

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích
Zdravotně sociální fakulta

**Homeopatie, akupunktura a akupresura v těhotenství,
za porodu, v šestinedělí v intervencích porodní
asistentky**

bakalářská práce

Autor práce: Lucie Panušová
Studijní program: Porodní asistence
Studijní obor: Porodní asistentka
Vedoucí práce: PhDr. Drahomíra Filausová
Datum odevzdání práce: 6. 5. 2013

Abstrakt

Těhotenství by mělo být jedno z nejkrásnějších období v životě ženy. Je zakončeno porodem, který přináší velkou změnu pro ženu i její blízké okolí. Po porodu nastává období šestinedělí, kdy se tělo rodičky postupně navrácí do stavu před otěhotněním. V těchto choulostivých chvílích se žena často setkává s různými zdravotními problémy. Homeopatie, akupunktura a akupresura je jednou z možností, jak zdravotní problémy ženy vyřešit nebo jim úplně předejít. Mnohdy o této možnosti ženy, ani porodní asistentky nevědí. V České republice totiž tyto alternativní metody k obvyklým prostředkům pro mírnění těhotenských, porodních a poporodních obtíží zatím nepatří.

Tématem této bakalářské práce je „Homeopatie, akupunktura a akupresura v těhotenství, za porodu, v šestinedělí v intervencích porodní asistentky“. Práce je rozdělena na dvě části, část teoretickou a část praktickou. Teoretická část je zaměřena na homeopatii a její základní principy, vznik homeopatického léku, na akupunkturu, akupresuru a jejich základní principy, dále na možnosti využití homeopatie, akupunktury, akupresury porodní asistentkou v těhotenství, za porodu, v šestinedělí.

Prvním cílem bakalářské práce bylo zjistit názory porodních asistentek na homeopatii, akupunkturu a akupresuru v těhotenství, za porodu, v šestinedělí. Na základě tohoto cíle byla zvolena výzkumná otázka: Jaké názory mají porodní asistentky na homeopatii, akupunkturu a akupresuru v těhotenství, za porodu, v šestinedělí? Druhým cílem bylo zjistit zkušenosti porodních asistentek s homeopatií, akupunkturou a akupresurou v těhotenství, za porodu, v šestinedělí. Stanovená výzkumná otázka k tomuto cíli zní: Jaké zkušenosti mají porodní asistentky s homeopatií, akupunkturou a akupresurou v těhotenství, za porodu, v šestinedělí? Další cíl této bakalářské práce bylo zjistit názory žen těhotných, rodičích, v šestinedělí na homeopatii, akupunkturu a akupresuru. Stanovená výzkumná otázka k tomuto cíli zní: Jaké názory mají ženy na homeopatii, akupunkturu a akupresuru v těhotenství, za porodu, v šestinedělí? Čtvrtým cílem této práce bylo zjistit zkušenosti žen těhotných, rodičích, v šestinedělí

s homeopatií, akupunkturou a akupresurou. Na základě tohoto posledního cíle byla zvolena výzkumná otázka: Jaké zkušenosti mají ženy s homeopatií, akupunkturou a akupresurou v těhotenství, za porodu, v šestinedělí?

Výzkum byl proveden kvalitativní metodou pomocí polostrukturovaných rozhovorů. Empirická část probíhala v období od prosince 2012 do března 2013. Zkoumaný soubor tvořilo deset respondentů, pět porodních asistentek a pět žen, které v těhotenství, při porodu nebo v šestinedělí využily alespoň jednu ze zkoumaných léčebných metod. Jedná se o dva výzkumné soubory, proto musely být vytvořeny dva typy rozhovorů. Jednotlivá data byla zachycena formou audiozáznamu nebo pouze písemně. Nahrávky byly přepsány/transkribovány do formy spisovného textu, poté probíhalo kódování dat pomocí barevných označení jednotlivých částí, pro snazší nalezení hlavních významových kategorií. Při tlumočení dat byly použity citace respondentů.

Z výzkumného šetření vyplynulo, že vztah porodních asistentek k homeopatii byl převážně kladný. Jen jedna PA měla opačný názor. Akupunktura není porodním asistentkám tak blízká jako homeopatie. Dvě porodní asistentky uvedly kladný názor na tuto metodu. Další tři asistentky vyjádřily spíše neutrální názor, to znamená, že akupunkturu hodnotily v některých věcech kladně a v jiných záporně. Na akupresuru měly všechny dotazované porodní asistentky kladný názor. Homeopatie je mezi porodními asistentkami v praxi nejrozšířenější ze zkoumaných metod. Všech pět porodních asistentek má osobní zkušenost s homeopatickou léčbou. Tři z pěti používají tuto metodu přímo ve své praxi. Akupunkturu nepoužívá ani jedna oslovená porodní asistentka. Vlastní zkušenost s touto alternativou má pouze jedna asistentka. Akupresuru v praxi využívají dvě porodní asistentky z pěti oslovených. Dvě porodní asistentky popsaly osobní zkušenosti s akupresurou, ale v praxi jí nepoužívají. Jedna asistentka v praxi tuto metodu nevyužívá, a ani nemá žádnou osobní zkušenost. Z výsledků jednoznačně vyplynulo, že všechny oslovené ženy mají na homeopatii pozitivní názor. Z dalších uvedených výpovědí vychází, že dvě ženy mají na akupunkturu pozitivní názor. Dvě ženy vyjádřily neutrální postoj, jedna z důvodu nedůvěry ve schopnosti terapeuta, druhá žena si nebyla jistá účinností této metody.

Další žena měla záporný názor na tuto zkoumanou metodu. Všechny dotazované ženy uvedly zkušenosti s homeopatickou léčbou, ani jedna nehodnotila léčbu negativně. Zkušenosti s akupunkturou měly tři respondentky, dvě respondentky akupunkturu nikdy nezkusily. Zkušenosti s akupresurou neuvádí pouze jedna žena. Ostatní oslovené ženy zaznamenaly s touto terapií pozitivní výsledky.

Výsledky výzkumného šetření by mohly být použity jako zdroj informací pro porodní asistentky a jako studijní materiál v rámci výuky na Jihočeské univerzitě pro další ročníky oboru Porodní asistentka.

Klíčová slova: porodní asistentka, homeopatie, akupunktura, akupresura, těhotenství, porod, šestinedělí.

Abstract

Pregnancy is supposed to be one of the most beautiful times in the life of a woman. It ends up with a delivery which brings a big change into the life for her and her vicinity. After the delivery a puerperium period begins when the body starts to return into the state before the pregnancy. In these delicate times women are more likely to suffer from any kind of health problems. Homeopathy, Acupuncture and Acupressure are the possibilities how to prevent or solve these problems. However very often the women and midwives do not know about these possibilities. In the Czech Republic there are these alternative methods not yet a common instrument to reduce pregnancy, birthing and post-partum difficulties.

The subject of this bachelor thesis is Homeopathy, Acupuncture and Acupressure during pregnancy, delivery and puerperium period in the intervention of the midwife. The thesis is divided into two parts – theoretical and practical. The theoretical part focuses on Homeopathy and its main principles, the creation of Homeopathic, Acupuncture, Acupressure and its main principles and also the possibilities how to use Homeopathy, Acupuncture and Acupressure by the midwife during pregnancy, delivery and puerperium period.

First aim of the Bachelor Thesis was to obtain opinions about Homeopathic, Acupuncture and Acupressure during pregnancy, delivery and puerperium period by midwives. Based on this aim the research question was formed: What is the attitude of the midwives to Homeopathic, Acupuncture and Acupressure during pregnancy, delivery and puerperium period? The second aim was to find out the experience with Homeopathic, Acupuncture and Acupressure during pregnancy, delivery and puerperium period. The research question is: What kinds of experience have midwives with Homeopathic, Acupuncture and Acupressure during pregnancy, delivery and puerperium period? The next aim of this Bachelor Thesis was to obtain opinions of the women about Homeopathic, Acupuncture and Acupressure during pregnancy, delivery and puerperium period. The formed research question is: What kinds of opinion have the

women about Homeopathic, Acupuncture and Acupressure during pregnancy, delivery and puerperium period? The fourth aim was to find out the experience of the women with Homeopathic, Acupuncture and Acupressure during pregnancy, delivery and puerperium period. The relevant research question is: Which experiences have the women with Homeopathic, Acupuncture and Acupressure during pregnancy, delivery and puerperium period?

The quantity method with half-structured interviews was used for the research. Empirical part was carried out between December 2012 and March 2013. The examined file was built of ten respondents - five midwives and five women who used at least one of these methods during pregnancy, delivery and puerperium period. Due to two examined files two types of interviews had to be made. The data were recorded or written down by hand. Records were after the interview written down in standard language. Afterwards the classification of the data was made by using colour marks to be able to find easier the main topics. By interpreting quotations of the respondents were used.

The result of the research was that the relationship of midwives to Homeopathy is mainly positive. One midwife had a different opinion. Acupuncture is not as close to midwives as the Homeopathy. Two midwives had a positive opinion to this method. Three were indifferent which is to explain as a positive and negative opinion in certain matters. Acupressure was evaluated in all cases as positive. Homeopathy is the most prevalent method. All five midwives have a personal experience with Homeopathy. Three from five use this method in practice. Acupuncture is not used by anyone. Only one midwife has her own experience with Acupuncture. Acupressure is used by two midwives of five in practice. Two midwives described a personal experience with Acupressure, but they do not use it in practice. One midwife has neither a personal experience nor uses the method in practice. From the results it was clearly visible that all women have a positive opinion about Homeopathy. From the further answers results that two women have a positive opinion about Acupuncture. Two women have an indifferent opinion— one was not sure about the capabilities of the therapist and the other was unsure about the effectiveness of the method. The last woman had a negative

opinion. All questioned women have an experience with Homeopathic treatment none of them evaluated the treatment negatively. Experiences with Acupuncture have three respondents, two have never tried it. Four women have got the experience with Acupressure with a positive result. Only one has no experience with the Acupressure.

In my opinion the results could be used as an information source for midwives and as a study material for the next classes at the Jihočeská univerzita in the field of study Midwife.

Key words: midwife, Homeopathy, Acupuncture, Acupressure, pregnancy, delivery, puerperium

Prohlášení

Prohlašuji, že svoji bakalářskou práci jsem vypracovala samostatně pouze s použitím pramenů a literatury uvedených v seznamu citované literatury.

Prohlašuji, že v souladu s § 47b zákona č. 111/1998 Sb. v platném znění souhlasím se zveřejněním své bakalářské práce, a to – v nezkrácené podobě – v úpravě vzniklé vypuštěním vyznačených částí archivovaných fakultou – elektronickou cestou ve veřejně přístupné části databáze STAG provozované Jihočeskou univerzitou v Českých Budějovicích na jejich internetových stránkách, a to se zachováním mého autorského práva k odevzdanému textu této kvalifikační práce. Souhlasím dále s tím, aby toutéž elektronickou cestou byly v souladu s uvedeným ustanovením zákona č. 111/1998 Sb. zveřejněny posudky školitele a oponentů práce i záznam o průběhu a výsledku obhajoby kvalifikační práce. Rovněž souhlasím s porovnáním textu mé kvalifikační práce s databází kvalifikačních prací Theses.cz provozovanou Národním registrem vysokoškolských kvalifikačních prací a systémem na odhalování plagiátů.

V Českých Budějovicích dne 6. 5. 2013

.....

Lucie Panušová

Poděkování

Ráda bych poděkovala svému vedoucímu práce paní PhDr. Drahomíře Filausové za odborné vedení, poskytování cenných rad a pomoc při psaní bakalářské práce.

