které nevede ke zlepšení stavu. Velmi časté je nadměrné slinění, při němž jazyk zůstává růžový bez povlaku. Mezi modalities zlepšující stav patří pobyt na čerstvém vzduchu, zhoršení stavu způsobuje teplo, vlhko a tělesná aktivita (Schmukler, 2018, s. 272)

### ***Nux vomica – semena stromu Kulčiba dávivá***

Je lék především na ranní nevolnost, kterou doprovází křeče v břiše společně se zácpou a zvracením po jídle. Celkový stav ženy je zhoršený, nemůže spát, je vyčerpaná a odráží se to také na chování k jejímu okolí, žena může být nervózní a podrážděná. Tyto ženy by se měly vyvarovat kořeněným jídlům a kávě. Zhoršení nastává také při chladu (Schmukler, 2018, s. 272)

### ***Tabacum – Tabák viržinský***

Lék indikovaný ženám, na kterých lze okamžitě poznat nevolnost. Jsou bledé, opocené a pociťují intenzivní bušení srdce, až pocity na omdlení (Formánková, Kabelková a Ludvíková, 2018, s. 87). Nevolnost nemusí doprovázet zvracení ale pouze slinění. Zhoršení stavu nastává při jakýmkoliv pohybu, např. také při jízdě autem a pocítění horka. Zlepšení nastává na čerstvém vzduchu (Schmukler, 2018, s. 272).

### ***Cocculus indicus – Anamirta cocculus***

Pokud je pro ženu vhodný tento lék, pociťuje žena nevolnost s pocity na omdlení. Žena eliminuje fyzickou aktivitu, protože ji jakýkoliv pohyb způsobuje zhoršení stavu. Pociťuje neustálou zimu a žízeň. Zlepšení nastává naopak při pocítění tepla a při fyzickém klidu (Formánková, Kabelková a Ludvíková, 2018, s. 87; Schmukler, 2018, s. 272).

### ***Arsenicum album – Oxid arzenitý***

Vhodný pro ženy, které jsou velmi bledé a neudrží potravu v žaludku, nemají chuť na jídlo a pouhý pachy jídla způsobují nevolnost, často dochází k úbytku hmotnosti. Nevolnost často doprovází bolestivé průjmy, proto zde hrozí riziko dehydratace. Ženy jsou vyčerpané, slabé, zimomřivé, úzkostné a neklidné. Modalitou, zlepšující stav, je teplo. Lze využívat současně s klasickými léky, pro rychlejší zlepšení stavu (Schmukler, 2018, s. 255; Formánková, Kabelková a Ludvíková, 2018, s. 79-81)

## **3.2 Anémie**

Anémie, tedy chudokrevnost, se vyskytuje v téměř každém těhotenství z důvodu nerovnováhy mezi železem a červenými krvinkami, které jsou v těhotenství zředěné zvýšeným objemem plazmy. Objem plazmy klesá až koncem těhotenství. Anémie v těhotenství usnadňuje průtok krve placentou a tím zajišťuje snadnější přísun kyslíku a živit k plodu. Za anémii se považuje stav, kdy koncentrace hemoglobinu v červených krvinkách klesne v prvním trimestru pod 11 g/dl, nebo ve druhém a třetím trimestru klesne jeho koncentrace pod 10 g/dl. Pokud hemoglobin klesne pod zmíněné hodnoty, mělo by být vždy vyšetřeno, jedná-li se o fyziologickou anémii nebo anémii z jiné příčiny (Means, 2020, s. 1-2). Mezi projevy chudokrevnosti patří vyčerpanost, snížení fyzické aktivity, bledost kůže, zhoršení stavu nehtů a vlasů, zrychlený puls, také obtížné dýchání a vaginální mykózy (Vráblíková a Koucký, 2015, s. 231).

### ***Ferrum phosphoricum – Fosforečnan železnatý***

Lék využívaný při těhotenské anémii, který lze kombinovat i s jinými léky doplňující železo (Ludvíková a Formanková, 2018, s. 6). Žena pociťuje symptomy typické pro chudokrevnost, cítí se oslabená, její celkový stav je zhoršený a necítí se zcela zdravá. I drobné poranění způsobuje silnější krvácení. Lépe se žena cítí večer, hůře naopak v noci nebo brzo ráno (Schmukler, 2018, s. 260).

### **3.3 Pálení žáhy**

Pálení žáhy v těhotenství způsobuje především hormon progesteron, který způsobuje oslabení jícnového svěrače a tím dochází k návratu kyselých žaludečních šťáv do jícnu, kde způsobují nepříjemné pálivé dráždění sliznice. Tento stav nazýváme pyróza, neboli pálení žáhy. Pokud se žaludeční šťávy dostanou až do dutiny ústní, mohou způsobit poškození skloviny. Mezi další příčiny, způsobující návrat žaludečních šťáv do jícnu, patří zvětšování dělohy vlivem růstu plodu, která způsobuje tlak na žaludek a tím navracení žaludečních šťáv. Mezi prevenci pyrózy patří eliminace stresu, vyhýbat se velkým porcím jídla, tučným a smaženým jídlům a kofeinu (Kohutová, 2018, s. 36).

#### ***Iris versicolor – Kosatec různobarevný***

Tento lék je indikovaný při pocitu pálení v celé trávicí trubici, při pálení žáhy a také při pocitu pálení při stolici (Formánková, Kabelková a Ludvíková, 2018, s. 77).

#### ***Lycopodium clavatum – Plavuň vidlačka***

Podává se ve stejném ředění, při pálení žáhy doprovázející nadýmání, nevolnost a zvracení. Žena se cítí rychle nasycena a brzo po jídle se dostaví pocit nafouknutí břicha (Formánková, Kabelková a Ludvíková, 2018, s. 83).

#### ***Nux vomica – semena stromu Kulčiba dávivá***

Lék využívaný při nevolnosti, zvracení a také při pálení žáhy, kdy žena pociťuje nepříjemnou chuť v ústech. Její stav se zlepšuje ve večerních hodinách a zhoršuje po jídle. Nux Vomica lze podávat po užití klasického léku, který může také zapříčinit pálení žáhy (Formánková, Kabelková a Ludvíková, 2018, s. 74,76).

#### ***Phosporhorus – Bílý fosfor***

Žena, pro kterou je vhodný tento lék, udává pálení žáhy, odmítá teplé nápoje a jídlo vyžaduje především kořeněná a slaná. Zlepšení stavu nastává po studeném pití, v přítomnosti lidí, kteří ji poskytnou útěchu, zlepšení nastává také ve vzpřímené poloze a zhoršení naopak v leže (Schmukler, 2018, s. 265).

### **3.4 Zácpa a hemoroidy**

I na tomto častém problému v těhotenství se podílí hormony, především progesteron, který způsobuje relaxaci svalstva trávicího ústrojí. V takovém případě dojde ke zpomalení vyprazdňování a k obstipaci, tedy zácpě. Kromě progesteronu se na vzniku zácpy podílí snížená fyzická aktivita, přísun železa nebo nedostatečný pitný režim. Při tomto problému je zcela nevhodné využívat projímavé látky způsobující závislost. Při dlouhodobé obstipaci může dojít k rozšíření žil v okolí konečníku. Ke vzniku hemoroidů může přispět také tlak plodu na pánevní dno (Kohutová, 2018, s. 38-39).

#### ***Nux vomica – semena stromu Kulčiba dávivá***

Podává se, pokud žena dochází na stolici jednou za tři a více dnů. Je výrazný problém při vyprazdňování, ženě se nedaří vyprázdnit úplně. Žena pociťuje neustálý chlad, má výrazně zhoršenou náladu a narušený spánek. Dává přednost kořeněným jídlům, zhoršení nastává v chladném prostředí a také tlakem oděvu (Schmukler, 2018, s. 228,264).

#### ***Bryonia alba – Posed bílý***

Žena nepociťuje nutkání na stolici. Při vyprázdnění je stolice tvrdá, objemná a suchá. Problémy s vyprazdňováním doprovází nevolnost při každém pohybu a bolest hlavy. Žena mívá kromě zácpy další příznaky dehydratace, např. suchost sliznic, sucho v ústech. Žena pociťuje nadměrnou žízeň (Schmukler, 2018, s. 228).

#### ***Opium – Mák setý***

Opium se podává, pokud není žádné nutkání na stolici, pokud již žena na stolici jde tak je vyloučení stolice neúspěšné. Většinou tento stav nastává po dlouhodobém užívání klasických léků nebo po náhlém úleku či traumatu, kdy je žena zmatená a událost stále nepřekonala. Lék je většinou potřeba užívat delší dobu v rozmezí několika týdnů (Schmukler, 2018, s. 229; Cummings a Ullman, 2010, s. 310)

#### ***Aesculus hippocastanum – Jírovec mad'al***

Lék indikovaný k léčbě hemoroidů, které moc nekrvácející ale projevující se dlouhodobou bodavou bolestí jak v konečníku, tak také bolestí v dolní části páteře (Cummings a Ullman, 2010, s. 173). Přidruženým problémem mohou být křečové žíly nebo patologie jater (Formánková, Kabelková a Ludvíková, 2018, s. 86).

### ***Pulsatilla – Koniklec luční***

Další lék využívaný k léčbě hemoroidů u žen, kterým od bolesti pomáhají obklady a mívají každou stolicí odlišnou. Ženy, pro které je Pulsatilla vhodná, nemají potřebu pít, jsou citlivé, plačtivé, poddajné povahy a vyžadují pozornost a útěchu ostatních. Projevy se zhoršují teplem, při nedostatku čerstvého vzduchu a ve večerních hodinách. Zlepšení nastává při mírném a pomalém pohybu (Cummings a Ullman, 2010, s. 174,339-340)

### ***Arnica montana – Prha chlumní***

Je využívána k léčbě hemoroidů, které více krvácí, jsou bolestivé a žena v těchto místech nesnese cítit jakýkoliv tlak (Formánková, Kabelková a Ludvíková, 2018, s. 85).

### ***Hamamelis virginiana – Vilín virginský***

Využívá se u hemoroidů, které silně krvácejí, typická je tmavší a hustější krev. Žena pociťuje pulzující bolest v konečníku, často trpí také křečovými žilami (Formánková, Kabelková a Ludvíková, 2018, s. 86)

## **3.5 Bolesti**

### **Bolesti pánve a zad**

Během těhotenství postihne až 20 % žen bolest pánevního pletence, zejména v oblasti symfýzy, která se rozvolňuje. Tento proces nastává působením hormonů jako příprava k porodu. Bolesti symfýzy postihují ženy nejčastěji na začátku těhotenství, přibližně od 6. týdne gravidity a nejvíce se projeví mezi 24. – 36. týdnem gravidity. Vyšší riziko výskytu bolesti je u žen, které během gravidity kouří, trpí nadváhou, otěhotněly v nízkém věku nebo u nich menstruace začala v nízkém věku. Podle norské kohortové studie existuje určité riziko výskytu poporodní bolesti pánevního pletence v závislosti na nevolnosti v těhotenství (Chortatos et al., 2018, s. 1-2).

Dále se až 50 % procent žen se během těhotenství také potýká s bolestmi zad, zejména v bederní oblasti. Tyto bolesti mohou být opakované nebo stálé, obtíže se vyskytují zejména ve třetím trimestru a značně komplikují běžnou aktivitu ženy během dne. Na vzniku bolestí zad se podílí fyzický i hormonální změny. I tyto bolesti, přestože jsou během těhotenství velice časté, by neměly být zanedbávány pro možné riziko osteoporózy, která by mohla vést ke komplikacím, např. ke zlomeninám, v důsledku úbytku kostní hmoty (Grana et al., 2016, s. 1382-1383).