Obsah

Seznam použitých zkratk	12
Úvod	13
1 Současný stav	15
1.1 Homeopatie	15
1.1.1 Základní homeopatické principy	17
1.1.2 Vznik homeopatického léku	20
1.1.3 Zacházení s homeopatiky	21
1.2 Akupunktura	23
1.3 Akupresura	24
1.4 Základní akupunkturální a akupresurní principy	26
1.4.1 Lokalizace akupunkturálních/akupresurních bodů	28
1.5 Možnosti využití homeopatie, akupunktury, akupresury porodní asistentkou v těhotenství	29
1.6 Možnosti využití homeopatie, akupunktury, akupresury porodní asistentkou za porodu	33
1.7 Možnosti využití homeopatie, akupunktury, akupresury porodní asistentkou v šestinedělí	34
2 Cíle práce a výzkumné otázky	37
2.1 Cíle práce	37
2.2 Výzkumné otázky	37
3 Metodika výzkumu	38
3.1 Metodika práce, technika výzkumu	38
3.2 Charakteristika výzkumného souboru	38

4	Výsledky	39
4.1	Výsledky porodních asistentek (soubor A).....	39
4.2	Výsledky žen (soubor B).....	50
5	Diskuse.....	61
6	Závěr	67
7	Seznam použitých zdrojů	69
8	Přílohy.....	73

Seznam použitých zkratk

BL – dráha močového měchýře

CV – dráha přední střední

ČR – Česká republika

GB – dráha žlučníku

HT – dráha srdce

KI – dráha ledvin

LI – dráha tlustého střeva

LU – dráha plic

PA – porodní asistentka

R – respondent

SP – dráha sleziny a slinivky

ST – dráha žaludku

TČM – tradiční čínská medicína

Úvod

Homeopatie má ve vztahu k těhotenství, porodu a šestinedělí zcela jistě svůj význam. Obecně však platí pro všechny léky zásada, že je vhodné se o jejich užívání poradit s odborníky. Pokud odborník homeopatii doporučí, lze užívat celou řadu látek. Homeopatie je léčba naprosto netoxická a zároveň velmi účinná, je tak vhodná právě v těchto nedotknutelných a křehkých obdobích života ženy. Limity a nevýhody konvenční léčby mnoha běžných zdravotních problémů nutí čím dál více klientů/pacientů k tomu, aby se obrátili k alternativním přístupům, jako je právě homeopatie, akupunktura či akupresura. Akupunktura a akupresura může být také velmi užitečná během těhotenství, porodu i šestinedělí na odstranění všemožných zdravotních problémů. Především ale na podporu přirozených ženských zdrojů potřebných pro zdravé těhotenství a bezproblémový porod. Tyto metody patří k nejstarším v tradiční čínské medicíně. Jako alternativní možnost ovlivnění těhotenských potíží a usnadnění porodu jsou u nás prováděny od konce 80. let. Akupunkturu by měl provádět pouze odborník s dlouholetou zkušeností. Akupresura má sloužit především jako prevence nemocí prostřednictvím podněcování vrozených samoléčebných schopností a posilování imunity lidského organismu. Léčení nejrůznějších problémů pomocí metod alternativní medicíny můžeme v současnosti označit za velmi silný trend, ale v České republice k obvyklým prostředkům pro mírnění těhotenských, porodních a poporodních obtíží zatím nepatří.

Tato bakalářská práce nese název: Homeopatie, akupunktura a akupresura v těhotenství, za porodu, v šestinedělí v intervencích porodní asistentky. Toto téma jsem si vybrala z důvodu zájmového zaměření na tuto problematiku, a protože si myslím, že tyto zkoumané metody nejsou porodními asistentkami a ženami dostatečně využívané v těhotenství, při porodu a v šestinedělí. Důvodem může být malý zájem o tyto metody, za kterým stojí nevědomost o možnosti jejich využití.

V praktické části jsem zjišťovala, jaké názory mají porodní asistentky a ženy na homeopatii, akupunkturu a akupresuru, a jaké zkušenosti mají porodní asistentky a ženy s těmito metodami. Ke splnění těchto cílů jsem zvolila kvalitativní výzkumné

šetření metodou polostrukturovaných rozhovorů. Jednotlivá data byla zachycena formou audiozáznamu nebo pouze písemně. Nahrávky byly přepsány/transkribovány, poté probíhalo kódování dat pomocí barevných označení jednotlivých částí, pro snazší nalezení hlavních významových kategorií. Při tlumočení dat byly použity citace respondentů.

1 Současný stav

1.1 Homeopatie

„Homeopatie je formou holistické alternativní medicíny, jejímž cílem není léčit jednotlivé příznaky, ale celého člověka. Její teorie a principy sahají až do dob lékařství starověkého Řecka a Říma“ (Lockie, 2004, s. 16). V době, kdy Hahnemann rozvinul své myšlenky ve vědu, jí dal jméno homeopatie. Název homeopatie je složen z řeckých slov homiois, „stejný, podobný“ a pathos, „utrpení, nemoc“. Homeopatie se používá k označení léčby „stejného stejným“. Na rozdíl od alopacie, klasické konvenční medicíny, která vznikla od slova alloios znamenající „jiný“, která používá léky opačně působící, například léky na snížení tělesné teploty (Dooley, 2007).

Teoretické principy homeopatie mají své kořeny v dávné léčitelské tradici, založené před tisíci lety ve starověkém Řecku a Římě. V 5. století před naším letopočtem řecký lékař Hippokrates (asi 460 – asi 377 př. n. l.) vyslovil myšlenku, že nemoc není boží trest, ale vzniká z nějaké vnější příčiny, a že při léčbě by měla být podněcována schopnost člověka uzdravit se vlastními silami. Existovaly dva přístupy k léčení. První prostřednictvím „opačného“, což znamenalo, že se nemoc léčila takovými látkami, které vyvolávají protikladné příznaky dané nemoci. A druhý přístup léčení, který vycházel z principu, že „podobné se léčí podobným“. Látky schopné vyvolávat příznaky choroby u zdravých lidí mohou pomoci při léčení podobných příznaků u nemocných. Hippokratovo myšlenky ohledně léčení „podobným“ dále do lékařství nepronikly. Po zániku Římské říše byl v medicíně učiněn jen velmi malý pokrok. Až do doby, kdy švýcarský lékař a alchymista Paracelsus (1493–1541) vzkřísil starověké řecké učení o signaturách, které bylo založeno na předpokladu, že vnější vzhled rostliny určuje povahu jejich léčivých vlastností. Posunul alchymii vpřed tím, že namísto výroby elixíru života vytyčil za její cíl léčení nemocí a studium léčivých přípravků. Věřil myšlence, že „podobné léčí podobné“ a že závisí pouze na dávce, zda jed je či není jedem. Jeho postřehy týkající se zákona o léčení „podobným“ zůstaly více než dvě stě let bez povšimnutí (Lockie, 2004, Lockie, 2002).

V období od šestnáctého do devatenáctého století úroveň lékařského poznání zaznamenávala trvalý vzestup, i přesto úroveň komunální hygieny a zdravotní péče byla nízká. Nešetrné praktiky, například pouštění žilou, podávání velkých dávek projímadel, užívání jedovatých látek, často pacienty přímo ohrožovaly na životě. V takovýchto podmínkách zahájil svou lékařskou praxi německý lékař Samuel Christian Hahnemann (1755–1843), zakladatel homeopatie. Jako konvenční lékař působil devět let, ale byl stále rozhořčenější z tehdejších drsných léčitelských praktik. V roce 1790 začal Hahnemann s výzkumem nového druhu léčení, s homeopatií. Roku 1796 vydal svou první knihu na toto téma. Své principy podrobněji vyložil roku 1810 ve své další knize pojmenované *Organon racionální léčby*. V roce 1812 zahájil vyučování homeopatie na Lipské univerzitě. Během svého života dokázal účinnost okolo sta léčivých látek. Neustále rozvíjel a vylepšoval teorii a praxi celého systému. Oficiální medicína se k Hahnemannovým teoriím stavěla skepticky, on nadále kritizoval zavedené lékařské praktiky. Znepřátelil si také lékárníky, protože předepisoval vždy jenom jeden lék, což byl opak běžné praxe, kdy lékaři předepisovali drahé směsi látek (Lockie, 2004).

Když Hahnemann zemřel, byla homeopatie v některých částech světa již pevně zakotvena. V letech 1860 až 1890 homeopatie vzkvétala. Hahnemann měl mnoho následovníků, například Constantina Heringa nebo Jamese Tylera Kenta. Constantin Hering (1800 – 1880) se začal zabývat homeopatií po přečtení Hahnemannova *Organonu* a po své vlastní zkušenosti s léčbou, kdy mu neznámý homeopat zachránil infikovanou ruku. V roce 1827 odcestoval do Jižní Ameriky na výzkumnou expedici, kde objevil další homeopatické léky. Hering zasvětil celý život zkoušení léků a psaním knih, z jeho díla jsou nejznámější Heringovy zákony o průběhu léčby. Stal se jedním ze zakladatelů homeopatie v USA. James Tyler Kent (1849 – 1916) byl americký lékař, který se začal věnovat homeopatii po úspěšném vyléčení jeho ženy homeopatickým způsobem. Kent byl zastáncem vysokých ředění homeopatických léků. Kentovo dílo s názvem *Repertorium* se hojně používá i v současné době. Jeho *Materia medica* je doposud také jednou z nejpřístupnějších homeopatických knih. Začátkem dvacátého století nakonec ale konvenční medicína ovládla společenské instituce, bránila rozvoji jiných směrů a homeopatii utlačovala. V mnoha zemích obliba homeopatie nikdy

nevymizela. Celosvětově převládá léčení vždy jen jedním lékem, ale v Německu a Francii je populární komplexní homeopatie čili polyfarmakologie, užívání kombinace či většího počtu léků najednou. V Austrálii je homeopatie pevně svázána s naturopatií, tradiční přírodní léčbou. V Indii homeopaté spolupracují s ajurvédskou a konvenční medicínou. V Jižní Americe je velmi oblíbená, běžně se vyučuje na univerzitách. Velké znovuzrození zažívá homeopatie v USA a ve Východní Evropě (Lockie, 2002, Castro, 1990, Boiron, 2005).

V České republice zcela chyběla literatura i informovaní odborníci až do roku 1989. Informační boom nastal v devadesátých letech a homeopatie byla objevena i na poli české medicíny. Do ČR začaly proudit informace z evropských zemí, kde je homeopatie vůbec nejrozšířenější, zejména z Francie, Rakouska a Německa. Homeopatie narážela a stále naráží na nesouhlas části lékařů a vědců, kteří její metody pokládají za vědecky nedostatečně průkazné. Přes všechny překážky vzniká v devadesátých letech první lékařská homeopatická společnost, ve Státním ústavu pro kontrolu léčiv jsou registrována první homeopatika, pořádají se první odborné kurzy a školení. Od roku 1991 v České republice působí mezinárodní škola klinické homeopatie – CEDH, působící přibližně ve dvaceti zemích světa. Za dobu své existence v ČR bylo v rámci této školy vyškoleno téměř čtyři tisíce homeopatů, další zájemci získávají vzdělání v jiných kurzech, převážně se jedná o anglické a rakouské homeopatické školy (Boiron, 2012).

1.1.1 Základní homeopatické principy

Similia similibus curentur, tedy „podobné necht' se léčí podobným“, je základní myšlenkou homeopatie. Na tomto principu je založen první homeopatický zákon, zákon podobnosti, který říká, že jakákoli látka, která může vyvolat nemoc, dokáže tuto nemoc také vyléčit. Každá léčivá látka u zdravých lidí vyvolá soubor symptomů, které se silně podobají těm, jež tato látka dokáže vyléčit u nemocného. Pojmem „symptom“ jsou myšleny změny v organismu, které mohou souviset s určitou nemocí nebo pocitem

vnitřní nevyrovnanosti a které jsou vnějším vyjádřením tohoto stavu. Subjektivní pocity jsou ty, které pociťuje pacient, objektivní pozoruje homeopat (Castro, 1990).

Konstantine Hering (1800–1880) popsal zákony léčby po dlouhodobém pozorování procesů, které probíhají při léčbě nemocných. Během své dlouholeté praxe přišel k následujícím závěrům. Léčba probíhá shora dolů, od hlavy k nohám. Ruce a nohy bývají nemocí postižené nejdéle. Je to způsobené tím, že v průběhu léčby se příznaky přesouvají od důležitých orgánů k orgánům životně méně důležitým. Jinak řečeno léčba probíhá směrem zevnitř ven, z centrálních částí těla do povrchnějších. V průběhu léčení se často opakují symptomy z minulosti potlačeny alopatickými léky. Symptomy se vyskytují v opačném pořadí, než jak se objevovaly během pacientova života, od těch nejčerstvějších k nejstarším v mírnější formě než původně. Homeopat používá uvedené zákony jako vodítko při hodnocení průběhu léčby, když si chce ověřit, zda se případ správně vyvíjí (Castro, 1990).

Principy homeopatie jsou silně ovlivněny holistickým přístupem k člověku. Hahnemann tvrdil, že nemoc je děj, který má dopad na pacienta jako celek, a že léky lze podávat v malých netoxických dávkách, které působí přímo na pacienta a ne pouze na onemocnění. Konvenční alopatická medicína léčí nemoc, nikoliv pacienta. Homeopatický lék podněcuje přirozené zotavovací procesy pacienta směrem ke zdraví. Nemoc se vyřeší s tím, jak se pacient uzdravuje. Neřeší se nemoc přímo, a tak dojde k tomu, že pro danou nemoc existují stovky léků, které by bylo možné použít, záleží na pacientovi a jeho celkových symptomech (Dooley, 2007).

Homeopati věří, že lidská bytost má určitý mechanismus udržování rovnováhy, díky tomu je člověk zdravý. Hahnemann nazval tento mechanismus „vitální silou“. Známé výrazy jako „obranný mechanismus“ a „imunitní systém“, jsou to jen jiná označení pro vitální sílu. Nemoc napadne organismus, pouze pokud je tato vitální síla oslabená, například dlouhodobým stresem. Energie homeopatického léku stimuluje vitální sílu tak, aby se organismus uzdravil sám. Správná léčba zmírní symptomy a také uvede pacienta do celkově harmonického stavu. Cíleně zaktivizovat samoléčivé síly a překonat tak nemoc vlastní silou, umožňuje právě homeopatie. Homeopatické léky působí celostně – stejnou měrou ovlivňují náš fyzický, psychický i mentální stav.

Homeopatický prostředek už neobsahuje žádné prokazatelné účinné látky, a přesto v sobě skrývá netušenou léčebnou sílu. Každý homeopatický lék je zvolen vždy tak, aby se hodil k nemocnému člověku, k jeho potížím, zdravotnímu stavu, osobnosti (Castro, 1990, Stumpf, 2009).

Aby mohl vzniknout homeopatický lék, musel být nejdříve náležitě testován. Hahnemann určil pevná pravidla zkoušení čili „provingu“ potencionálních léčiv. První pokusy, které Hahnemann prováděl sám na sobě, pravděpodobně patří k prvním lékařským testům vůbec. Anglický termín „proving“, který se dnes stále používá, byl odvozen z německého Prüfung, tedy „zkouška“. Skupina dobrovolníků užívá zkoumanou látku v dostatečné koncentraci, která vyvolá určité příznaky bez nevratných patologických změn a vede detailní záznamy o svých náladách, pocitech a jakýchkoliv symptomech, které se u nich objeví. Některé obecné, tělesné i psychické symptomy jsou zřetelnější než jiné. Zaznamenávají se všechny projevy, které se liší od běžného stavu pokusné osoby. Ty příznaky, které se objeví u většiny dobrovolníků, označujeme jako prvořadě a příznaky, které se vyskytnou pouze u jedné či několika osob jako druhořadě až třetířadě. Takto se sestaví komplexní portrét neboli obraz symptomů pro každou látku a ten pak lze odlišit od obrazů ostatních látek. Každý homeopatický lék tak představuje složeninu lidí, kteří jej požili a podrobně popsali reakci na něj. Zákon podobnosti nabízí čistě experimentální metodu zkoumání léčebného působení jakékoli látky bez pomoci umělých modelů nemocí nebo nehumánního testování léků na zvířatech (Lockie, 2002).

Od dob, kdy Hahnemann poprvé formuloval své teorie, bylo vyzkoušeno přes čtyři tisíce látek. Výsledkem je materia medica, seznam léků, který zahrnuje více než dva tisíce přípravků a neustále přibývají nové. Různé a často i složité důvody vedly k vybrání té či oné látky jako homeopatického prostředku. Některé z nich byly obecně známé z bylinkářství a lidových tradic, jiné používala dobová konvenční medicína (rtuť), dále pak látky, které byly využívány v doplňkové výživě (zinek). Různé látky se zkoušely ze zvědavosti, nebo že byly známy svými silnými, dokonce i toxickými účinky (Stumpf, 2009).

1.1.2 *Vznik homeopatického léku*

Homeopatické léky se připravují z různých výchozích látek rostlinného, živočišného, minerálního i chemického původu. Dále se léky mohou připravovat z původců nákazy, z novotvarů nebo sekretů dané nemoci, tyto výchozí látky se nazývají nosody. Rostlinné a živočišné suroviny se používají celé či pokrájené, závisí to na jejich konzistenci a velikosti. Rostliny se sklízají ve svém přirozeném prostředí a k výrobě léků se používají převážně čerstvé. Pokud je základní látka pro výrobu léku rozpustná, připraví se z ní alkoholový výluh zvaný tinktura či esence. Nerozpustné kovy musejí nejdříve projít triturací. Triturace je proces, kdy se nerozpustné kovy mísí s mléčným cukrem (laktózou) a opakovaně se třou či melou, až vznikne jemný prášek, který lze rozpustit ve vodě či alkoholu. Další nerozpustné látky, tvrdé či velké, se také musí nejdříve semlít. Homeopatické léky se nikdy nevyrábějí doma, ale vždy komerčním výrobcem za přísných podmínek podle naprosto přesných návodů. Přípravu homeopatického léku přesně formuloval Hahnemann, vypracoval jedinečnou metodu zvanou „potenciace“. Potenciací rozumíme mnohočetné ředění a protřepávání homeopatického léku. Tímto procesem se rozvíjí potenciál a síla léku, získá tak nový předtím skoro neznatelný energetický léčebný účinek. Potenciace tedy znamená rozvíjení síly léku (Stumpf, 2009).

Hahnemann vycházel z předpokladu, že zředěné léky působí tak, že stimulují živý organismus na čistě energetické úrovni. Usoudil, že protřepávání osvobozuje tuto energii z chemických „pout“ a uvolňuje jí do roztoku. Celá řada léků se připravuje z jedovatých či vysoce aktivních surovin, proto musejí být ve velmi vysoké míře naředěny, až se nakonec dá v prostředí prokázat jen mizivé, až žádné množství suroviny, proto je vysoce nepravděpodobné, že by byl výsledný lék nebezpečný. Hahnemann zjistil, že čím je léčivo zředěnější, tím déle a hlouběji působí v organismu a tím méně dávek můžeme použít (Lockie, 2004). Podle Moskowitz (2008) Hahnemannova obhajoba „nekonečně malých dávek“ zůstává jedním z nejkontroverznějších aspektů jeho práce, ani nikdo doposud uspokojivě nevysvětlil, jak může mít takto zředěný lék nějaký účinek, navíc ještě léčivý.

Homeopatické prostředky se většinou připravují podle dvou systémů ředění: decimálního (D), nebo centezimálního (C). Decimální škála má ředící faktor 1:10, to znamená 1 díl základní tinktury a 9 dílů směsi vody a alkoholu, centezimální poměr je 1:100. Léčivé přípravky mají za názvem písmeno, znamenající v jakém poměru je lék ředěn a číslo označující kolikrát byl lék potencován. Příklad Arnica D 12- toto označení znamená, že lék byl zředěn a protřepán podle decimálního systému, tedy v poměru 1:10 a to dvanáctkrát. Vzácně se může používat milesimální škála ředění (M), určena pro případy, kdy je potřeba jedna velice silná dávka léku a quinquagintamilesimální (LM) škála ředění, vhodná pro úporné chronické nemoci, které vyžadují obrovskou sílu příslušného léku. Ředící faktor u těchto škál je 1:1000 nebo 1:50 000 (Lockie, 2004).

Homeopatické léky mohou být monokomponentní (jednosložkové) a nebo polykomponentní (vícesložkové). Granule a globule jsou malé kuličky ze směsi sacharózy a laktózy, které jsou dále impregnovány léčivou látkou v požadovaném ředění. Tyto dvě formy jsou pro homeopatické léky specifické. V homeopatii existují další formy léků, například kapky, tinktury, masti, čípky, tablety, vaginální globule, injekce a další (Boiron, Payre-Ficot, 2005).

1.1.3 Zacházení s homeopatiky

Homeopatické léky mají mezi léčivy téměř v každém ohledu zvláštní postavení. Jsou v lékárnách k dispozici bez lékařského předpisu, od roku 2001, po změně legislativy, není možné uvádět oblast použití léku, což pacientům stěžuje situaci při jejich užívání (Boiron, 2012).

Homeopatické prostředky jsou vybírány podle souhrnu všech potíží, které v daném období nemocného trápí. Lék musí být vždy svým obrazem symptomů nejpodobnější potíží pacienta. Dávkování se obecně řídí intenzitou potíží a potenci léku (obecně tvoří jednu dávku zpravidla pět granulí). V zásadě můžeme říci, že čím větší problém nás trápí, tím vyšší potenci můžeme použít, nejlépe je poradit se s homeopatem. Četnost dávek závisí na intenzitě obtíží, čím akutnější je stav, tím častěji homeopatikum podáváme. Lék se zásadně bere znovu, když jeho účinek začíná odeznívat. Intervaly

mohou být od každých dvou minut po jednorázovou dávku u potencí D30 a výše. Zlepšení stavu se může projevit ihned a zpravidla ho lze očekávat nejpozději po třetím užití léku. S užíváním se přestává, když potíže pomínou. Dále je třeba oslabený organismus šetřit. Užívání větší dávky léku nevede k zesílení účinku. Pokud při léčbě akutních onemocnění nedojde ke zlepšení do dvanácti až dvaceti čtyř hodin, je nutné vyhledat lékaře. Když se nejedná o akutní stav, probíhá zlepšování stavu pomaleji a postupně (Dooley, 2007).

Homeopatické léky nejsou toxické, nemají vedlejší účinky, protože podíl výchozí léčivé látky je v potencionovaném léku mizivý. Nevzniká na nich závislost, jsou vhodné pro všechny, včetně těhotných žen a novorozenců, lze je kombinovat s klasickými alopatickými léky, jejich účinky se nijak neovlivňují. S homeopatickými léky by neměly být kombinovány terapie, které působí stejně jako ona energeticky. Patří mezi ně například akupunktura, akupresura, bachovy květy, léčivý magnetismus. Homeopatické léky se nechávají rozpustit na nebo pod jazykem. Při podání léku u novorozence či kojence, lék rozpustíme v malém množství kojenecké převařené vody, asi deset granulí na jeden decilitr vody a podáváme dítěti po lžičkách v doporučených intervalech (jedna dávka = jedna lžička). Každý den ředíme nový roztok. Pacient by měl lék užít až třicet minut po jídle, pro jeho samostatné vstřebání. Stejně důležité je nejíst třicet minut po užití léku, aby potrava nezbrzdila jeho vstřebávání. To samé platí i pro čištění zubů před a po užití léku. Doporučuje se nekonzumovat nápoje a potraviny výrazné chuti (alkohol, kořeněná jídla). Při léčbě je vhodné se vyhnout všem silně aromatickým éterickým olejům jako mentolu, máté, eukalyptu, kafru, čajovníku a preparátům obsahující tyto látky. Kofein také mívá negativní vliv na účinek léku. Homeopatických prostředků bychom se neměli dotýkat (dotkneme se jen toho množství, které si chceme vzít), mohla by se tak snížit jejich účinnost. Lék, kterého se dotkneme, nikdy nevracíme zpět do nádoby. Lék se může nabrat na suchou, čistou a nekovovou lžičku, nebo nakapat přímo do úst. Léčivo je třeba skladovat v chladu, temnu a suchu. Léky by se nikdy neměly ukládat blízko počítače, televizoru nebo transformátoru pro halogenovou lampu (například ne na noční stolek), protože silné elektromagnetické pole může mít na léky negativní vliv (Stumpf, 2009, Formánková, Kabelková, Ludvíková, 2008).