### ***Hypericum perforatum – Třezalka tečkovaná***

Lék využívaný při bolestech směřujících po dráze nervu. Bolest je charakteristická vystřelováním do okolních částí těla, nejčastěji do dolní končetiny (Formánková, Kabelková a Ludvíková, 2018, s. 37).

### ***Rhus toxicodendron – Škumpa jedovatá***

Pomáhá při bolesti kloubů, svalů i při ztuhlosti spodní části zad. Bolest se zmírňuje při rozpořhybování, pomalým protažením, naopak při absenci fyzické aktivity se projevy zhoršují (Formánková, Kabelková a Ludvíková, 2018, s. 34-37).

### ***Bryonia alba – Posed bílý***

Podává se při pichlavé bolesti v dolní části zad, kterou doprovází ztuhlost v oblasti beder, šíje a kloubů (Formánková, Kabelková a Ludvíková, 2018, s. 37). Ženy, kterým je indikovaná Bryonia, preferují samotu a chtějí ležet v naprostém klidu, protože jakýkoliv pohyb způsobuje bolest. Zlepšení stavu nastává, když si lehnou tak, aby byl největší tlak vyvíjen na místo bolesti, při pobytu na čerstvém vzduchu v chládku a při chlazení studenými obklady nebo nápoji (Cummings a Ullman, 2010, s. 325-326).

### ***Colocynthis – Hořká okurka***

Při křečovitých bolestech zad, které často nastávají při postižení sedacího nervu. Zlepšení nastává, když se žena předkloní nebo leží v klubíčku a je vyvíjen tlak na bolestivé místo (Formánková, Kabelková a Ludvíková, 2018, s. 37). Žena je podrážděná, nerudná a při rozčilení se její bolesti zhoršují. Často zmiňují změnu chuti v ústech (Schmukler, 2018, s. 46).

### ***Kalium carbonicum – Uhličitan draselný***

Typická ztuhlost v dolní části zad doprovázena bodavou a pálivou bolestí vystřelující do okolních částí těla. Nejčastěji udávají šíření bolesti do dolních končetin. Tito lidé preferují teplo, chlad jim způsobuje zhoršení stavu. V noci se probouzí bolestí a jídlo vyhledávají především kyselé (Schmukler, 2018, s. 48; Formánková, Kabelková a Ludvíková, 2018, s. 37).

### **Bolesti hlavy**

Další komplikací v běžném životě těhotné ženy může být bolest hlavy, která je zapříčiněna hormonálními změnami. Na výskytu tohoto problému se podílí především hormony estrogen a progesteron. Žena může být precitlivělá na hluk i světlo, někdy může bolest

hlavy zapříčinit i zvracení (Pritchard, 2016, s. 1). Při přetrvávajících potížích, ztuhnutí krku nebo vyskytnutí se bolesti hlavy po úraze je nutné, aby žena nespolehala na samoléčbu a neprodleně vyhledala odbornou pomoc (Cummings a Ullman, 2010, s. 229).

### ***Belladonna – Rulík zlomocný***

Lék užívaný při silné pulsující bolesti hlavy, projevující se také zarudnutím v obličeji. Bolest je intenzivní především v čele, zlepšení nastává v sedu, zhoršení při vystavení hluku nebo světlu a při pohybu. Znatelné zhoršení bolesti udává žena v odpoledních hodinách (Cummings a Ullman, 2010, s. 226).

### ***Bryonia alba – Posed bílý***

Bolest začíná v šíji a zhoršuje se každým pohybem hlavy, i slabým dotekem nebo pohybem očí. Často je bolest hlavy doprovázena zvracením a zácpou. Žena pociťuje velkou žízeň, preferuje chlazené nápoje. Její stav se zlepšuje při eliminaci světla, při omezení veškerého pohybu a na čerstvém vzduchu v chládku. Zhoršení se objevuje především ráno poté, co vstane z postele. Častá je podrážděnost, žena chce být sama a nechce se bavit s okolím (Cummings a Ullman, 2010, s. 226,325-326).

### ***Gelsemium sempervirens – Jasmín virginský***

U tohoto léku je bolest hlavy především v zadní části na pravé straně. Bolest hlavy může ovlivnit zrak a způsobit dvojité nebo rozmazané vidění, způsobí celkovou slabost ženy. Často je přítomné chvění z důvodu zimnice a minimální potřeba pít. Pohyby, hluk i světlo bolest ještě více zhoršují. Zlepšení žena pociťuje při odpočinku a po vyprázdnění močového měchýře (Cummings a Ullman, 2010, s. 227; Schmukler, 2018, s. 260).

### **Bolesti prsou**

V průběhu těhotenství dochází k fyziologickým změnám také v prsou, které mohou způsobit, že žena cítí nepříjemné pnutí až bolestivost. Příčinou jsou opět hormony, které způsobují nárůst prsních žláz, ke kterému dochází, aby byl prs připraven na kojení po porodu (Procházka a Pilka, 2018, s. 22). Autorky knihy *Poznáváme homeopatii* doporučují při tomto problému využívat léky *Phytolacca decendra*, *Apis mellifica* nebo *Lac canium* (Formánková, Kabelková a Ludvíková, 2018, s. 93).

### ***Phytolacca decandra – Ličidlo***

Při velké citlivosti prsou, které jsou oteklé a při pohmatu můžeme nahmatat i zatvrdliny. Zhoršení bolesti nastává při zimě, při pití horkých nápojů nebo PŘI fyzické zátěži (Schmukler, 2018, s. 265)

### ***Apis mellifica – Včela medonosná***

Tento lék je určený ženám s bolestivým otokem prsou, kterým od bolesti ulevují studené obklady a bolest zhoršuje naopak teplo, dotek nebo tlak, proto mívají tyto ženy velmi často narušený spánek (Schmukler, 2018, s. 254)

### ***Lac caninum – Mléko psa domácího***

Lék využívaný při otoku a citlivosti prsou. Bolest je výrazná při pohybu. Lze také využít po porodu k podpoře kojení nebo naopak k utlumení tvorby mléka, když je potřeba laktaci zastavit (Formánková, Kabelková a Ludvíková, 2018, s. 93,103-104)

## **3.6 Otočení plodu v děloze**

Plod v děloze zaujímá definitivní polohu nejčastěji mezi 32. – 34. týdnem těhotenství, poté je pravděpodobnost změny polohy velmi malá. Optimální polohou plodu v děloze je poloha podélná hlavičkou. K otočení plodu do této polohy však nemusí dojít z mnoha příčin jak ze strany matky, tak ze strany plodu. Pokud nejsou žádné kontraindikace, jako např. vrozené vývojové vady dělohy ženy, je možné polohu plodu v děloze upravit. I díky této možnosti se vyskytuje konec pánevní v době termínu pouze u 4 % plodů (Procházka a Pilka, 2018, s. 158).

### ***Pulsatilla – Koniklec***

Pulsatilla způsobuje relaxaci a uvolnění dělohy a tím umožní změnit polohu plodu, který se nachází v poloze podélné konce pánevním z důvodu omezené prostornosti dutiny děložní (Schmukler, 2018, s. 275).

Těhotná žena je přecitlivělá, snadno se dojme a rozpláče, potřebuje slyšet slova podpory a pochopení, její nálada je velice proměnlivá. špatně snáší samotu, tmu a uzavřené prostory s vydýchaným vzduchem, naopak ji velice pomáhá pobyt na chladnějším čerstvém vzduchu (Schmukler, 2018, s. 275; Cummings a Ullman, 2010, s. 339-340).

### *Natrum muriaticum*

Použije se při opačných projevech ženy, než jaké jsou u ženy, které je indikována Pulsatilla. Tyto ženy naopak odmítají společnost, jsou uzavřené a své emoce nedávají najevo. Nemá ráda, když ji někdo lituje nebo utěšuje (Schmukler, 2018, s. 275). Modalita symptomů jsou však stejné, jako u Pulsatilly. Zlepšení nastává na čerstvém vzduchu, po ochlazení obklady či studenější koupeli a působením tepla se symptomy zhoršují (Cummings a Ullman, 2010, s. 336)

### **3.7 Hypertenze v těhotenství**

Je velmi častým problémem komplikující těhotenství, postihující až 10 % těhotných žen. Hypertenze je považována od hodnot 140/90 mmHg. Je nutné průběžně krevní tlak kontrolovat a tím zavčas zachytit případnou těhotenskou gestózu, např. preeklampsie, kterou kromě hypertenze definují edémy a proteinurie. Hypertenzi lze rozdělit na preexistující hypertenzi, která je u ženy přítomna již před otěhotněním, gestační hypertenzi, která vzniká až v průběhu těhotenství a za několik týdnů po porodu sama odezní a antenatálně neklasifikovatelnou hypertenzi, kterou můžeme označit jako preexistující nebo gestační až po zkontrolování krevního tlaku po 42. dnu po porodu. Hodnoty krevního tlaku 140/90 mmHg lze léčit medikamentózně, kdy se opět setkáváme s určitým rizikem klasických léků pro vyvíjející se plod, proto lze zvolit i nefarmakologickou možnost léčby. Při těžké hypertenzi, kterou se rozumí hodnoty krevního tlaku nad 160/110 mmHg, je již nutná hospitalizace, protože se jedná o život ohrožující stav (Král, 2019, s. 12-16).

### *Lachesis mutus – Krovínář němý*

Lék využívaný ke snížení krevního tlaku u žen, které jsou extrovertní, mají potřebu se projevovat, jsou velmi energické, vyznačují se také žárlivostí a podezíráním. Ke zhoršení stavu dochází zejména po probuzení, tyto ženy nesnesou upnuté oblečení, zejména v oblasti krku a pasu. Zlepšení nastává při dostatku čerstvého vzduchu a při dostatku tekutin (Cummings a Ullman, 2010, s. 332-333).

### *Nux vomica – semena stromu Kulčiba dávivá*

Je určena pro ženy s vysokým tlakem, která nesnese žádný hluk, pachy, světlo ani dotek. Preferuje samotu, při rušení od okolí bývá podrážděná a nervózní. Tyto ženy si zakládají na maličkostech, potřebují mít vše do detailu perfektní a často to u nich vyvolává starosti a přehnaný stres, který způsobuje kromě nepříjemného chování k okolí také zhoršené usínání

a celkový spánek bývá narušený probouzením se. Tyto ženy vyhledávají teplo a mají velkou žízeň, z jídel preferují masné a kořeněné (Cummings a Ullman, 2010, s. 337; Schmukler, 2018, s. 264).

### ***Sulphur – Síra***

Tento lék pomáhá při vysokém krevním tlaku doprovázeným kloubními bolestmi, kožními projevy nebo náhlými návaly horka. Podává se 10 granulí každý den (Formánková, Kabelková a Ludvíková, 2018, s. 98). Ženy vyhledávají chladnější místa, návaly horka mohou způsobit narušení spánku. Jídlo preferují spíše kořeněné, masné, tučné, které jim však způsobuje zažívací potíže. Udává zvýšenou žízeň, uleví se jim na čerstvém vzduchu, v chladnějších podmínkách (Cummings a Ullman, 2010, s. 344-345)

### **3.8 Varixy a otoky**

Varixy, tedy křečové žíly vznikají v těhotenství z důvodu působení progesteronu, který způsobuje sníženého napětí cév, jejich rozšíření a tím zvýšenou stagnaci krve v žilách. Dalším důvodem vzniku je zvýšený tlak na žilní pleteně rostoucí dělohou. Žena může pociťovat tíhu, tlak až bolest v končetinách. Mezi faktory zvyšující riziko výskytu patří zvýšené BMI, nedostatek fyzické aktivity, kouření, těhotenství ve vyšším věku a také, je-li žena těhotná už po několikáté. V takovém případě postihují varixy až 63 % těhotných. Společně s varixy na dolních končetinách může až 80 % žen v době těhotenství postihnout také otoky, lokalizované především v oblasti kotníků, které jsou výrazné především po celém dni na nohou. Otoky je nutné sledovat a vyšetřit bílkoviny v moči společně s krevním tlakem, aby se, popřípadě zachytila již výše zmiňovaná preeklampsie, která by mohla plod i ženu ohrozit na životě (Peschout, 2019, s. 68-72).