1.2 Akupunktura

Akupunktura je nejznámější alternativní léčebnou metodou vycházející ze zásad tradiční čínské medicíny (TČM), je používána i v kombinaci s dalšími metodami např. s moxou, masáží, fototerapií. Její podstatou je působení na akupunkturální body na povrchu těla rozmístěných podél meridiánů, jimiž proudí energie, pomocí zabodnutých jemných a tenkých jehel a tím vyvolá reakci organismu. Slovo akupunktura je převzaté a uměle vytvořené z latiny. Acus znamená jehla a puncto píchat (Lenková, 2001, Brucker, Wutta, 2007).

Není známo, kdy přesně vznikla, a zda bylo poprvé použito léčení pomocí vpichu jehly nebo zatlačení prstem (akupresura). Na východě, kde má své kořeny, se používá už tisíce let. Podle některých autorů začátky sahají až do sedmého tisíciletí před naším letopočtem, ale do západního světa pronikla akupunktura až v 17. století, zatímco vyvíjet se zde začala až v posledních desetiletích. Největší rozkvět akupunktura zažila v Číně v 7. století. Svůj systém akupunktury mají i jiné země než nejznámější Čína, například Korea, Tibet, Vietnam nebo Rusko. Ve společnosti obliba akupunktury stoupá a používá se prakticky po celém světě. Pro vědu je akupunktura stále hádankou, zatím se nepodařilo zjistit, jak akupunktura v těle funguje (Růžička, Wang, Sosík, 2002, Esler, 2003).

Akupunkturu můžeme rozdělit na tělovou a mikrosystémovou. Při tělové akupunktuře se používají body ležící na celém těle. U mikrosystému je celý obraz člověka redukován na malou část těla, například akupunktura využívá mikrosystémy nohy, ruky, ucha nebo hlavy. V ušní akupunktuře neboli aurikuloterapii si představujeme, že boltec nese obraz embrya a tak na něm můžeme snadněji najít příslušné body. V porodnictví se mikrosystém ucha používá např. při porodu, kdy se ovlivňuje oblast dělohy a analgetický bod (Růžička, 2002, Esler, 2003).

Z historie známe více druhů akupunkturálních jehel, například kostěné, ze slonoviny, zlata, stříbra. Dnes se nejčastěji používají předem připravené vlasové sterilní jednorázové ocelové jehly. Vyrábějí se v různých průměrech a velikostech. Velikost se řídí podle oblasti, na které části těla se používají (Růžička, 2003).

Akupunkturní léčbu by měl nejlépe provádět speciálně vyškolený terapeut v oboru. Některé body mají vliv na dělohu, a proto je jejich dráždění v těhotenství nevhodné, může vyvolat porodní bolesti a následně předčasný porod. Když už porod probíhá, jsou tyto body naopak velmi užitečné a prospěšné pro jeho optimálnější průběh. Mezi tyto body patří LI 4, GB 21, CV 6,5,4,3,2, GV 3, ST 28, SP 6, BL 21, 60, 67 (viz přílohy 4, 5, 10, 13, 14, 15, 16). Mezi kontraindikace akupunktury patří akutní psychóza, porucha srážlivosti krve, kožní infekce, diabetes mellitus, srdeční onemocnění (Balner, 2002, Kolster, Waskowiak, 2006).

1.3 Akupresura

Akupresura představuje jednu z více disciplín čínské masážní terapie a další z prostředků, jak téměř bez rizika a bez nepříjemných vedlejších účinků odolávat a čelit zdravotním problémům. Akupresura neboli akupunktura bez jehel, je velmi stará profylakticko-léčebná metoda, která je součástí TČM, a používá se již několik tisíc let. Výběr jednotlivých bodů vycházel především ze zkušeností, masírovaly se body, které vykazovaly dobré terapeutické účinky. Možná se dá považovat za předchůdce akupunktury, svou podstatou jsou si tyto léčebné metody velmi blízké. Je to snadná terapeutická metoda přinášející spolehlivé výsledky při léčení nejrůznějších potíží, dříve než se rozvinou do závažných nemocí, které nezbytně vyžadují zásah lékaře. V Číně, v zemi, kde vznikla, je velmi populární, dokonce se vyučuje i na základních školách a je považována za léčebnou metodu rovnocennou všem ostatním (Lenková, 2001, Preuss, 2010).

Akupresura nevyžaduje žádné zvláštní prostředky, stačí pouze prsty na ruku. Někdy se mohou použít i některé předměty s tupým a zaobleným koncem, pro účinnější stimulaci nebo na méně přístupná místa. Akupresura porodním asistentkám může dát velké uspokojení v tom, že mohou pomoci ženám těhotným, rodičím a v šestinedělí, překonat mnoho zdravotních problémů, aniž by se musely uchýlovat k chemickým lékům, kterým se snaží právě v těchto obdobích vyhnout. Oproti akupunktuře je bezbolestná, a protože neporušuje kůži, nevytváří možnost ohrožení infekcí. Masážní

body pro akupresuru jsou většinou stejné jako při akupunktuře, ale energetický stimul, který získáme akupresurou, je znatelně slabší a kratší (Andreoli, Minelli, Trapani, 2008, Górnicka, 2011).

Při akupresuře rozlišujeme tři způsoby masáže, jsou to harmonizace, tonizace, rozmasírování. Harmonizace slouží k usměrnění energie podle potřeb organismu. Můžeme jí použít při léčení všech potíží. Ukazovákem nebo prostředníkem vytváříme tlak na určitý bod a kroužíme s ním asi stokrát po směru hodinových ručiček. Tonizace umožňuje posilovat energii, provádí se spojeným ukazovákem a prostředníkem, kdy se lehce a rychle poklepává daný bod po dobu asi deseti minut. Tonizace posiluje oslabený organismus, stimuluje obranyschopnost. Rozmasírování se provádí špičkou palce, kterým soustavně tlačíme na bod po dobu dvaceti vteřin až pěti minut. Metoda je třeba třikrát po sobě v cyklech opakovat (Andreoli, Minelli, Trapani, 2008).

Délka masáží v těhotenství by měla trvat přibližně deset minut pro každý bod. Opakování masáže je vhodné třikrát denně, ale vše je velmi individuální a nedá se paušálně určit na všechny body. Každá masáž by měla být pociťována jako příjemná a nebolestivá. Pro zmírnění podráždění pokožky může porodní asistentka na masírované místo použít kvalitní masážní esenciální olej, např. mátový. Masírované části pokožky by měly být zdravé a nepoškozené, porodní asistentka i klientka klidné a uvolněné. Při porodu může porodní asistentka stlačovat akupresurní body, kdykoliv si to rodička přeje. Technika a doba stimulace není striktně určena, například může použít interval stlačení třikrát za sebou po dobu deseti vteřin s krátkými pauzami nebo dlouhodobější stlačení bodu více než jednu minutu (Simkin, 2000, Yates, 2009).

Akupresuru může s dobrými výsledky používat specializovaný lékař, vyškolená porodní asistentka, tak i správně edukovaná žena sama, protože techniku akupresury si může osvojit celkem rychle, i v domácím prostředí dosáhne hodnotných terapeutických výsledků. U závažnějších obtíží je samozřejmě zapotřebí vždy vyhledat pomoc specializovaného lékaře či porodní asistentky (Růžička, Wang, Sosík, 2002, Andreoli, Minelli, Trapani, 2008).

1.4 Základní akupunkturní a akupresurní principy

Akupunktura a akupresura stojí na poznatcích a principech tradiční čínské medicíny, TČM je jejich základním kamenem. Tyto dvě metody mají spolu mnoho společného. Tradiční čínská medicína v sobě dále zahrnuje další metody léčení například moxování, reflexologii, fototerapii, feng-šuej, čínskou bylinnou terapii aj. Léčení podle tradiční čínské medicíny je velmi účinné a při léčení dochází k odstraňování příčiny nemoci (Andreoli, Minelli, Trapani, 2008, Tuo, 2001).

Akupunktura a akupresura je terapeutickým technikám v České republice i mentalitě většiny českých lékařů velmi vzdálená, ale i přesto může být pro klientky velkým přínosem. Čínská medicína se snaží poskytnout klientkám další možnosti léčby, které jim mohou pomoci navrátit zdraví (Růžička a kol., 2002). Hlavní doménou východní medicíny je energie, naproti tomu západní medicína klade důraz na tělesnou hmotu (Górnicka, 2011). Z hlediska akupunktury a akupresury je na člověka nahlíženo jako na celek. V tomto smyslu neexistuje nemoc jen jedné části, ale vždy jako onemocnění celého jedince. Také platí, že léčbou jednoho orgánu je možné ovlivnit jiný orgán. V klinické praxi je kladen důraz na určení správné diagnózy, na rozbor příznaků, vyhledávání a léčení příčiny nemoci (Tuo, 2001).

Akupunktura a akupresura patří dle jednoho způsobu dělení do reflexní terapie, která je založena na reflexních mechanismech. Základem účinku je reflexní odpověď určitého systému na podnět, kterým je podráždění. Podle tradičních názorů se člověk neustále pohybuje mezi dvěma póly-jangem a jinem, které jsou protikladné a navzájem spjaté. Oba tyto principy musí být v rovnováze. Dokonalá rovnováha mezi těmito aspekty představuje perfektní zdravotní stav. Do systému jang patří vše aktivní, teplé, světlé. Vše pasivní, hmota, chlad, tma je součástí systému jin. Nemoci jsou klasifikovány jako nedostatek nebo přebytek jinu nebo jangu, jejich analýza umožňuje najít způsob léčby, a tudíž hraje velmi důležitou roli při stanovení diagnózy. Mezi jangové syndromy patří: zrychlený metabolismus, vysoká teplota, zvýšené pocení, zvýšený tlak, nesnášenlivost horka, nervozita, nespavost, zácpa. Jinové syndromy zahrnují opačné: pocit chladu, zpomalený metabolismus, nízký tlak a tělesná teplota, pomalejší peristaltika, klid, spavost (Górnicka, 2011, Andreoli, Minelli, Trapani, 2008).

Mezi základní pojmy akupunktury a akupresury patří čchi, jin a jang, teorie pěti prvků, meridiány. Jin a jang jsou podstatou takzvané životní energie-čchi. Životní energie udržuje rovnováhu mezi jednotlivými orgány a celkem, a cirkuluje v tzv. akupunkturálních drahách. Porucha cirkulace čchi mezi jednotlivými orgány je příčinou jejich onemocnění. Cílem TČM je odstranit tuto poruchu bránící volnému toku energie. Životní energii čchi znají i další východní filozofie nejen TČM. V hinduismu se nazývá prána, v zenbuddhismu ji nazývají ki a wakan tanka je název indiánský. Západní svět často těžko chápe čchi v její celistvosti (Růžička, 2003, Chong, 2005). Podle Preusse (2010) čchi také můžeme chápat jako jemnohmotnou substanci, zahrnuje dech, pach, energii, myšlenky, pocity, životní sílu, fyzické i psychické vzpomínky.

Učení o pěti prvcích, které vzniklo asi ve 4. století př. n. l., je velmi důležitou součástí tradiční čínské medicíny a pro zařazení nemoci v oblasti akupunktury a akupresury nedomyslitelné. Toto učení je velmi široce používané v TČM a úzce souvisí s teorií jin a jang. Pět prvků (voda, dřevo, oheň, země, kov) představuje pět hlavních fází neustálé proměny jinu a jangu v přírodě. Toto učení může být aplikováno na fyziologii lidského organismu (Tuo, 2001).

K akupunktuře a akupresuře bezpochybně patří tzv. meridiány. Meridiány jsou pomyslné kanály, energetické dráhy, které probíhají po celém těle, ačkoliv nejsou vědecky dokazatelné. Číňané s nimi pracují už tisíce let na základě svých prvotních pozorování. Meridiány jsou mezi sebou propojené, udržují rovnováhu jin a jang a vedou vitální sílu, čchi, do celého těla. Existuje základní systém dvanácti hlavních, párových drah, každá je spojena s určitým vnitřním orgánem. K nim můžeme přidat dvě nepárové dráhy patřící do systému mimořádných drah, jsou to dráhy přední střední-dráha početí a zadní střední. Celkem je známo okolo 50 energetických drah. Dráhy i orgány lze dělit na jinové, to jsou „plné“ orgány- játra (LV), srdce (HT), slezina se slinivkou (SP), plíce (LU), ledviny (KI) a obal srdce (PC). Jejich funkce je zásobárna čchi. Do jangové dráhy řadíme vylučovací, „duté“ orgány- žlučník (GB), tenké střevo (SI), tlusté střevo (LI), žaludek (ST), močový měchýř (BL) a tzv. trojitý ohříváč (TW). Jejich funkcí je přenášet a transformovat energii. Orgány si nemůžeme představovat podle znalostí vědy, ale jako funkční okruhy (srdce je pánem krve, ale také myslí a řeči). Čínská medicína připisuje

orgánům širší, někdy i odlišnou funkci, ve srovnání s medicínou západní (Růžička, Wang, Sosík, 2002, Preuss, 2010, Kolster, 2006)

Na meridiánech jsou seřazeny akupunkturní, někdy nazývané také akupresurní, body. Tyto body se odlišují od okolní kůže nižším elektrickým odporem pokožky, tj. impedancí. Při narušení správného toku energie lze tok napravit odpovídajícími akupunkturními body. Celkem je známo asi 800 bodů. Když se akupunkturní body dráždí tlakem, třením, klepáním či vpichem, dají se odstranit energetické blokády a tělu tak navrátit zdraví, kdy se energie znovu volně rozproudí (Preuss, 2010).

Pro léčbu jehličkami je důležitý správný výběr jednotlivých akupunkturních bodů a jejich vhodná kombinace. Jestliže má být léčení akupunkturou úspěšné, vyžaduje precizní umístění jehel a manipulaci s nimi. Akupunkturista navrhne metodu léčby na podkladě rozlišení syndromů. Jakmile je nemoc klasifikována a jsou určeny vhodné body, přistupuje se k léčbě. Ke shromáždění důležitých anamnestických informací používá akupunktura čtyři metody. Pro stanovení diagnózy probíhá vyšetření klienta pohledem, pohmatem, čichem, sluchem a rozhovorem- dotazováním. Lékař vytvoří předpis, který by měl obsahovat kombinaci bodů, které budou používány, metodu stimulace bodů, dobu stimulace jednotlivých bodů a jak často má být léčba prováděna. Vedle důkladné anamnézy a zhodnocení klinického stavu jedince, k diagnostice přispívá sledování jazyka, pulsová diagnostika, měření kožní impedance, vyšetření spouštěcích bodů, které se nemocí stanou citlivější. Vyšetření pulsu je naprosto nezbytné pro zjištění stavu pacientovi čchi a krve. Popisuje se dvacet osm vlastností pulsu, také se určuje síla pulsu, rytmus, rychlost, povaha (Balner, 2002, Tuo, 2001).

1.4.1 *Lokalizace akupunkturních/akupresurních bodů*

Pro lokalizaci akupunkturních/akupresurních bodů se nejčastěji používají dva způsoby. První způsob nalezení určitého bodu se provádí za pomoci anatomických orientačních bodů na povrchu těla, například vzhledem k určitým kostem, okrajům svalů, prohlubním mezi šlachami atd.

Druhý způsob lokalizace akupunkturních bodů je pomocí cchunů. Cchun je tradiční čínská jednotka míry a rozlišují se tři druhy cchunu. Absolutní cchun udává hloubku vpichu a jeho hodnota je 3,33cm. Individuální cchun je šířka palce na ruce určitého jedince, dva cchuny je rozměr dvou článků ukazováčku, tři cchuny je rozměr vzniklý spojením ukazováku, prostředníku, prsteníku a malíku. Proporcionální cchun znamená rozdělení částí těla na určitý počet dílů, jeden díl je právě proporcionální cchun. Všechny způsoby k určení polohy akupunkturních/akupresurních bodů jsou pouze orientační, mají navést do oblasti, ve které se bod přibližně nachází. Přesná poloha se určí za pomoci hmatu a zkušeností. Existují i přístroje k určení akupunkturních/akupresurních bodů fungující na základě odporu kůže.

Podle mezinárodní klasifikace jsou body nacházející se podél meridiánů očíslovány a označují se podle počátečního písmena názvu meridiánu, ke kterému patří. V ČR se používají zkratky dle anglického názvu meridiánu, například ST 36 (36 S) označuje bod 36 na meridiánu žaludku, anglický název je stomach, ale původně má každý bod své tradiční východní pojmenování, například ST 36 odpovídá bodu Zusanli (Blaner, 2002).

1.5 Možnosti využití homeopatie, akupunktury, akupresury porodní asistentkou v těhotenství

Těhotenství je stav, kdy se v těle matky vyvíjí nový jedinec. Těhotenství mění celý mateřský organismus, který se musí vyrovnat se zvýšenými nároky pro správný vývoj plodu. U ženy se například zvětšuje cirkulující objem krve, zvyšuje se srdeční činnost, metabolická a endokrinní aktivita, dochází k relaxaci hladkého svalstva a tím také ke snížení peristaltiky střev vlivem hormonu progesteronu, hypertrofuje děloha (Čech a kol, 2006).

Během těhotenství se mohou objevit následující zdravotní problémy: nevolnost, zvracení, potíže s cévami, krevním tlakem, močením, zažíváním, vaginitidy, také strach z porodu a další. Mnohé ženy se s homeopatickými léky seznámí právě v těhotenství, kdy se zajímají o možnosti léčby mnohých potíží bez vedlejších účinků. Všechny homeopatické léky jsou naprosto bezpečné pro každého včetně těhotné ženy a plodu.

Těhotné ženy velmi dobře reagují na homeopatické prostředky. Aby porodní asistentka mohla vést homeopatickou léčbu, měla by být vyškolená v tomto oboru. S příslušným vzděláním pak může klientce vybrat správný lék, poučit ji o správnosti jeho užívání, co od něj může očekávat, kde ho sežene a další informace, které budou klientku zajímat. Porodní asistentka by takto měla postupovat vždy, je totiž důležité klást důraz na individualitu klientky (Formánková, Kabelková, Ludvíková, 2008, Stumpf, 2009, Dooley, 2007, Moskowitz, 2008).

Mezi typické příznaky těhotenství patří nevolnost a zvracení. Z hlediska homeopatického pohledu tyto potíže mohou představovat biologické napětí mezi pudem rozmnožovacím a sebezáchovným. V zájmu udržení těhotenství se musí imunitní systém matky vyrovnat s rostoucím plodem. Nevolnost a zvracení tedy představuje nejběžnější symptomatický projev vývojového procesu vyrovnání se s růstem nového života v těle matky (Moskowitz, 2008).

Nejužitečnější homeopatický lék na nevolnost a zvracení v těhotenství, kdy nevolnost zesiluje pach nebo pomyšlení na jídlo, je *Sepia*. Doporučené dávkování je v ředění D12 třikrát denně pět globulí první den a potom další dny dvakrát denně po dobu jednoho týdne. Další výborný lék na nevolnost v těhotenství je *Pulsatilla*. Ta je předepisována u žen, kterým se nevolnost zhoršuje brzy večer, mají sucho v ústech, nemají pocit žízně, chutná jim sladké. Jsou plačtivé, touží po podpoře, pozornosti, jsou lítostivé. Příznaky se zlepšují na čerstvém vzduchu, pitím studených nápojů, přiložením studeného obkladu. Porodní asistentka může určit dávkování *Pulsatilla* v ředění D12, a to třikrát denně pět globulí první den a další dny dvakrát denně, po dobu jednoho týdne. *Nux vomica* se používá při nevolnosti se silně potaženým jazykem. Žena má sucho v ústech, křečovitě se dává, zvrací hlavně ráno a dopoledne, má chuť na tučná, ostrá jídla. Je podrážděná, velmi kritická vůči ostatním. Ženě je hůře ve studeném prostředí, v brzkých ranních hodinách. Dávkování *Nux vomica* C6 každé dvě hodiny po dobu tří dnů. *Ipecac.* se podává ženám s neustálou nevolností trvajícím celý den, ženě se zvracením neuleví. Pacientka hodně sliní, nemá pocit žízně, může mít mdloby, je podrážděná. Nesnáší pohyb, teplo, polohu vleže, stres. Pomáhá čerstvý vzduch. Doporučené dávkování: *Ipecac.* C6 po dvou hodinách tři dny (Moskowitz, 2008,

Stumpf, 2009). Pro zmírnění nevolnosti a zvracení se používají tyto akupunkturální body: LU 1, LU 5, CV 12, CV 17, PC 3, PC 5, PC 6 (viz přílohy 3, 9, 15). Nejdůležitější bod u těchto potíží je bod ST 36 (viz příloha 5). Porodní asistentka naučí ženu správnou techniku, aby si akupresuru mohla provádět sama doma třikrát denně, dokud příznaky neustoupí. Vhodná poloha pro stimulaci tohoto bodu je vleže na zádech, kdy porodní asistentka tonizuje bod rytmickým poklepáváním spojeným ukazováčkem a palcem, a také vsedě, kdy je ženě tento bod lépe přístupný. Další možností je akupresurní bandáž bodu PC 6 (viz příloha 9), kterou by žena nosila dlouhodobě, dobře funguje právě proti nevolnostem, zvracení a otokům (Geist, Harder, Stiefel, 2005, Růžička, 2003).

Mezi další problémy v těhotenství patří potíže s močením. V těhotenství je běžně pocíťována zvýšená četnost močení. Skvělý lék na dráždění močového měchýře je Pulsatilla. Dále je vhodná Sepia při častém a naléhavém nucení na močení. Při bolestivém močení se podává Cantharis, Equisetum nebo Staphysargia. Akupunkturální bod ST 36 (viz příloha 5) se doporučuje stimulovat při všech výše uvedených potížích s močením (Stadelmann, 2009, Růžička, 2003).

V těhotenství se děloha zvětšuje a vykonává větší tlak na cévy v břišní krajině, tím může docházet k městnání krve v nohách. Žíly zvýšený tlak nemusí vydržet, rozšíří se a mění se v křečové. Tyto žíly působí ženám nemalé potíže – otoky, nepříjemné pocity těžkých nohou, citlivost končetin. Vhodné léky na křečové žíly jsou Apis, Arsenicum album. Carbo vegalis a Arnica se podávají při pocitech oteklých a těžkých nohou. Hamamelis, je vhodná při bolestech nohou, Sepia zpomaluje tvorbu křečových žil. Vhodné akupunkturální body proti otokům končetin jsou SP 9, ST 36, KI 3, KI 7, PC 6 (viz přílohy 5, 8, 9, 13). Bod ST 37 (viz příloha 5) zabraňuje městnání stolice, když je zácpa doprovázena plynatostí a bolestmi břicha, bod se tonizuje 10 minut denně, dokud příznaky neodezní (Stumpf, 2009, Růžička, 2003).

Během těhotenství, které je pro ženu velmi náročné ve všech směrech, mají tendenci vynořovat se na povrch emocionální problémy. Homeopatické léky pomohly mnoha těhotným ženám překonat strach, úzkost, nervozitu, bezmocnost a další. Vhodný lék pro rozmrzelost, sklíčenost, negativismus, silný strach je Cimicifuga. Dále Sepia, která dobře zapůsobí při lhostejnosti k těhotenství, ztrátě citu k partnerovi a dětem, když

má žena potřebu se odloučit od blízkých osob. *Nux vomica* uklidní napjaté, podrážděné, agresivní a netolerantní ženy. *Gelsemium* pomáhá mírnit strach před porodem (Moskowitz, 2008).

V těhotenství dochází k individuálním změnám v pochvě a může dojít k přemnožení různých mikroorganismů, jako jsou například kvasinky. Rutinní léčba antibiotiky či čípky bývá kontraproduktivní. Vhodné homeopatické léky bývají ve většině případů účinné a jsou bezpečné. Při hojném dráždivém výtoku na konci těhotenství je vhodné *Caulophyllum*, které může přispět i ke snazšímu porodu. Na svědivý, páchnoucí, dráždivý výtok zabírá *Pulsatilla*. *Sepia* je všestranný lék na vaginitidy, stejně jako akupunkturní bod SP 36 (viz příloha 13). Při bílém nesvědivém výtoku je možné použít body KI 3, KI 7, BL 23, BL 52, CV 4, CV 14 (viz příloha 8, 14, 15), na žlutý zapáchající výtok GB 26 (viz příloha 10).