### ***Calcarea fluorica – Fluorid vápenatý***

Při křečových žilách, které jsou již od pohledu patrné. Žena pociťuje tlak i tíhu v nohou, jejich vyvýšení po ulehnutí přináší úlevu stejně tak, jako chlazení nohou. Lék je potřeba užívat několik týdnů, aby došlo ke zlepšení (Holub, 2014, s. 77)

### ***Aesculus hippocastanum – Jírovec maďal***

Lék při léčbě křečových žil, zmíněný již při léčbě hemoroidů. Žena udává pocit horka a tlaku v nohou, zvláště po dlouhém stání či sezení (Holub, 2014, s. 77)

### ***Lachesis mutus – Krovinář němý***

Silná bolestivost dolních končetin z důvodu modrofialových křečových žil, tyto ženy nesnesou kvůli bolesti žádný dotek v postižené oblasti, ochlazování jim od potíží ulevuje (Holub, 2014, s. 77). Typický je výskyt bolesti na levé polovině těla, poté se přesouvají i na pravou polovinu. Často bývá kvůli bolestem narušený spánek a již po probuzení je u nich zhoršená nálada. Mezi základní povahové rysy, jak již bylo výše zmíněno u tohoto léku, patří podezíravost, žárlivost, žena má potřebu se neustále vyjadřovat a odmítá veškeré rady od ostatních (Cummings a Ullman, 2010, s. 332).

### ***Apis mellifica – Včela medonosná***

Tento lék pomáhá nejen při otoků prsou ale také dolních končetin. Otok může doprovázet také štípání nebo zvýšená teplota postižené oblasti. Na rozdíl od Lachesis, je pro tento lék typické, že se potíže přesouvají z pravé strany na levou. U ženy se musí hlídat, aby nedošlo k dehydrataci, protože nepocituje žádnou potřebu pít. Zlepšení stavu nastává při chlazení obklady, zhoršení naopak při doteku a teplem (Schmukler, 2018, s. 254)

### ***Arnica montana – Prha chlumní***

Pomáhá zlepšit odolnost cévní stěny, ulevuje od pocitů tíhy nohou a bolesti. Tento lék je první volbou při zranění k eliminaci krvácení a modřin (Formánková, Kabelková a Ludvíková, 2018, s. 152)

## **3.9 Psychické potíže**

Jak již bylo zmíněno, žena během těhotenství prochází psychickými změnami, mohou ji postihnout pocity úzkosti, nejistoty a obav jak z nové role matky, ze zodpovědnosti, z nových povinností, které ženu čekají, ale také strach z bolestí během porodu. Výskyt těchto pocitů je běžný, zcela normální a nenaznačuje, jaká bude žena matkou. Strach mohou pocítit i ženy, které si otěhotnět přály a na dítě se moc těší (Bašková, 2015, s. 9-11). Psychické potíže mohou zapříčinit také narušení spánku, které vede k větší únavě a přispívá k většímu stresu. Při akutním emočním zhoršení je vhodné podávat homeopatický lék v potenci 30 každé dvě hodiny až čtyři hodiny (Cummings a Ullman, 2010, s. 309-311).

### ***Ignatia amara – Kulčiba hořká***

Je lékem pro ženy, které jsou ustarané, unavené, nemohou spát a mají sklony k hysterickému pláči. Ke zhoršení stavu dochází, když ji okolí začne utěšovat a nesnese pach tabákového kouře (Schmukler, 2018, s. 262).

### ***Nux Vomica – semena stromu Kulčiba dávivá***

Je pro ženy, které i v těhotenství chtějí stíhat pracovní povinnosti, jsou proto často unavené, přepracované a neklidné. Mívají narušený spánek a trávicí potíže. Je velmi podrážděná, když někdo nesouhlasí s jejími názory a nedělá věci tak, jak si přeje (Cummings a Ullman, 2010, s. 136). Na zhoršení stavu přispívá hluk, světlo, pachy i chlad (Schmukler, 2018, s. 264).

### ***Arsenicum album – Oxid arzenitý***

Tato žena pocítuje vyčerpanost, unavenost, neklid, úzkost a strach. Velmi se obává o své zdraví a o svůj život. Tyto ženy jsou velmi pečlivé potřebují mít vše pod kontrolou, jinak se zvyšují pocity úzkosti. Zhoršení nastává, ve nočních hodinách, když je ženě zima a nemá kolem sebe společnost, která ji dokáže uklidnit a vyjádřit podporu. Teplo v místnosti a teplá strava ženě výrazně prospívá (Cummings a Ullman, 2010, s. 322).

### ***Aconitum napellus – Oměj šalamounek***

Aconitum je hlavním lékem při akutním, velmi silném, až panickém strachu. Žena se obává nejhorsích událostí, jako je smrt. Pocítuje silné bušení srdce, je rozrušená a neklidná. Zhoršení nastává v noci, proto žena trpí nespavostí. Zlepšení nastává při dostatku čerstvého vzduchu a tekutin (Schmukler, 2018, s. 204).

### ***Coffea cruda – Kávovník arabský***

Často využívaný lék na nespavost, kterou způsobuje neklidná mysl, např. při sdělení nových informací, nad kterými člověk přemýšlí nebo výrazné emoční podněty před spaním. Lék se podává po půl hodinách, pokud se nepodaří usnout ani po třetí dávce, je vhodné využít jiný lék (Cummings a Ullman, 2010, s. 314-315). Žena, pro kterou je vhodný právě tento lék je citlivá na hluky, pachy i dotek (Schmukler, 2018, s. 259).

### ***Gelsemium sempervirens – Jasmín virginský***

Lék využívaný při strachu těhotné, projevující se nemožností pohybu, strach ji doslova paralyzuje. Žena je zpomalená, malátná, bez žízně. Často se projeví zimnice, průjem a sklony k omdlívání (Schmukler, 2018, s. 260; Formánková, Kabelková a Ludvíková, 2018, s. 122).

### **3.10 Infekce močových cest**

Infekce močových cest je velmi častým problémem v těhotenství způsobený zpomalením proudění moči z ledvin do močového měchýře, především kvůli hormonu progesteronu. Svým relaxačním účinkem snižuje svalové napětí močového měchýře a tím dochází k neúplnému vyprázdnění při vykonávání potřeby. Svůj podíl na zpomalení transportu moči do močového měchýře má i zvětšující se děloha působící právě na močový měchýř a močovody. Infekce ohrožuje nejen těhotnou ženu, ale také plod. Z tohoto důvodu se do 16. týdne gravidity provádí vyšetření močového sedimentu a dále se provádí chemické vyšetření moči při každé návštěvě těhotenské poradny. Pokud dojde k nálezům zvýšených hodnot, které by predikovaly infekci močových cest, provede se kulturační vyšetření středního proudu moče. Pokud je infekce bezpříznaková, nazývá se asymptomatická bakteriurie, kterou nejčastěji způsobuje *Escherichia Coli* a až u 40 % žen dojde k vzestupu infekce k ledvinám, tedy k pyelonefritidě, která může vést k předčasnému porodu. Pokud je močová infekce ženy způsobená bakterií *Streptococcus agalactiae*, je dítě při porodu vystaveno riziku přenosu bakterie, která může způsobit závažné zdravotní komplikace, např. sepsi, zápal plic, meningitidu nebo osteomyelitidu (Nováčková, 2016, s. 121-123).

### ***Staphysagria 15 C – Stračka***

Lék při zánětu močových cest, kdy žena pociťuje nepříjemné pálení především po vymočení. Potíže mohou nastat při psychických problémech, emočním vypětí nebo také po cévkování (Formánková, Kabelková a Ludvíková, 2018, s. 59). Autoři Cummings a Ullman (2010, s. 203) uvádí, že vznik infekce může způsobit také pohlavní styk.



### ***Cantharis – Puchyřník lékařský***

Žena pociťuje velmi silné pálení a řezání při močení, po kterém nepřichází úleva. Nutkání je časté a urgentní natolik, že dochází až samovolnému úniku moči. I přes urgentní potřebu je odchod moči minimální. V moči mohou být přítomné stopy krve a celkový stav ženy může být zhoršen (Formánková, Kabelková a Ludvíková, 2018, s. 58; Cummings a Ullman, 2010, s. 200-202).

### ***Equisetum hyemale – Přeslička zimní***

Žena během močení pociťuje pálení a bodavou bolest v močové trubici, která nemizí ani po vymočení. Udává také pocity plnosti a bolest zasahuje až do bederní oblasti (Formánková, Kabelková a Ludvíková, 2018, s. 59). Žena může trpět velmi akutním nucením na močení, které může vést k nedobrovolnému úniku moči (Cummings a Ullman, 2010, s. 204).

### ***Nux vomica – semena stromu Kulčiba dávivá***

Lék lze využít, pokud žena pociťuje pichlavou bolest při nutkání na močení, bolest v močovém měchýři i v močové trubici během močení, často doprovázenou špatným trávením a zácpou. Ženě je stále zima a je přecitlivěla na všechny smyslové vjemy (Schmukler, 2018, s. 264; Cummings a Ullman, 2010, s. 202).

### ***Sarsaparilla – Přestup révový***

K bolesti dochází ke konci močení. Močení není silné, naopak žena močí pouze po kapkách, hlavně při močení v sedě, to ženy mnohdy nutí se při močení postavit (Cummings a Ullman, 2010, s. 200).

## 3 HOMEOPATIE VE SVĚTĚ

### 3.1 Homeopatie v ČR

V České republice byla homeopatie známá již v roce 1950, její největší rozkvět však nastal až v roce 1989 a o čtyři roky později, v roce 1993, ji dokonce Vědecká rada České lékařské komory označila za léčebnou metodu (Pražský, 2014). Homeopatické přípravky spadají pod zákon č. 378/2007 Sb. o léčivech a jsou tedy zaregistrovány ve Státním ústavu pro kontrolu léčiv. To znamená, že by homeopatický lék měl být předepisován lékařem. Existují ale také homeopatika určená pro samoléčbu, které jsou volně prodejné. Homeopatickou léčbu doposud české pojišťovny nehradí. V České republice také chybí konkrétní legislativa pro poskytování služeb v oblasti homeopatie, to je důvodem nejednotného názoru, kdo může být poskytovatelem homeopatické léčby. Homeopatii může tedy vykonávat jak lékař, tak i člověk bez lékařského vzdělání (Čupera, 2015).

Výběr homeopata záleží pouze na pacientovi, pokud si zvolí homeopata bez lékařského vzdělání, je vhodné, zjistit si důležité informace, např. o jeho předešlém vzdělání a praxi v oblasti homeopatie, protože v České republice stále chybí akreditované vzdělávací instituce stanovující podmínky pro nelékařské homeopaty i kontrolní orgány, které by dohlížely na odbornou úroveň (Boiron, 2020). Vzdělávání v oblasti homeopatie nabízí v ČR několik institucí. Vzdělání výhradně pro lékaře nabízí Homeopatická lékařská asociace a Česká lékařská homeopatická společnost. Vzdělání pro všechny zájemce o homeopatii, lékaře i laiky, nabízí Česká komora klasické homeopatie, Homeopatická fakulta s klinikou s.r.o. a Česká škola klasické homeopatie (Pražský, 2014).