Vzrůstající tlak dělohy na střeva a rektum může velmi zesílit tendenci k zácpě a tvorbě hemeroidů. Při zácpě se podávají *Nux vomica*, *Alumina* nebo *Graphites* vše v ředění C5, dvakrát denně, pět granulí. Akupunkturní bod proti zácpě je ST 36 (viz příloha 5). Rostoucí děloha také tlačí na žaludek, kdy tlak může vyvolat pálení žáhy, refluxní potíže. Všestranné léky na zažívací problémy jsou *Pulsatilla*, *Sepia*, *Nux vomica*, *Sulphur*. Pálení žáhy zmírníme podáním *Robinie* nebo *Iris versicolor*. Akupunkturní bod, který zmírní, až odstraní nepříjemné pálení žáhy v prvním trimestru je ST 44 (viz příloha 5).

Jestliže ke konci těhotenství ještě není plod v příznivé poloze k porodu, můžeme se o obrácení pokusit homeopatiky nebo stimulovat akupresurní bod BL 67 (viz příloha 14) až čtyřikrát denně po dobu deseti minut na každé straně. Málokdy je žádoucí otáčet plod z konce pánevního nebo příčné či šikmé polohy do polohy podélné hlavičkou před 32. týdnem těhotenství, protože většina plodů se do této doby obrátí spontánně. V posledních týdnech těhotenství klesá poměr plodové vody a plod dorůstá do konečné velikosti, proto pravděpodobně vytrvá ve výsledné poloze až do porodu. Největší příležitost k obrácení se plodu je mezi 32. – 36. týdnem těhotenství. Vhodný lék je *Pulsatilla*, která zafunguje zhruba ve 40 % případů zdravých žen, uvádí Moskowitz (2008).

Arnica je vhodná preventivně jako příprava k porodu, při odhadu velkého plodu, pro dobrou funkci svalů a cév. Sulphur je vynikající lék na preklampsii projevující se vysokým krevním tlakem, edémy a proteinúrií (Moskowitz, 2008, Rose, Scott-Moncrieff, 2004, Růžička, 2003, Geist, Harder, Stiefel, 2005, Pařízek, 2002).

1.6 Možnosti využití homeopatie, akupunktury, akupresury porodní asistentkou za porodu

„Porodem (partus) nazýváme každé ukončení těhotenství, při kterém je narozen živý novorozenec o minimální hmotnosti 500 g, nebo přežije-li novorozenec i s menší hmotností alespoň 24 hodin“ (Čech a kol., 2006, s. 121).

Preventivní a následná homeopatická léčba může usnadnit porod z fyziologického i psychologického hlediska a urychlit zotavení. Porod je velikou zkouškou pro matku i dítě, pro rodičku je to vrcholný emocionální zážitek a fyzický úkol. Mohou se při něm vyskytnout mnohé komplikace.

Cimicifuga je vůdčí lék při hrozícím předčasném porodu, stejný účinek má i akupunkturální bod BL 62 (viz příloha 14). Cimicifuga v průběhu porodu naopak pomáhá při neefektivních kontrakcích, při obavách rodičky, zda porod zvládne, při hypotonii děložní stává krvácení. Calulophyllum uvolňuje děložní hrdlo, pomáhá při nepravidelných nebo neúčinných kontrakcích, při vyčerpanosti rodičky, posiluje děložní činnost. Může se začít užívat zhruba dva týdny před termínem porodu. Po porodu stává krvácení. Actaea se užívá během porodu k úpravě silných nepravidelných kontrakcí. China má posilující účinek proti vyčerpanosti rodičky. Coffea zmírňuje bolest při porodu, nervozitu a plačtivost. Nux vomica ulevuje ženě při porodních bolestech s velkou podrážděností, uvolňuje děložní hrdlo. Gelsemium pomáhá při nepostupujícím porodu, kdy nedochází k dilataci děložního hrdla, rodička je vyčerpaná, citově rozrušená. Během porodu se může použít i Chamomilla, která je vhodná při nesnášenlivosti bolesti, kdy je rodička podrážděná a vyžaduje ustavičnou pozornost. Pulsatilla dobře zapůsobí při porodních bolestech s potřebou neustálé útěchy a soucitu,

Při dlouhém porodu, k odloučení placenty, k zástavě krvácení. Aconitum uleví při prudkých bolestech, které nahánějí strach, když se porod v důsledku strachu zastaví.

K vyvolání porodu slouží tyto akupunkturní body: GB 21, LI 4, LV 3, BL 32, BL 67, BL 60 (viz přílohy 4, 10, 12, 14). Bod SP 6 (viz příloha 13) pomáhá dilatovat porodní cesty, má spasmolytický účinek. Z pohledu tradiční čínské medicíny akupunktura sloužící k vyvolání porodu není invazivní metodou na rozdíl od indukce porodu farmakologickými přípravky, dítě si v určitém časovém rozmezí zvolí, kdy se narodí. Datum vyvolávání porodu by měl být vždy zkontrolován s gynekologem a porodní asistentkou, v tomto případě je nejlepší, aby akupunkturu prováděl odborník. Porodní asistentka ženu poučí o tom, že v této době musí být vždy připravena přesunout se do porodnice, a to hlavně v případě odtoku plodové vody, pravidelných kontrakcí, absence pohybů plodu, krvácení nebo kdyby se ženě nezdálo být cokoliv v pořádku.

Homeopatikum Sepia pomáhá zastavit porodní krvácení a odloučit placentu. Takto také funguje bod KI 16 (viz příloha 8), který porodní asistentka stimuluje po porodu dítěte a tím tak snižuje krevní ztrátu 3. doby porodní a zkracuje čas odloučení placenty. Mezi analgetické body patří LI 4 (viz příloha 4), který má silný zklidňující účinek, GB 26, GB 40, ST 36 (viz přílohy 5, 10). Křížové a bederní bolesti tlumí BL 23, BL 25, BL 40, BL 52, BL 60 (viz příloha 14). Pro zástavu krvácení po porodu jsou vhodné tyto body: BL 20, LU 5, HT 6, SP 1, SP 6, SP 10, CV 4 (viz přílohy 3, 6, 13, 14, 15), (Moskowitz, 2008, Balner, 2002, Betts, 2009, Geist, Harder, Stiefel, 2005, Yates, 2009).

1.7 Možnosti využití homeopatie, akupunktury, akupresury porodní asistentkou v šestinedělí

Šestinedělí (puerperium) – je období do 42. dne po porodu, kdy těhotenské změny mizí a organismus se vrací do stavu před otěhotněním. V šestinedělí ženu mohou trápit mnohé komplikace např. pomalé zavinování dělohy spojené s krvácením, puerperální sepse, infekce rodidel, zánět prsu, poruchy laktace (Čech a kol., 2006).

Většina matek si přeje kojit své dítě, mateřské mléko je ta nejpřirozenější a nejlepší strava pro novorozence. V některých případech se ženě tvoří mléka méně, než dítě

potřebuje, proto je na snaze tvorbu stimulovat. V jiných případech, které jsou ale méně obvyklé, se ženě vytváří mléka hodně, prsa jsou velmi nateklá a bolestivá a dále se mohou přidat i záněty- mastitidy prsu. Další problémy způsobují praskliny- ragády na bradavkách, kdy je kojení pro matku bolestivé. Někdy je nutná zástava laktace, například z psychiatrické indikace, nebo když je dítě dáno k adopci. Na všechny tyto potíže existují homeopatické léky, které je mohou odstranit (Formánková a kol., 2008).

Ricinus communis v ředění 5C podporuje tvorbu mléka, doporučuje se spolu s *Lac caninum* nebo použitím akupunkturních bodů CV 12, ST 36, GB 21, BL 17, SP 10 (viz přílohy 5, 10, 13, 14, 15.). *Ricinus communis* v ředění 30C snižuje tvorbu mléka, používá se i v případě, kdy se laktace musí zastavit, záleží na dávkování (5 granulí, jednou denně snižuje tvorbu mléka a 5 granulí 3-5krát denně staví laktaci). Stejně tak je vhodná i *Calcaera carbonica*, kterou lze použít i k úplné zástavě laktace. *Belladonna* při akutní mastitidě s horečkou, snižuje překrvení a horkost v místě zánětu, zmírňuje citlivost prsu, pocit tepání, vhodné a. body při mastitidě jsou PC 6, ST 18, GB 21, CV 17 (viz přílohy 5, 9, 10, 15). Na nalitá, tuhá, bolestivá prsa, kdy i chůze způsobuje bolest, pomáhá *Bryonia*. *Graphites* léčí mokvající praskliny bradavek. *Nitricum acidum* hojí hluboké ragády, které i mírně krvácejí, při kojení ženě způsobují bodavou bolest. *Chamomilla* pomáhá při zanícených citlivých bradavkách, které při kojení velmi bolí.

Při krvácení a subinvoluci dělohy jsou vhodné tyto léky: *Sabina*, *Caulophyllum*, *Pulsatilla*, *Sepia*, *Arnica Cimicifuga*. *China* je vhodný lék při velkých krevních ztrátách spojené se slabostí, dehydratací, zimomřivostí, omdlěním. Akupunkturní bod CV 4 (viz příloha 15), prospívá děloze, po porodu ženě navrácí energii. Další vhodné body proti vyčerpání a únavě jsou ST 36 a CV 6 (viz přílohy 5, 15), body se stimulují dvakrát denně po dobu deseti minut. Po těžkém porodu a velkém vyčerpání může porodní asistentka použít body BL 60, KI 6, SP 21, GB 25, GV 4, při větší krevní ztrátě po porodu body SP 10, BL 17, ST 31 (viz přílohy 5, 8, 10, 13, 14, 16). Na poporodní bolesti účinkuje *Cimicifuga*, *Pulsatilla*, *Arnica*, *China*, akupunkturní bod BL 40, SP 21 (viz přílohy 13, 14). Při prevenci poporodní infekce je vhodná *Calendula*, lokálně na poranění, která také podporuje hojení, dále akupunkturní body CV 3, CV 5, ST 29 (viz přílohy 5, 15). *Arnica*, *Staphysagria*, *Bryonia* pomáhají při hojení rány po císařském

řezu, po episiotomii, porodním poranění. Po porodu, kdy jsou ženy vlivem hormonů velmi citlivé a psychicky labilní, dobře účinkuje Pulsatilla, Ignatia, Phosphorus a Cimicifuga, která mírní příznaky „poporodního blues“ (Moskowitz, 2008).

2 Cíle práce a výzkumné otázky

2.1 Cíle práce

Cíl 1: Zjistit názory porodních asistentek na homeopatii, akupunkturu a akupresuru v těhotenství, za porodu, v šestinedělí.

Cíl 2: Zjistit zkušenosti porodních asistentek s homeopatií, akupunkturou a akupresurou v těhotenství, za porodu, v šestinedělí.

Cíl 3: Zjistit názory žen těhotných, rodičích, v šestinedělí na homeopatii, akupunkturu a akupresuru.

Cíl 4: Zjistit zkušenosti žen těhotných, rodičích, v šestinedělí s homeopatií, akupunkturou a akupresurou.

2.2 Výzkumné otázky

Výzkumná otázka 1: Jaké názory mají porodní asistentky na homeopatii, akupunkturu a akupresuru v těhotenství, za porodu, v šestinedělí?

Výzkumná otázka 2: Jaké zkušenosti mají porodní asistentky s homeopatií, akupunkturou a akupresurou v těhotenství, za porodu, v šestinedělí?

Výzkumná otázka 3: Jaké názory mají ženy těhotné, rodičí, v šestinedělí na homeopatii, akupunkturu a akupresuru?

Výzkumná otázka 4: Jaké zkušenosti mají ženy těhotné, rodičí, v šestinedělí s homeopatií, akupunkturou a akupresurou?

3 Metodika výzkumu

3.1 Metodika práce, technika výzkumu

Výzkum byl proveden pomocí kvalitativní metody, která pracuje pouze s malým souborem respondentů. Pro sběr dat byl zvolen polostrukturovaný rozhovor (viz. Příloha 1 a 2), který je flexibilní, umožňuje i v jeho průběhu vytvářet doplňující otázky, které se objevují mimo předem danou strukturu rozhovoru. Empirická část probíhala v období od prosince 2012 do března 2013. Byly určeny dva výzkumné soubory, proto musely být vytvořeny dva typy rozhovorů. Rozhovor pro porodní asistentky obsahoval 14 základních otázek a pro ženy 18 otázek. Byla zjišťována i objektivní data, u žen: věk, vzdělání, kolikrát rodily, u porodních asistentek: věk, vzdělání a zaměstnání. Všechny rozhovory se uskutečnily v Českých Budějovicích, až na jeden, který probíhal v Táboře. Účast na výzkumu byla dobrovolná, oslovené ženy a porodní asistentky byly předem seznámeny s tématem bakalářské práce a účelem rozhovoru. Rozhovory byly nahrávány, vždy jen se souhlasem respondentů, tudíž jednotlivá data mohla být zachycena formou audiozáznamu nebo pouze písemně. Nahrávky byly přepsány/transkribovány do formy spisovného textu, poté z textu byly vypuštěny nepodstatné informace. Dále probíhalo kódování dat pomocí barevných označení jednotlivých částí, pro snazší nalezení hlavních významových kategorií. Při tlumočení dat byly použity citace respondentů.

3.2 Charakteristika výzkumného souboru

Zkoumaný soubor tvořilo celkem 10 respondentů. Zcela anonymní rozhovory, byly vedeny s pěti porodními asistentkami (dále PA) a s pěti ženami, které v době těhotenství, porodu nebo v šestinedělí použily homeopatii, akupunkturu či akupresuru. Způsob výběru respondentů byl proveden metodou tzv. "sněhové koule".

4 Výsledky

4.1 Výsledky porodních asistentek (soubor A)

Kategorizace dat u porodních asistentek

1. Objektivní data PA
2. Názory PA na homeopatii
3. Názory PA na akupunkturu
4. Názory PA na akupresuru
5. Zkušenosti PA s homeopatií
6. Zkušenosti PA s akupunkturou
7. Zkušenosti PA s akupresurou
8. Dostupnost zkoumaných metod
9. Vzdělávání PA v oblasti zk. metod

Tabulka 1A: Objektivní data porodních asistentek

	PA1	PA2	PA3	PA4	PA5
Věk	60	39	40	29	42
Vzdělání	SŠsM + PA	SŠsM + PA	SŠsM + PA	VŠ, Bc.	VŠ, Mgr.
Zaměstnání	soukromáPA, PA u OG	soukormáPA, OSVČ	soukromáPA, PA u OG	PA na PS	soukromáPA, OSVČ

Tabulka 1A prezentuje objektivní data porodních asistentek. PA1 je soukromá porodní asistentka, pracuje v ordinaci u praktického gynekologa, vede předporodní kurzy. Je jí 60 let, vystudovala střední školu s maturitou a nástavbové studium pro PA. PA2 je také soukromá registrovaná porodní asistentka a má stejné vzdělání jako PA1. Vede centrum pro matky s dětmi. Je jí 39 let. Další porodní asistentka, PA3, pracuje v ordinaci u praktického gynekologa, má 40 let. PA4 pracuje v Nemocnici České Budějovice na porodním sále, vystudovala vysokou školu a tím tak získala titul Bc. Poslední je PA5, tato porodní asistentka vystudovala bakalářský obor pro PA, magisterský obor ošetřovatelství a nyní studuje MBA program. Vede centrum pro matky s dětmi. Je jí 42 let.

Tabulka 2A: Názory porodních asistentek na homeopatii, akupunkturu, akupresuru

	PA1	PA2	PA3	PA4	PA5
Homeopatie	+	+	+	-	+
Akupunktura	+/-	+	+/-	+/-	+
Akupresura	+	+	+	+	+

+ kladný názor, - negativní názor, +/- neutrální názor

Názory PA na homeopatii

Vztah porodních asistentek k homeopatii byl převážně kladný. Pouze jedna PA má opačný názor: „Můj názor na homeopatii je spíše negativní, vzhledem ke zkušenostem z dětství. Léčila jsem se u homeopata pro atopický ekzém a bezvýsledně. Užívala jsem neúměrně drahé preparáty, které nepomohly. Sama tedy na homeopatickou léčbu nevěřím. Myslím si, že předpokladem úspěšné léčby v případě homeopatie je právě víra v danou metodu. Akupunktura a akupresura jsou mi sympatičtější“ (PA4). PA1 uvádí: „Myslím si, že homeopatie je pro mé klientky velmi vhodná pro své skvělé vlastnosti. Homeopatie nemá vedlejší účinky jako alopatická léčba, žádné negativní látky neprocházejí k plodu ani do mléka, když matka kojí. Léky jsou čistě přírodní a neobsahují chemické látky, které by mohly škodit organismu. Je úžasné, že lék obsahuje jen miniaturní účinnou část léčivé látky, která je mnohonásobně naředěná ve vodě, a přesto velmi dobře funguje. Obsahuje spíše informaci, kterou když tělo přijme, podporuje tak samoléčivé síly organismu. V mé praxi jsou homeopatické léky první volbou, klasickým lékům se snažíme v těhotenství vyvarovat, ale v žádném případě je nezavrhuji, někdy je jejich užití nezbytné. Mám pocit, že lidé v dnešní době užívají příliš mnoho alopatických léků, a to vůbec není dobré“. Názor PA2 je takový: „Homeopatická léčba je vhodná v porodnictví a v dětském lékařství snad nejvíce ze všech oborů, mohla by mít velký přínos např. jako doplňková léčba klasických léků nebo v případech, kdy alopatické léky nezabírají. Myslím si, že tato léčba ženám téměř vždy pomůže, a když z nějakého důvodu ne, tak rozhodně organismu neuškodí. Čím více se o homeopatii dozvídám, tím více jí věřím a fascinuje mě“ (PA3). „Já uznávám postoj léčit

se s přírodou. Homeopatie je v tomto případě ideální, protože obsahuje jen přírodní složky a v podstatě si s ní nikdy nemůžeme ublížit. Podle mého názoru je nejlepší spojení lékaře klasické medicíny a homeopatie či nějaké jiné alternativy. Skoro každá žena se v těhotenství snaží vynechat klasické léky, ale řeší typické těhotenské problémy, zde je mohou zastoupit alternativní metody. Je zajímavé, jak na těhotné ženy léčba výborně funguje, asi jsou na všechny podněty takové senzitivnější“ (PA5).

Názory PA na akupunkturu

Akupunktura není porodním asistentkám tak blízká jako homeopatie. Ani jedna ji však nezavrhuje: „Jsem pro všechny možnosti alternativní léčby, myslím si, že jsou šetrnější než alopatická léčba“ (PA1). „Akupunkturu by měl provádět zkušený odborník, zvláště v oblasti porodnictví. Tato metoda je nevhodná pro domácí použití, ani pro samoléčitele. Akupunkturista musí samozřejmě vědět, které body smí v těhotenství stimulovat a které ne. Myslím si, že když se napíchne nějaký bod, nemusí mít pozitivní účinek, ale neublíží to klientce. Podle mého názoru, by bylo vhodné, aby zájemkyně o akupunkturu v době těhotenství, měla již s metodou nějaké kladné zkušenosti. Žena tak ví, jak na ní daná metoda funguje, nemá strach, není to pro ni neznámé a je lépe psychicky naladěná. Když má na někom skvělé účinky mimo těhotenství, určitě si nemyslím, že by jí v těhotenství nemohla použít, klidně bych takovéto ženě akupunkturu doporučila“ (PA2). „Akupunkturu zcela jistě nezavrhuji, již tisíce let pomáhá spoustě lidem. Já osobně o ní moc informací nemám a nikdy jsem se o tuto metodu hlouběji nezajímala. K akupunkturu člověk potřebuje mít rozsáhlé znalosti z více oborů, konkrétní vzdělání a nejlépe i dlouholeté zkušenosti. Neznám žádnou porodní asistentku, která by dělala akupunkturu“ (PA3). „Je mi sympatičtější akupunktura a akupresura, než homeopatie. Připouštím, že stejně jako u homeopatie, je zde nutná dávka víry a tudíž i placebo efektu. Jsem si vědoma toho, že ani jedna z metod nebyla vědecky potvrzena, přesto je neodmítám a respektuji. Asi nepomůže při závažných onemocnění jako je placenta praevia, ale např. při bolestech hlavy nebo zvracení pomoci může. Akupunktura vyžaduje hlubší studia a laik by se určitě o léčbu

neměl pokoušet. Myslím si, že by jehličky také mohly mít určitý efekt pro urychlení první doby porodní, psychika umí velké věci“ (PA4). „Akupunktura jsem nakloněna, ale sama bych si na ni netroufla. Nutností je mít dobrého specialistu, jde také hodně o psychiku ženy, aby léčbě věřila. Myslím si, že ne všichni jsou vhodní pro alternativní léčení. Mezi klientkou a terapeutem by měl být důvěrný vztah. Ženy všeobecně rodí v pozdějším věku, těhotenství je pro ně zásah do psychiky, jiné často trápí neplodnost, zvýšil se výskyt umělých oplodnění. I v těchto případech je akupunktura prospěšná, působí šetrně a celostně, určitě bych se jí nebála využít“ (PA5).

Názory PA na akupresuru

Akupresura je pro porodní asistentky přístupnější a méně náročná na teorii a praxi než akupunktura, nejvíce asi z důvodu, že jí mohou provádět i sami, bez nutnosti složitějšího vzdělání. Na tuto metodu mají všechny (5) dotazované porodní asistentky kladný názor. „Snažím se klientkám dopřát komplexní péči, k homeopatii doporučuji i bylinnou terapii, akupresuru nebo lymfodrenáž. K akupresuře nemám žádný speciální kurz, věnuji se jí pouze jako samouk. Samozřejmě si myslím, že akupresura má v porodnictví využití a do budoucna bych si přála, aby se v tomto oboru více rozšířila. Docela mi v České republice chybí odborná literatura uváděných metod, zaměřená přímo na porodnictví“ (PA1). „Myslím si, že je velká škoda, že akupresura není více rozšířená mezi porodní asistentky a porodníky například při porodu, kde by mohla mít velký potenciál, já osobně byt tuto metodu velmi vítala. Mám takový pocit, že alternativní metody nejsou v porodnicích vítány, určitě to neplatí pro všechny, některé se naopak na alternativní porodnictví zaměřují. Proto je na ženě samotné, jakou porodnici si zvolí“ (PA2). „Akupresuru do hloubky neovládám, znám jen tlakové body, které se dají využít při porodu, pro jeho urychlení. Nevím, kde bych se o akupresuře v porodnictví více dozvěděla. Spíše se zaměřuji na vedení předporodní přípravy se cvičením. Podle mého názoru moderní medicína na alternativy moc neslyší, ani já sama nevím, v kolika procentech může být akupresura při porodu úspěšná“ (PA3). „Akupresura je jednoduchá a rychlá pomoc, která je neustále při ruce. Při běžných

potíží v těhotenství, při porodu i v šestinedělí ženám může určitě pomoci. Myslím si, že akupresuru se lze naučit a používat sám. Když žena bude vědět jaké body stlačit a bude dostatečně přesvědčená o funkčnosti, myslím si, že by mohla být tato metoda přínosem, jak pro ženy, tak pro porodní asistentky“ (PA4). „Myslím si, že by bylo velmi užitečné, kdyby každá porodní asistentka uměla používat základní akupresurní body pro těhotenství, porod a šestinedělí. Moc se mi líbí, že v západních zemích učí využívat alternativní metody jako např. homeopatii a akupresuru budoucí porodní asistentky při jejich studiích na vysokých školách. Akupresura je mi také sympatická v tom, že ji můžeme kdykoliv ihned použít. Většinou nastávajícím maminkám radím, které body mohou stimulovat samy doma a učím je, jak na to“ (PA5).