**Homeopatická lékařská asociace (HLA)** byla založena v roce 2007 a jejími členy jsou lékaři, od roku 2017 také farmaceuti a od roku 2018 i veterináři. HLA nabízí vzdělání těmto profesím v podobě dvouletých pregraduálních kurzů, které jsou zakončeny zkouškou a obdržením diplomu homeopatické terapie. Dále mohou lékaři absolvovat postgraduální vzdělání se zaměřením na konkrétní problematiku. HLA nabízí také semináře pro porodní asistentky a jiné zdravotnické profese, které se zakončují prověřením znalostí a obdržením certifikátu HLA. Mezi hlavní cíle asociace patří zvýšená edukace lékařů o homeopatii a její začlenění do běžné lékařské praxe. Výhodou asociace je členství v Evropském výboru pro homeopatii (ECH), který tvoří členové Evropského parlamentu se zájmem o komplementární medicínu, aby podpořili rozvoj homeopatie, sjednocení profesních standardů v Evropě, zajištění vzdělání i praxe a začlenění homeopatie do systému zdravotnictví v Evropě. Dále

je homeopatická lékařská asociace partnerem mezinárodní školy klinické homeopatie (CEDH) se sídlem v Paříži, která vytváří jednotný vzdělávací program pro mnoho zemí světa, jejichž cílem je umožnění pacientům, aby byli léčeni homeopatickými léky, které jim předepíše lékař. Vyškoleni zde bylo přes 26 000 lékařů z více než 22 zemí (O HLA, 2018; Čupera, 2015).

**Česká lékařská homeopatická společnost (ČLHS)** jejichž řádnými členy jsou lékaři, farmaceuti a veterinární lékaři, je občanské sdružení, které chce podpořit homeopatickou léčbu v České republice. Kromě řádných členů může být přijat i mimořádný člen, tedy příznivec homeopatie, který se ztotožňuje se záměry společnosti, pouze s tím rozdílem, že nemá hlasovací právo. Česká lékařská homeopatická společnost nabízí tříleté studium homeopatie v Praze, které podléhá standardům ECH, po jejichž absolvování obdrží potvrzení o absolvování studia (O nás, 2020).

**Homeopatická akademie** nabízí tříleté studium homeopatie pro všechny, kteří mají zájem o studium homeopati. Výuka probíhá v Praze a obsahuje 500 hodin přednášek a 250 hodin praktických seminářů. Po splnění těchto povinností a úspěšně složené závěrečné zkoušky obdrží uchazeč diplom o ukončení studia na akademii a poté může být registrován jako odborný homeopat. Pro zájemce, kteří nemají lékařské vzdělání nabízí akademie kurzy k získání medicínského minima, díky kterým získají základní znalosti v medicínských termínech. Po ukončení základního studia mohou zájemci využít mezinárodní studijní program pro pokročilé homeopaty, po jehož absolvování účastník obdrží certifikát dokazující vysokou úroveň v poznání homeopatie. Kurzy lze také absolvovat pouze jako posluchač bez vykonávání zkoušek a bez obdržení diplomu (Studium, 2020).

**Homeopatická fakulta s klinikou s.r.o.** nabízí tříleté studium komplexní klasické homeopatie v Brně pro všechny zájemce o homeopatii. Zakončení studia obsahuje obhájení závěrečné práce a písemný test. Po úspěšném zakončení získá absolvent diplom (Sušický, b.r.).

**Česká škola klasické homeopatie** vznikla v roce 1997 a zcela první kurz probíhal již v letech 1997–2000 v Brně pod vedením anglického homeopata, Petera Chappella. Tříleté studium je poskytnuto všem zájemcům o homeopatii, laické veřejnosti i lékařům v Praze a v Brně. Uchazeč musí splnit 400 hodin teoretické a praktické části výuky a 200 hodin odebírání případů a jejich vyhodnocování. Po úspěšné závěrečné zkoušce získává absolvent diplom (Česká škola klasické homeopatie, 2013). Škola splňuje požadavky na charakter vzdělání v homeopatii, které určuje Česká komora klasické homeopatie, která je členem Evropské centrální rady homeopatů a Světové organizace pro informovanost o homeopatii.

Podle rozhodnutí výboru České komory je každý úspěšný absolvent České školy klasické homeopatie zapsán do rejstříku registrovaných homeopatů, absolventi jiných homeopatických škol musí absolvovat postgraduální studium, pokud chtějí být registrováni v České komoře klasické homeopatie. Akreditace české školy klasické homeopatie byla udělena na základě standardů, jak odborných, tak etických, které škola využívá při studiu (Kurzy homeopatie, 2018).

Z průzkumu, který si Homeopatické lékařské asociace nechala vypracovat v srpnu 2019 k zjištění informovanosti českých obyvatel o homeopatii a jejím využívání vyplývá, že homeopatii zná 8 z 10 Čechů, tedy až 81 % ve věkovém rozmezí 18-55 let a až polovina z nich homeopatii minimálně jednou v životě využila. Nejčastější důvod, proč se lidé rozhodli využít tento způsob léčby byl ten, že člověka neohrožují na zdraví a nezpůsobují žádné nežádoucí účinky. Naopak lidé, kteří homeopatický lék nikdy nevyužili, udávali jako hlavní důvod nedostatek informací (Homeopatie má v českém zdravotnictví pevné místo. Dokazují to průzkumy mezi laickou i odbornou veřejností., 2020). Informovanost a znalost v oblasti homeopatických léků vzrůstá s vyšším věkem. Více informovaní jsou také lidé s vyšším vzděláním, lidé z větších měst a více informací o homeopatii vyhledávají více ženy než muži. Až 68 % lidí považuje léčbu homeopatiky za účinnou a přibližně 20 % uživatelů homeopatických léků je využívá více, než 5 let (Homeopatickou léčebnou metodu zná až 81% obyvatel České republiky, 2019, s. 14).

### 3.2 Homeopatie v zahraničí

Homeopatie se řadí mezi nejrozšířenější formu alternativní a komplementární medicíny (CAM), kterou na celém světě využívá každý den více než 200 milionů lidí (Şenel, 2019, s. 265). Podle francouzské společnosti Boiron, která je největším světovým výrobcem homeopatických léků, využívá homeopatii přes 300 000 lékařů a je rozšířená v téměř 100 zemích po celém světě (Boiron, 2020).

Všeobecně CAM využívá více než 100 milionů Evropanů, z nichž jedna pětina ji využívá pravidelně. Využívání této formy medicíny závisí na kultuře a na tradicích dané země. Z průzkumů světové zdravotnické organizace vyplývá, že nejvíce uživatelů pochází z Afriky, Asie, Austrálie a z Ameriky, z důvodu nejsnadnější dostupnosti, častého vzniku chronických onemocnění u lidí využívající konvenční medicínu a také z důvodu, že se lidé stále více zajímají o různé možnosti léčby a preferují péči zabývající se celou osobu, nejenom určitou částí. V rozvinuté zemi, jako je např. již zmíněná Amerika, je využívána především jako doplňková terapie ke standardní péči. Poskytovatelé alternativní medicíny mohou být lékaři tradiční medicíny, konvenční medicíny, zdravotní sestry, porodní asistentky, zubaři a další zdravotnické profese. Vzdělávání a podmínky k získání kvalifikace se ve světě liší. I z toho důvodu vydala Světová zdravotnická organizace strategii pro tradiční medicínu 2014-2023, navazující na strategii pro tradiční medicínu 2002-2005, jejichž cílem je dopomoct státům využívající CAM zajistit poskytování kvalitních služeb, zajistit užívání bezpečných a účinných produktů, podpořit výzkum a vývoj k získávání kvalitních informací, sjednotit péči a vzdělání a podpořit členské státy k integraci systémů alternativní medicíny do systému zdravotnictví (WHO, 2013, s. 7-36).

Začleňování CAM do systému zdravotnictví je ve státech různé. Některé státy mají alternativní medicínu zcela začleněnou, jiné státy jsou v různých fázích začleňování a mají alternativní medicínu integrovanou do systému zdravotnictví pouze částečně (Pfeiffer, 2018, s. 168). První zemí v Evropě, která CAM integrovala do svého zdravotního systému bylo Švýcarsko (WHO, 2013, s. 38). Také např. v Číně nebo Jižní Koreji mají komplementární medicínu zcela začleněnou do veřejného zdravotnictví. O začlenění komplementární medicíny do národního systému zdravotní péče se snaží také státy, jako např. Kanada, USA, Velká Británie či Austrálie, které vytvořily vlastní způsoby integrace a regulace poskytovaných služeb CAM. Poskytovat služby zde mohou kromě lékařů i lidé bez lékařského vzdělání, kteří splní podmínky, jež vedou k umožnění poskytování služeb a jsou řádně registrováni. Tyto státy se snaží také o provádění výzkumů komplementární medicíny, např. v USA provádí tyto

výzkumy National Center for Complementary and Integrative Health a ve Velké Británii Institut for Complementary medicine. Začleňování komplementární medicíny na takové úrovni zatím nenastává ve většině dalších evropských států (Pfeiffer, 2018, s. 168-170).

V některých zemích je alternativní medicína částečně hrazena veřejnými či soukromými pojišťovnami, druh pokrytí se mezi členskými státy velmi liší. Počet států, ve kterých je alternativní medicína hrazena z veřejného či soukromého pojištění, stoupá. V roce 2012 bylo těchto států 37, v roce 2018 uvedlo již 45 členských států hrazení komplementární medicíny zdravotním pojištěním, které bylo spíše částečné než úplné (WHO, 2019, s. 53-54).

Například ve Francii jsou služby hrazeny pouze tehdy, jestliže je vykonává lékař. Ve Finsku jsou služby hrazené Institucí sociálního pojištění a v Německu služby hradí z veřejného či soukromého zdravotního pojištění. Ve Švýcarsku je homeopatie hrazena základním zdravotním pojištěním stejně jako fytotherapie, tradiční čínská medicína, neurální terapie a antroposofická medicína u poskytovatelů, kteří získali akreditaci v oblasti komplementární medicíny. V Norsku se plně hradí poskytnutí alternativních metod při hospitalizaci v nemocnici a částečně se hradí pouhé ošetření v nemocnici (WHO, 2019, s. 53-54; WHO, 2013, s. 36-38). Mezi další země, ve kterých je komplementární medicína hrazena v rámci zdravotního pojištění, patří USA a Velká Británie (Pfeiffer, 2018, s. 18). Alternativní medicína je hrazena z veřejného i soukromého pojištění také v Indii (WHO, 2019, s. 149-150).

Světová zdravotnická organizace ve své globální zprávě o tradiční a komplementární medicíně 2019 uvádí, že se homeopatie využívá ve 170 členských státech. Do roku 2018 mělo zavedenou vnitrostátní politiku v oblasti komplementární medicíny až 98 členských států. Využívat národní zákony či předpisy začalo 109 států a v 75 členských státech byl zaveden národní výzkumný ústav. Informace o využívání komplementární medicíny poskytlo 179 členských států z celkového počtu 194 (WHO, 2019, s. 5-44).

Ze 107 států jich 97 uvedlo, že poskytovatelé CAM pracují v privátním sektoru, a to nejčastěji v soukromých klinikách. Dalších 55 uvedlo, že poskytovatelé pracují převážně ve veřejném sektoru a dalších 20 z nich uvádělo poskytování služeb v jiných prostředích, např. lidé pracující doma. Od roku 2012 poskytuje možnost vzdělávání v komplementární medicíně až 63 členských států. Z průzkumu vyplývá, že 41 států poskytuje vzdělání na univerzitní úrovni, z nichž většina nabízí studium k získání bakalářského titulu, méně často je nabízeno magisterské studium či doktorát. V jiných 36 státech se nabízí vzdělávací kurzy a semináře, které jsou uznány vládou a po jejich ukončení obdrží uchazeč certifikát a licenci k poskytování

alternativní medicíny. V roce 2018 bylo až 70 členských států, jenž vyžadovali licenci po poskytovateli komplementární medicíny (WHO, 2019, s. 49-53).

Mezi státy poskytující akreditovanou výuku, alespoň jednoho ze směru alternativní medicíny na univerzitní úrovni, patří např. USA, Kanada, Austrálie, Velká Británie, Německo, Itálie a další. Mezi nejčastěji vyučované metody alternativní medicíny patří tradiční čínská medicína, homeopatie, akupunktura či fytotherapie. Vzdělávací kurzy a semináře jsou nabízeny i na lékařských fakultách, aby byli mladí lékaři dostatečně edukováni o stále více žádaných alternativních metodách. Lékařské univerzity poskytující tyto kurzy se nacházejí např. ve Francii, v Německu, Itálii, Švýcarsku, Velké Británii a v USA, kde tyto kurzy nabízí až 51 % lékařských fakult (Pfeiffer, 2018, s. 9,179-186).

Například při průzkumu studentů 34 německých lékařských fakult v akademickém roce 2013/2014 vyplývá, že na 10 z nich bylo nabídnuto celkem 13 kurzů homeopatie. Zájemci o kurzy byly převážně ženy, které věděly, ve které oblasti se chtějí v budoucnu specializovat, nejčastěji šlo o rodinné lékařství (Jocham et al., 2017, s. 1-8).

Ve vyspělých zemích jsou alternativní metody léčby doporučovány přímo lékaři a většina z nich je také poskytuje. Například ve Švýcarsku využívá alternativní medicínu, nejčastěji homeopatii, až 46 % lékařů a ve Velké Británii 40 % lékařů. Ve státech, jako jsou Čína a Jižní Korea, mají tyto tradiční postupy dlouholetou tradici a komplementární medicína je zde zcela začleněna do veřejného zdravotnictví, využívá ji zde přibližně 70 % lékařů. V Německu poskytuje alternativní medicínu až 60 % lékařů (Pfeiffer, 2018, s. 13-14,164-186). Kromě lékařů tyto služby nabízejí také státem uznávaní praktičtí lékaři přirozeného zdraví, nazývaní „Heilpraktiker“. Tito poskytovatelé musí mít kvalifikaci, kterou získají po složení zkoušky obsahující také základní lékařské znalosti. Jejich služby nejsou, na rozdíl od poskytnutí služeb lékařem, hrazeny z veřejného zdravotního pojištění. Služby poskytnuté od „Heilpraktiker“ může uhradit soukromá zdravotní pojišťovna. Služby těchto poskytovatelů jsou stále více vyhledávány a počet poskytovatelů je již pomalu srovnatelný s praktickými lékaři, např. v roce 2014 bylo těchto poskytovatelů alternativní medicíny 40 000 a praktických lékařů 58 000 (Krug et al., 2016, s. 1-8).

Vzhledem k neustále rostoucímu zájmu o alternativní medicínu jak u lékařů, tak u pacientů, se ji řada nemocnic rozhodla zařadit do nabídky poskytovaných služeb. Tyto nemocnice se nachází např. ve Velké Británii, v USA a v Itálii (Pfeiffer, 2018, s. 13-14,164-186).

Z průzkumů vědecké literatury v oblasti homeopatie od roku 1975 do roku 2017 vyplývá, že mezi země, které nejvíce informují o homeopatii, se řadí Velká Británie, Amerika, Německo, Indie a Brazílie. Poté následuje Itálie, Francie a Švýcarsko, které se díky svým publikacím v oblasti homeopatie stalo nejproduktivnější zemí. Až 73 % všech článků o homeopatii vyšlo v letech 2005–2017 právě ve Švýcarsku (Şenel, 2019, s. 166-170).

### ***Indie***

V Indii se homeopatie využívá už několik tisíc let a společně s dalšími systémy, jako je ajurvéda, jóga, Siddha a Unani (zkr. AYUSH), patří mezi nejčastěji využívané a uznávané způsoby léčby (Roy, Gupta a Ghosh, 2015, s. 137).

CAM je v Indii velmi užívaným způsobem léčby hlavně z důvodu nedostatku zdravotnických pracovníků na počet obyvatel, kterých je v této zemi přes 1,2 miliardy. Alternativní medicína přispívá k poskytnutí zdravotní péče pro všechny (Shrivastava, Shrivastava a Ramasamy, 2015, s. 116). Indická vláda stanovila již v roce 1995 samostatné oddělení AYUSH a v roce 2014 bylo založeno nezávislé ministerstvo těchto systémů. Téhož roku byl také zahájen národní plán integrace komplementární medicíny do systému zdravotnictví (WHO, 2019, s. 149).

V Indii je přes 1,75 milionu praktických lékařů. Z tohoto čísla zde pracuje přibližně 56 % klasických konvenčních lékařů a 44 % lékařů poskytující AYUSH. Z toho vyplývá, že lékařů praktikujících AYUSH je zhruba 773 000 a z tohoto počtu se 37 %, tedy okolo 285 000 lékařů, věnuje výhradně homeopatii (Kaur, Chalia a Manchanda, 2019, s. 79). Pro poskytování homeopatické léčby platí národní a státní předpisy. Potřebné osvědčení pro poskytování homeopatie získávají absolventi univerzitního studia, kteří také museli absolvovat povinnou stáž. Poté mohou poskytovat své služby ve veřejném či soukromém sektoru. Poskytování těchto léčebných systémů je od roku 2016 hrazeno ze zdravotního pojištění. Téhož roku byl počet registrovaných homeopatů v Indii 293 307 (WHO, 2019, s. 150). V Indii je přes 1000 lékařských fakult, z toho téměř 46 % tvoří klasické konvenční fakulty a 54 % tvoří fakulty poskytující AYUSH, z toho téměř 36 % je zaměřeno na homeopatii (Kaur, Chalia a Manchanda, 2019, s. 79).

I přes to, že je alternativní medicína uznávaná indickou vládou a je stále více žádaná mezi pacienty, stále nejsou tyto způsoby léčby v osnovách běžných lékařských fakult. Z tohoto důvodu nemají lékaři dostatek potřebných informací, které by mohli dále předávat svým pacientům. Ze studie, obsahující ověřený dotazník a osobní rozhovor s lékaři, kteří pracují



ve fakultní nemocnici terciální péče v Indii vyplývá, že mají lékaři k alternativní léčbě pozitivní přístup. Až 58 % lékařů a lékařek z 200 dotazovaných využívá alternativní medicínu ke zlepšení svého psychického i fyzického stavu a 52 % z nich by tyto způsoby léčby doporučili svým pacientům. Nejčastějším způsobem léčby byla homeopatie, kterou využívaly především ženy nad 50 let. Ze 403 dotazovaných pacientů využívalo 28 % některý způsob alternativní medicíny. Nejčastěji využívali ajurvědu a homeopatii, ale pouze 19 % těchto pacientů o tom dobrovolně své lékaře informovali. Častěji užívali tento způsob léčby muži ve věku od 50 do 60 let, kteří nekouřili ani nekonzumovali alkohol. Tito lidé vnímali homeopatii a další alternativní způsoby léčby jako bezpečnější, účinnější a finančně dostupnější. Současně s klasickými léky využívalo alternativní medicínu jako doplňkovou léčbu až 60 % pacientů. Z toho až 43 % pacientů získalo informace o alternativní léčbě od rodiny a pouze 13 % od lékaře. Je proto vhodné zvýšit úroveň vzdělání v oblasti alternativní medicíny lékařů, aby mohli poskytovat dostatek informací (Roy, Gupta a Ghosh, 2015). Do budoucna je v plánu posílení institutů a vysokých škol AYUSH, poskytování vzdělávacích programů, zformulování doporučených postupů při léčbě různých problémů, rozšíření finanční podpory k výrobě homeopatických léků, podpora výzkumů a větší snaha o rozšíření informací týkající se alternativní medicíny mezi populaci (Shrivastava, Shrivastava a Ramasamy, 2015, s. 117).

### **Švýcarsko**

Švýcarsko jako první evropský stát integrovalo komplementární medicínu do svého zdravotního systému (WHO, 2013, s. 38). CAM zde poskytuje přes 27 000 lékařů. Homeopatie je hrazena základním zdravotním pojištěním stejně, jako např. akupunktura nebo tradiční čínská medicína u poskytovatelů, kteří získali akreditaci v oblasti komplementární medicíny. Pokud léčbu provádí nelékařský terapeut, nebo je poskytována jiná metoda alternativní medicíny, je léčba hrazena soukromým pojištěním (Dubois et al., 2019, s. 1-2). Podle posledních švýcarských zdravotních výzkumů, které byly provedené v roce 2012, byla homeopatie nejvíce užívanou metodou alternativní medicíny u dospělé populace. Při analýze výsledků průzkumu, z roku 2007 a 2012 byl zjištěn stále větší zájem o homeopatii. V roce 2007 užívalo homeopatii 6,9 % populace, v roce 2012 dokonce 8,7 %. Komplementární medicínu využívají především ženy s vyšším vzděláním. Těhotné ženy ve věku od 22 do 42 let využívaly homeopatii dokonce dvakrát více než ženy, které gravidní nebyly (Klein et al., 2015, s. 3-7).

## *Francie*

Homeopatii ve Francii předepíše až 44 % lékařů a služby jsou hrazeny z veřejného zdravotního pojištění. Z analýzy údajů francouzské národní databáze zdravotního pojištění je možné potvrdit, že u více než 10 % dospělé francouzské populace a 18 % dětí do 4 let, byl během jednoho roku předepsán alespoň jeden homeopatický lék (Relton et al., 2017, s. 70-76). Homeopatickou léčbu vyzkoušelo přibližně 56 % francouzské populace a dalších 11 % využívá tuto léčbu pravidelně. Homeopatické léky předepisují pouze praktičtí lékaři, kteří absolvovali školení o homeopatii (Colas et al., 2015, s. 1). Evropský výbor homeopatie (ECH) z nejnovějších průzkumů udává, že homeopatickou léčbu podstoupila alespoň jednou za život 77 % francouzských obyvatel, z toho více než 74 % požaduje, aby byla homeopatická léčba i nadále poskytována a byla i nadále proplácena zdravotním pojištěním (HRI, 2018).

I přes velké využívání homeopatické léčby dochází od roku 2020 k postupnému snižování financování homeopatických léčiv a od roku 2021 mají zdravotní pojišťovny přestat proplácet tuto metodu úplně. Důvodem má být nedostatek důkazů o jejich účinnosti a nedostatečné přínosy k tomu, aby byly proplácené. Proti tomuto rozhodnutí bojuje více než 70 % populace užívající homeopatické léky a také největší poskytovatel homeopatie, francouzská společnost Boiron (Scott, 2019, s. 1-4). Tato společnost vznikla v 20. století s cílem zajistit jednotný způsob přípravy homeopatických léků, který by zajišťoval nejvyšší kvalitu a spolehlivost. Tato společnost rozšiřuje své pobočky do mnoha zemí po celém světě, v roce 1998 byla zavedena i České republice (Boiron, 2020). Právě společnost Boiron podpořila v letech 2007-2008 francouzskou kohortovou studii, při které bylo potvrzeno, že homeopatické léky pomáhají při infekčním onemocnění dýchacích cest a vedou ke sníženému užívání antibiotik. Při chronických bolestech zad nebo bolestech hlavy snižují homeopatické léky také užívání nesteroidních protizánětlivých léků nebo jiných analgetik. Kromě toho, je časté využití homeopatické léků při stavech úzkosti a deprese. Tato studie dokazuje, že lepší výsledky léčby mají lidé, kteří navštěvují certifikované homeopatické lékaře než lidé navštěvující konvenční lékaře. Zlepšení spánku bylo u lidí navštěvující klasického lékaře či klasifikovaného homeopata stejné, podstatné ovšem je, že lidé navštěvující klasického lékaře měli mnohem vyšší pravděpodobnost užívání těchto léků i po roce, zatímco lidé užívající homeopatii nepocítili žádnou závislost (Grimaldi-Bensouda et al., 2014, s. 1-6; Dossett a Yeh, 2018, s. 4-6).

## ***Spojené státy americké (USA)***

V USA využívá alternativní medicínu přibližně 30 % dospělých obyvatel a 12 % dětí (Teixeira, 2017, s. 17). Konkrétně homeopatii využívá 2,2 % dospělé populace a 1,8 % dětí. Vyplývá to z posledních výsledků průzkumu *National Health Interview Survey* provedeného v roce 2012, který se provádí k získání údajů o využívání homeopatie v populaci. Tento průzkum vedou centra pro kontrolu nemocí a národní centrum pro statistiku zdraví. Homeopatii využívají obyvatelé USA převážně při chronických obtížích, jako jsou respirační choroby, gastrointestinální potíže, únava, stres či poruchy spánku. Častěji užívají homeopatii ženy ve věku od 30 do 44 let, které mají minimálně středoškolské vzdělání. Z celkového počtu uživatelů homeopatie navštěvuje kvalifikovaného homeopata pouze 19 % lidí, znatelná většina spoléhá na samoléčbu a využívá volně prodejné léky. V takovém případě lidé označují homeopatii za méně užitečnou než ti, kteří navštěvují odborníka. Stejně, jako francouzská studie EPI3, také americký institut homeopatie doporučuje využívání homeopatie, které vede ke sníženému užívání antibiotik. Důkazem byla také randomizovaná kontrolovaná studie, kdy se dětem ve věku 6 měsíců až 11 let se zánětem středního ucha, kromě standardní léčby podávaly homeopatické ušní kapky. U těchto dětí byla výrazně mnohem menší potřeba užívat antibiotickou léčbu. Z důvodu přezkoumání bezpečnosti homeopatických léčiv byla vydaná metaanalýza, která potvrzuje, že homeopatické léky nezpůsobují žádné vedlejší účinky a lze je užívat pro běžnou péči. Homeopatické léky v USA spadají pod zákon o potravinách, léčivech, kosmetických přípravcích a také pod nejnovější předpisy. Potřebná kvalifikace k poskytování služeb v oblasti homeopatie se liší v každém americkém státě. Oficiálních poskytovatelů je v USA méně než 1000, přesný počet není známý (Dossett a Yeh, 2018, s. 1-7).

Homeopatické léky se v USA využívají již od roku 1835 a v současné době je více než 2500 látek, které slouží jako zdroj k výrobě léků (Shrivastava a Daharwal, 2019, s. 4523). Pro velký zájem lidí o komplementární medicínu se navrhuje zavést komplementární medicínu do osnov lékařských fakult, aby byli lékaři v tomto směru dostatečně vzděláváni a mohli tak poskytnout dostatek informací a odpovědět na všechny otázky pacienta i přes to, že mnoho lékařských škol v USA poskytuje kurzy a přednášky o komplementární medicíně a holistickém přístupu. Z metaanalýz postojů konvenčních lékařů vyplývá, že k nim má většina z nich pozitivní přístup a mají zájem o učení se v některých směrech CAM. Až 91 % student lékařské fakulty ve Washingtonu, D.C. je toho názoru, že alternativní metody léčby jsou velkým přínosem pro medicínu a více než 75 % studentů souhlasí, že by měla být komplementární medicína zahrnuta do osnov lékařské fakulty. V některých státech USA existují kurzy k získání certifikace.

Americký institut homeopatie uděluje lékařům diplom se statusem pokročilého specialisty a rada pro homeopatickou certifikaci uděluje certifikaci v klasické homeopatii. Lékaři mohou získat různý stupeň vzdělání a tím i kompetencí, buď mohou mít pouze základní informace o alternativních metodách a v případě zájmu odkazovat na kvalifikovanější lékaře, při vyšší kompetenci mohou lékaři poskytnout podrobnější informace a mohou praktikovat léčbu u specifických stavů a při získání nejvyšších kompetencí mají možnost léčit různé nemoci (Teixeira, 2017, s. 16-27).

### ***Rakousko***

Využití homeopatické léčby se mezi populací v Rakousku zvyšuje a je označována za nejoblíbenější alternativní metodu. Až 72 % obyvatel považuje homeopatii za účinnou (ECH, 2018). Homeopatické léky se prodávají na předpis od praktického lékaře. V lékárnách či v jiných prodejnách lze koupit i volně prodejné léky určené k samoléčbě. Homeopatické léky spadají pod rakouský lékopis, který je právně závazný a spadají také pod zákon o léčivých přípravcích, která se vztahuje i na konvenční léky a slouží k zajištění jejich kvality a bezpečnosti. V Rakousku lze absolvovat certifikované školicí programy v oblasti komplementární medicíny, vzdělání na univerzitní úrovni Rakousko neposkytuje. Poskytovatelé pracují jak ve veřejném, tak i v soukromém sektoru. Tyto služby jsou částečně hrazeny zdravotním pojištěním (WHO, 2019, s. 119).

### ***Slovensko***

Alternativní metody léčby nejsou na Slovensku součástí zdravotní péče, nejsou hrazeny ze zdravotního pojištění a poskytovatelé těchto metod nejsou považováni za zdravotnické pracovníky. Poskytování alternativní medicíny je regulováno od roku 2004. Pro možnost poskytování služeb musí zájemce absolvovat certifikovaný vzdělávací program a získat certifikát (WHO, 2019, s. 138). Vzdělávací programy homeopatie nabízí například Slovenská akademie klasické homeopatie nebo Slovenská lékařská homeopatická společnost, která je od roku 1997 součástí ECH. Od roku 2007 na Slovensku také Slovenská komora homeopatů, která sdružuje okolo 200 homeopatů (Souček a Hofreiter, 2017, s. 442-443).

### **3.3 Význam a limitace dohledaných poznatků**

Homeopatické léky podporují zlepšení stavu člověka vlastními silami, nijak ho neovlivňují a člověk má stále kontrolu nad svým zdravím. Z průzkumů vyplívá, že je homeopatie jednou z nejvyužívanějších metod komplementární medicíny po celém světě. Tento způsob léčby napomáhá lidem při správném užívání zvládat psychické a fyzické potíže bez toho, aniž by jejich zdraví bylo ohroženo nežádoucími účinky. Léky lze podávat novorozencům, dospělým i seniorům, při akutních či chronických problémech a také v době těhotenství. Homeopatické léky jsou velmi využívány v ČR i v zahraničí, mnoho států ale neposkytuje přesné informace o poskytování homeopatie. Vzhledem k tomu, že se vzdělávání i poskytování alternativních metod včetně homeopatických léků velmi liší, je potřebné, aby si člověk před setkáním s daným homeopatem zjistit alespoň, jaké má vzdělání. Vzhledem k tomu, že se postupy výroby, výběr správného léku a zásady užívání za celé roky, kdy je předložil Samuel Hahnemann nezměnily, je velmi obtížné nalézt o těchto informacích aktuální publikace. I přesto, že se provedla řada zkoušek, u kterých došlo k znatelnému zlepšení stavu pacienta po podání homeopatických léků, stále není dostatek kvalitních a spolehlivých vědeckých výzkumů, které by vysvětlily, jak léky fungují, jak je možné, že dokáží pomoci stejně jako klasický lék a z tohoto důvodu je jejich účinnost často zpochybňována. Proto je vhodné stále podporovat nové výzkumy homeopatických léků. Dále je nutné sjednotit vzdělání laiků i lékařů, aby bylo přesně dané, jak má vzdělání i homeopatická praxe vypadat a poskytovat veřejnosti více informací o alternativních způsobech léčby.

## ZÁVĚR

Přehledová bakalářská práce se zabývá alternativními metodami v těhotenství, konkrétně homeopatií. V těhotenství je homeopatie často vyhledávána kvůli obtížím spojených s tímto obdobím hlavně z důvodu, že na rozdíl od klasických léků nepůsobí škodlivě ani na matku, ani na plod a neovlivňuje fyziologický průběh těhotenství. Díky homeopatii se ženy mohou cítit klidnější a sebevědomější, což vede k lepší přípravě na porod. Na člověka je potřeba při léčbě pohlížet celostně protože i psychický problém může způsobit problém fyzický a naopak. Homeopat se na rozdíl od konvenčního lékaře zajímá o všechny okolnosti. Názor na homeopatii se velmi různí, někteří lidé jsou o účinnosti přesvědčeni, jiní jsou v tomto směru skeptičtí. Nárůst lidí, který mají o tento způsob léčby zájem je ale značný.

Prvním dílčím cílem bylo sumarizovat dohledané poznatky týkající se homeopatických léků, jejich výroba, užívání a dělení. Předložila jsem důležité informace, které by neměly být opomenuty jak při výrobě homeopatických léků, tak při užívání a skladování homeopatik, aby nedošlo k eliminaci jejich účinku.

Druhým dílčím cílem bylo sumarizovat poznatky o využívání homeopatických léků v těhotenství. Zmíněny jsou nejčastější komplikace postihující ženu v době těhotenství a homeopatické léky, které při daných problémech mohou pomoci. Studie dokazují, že je v tomto období vhodné užívat na potíže homeopatické léky, které na rozdíl od konvenčních léků nezpůsobují vedlejší účinky, neškodí ženě ani plodu a nevzniká na nich závislost. Je důležité, aby v době těhotenství žena nespolehala na samoléčbu, ale prokonzultovala výběr s homeopatem.

Třetím dílčím cílem bylo sumarizovat poznatky týkající se využívání homeopatických léků ve světě. Studie dokazují, že je homeopatická léčba velmi stále více využívána v mnoha zemích včetně ČR. Mnoho států se snaží o začlenění alternativní medicíny do systému zdravotní péče, tomu pomáhá také WHO, která homeopatickou léčbu stejně jako ostatní alternativní metody velmi podporuje, doporučuje provádět potřebné kvalitní výzkumy a zajistit tím bezpečné a efektivní využívání homeopatických léků.

Tato bakalářská práce je vhodná pro studenty vysokých škol, porodní asistentky a pro všechny lidi, kteří mají zájem se dozvědět o homeopatii nejpodstatnější informace. Práce podává přehled podstatných informací o homeopatických léčích, o možnosti využívání léků v těhotenství a překládá nejnovější poznatky o využití alternativních metod, včetně homeopatie, v ČR i v zahraničí.

## REFERENČNÍ SEZNAM

BARELLI, Bienvenido, 2015. Homeopathic medicines. *Pharmaceuticals, Policy and Law* [online]. **17**(1/2), 221-229 [cit. 2020-02-09]. DOI: 10.3233/PPL-140409. ISSN 13892827. Dostupné z: <http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=bth&AN=102125842&lang=cs&site=ehost-live>

BAŠKOVÁ, Martina, 2015. *Metodika psychofyzické přípravy na porod*. 1. vydání. Praha: Grada Publishing. ISBN 978-80-247-5361-4.

BOIRON, 2020. Příprava matečné tinktury. *Boiron* [online]. [cit. 2020-02-06]. Dostupné z: <https://boiron.cz/cs/20-priprava-matecne-tinktury>

BOIRON, 2020. Impregnace. *Boiron* [online]. BOIRON CZ, s.r.o. [cit. 2020-02-06]. Dostupné z: <https://boiron.cz/cs/23-impregnace>

BOIRON, 2020. Jak užívat homeopatické léčivé přípravky? *Boiron* [online]. BOIRON CZ, s.r.o. [cit. 2020-02-10]. Dostupné z: <https://boiron.cz/cs/26-jak-uzivat-homeopaticke-lecive-pripravky>

BOIRON, 2020. Co znamenají informace na etiketě? *Boiron* [online]. BOIRON CZ, s.r.o. [cit. 2020-02-10]. Dostupné z: <https://boiron.cz/cs/85-co-znamenaji-informace-na-etikete>

BOIRON, 2020. Musí být homeopat lékař? *Boiron* [online]. BOIRON CZ, s.r.o. [cit. 2020-03-11]. Dostupné z: <https://boiron.cz/cs/54-musi-byt-homeopat-lekar>

BOIRON, 2020. Homeopatie ve světě. *Boiron* [online]. BOIRON CZ, s.r.o. [cit. 2020-02-09]. Dostupné z: <https://boiron.cz/cs/33-homeopatie-ve-svete>

BOIRON, 2020. Historie společnosti. *Boiron* [online]. BOIRON CZ, s.r.o. [cit. 2020-03-15]. Dostupné z: <https://boiron.cz/cs/11-historie-spolecnosti>

BOLTMAN-BINKOWSKI, Haaritha, 2016. A systematic review: Are herbal and homeopathic remedies used during pregnancy safe? *Curationis* [online]. Pretoria: AOSIS (Pty) Ltd, **39**(1), 1-8 [cit. 2020-02-12]. ISSN 03798577. Dostupné z: <https://search.proquest.com/docview/1801396909/fulltext/7535587B7EBA4A8CPQ/1?accountid=16730>

- BOWMAN, Rebekah L. et al., 2018. Women's motivation, perception and experience of complementary and alternative medicine in pregnancy: A meta-synthesis. *Midwifery* [online]. **59**, 81-87 [cit. 2020-02-14]. DOI: 10.1016/j.midw.2017.11.007. ISSN 02666138. Dostupné z: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/?term=Women%27s+motivation%2C+perception+and+experience+of+complementary+and+alternative+medicine+in+pregnancy>
- COLAS, Aurélie et al., 2015. Economic impact of homeopathic practice in general medicine in France. *Health Economics Review* [online]. **5**(1), 1 [cit. 2020-03-06]. DOI: 10.1186/s13561-015-0055-5. ISSN 2191-1991. Dostupné z: <https://search.proquest.com/docview/2112717275?accountid=16730>
- CUMMINGS, Stephen a Dana ULLMAN, 2010. *Homeopatický domácí lékař: bezpečné a účinné léky pro celou rodinu*. 3., přeprac. vyd. Praha: Alternativa. ISBN 978-80-86936-23-9.
- Česká škola klasické homeopatie [online], 2013. Česká škola klasické homeopatie [cit. 2020-03-09]. Dostupné z: <https://www.ceskahomeopatie.cz/>
- ČUPERA, Jaroslav, 2015. Postavení homeopatie v medicíně 3. tisíciletí. *Angis revue* [online]. **8**(5), 24-26 [cit. 2020-02-09]. ISSN 2464-5435. Dostupné z: <http://www.angisrevue.cz/revue/archiv/cislo/detail/118/>
- ČUPERA, Jaroslav, 2015. V ČR chybí legislativní rámec pro praktikování homeopatie - rozhovor. *Zdravotnictví a medicína*. **2015**(1), 45. ISSN 2336-2987.
- DE VILHENA, Edgard Costa a Euclides Ayres DE CASTILHO, 2016. *Homeopathic Treatment of Overweight and Obesity in Pregnant Women With Mental Disorders: A Double-blind, Controlled Clinical Trial: Alternative Therapies in Health and Medicine* [online]. United States: InnoVision Health Media, Inc., **22**(neuvedeno) [cit. 2020-02-12]. ISSN 10786791. Dostupné z: <https://eds.b.ebscohost.com/eds/pdfviewer/pdfviewer?vid=0&sid=cf6cbc09-f829-4161-815b-b18a865a2e97%40sessionmgr103>
- DOSSETT, Michelle a Gloria YEH, 2018. Homeopathy Use in the United States and Implications for Public Health: A Review. *Homeopathy* [online]. **107**(01), 003-009 [cit. 2020-02-29]. DOI: 10.1055/s-0037-1609016. ISSN 1475-4916. Dostupné z: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/29528473>
- DUBOIS, Julie et al., 2019. Characteristics of complementary medicine therapists in Switzerland: A cross-sectional study. *PLOS ONE* [online]. **14**(10) [cit. 2020-03-05]. DOI:



10.1371/journal.pone.0224098. ISSN 1932-6203. Dostupné z:  
<https://search.proquest.com/docview/2308050897?accountid=16730>

ECH. *November Newsletter* [online], 2018. [cit. 2020-03-08]. Dostupné z:  
<https://mailchi.mp/fb699a0122fc/ech-november-newsletter>

FORMÁNKOVÁ, Kateřina, Miriam KABELKOVÁ a Ilona LUDVÍKOVÁ, 2018. *Poznáváme homeopatii: jak se léčit šetrně. 2.*, aktualizované a doplněné vydání. Praha: Grada. ISBN 978-80-271-0676-9.

GRANA, Elisa et al., 2016. A Rare Cause of Back Pain During Pregnancy and Lactation: Management and Treatment. *Pain Medicine* [online]. **17**(7), 1382-1385 [cit. 2020-02-20]. DOI: 10.1093/pm/pnv101. ISSN 1526-2375. Dostupné z:  
<https://search.proquest.com/docview/2127390754?accountid=16730>

GRIMALDI-BENSOUDA, Lamiae et al., 2014. Management of Upper Respiratory Tract Infections by Different Medical Practices, Including Homeopathy, and Consumption of Antibiotics in Primary Care: The EPI3 Cohort Study in France 2007–2008. *PLoS ONE* [online]. **9**(3), 1 [cit. 2020-03-06]. DOI: 10.1371/journal.pone.0089990. ISSN 1932-6203. Dostupné z:  
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/?term=Management+of+Upper+Respiratory+Tract+Infections+by+Different+Medical+Practices%2C+Including+Homeopathy%2C+and+Consumption+of+Antibiotics+in+Primary+Care>

HERRELL, H. E., 2014. Nausea and vomiting of pregnancy. *American Family Physician* [online]. **89**(12), 965-70 [cit. 2020-02-15]. ISSN 15320650. Dostupné z:  
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/25162163>

HOLUB, J. T., 2014. *Jak se léčit homeopatii ve středním a vyšším věku*. 1. vyd. Brno: CPress. ISBN 978-80-264-0343-2.

Homeopatické léky. 2020. *Svět homeopatie* [online], © 2010 - 2020 Svět Homeopatie [cit. 2020-02-09]. Dostupné z: [https://svethomeopatie.cz/hledam\\_homeopatika.php](https://svethomeopatie.cz/hledam_homeopatika.php)

Homeopatickou léčebnou metodu zná až 81 % obyvatel České republiky, 2019. *Okénko do Světa homeopatie*. Praha: Homeopatická lékařská asociace, **7**(29), 14. ISSN 1803-196X.

Homeopatie má v českém zdravotnictví pevné místo. Dokazují to průzkumy mezi laickou i odbornou veřejností., 2020. *Homeopatická lékařská asociace (HLA)* [online]. Praha: Homeopatická Lékařská Asociace, z.s. [cit. 2020-03-11]. Dostupné z: <https://hla->

homeopatie.cz/cs/1562-homeopatie-ma-v-ceskem-zdravotnictvi-pevne-misto-dokazuji-to-pruzkumy-mezi-laickou-i-odbornou-verejnosti

HRI: Homeopathy use around the world, 2018. *HRI* [online]. [cit. 2020-03-07]. Dostupné z: <https://www.hri-research.org/resources/essentialevidence/use-of-homeopathy-across-the-world/>

CHAPPELL, Peter, 1995. *Homeopatická samoléčba*. Praha: Alternativa. ISBN 80-859-9304-X.

CHORTATOS, Arthur et al., 2018. Nausea and vomiting in pregnancy – association with pelvic girdle pain during pregnancy and 4-6 months post-partum. *BMC Pregnancy and Childbirth* [online]. **18**(1), 1-2 [cit. 2020-02-16]. DOI: 10.1186/s12884-018-1764-7. ISSN 1471-2393. Dostupné z: <https://bmcpregnancychildbirth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12884-018-1764-7>

ILLAMOLA, Sílvia M. et al., 2020. Use of Herbal Medicine by Pregnant Women: What Physicians Need to Know. *Frontiers in Pharmacology* [online]. **10**(1483), 1-4 [cit. 2020-02-12]. DOI: 10.3389/fphar.2019.01483. ISSN 1663-9812. Dostupné z: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/31998122>

JOCHAM, Alexandra et al., 2017. How do medical students engaging in elective courses on acupuncture and homeopathy differ from unselected students? A survey. *BMC Complementary and Alternative Medicine* [online]. **17**(1), 1-8 [cit. 2020-03-08]. DOI: 10.1186/s12906-017-1653-z. ISSN 1472-6882. Dostupné z: <https://search.proquest.com/docview/1882911115?accountid=16730>

KAUR, Harleen, Deepti CHALIA a Raj MANCHANDA, 2019. Homeopathy in Public Health in India. *Homeopathy* [online]. **108**(02), 076-087 [cit. 2020-03-05]. DOI: 10.1055/s-0038-1673710. ISSN 1475-4916. Dostupné z: <http://www.thieme-connect.de/DOI/DOI?10.1055/s-0038-1673710>

KLEIN, Sabine D. et al., 2015. Usage of Complementary Medicine in Switzerland: Results of the Swiss Health Survey 2012 and Development Since 2007. *PLOS ONE* [online]. vol. 10. **10**(10), 3-5 [cit. 2020-03-05]. DOI: 10.1371/journal.pone.0141985. ISSN 1932-6203. Dostupné z: <https://search.proquest.com/docview/1728250902?accountid=16730>

KOHUTOVÁ, Marie, 2018. Výživa při potížích v těhotenství 2. *Angis revue* [online]. **11**(-), 36-37 [cit. 2020-02-19]. ISSN 2464-5435. Dostupné z: <http://www.angisrevue.cz/>

KOHUTOVÁ, Marie, 2018. Výživa při potížích v těhotenství. *Angis revue*. **11**(červen-srpen), 38-39. ISSN 2464-5435. Dostupné také z: <http://www.angisrevue.cz/>

KRÁL, Jiří, 2019. Z doporučení ESC pro léčbu kardiovaskulárních onemocnění v těhotenství. *Kapitoly z kardiologie pro praktické lékaře*. **11**(1), 12-16. ISSN 1803-7542. Dostupné také z: <https://www.tribune.cz/tituly/kzk/archiv/>

KRUG, Katja et al., 2016. Complementary and alternative medicine (CAM) as part of primary health care in Germany—comparison of patients consulting general practitioners and CAM practitioners: a cross-sectional study. *BMC Complementary and Alternative Medicine* [online]. **16**(1), 1-7 [cit. 2020-03-08]. DOI: 10.1186/s12906-016-1402-8. ISSN 1472-6882. Dostupné z: <https://search.proquest.com/docview/1834870189?accountid=16730>

Kurzy homeopatie: *Česká komora klasické homeopatie* [online], 2018. Brno: Česká komora klasické homeopatie [cit. 2020-03-11]. Dostupné z: <https://www.homeopathy.cz/kurzy-homeopatie/>

LUDVÍKOVÁ, Ilona a Kateřina FORMANKOVÁ, 2018. *Homeopatie pro maminky a miminka* [online]. Praha: Homeopatická lékařská asociace, z.s., s. 2 [cit. 2020-02-09].

MARZIEH, TABATABAEI SEYEDEH et al., 2019. The use of complementary medicine in pregnancy nausea. *International Journal of Pharmaceutical Research (09752366)* [online]. **11**(neuvedeno), 682-686 [cit. 2020-03-04]. ISSN 09752366. Dostupné z: <http://web.b.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=15&sid=652ed2d8-a527-4fae-b43b-014f4a39a383%40pdc-v-sessmgr02>

MCCLEAN, Stuart a Mary MITCHELL, 2018. ‘You Feel It in Your Body’: Narratives of Embodied Well-Being and Control among Women Who Use Complementary and Alternative Medicine during Pregnancy. *Societies* [online]. **8**(2) [cit. 2020-02-13]. DOI: 10.3390/soc8020030. ISSN 2075-4698. Dostupné z: <https://search.proquest.com/docview/2124999255?accountid=16730>

MEANS, , 2020. Iron Deficiency and Iron Deficiency Anemia: Implications and Impact in Pregnancy, Fetal Development, and Early Childhood Parameters. *Nutrients* [online]. vol. 12. **12**(2), 1-2 [cit. 2020-02-18]. DOI: 10.3390/nu12020447. ISSN 2072-6643. Dostupné z: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/?term=Deficiency+and+Iron+Deficiency+Anemia%3A+Implications+and+Impact+in+Pregnancy%2C+Fetal+Development%2C+and+Early+Childhood+Parameters.>

- NAYERNOURI, Touraj, 2017. Homeopathy, Ritual and Magic. *Archives of Iranian Medicine; Tehran* [online]. **20**(11), 718-722 [cit. 2020-03-14]. ISSN 10292977. Dostupné z: <https://search.proquest.com/docview/2086250940?accountid=16730>
- NOVÁČKOVÁ, Marta, 2016. Infekce močových cest v těhotenství. *Urologie pro praxi*. **17**(3), 121-123. ISSN 1213-1768. Dostupné také z: <http://www.urologiepropraxi.cz/archiv.php>
- NOVOSADOVÁ, Martina, 2014. Racionální terapie bolesti v těhotenství. *Praktické lékárenství* [online]. Solen s.r.o., **10**(4), 126-127 [cit. 2020-02-09]. ISSN 1803-5329. Dostupné z: <https://www.solen.cz/pdfs/lek/2014/04/02.pdf>
- O HLA, 2018. *Homeopatická lékařská asociace (HLA)* [online]. Praha: Homeopatická Lékařská Asociace, z.s. [cit. 2020-03-10]. Dostupné z: <https://hla-homeopatie.cz/cs/2-o-hla>
- O nás: *Česká lékařská homeopatická společnost* [online], 2020. Praha: ČLHS.cz [cit. 2020-03-10]. Dostupné z: <http://www.clhs.cz/o-nas/>
- PESCHOUT, Roman, 2019. Žilní onemocnění v těhotenství a šestinedělí. *Via practica*. **16**(2), 68-72. ISSN 1336-4790.
- PFEIFFER, Tomáš, 2018. *Alternativní medicína (CAM) ve světě: o čem se mlčí* [online]. 2. přepracované vydání. Praha: Dimenze 2+2 [cit. 2020-03-08]. ISBN 978-80-85238-99-0. Dostupné z: [https://www.sanator.cz/knihy/CAM/Alternativni-medicina-\(CAM\)-ve-svete.pdf](https://www.sanator.cz/knihy/CAM/Alternativni-medicina-(CAM)-ve-svete.pdf)
- PINTO, Gabrielle a Murray FELDMAN, 2004. *Homeopatie pro děti: rádce rodičů při léčbě běžných dětských onemocnění*. Praha: Alternativa. ISBN 80-859-9393-7.
- PRAŽSKÝ, Bohumil, 2014. Homeopatie u nás a v zahraničí. *Zdravotnictví a medicína: čtrnáctideník pro odborníky ve zdravotnictví a farmacii* [online]. Praha: MF Medical [cit. 2020-03-10]. Dostupné z: <https://zdravi.euro.cz/clanek/sestra/homeopatie-u-nas-a-v-zahranici-473726>
- PRITCHARD, Jane, 2016. *Get help for that hormone pain HOMEOPATHY HUB: Hawkes Bay Today*; [online]. New Zealand Media and Entertainment, NZME [cit. 2020-02-19]. ISSN 11749792. Dostupné z: <https://search.proquest.com/docview/1773246861?accountid=16730>
- PROCHÁZKA, Martin a Radovan PILKA, 2018. *Porodnictví: pro studenty všeobecného lékařství a porodní asistence*. 2. přepracované vydání. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci. ISBN 978-80-244-5322-4.

RELTON, Clare et al., 2017. Prevalence of homeopathy use by the general population worldwide: a systematic review. *Homeopathy* [online]. **106**(02), 69-78 [cit. 2020-03-06]. DOI: 10.1016/j.homp.2017.03.002. ISSN 1475-4916. Dostupné z: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/28552176>

ROY, Vandana, Monica GUPTA a RaktimKumar GHOSH, 2015. Perception, attitude and usage of complementary and alternative medicine among doctors and patients in a tertiary care hospital in India. *Indian Journal of Pharmacology* [online]. **47**(2), 137 [cit. 2020-03-03]. DOI: 10.4103/0253-7613.153418. ISSN 0253-7613. Dostupné z: <https://search.proquest.com/docview/1676560279?accountid=16730>

SCOTT, Ivy, 2019. FRANCE - France cancels coverage for homeopathy, 'a grave error'. *English ed.; Paris* [online]. Paris: SyndiGate Media Inc, 1-4 [cit. 2020-03-06]. 2254538111. Dostupné z: <https://search.proquest.com/docview/2254538111/fulltext/59A5F447FAC4888PQ/1?accountid=16730>

ŞENEL, Engin, 2019. Evolution of homeopathy: A scientometric analysis of global homeopathy literature between 1975 and 2017. *Complementary Therapies in Clinical Practice*. **34**, 165-173. DOI: 10.1016/j.ctcp.2018.11.018. ISSN 17443881. Dostupné také z: <https://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S1744388118307163>

SHRIVASTAVA, Saurabh RamBihariLal, Prateek Saurabh SHRIVASTAVA a Jegadeesh RAMASAMY, 2015. Mainstreaming of Ayurveda, Yoga, Naturopathy, Unani, Siddha, and Homeopathy with the health care delivery system in India. *Journal of Traditional and Complementary Medicine* [online]. **5**(2), 116-118 [cit. 2020-03-05]. DOI: 10.1016/j.jtcme.2014.11.002. ISSN 22254110. Dostupné z: <https://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S2225411014000121>

SHRIVASTAVA, Suman a S. J. DAHARWAL, 2019. Extensive review on the analytical methods for the estimation of Thuja occidentalis homeopathic mother tincture. *Research Journal of Pharmacy and Technology* [online]. **12**(9), 4523 [cit. 2020-03-08]. DOI: 10.5958/0974-360X.2019.00779.0. ISSN 0974-3618. Dostupné z: <https://search.proquest.com/docview/2309333668/fulltext/D2D3BB96ECC04C5EPQ/4?accountid=16730>

SCHMUKLER, Alan V., 2018. *Domácí příručka homeopatie od A do Z*. Praha: Alternativa. ISBN 978-80-86936-50-5.

SOMA-PILLAY, P et al., 2016. Physiological changes in pregnancy. *Cardiovascular Journal of Africa* [online]. **27**(2), 89-94 [cit. 2020-02-09]. DOI: 10.5830/CVJA-2016-021. ISSN 19951892. Dostupné z: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27213856>

SOUČEK, Ivan a Roman HOFREITER, 2017. Komplementárna a alternatívna medicína na Slovensku z pohľadu sociálnych vied. *Sociologia* [online]. **49**(4), 427-450 [cit. 2020-04-21]. ISSN 00491225. Dostupné z: <http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=e5h&AN=125172779&lang=cs&site=ehost-live>

STEEL, Amie et al., 2015. The Outcomes of Complementary and Alternative Medicine Use among Pregnant and Birthing Women: Current Trends and Future Directions. *Women's Health* [online]. **11**(3), 318 [cit. 2020-02-20]. DOI: 10.2217/WHE.14.84. ISSN 1745-5065. Dostupné z: <https://search.proquest.com/docview/1690623422?accountid=16730>

Studium: *Homeopatická akademie* [online], 2020. Alternativa s.r.o. [cit. 2020-03-11]. Dostupné z: <https://www.homeopatickaakademie.cz/>

SUŠICKÝ, Aleš, b.r. Tříleté studium komplexní homeopatie. *Studium komplexní klasické homeopatie v Brně* [online]. nevedeno: nevedeno [cit. 2020-04-21]. Dostupné z: [http://homeopaticka-fakulta.cz/?page\\_id=33](http://homeopaticka-fakulta.cz/?page_id=33)

ŠVIHOVEC, Jan, ed. et al., 2018. *Farmakologie* [online]. 1. vydání. Ilustroval Miroslav BARTÁK. Praha: Grada Publishing [cit. 2020-02-09]. ISBN 978-80-247-5558-8.

TEIXEIRA, Marcus Zulian, 2017. Medical education in non-conventional therapeutics in the world (homeopathy and acupuncture). *Revista de Homeopatia* [online]. **80**(34), 16-3 [cit. 2020-03-06]. ISSN 0102227X. Dostupné z: <http://web.a.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=8&sid=428ef545-62c1-4eaa-8fdc-740cc6592879%40sdc-v-sessmgr03>

VRÁBLÍKOVÁ, Hana a Michal KOUCKÝ, 2015. Anémie v gynekologii a perinatologii. *Praktická gynekologie*. **19**(4), 231. ISSN 1211-6645. Dostupné také z: <http://www.prolekare.cz/prakticka-gynekologie-clanek/anemie-v-gynekologii-a-perinatologii-57274>

WHO, 2013. *WHO traditional medicine strategy: 2014-2023* [online]. 1. Geneva: World Health Organization [cit. 2020-03-12]. ISBN 978-92-4-150609-0. Dostupné z: [http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/92455/1/9789241506090\\_eng.pdf?ua=1](http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/92455/1/9789241506090_eng.pdf?ua=1)

WHO, 2019. *WHO global report on traditional and complementary medicine 2019* [online]. 1. vydání. Geneva: World Health Organization [cit. 2020-03-05]. ISBN 978-92-4-151543-6. Dostupné z: <https://www.who.int/traditional-complementary-integrative-medicine/WhoGlobalReportOnTraditionalAndComplementaryMedicine2019.pdf?ua=1>

WIESENAUER, Markus, 2012. *Homeopatie pro děti: klíč k rychlému nalezení léčby*. V Brně: CPress. ISBN 978-80-264-0049-3.

## **SEZNAM ZKRATEK**

CAM – komplementární a alternativní medicína

ECH – Evropský výbor pro homeopatii

CH – Centezimální ředění dle Hahnemanna

DH – Decimální ředění dle Hahnemannana

např. – například

AYUSH – ajurvéda, jóga, unani, siddha, homeopatie