Tabulka 3A: Zkušenosti porodních asistentek se zkoumanými metodami v praxi

	PA1	PA2	PA3	PA4	PA5
Homeopatie	+	-	+	-	+
Akupunktura	-	-	-	-	-
Akupresura	+	-	-	-	+

+ PA má zkušenosti, - PA nemá zkušenosti

Zkušenosti PA s homeopatií

Homeopatie je mezi porodními asistentkami v praxi nejrozšířenější ze zkoumaných metod. Všech pět porodních asistentek má osobní zkušenost s homeopatickou léčbou. Tři z pěti používají tuto metodu ve své praxi. PA1 se zabývá homeopatií již více jak patnáct let. *„Mám s ní velmi dobré zkušenosti u žen v těhotenství, v době porodu, v šestinedělí, i u novorozenců. Nechtěla jsem zdravotní problémy řešit klasickými léky. Hledala jsem něco, v čem by ta chemie nebyla. Řekla jsem si, že je úžasné, že klientkám mohu nabídnout čistě přírodní metodu, která nabudí v organismu samoléčivé síly. U novorozenců jsem úplně proti tomu zatěžovat je klasickými léky. U matek je to totéž, protože vše co užívají, jde do mléka. Já osobně homeopatika také využívám při jakémkoliv problému. Účinkují skvěle, mám s nimi samé dobré zkušenosti. Ženy často*

požadují homeopatika k porodu, aby vše dobře psychicky zvládaly, a aby porod probíhal, tak jak má. V těhotenství mohu homeopatika použít na všechny problémy, které nastávající matky trápí. V těhotenství používám tuto léčbu nejvíce proti zvracení, pálení žáhy, otokům, bolestem v zádech. Zkušenosti mám i s otáčením plodu z polohy koncem pánevním na polohu hlavičkou. Zaznamenala jsem zhruba 90% úspěšnost obrácení plodu. Je škoda, že se většina poloh koncem pánevním rodí plánovaným císařským řezem. Snad úplně nejčastěji homeopatické léky používám v šestinedělí pro podporu laktace a při léčbě zánětu prsu, tam zabírají naprosto úchvatně. Klasická medicína léčí zánět téměř okamžitě antibiotiky, těm se snažím vyhnout. Homeopatika zabírají trochu později než antibiotika, přibližně třetí den, ale nesetkávám se s tím, že by se zánět někdy později znovu opakoval. Někdy se antibiotikům nevyhneme. V tomto případě jsou homeopatika vhodná jako doplňková léčba“ (PA1). PA2 homeopatii v praxi nepoužívá. „Není to tím, že bych na homeopatické účinky nevěřila nebo neměla zájem, ale mám spíše dlouholeté zkušenosti s aromaterapií, takže využívám převážně tuto metodu“ (PA2). PA3 využívá homeopatii velmi často: „Homeopatii se zabývám čtyři roky. Seznámila jsem se s ní díky jedné zkušené porodní asistentce, která má s homeopatii zkušenosti, a také na přednáškách od asociace, protože jsem se o ní chtěla dozvědět více. Moc se mi líbily myšlenky této léčby. Využívám jí i já a moje rodina. Čím o ní víc vím, tím víc jí věřím. O homeopatii mluvím v kurzech předporodní přípravy, ženy se o ní sami aktivně zajímají a chtějí jí využít na své problémy. Nejvíce jí využívám v těhotenství na nevolnosti a v šestinedělí pro podporu kojení. V gynekologické ordinaci, kde pracuji, nemám takový prostor, který bych potřebovala na to, zapůsobit nějak na ženy, pohovořit s nimi o této léčbě, takže se spíše realizuje v kurzech. Osobně si myslím, že homeopatie patří k těhotenství a patří do předporodní přípravy“ (PA3). PA4 pracuje na porodním sále v nemocnici v Českých Budějovicích: „Ženy, které využívají homeopatika při porodu je velmi málo, nemám proto vypožorovanou vlastní zkušenost, že by ženy rodily nějak nápadně rychleji a lépe, ani nemohu říci opak. Moje zkušenosti v pracovním procesu jsou minimální. Pracuji v perinatologickém centru, kde alternativy nejsou běžně využívány. S homeopatii mám osobní negativní zkušenost. Léčila jsem se u homeopata pro atopický ekzém a bezvýsledně. Užívala jsem neúměrně

drahé léky, které nepomohly. Sama tedy na homeopatickou léčbu nevěřím“ (PA4). PA5 velmi ráda ve své praxi používá přírodní léčbu. PA5 dále uvádí: „Homeopatie se mi dostala do podvědomí už v devadesátých letech. Inspirovala jsem se babičkou, porodní bábou, která hodně používala bylinky ve své praxi. Asi proto je pro mě homeopatie přirozenější než alopatický lék. Později přišly i osobní zkušenosti s touto léčbou. Absolvovala jsem homeopatickou školu a kurzy, protože jsem chtěla tuto metodu předat dál a využívat jí ve své praxi. Dnes už běžně používám homeopatika já, rodina i moje klientky, alopatické léky ale nevylučuji. S homeopatií mám výborné zkušenosti a velmi ráda je využívám u svých klientek. Vždy než ženě nějakou léčbu navrhnou, musí nejdříve podstoupit rozhovor, kde se zeptám na podrobnou anamnézu, psychický stav ženy, jak těhotenství probíhá, jak bylo dítě počato a mnoho dalších otázek. Některá homeopatika mám pro ženy k dispozici hned, nic mi za ně neplatí, ale chci, aby mi příště donesly nové balení. Ještě se mi nestalo, že by mi je někdo nevrátil zpět. Všechny potřebné léky s sebou samozřejmě nemám, a tak ženy odkazují na ověřené lékárny, které mají zkušenosti s touto léčbou. Myslím si, že homeopatie je velmi vhodná pro porodní asistentky, které tak mají možnost ženě dopřát bezpečnou přírodní léčbu.“(PA5).

Zkušenosti PA s akupunkturou

V praxi nepoužívá akupunkturu ani jedna oslovená porodní asistentka. Vlastní zkušenost s touto alternativou má pouze PA5: „Mám dobré zkušenosti s jehličkami, můj gynekolog je zároveň akupunkturista a měla jsem i svého odborníka na tuto metodu, který mi pomohl od bolesti zad, také pomáhá ženám stimulovat laktaci nebo vyvolávat porod. Když u mě někdo žádá akupunkturu, dám jim kontakty na zkušené odborníky“ (PA5). „S akupunkturou zkušenosti nemám, setkala jsem se s případy, kdy za mnou klientky přišly a měly zájem o tuto techniku, tu já ale neprovádím, nejsem odborník“ (PA1). Mezi porodními asistentkami převládá názor, že akupunktura těhotným ženám nemůže ublížit, ale podmínkou je zkušený specialista: „Myslím si, že v tomto případě léčby je zkušený specialista nutný. I když se o tuto metodu sama hlouběji nezajímám, jsem pro, aby se využívala i v porodnictví, jsou ženy, které ji používají běžně, těhotenství

tomu nijak nebrání“ (PA1). „Myslím si, že když se bod napíchne nesprávně, klientce to určitě neublíží, v případě, že ženě metoda pomůže, je dobře zkusit jí i příště. Mám ráda, když si vše mohu otestovat sama na sobě, pak vím, co klientkám nabízím, u akupunktury jsem ještě neměla to štěstí, třeba jí někdy zkusím“ (PA2). „Akupunkturu moc neznám, nemám s ní zkušenosti a nijak se o ní nezajímám. Jsem si ale jistá, že má své příznivce a to i v řadách těhotných žen, které s ní mají skvělé zkušenosti“ (PA3). „Při akupunkturu i dalších zkoumaných metodách je podle mého názoru nutná dávka víry a tudíž i placebo efektu. I přes to, že nebyla vědecky potvrzena, jsem jí nakloněna, když někomu pomůže, proč jí nevyužít“ (PA4).

Zkušenosti PA s akupresurou

Akupresuru v praxi využívají dvě porodní asistentky z pěti oslovených: „Učím klientky masáž bodů, které vyvolávají porod. Věřím, že ženám akupresura může pomoci, je šetrná jednoduchá a příjemná, může jí provádět žena sama nebo společně se svou drahou polovičkou“ (PA1). „Akupresuru používám nejvíce za porodu, pro jeho lehčí průběh a také v kurzu pro budoucí tatínky, kde je učím masáž proti bolesti zad a body pro snazší průběh porodu, partneři jsou rádi, že vědí, jak být ženě při porodu nápomocní. Také provádím akupresurní masáž při poloze plodu koncem pánevním. Začínám ve 36. týdnu těhotenství. Klientka by mi měla při terapii důvěřovat, cítit se pohodlně a bezpečně. Já musím mít jistotu, že se jedná o fyziologické těhotenství“ (PA5). Dvě porodní asistentky popsaly osobní zkušenosti s akupresurou, ale v praxi jí nepoužívají: „Využila jsem jí jako doplňkovou metodu k léčbě bolesti zad. Čas od času zajdu na akupresurní masáž chodidel, je mi velmi příjemná a hezky u ní relaxuji. Třeba se ještě někdy rozhodnu naučit se a využívat jí u svých klientek“ (PA2). „Člen mojí rodiny studuje čínskou medicínu a několik akupresurních bodů jsem na sobě použila s pozitivním výsledkem, líbí se mi, že ji může používat i laik a nemá negativní účinky“ (PA4). „Znám jen tlakové body používající se při porodu, ale nevyužívám je. O akupresuru nejsem dostatečně informovaná, spíše se plně věnuji homeopatii“ (PA3).

Dostupnost zkoumaných metod

Všechny porodní asistentky se shodly na tom, že oproti minulým létům jsou tyto alternativy mnohem dostupnější. PA hovoří o začátcích homeopatie v ČR: *„Když jsem s homeopatií začínala, využívala se u nás jen sporadicky, protože tu nebylo mnoho odborníků, kteří by homeopatii znali a používali, ani pacientům nebyla přístupná. U nás se nikde na školách nevyučovala, kdežto na západě téměř každá univerzita obor homeopatie měla. V současné době mají zájemci o homeopatii možnost se plnohodnotně vzdělávat i v ČR. Dříve jsem konzultovala léčbu pacientek s lékařkou klasické medicíny, která působila i jako homeopatka, a ta byla trochu nespokojená se situací, kdy na ní alopatictí lékaři pohlíželi jako na bílou vránu. Homeopatie v prostředí alopaticů není moc oblíbená. I když je také pravda, že v posledních deseti letech začíná být více využívána, např. v pediatrii, kdy se dětské lékaři snaží nezatěžovat děti klasickými léky, je vhodnou volbou právě homeopatie, která na děti velmi dobře účinkuje. Na svých internetových stránkách homeopatii nabízím, ale přesto u nás není dostatečný zájem, jaký bych si přála. Já se snažím o zlepšení informovanosti o této léčbě hlavně ve svých kurzech předporodní přípravy, kde přímo jednu lekci věnuji pouze této metodě. U široké veřejnosti je to těžké, přijde mi, že je příliš zahlcena klasickými léky, všude je na ně nějaký typ reklamy, farmaceutičtí dealeri propagují léky, nabízejí lékařům různé výhody. Myslím si, že v celkovém pohledu je homeopatie v ČR stále málo rozšířená. Lidé stále raději sáhnou po známé variantě klasického léku. Alopatické léky nezavrhuji, ale v první řadě jsou u mě cukerné kuličky. Co se týká finanční dostupnosti, můj názor je takový, léčba homeopatiky není více finančně nákladná než klasická léčba a zároveň velice účinná. U mě klientku léčba v podstatě moc nestojí. Když jí navštívím v šestinedělí, cestu proplatí pojišťovna a tubička granulí se pohybuje kolem stokoruny. U žen, které nejsou moje klientky, a přijdou poprvé, zaplatí tři sta korun za první konzultaci. V těhotenství nejvíce léčím klientky, které ke mně chodí do kurzu, protože tam mám možnost se s nimi sblížit a více je seznámit s homeopatií. Když žena hledá informace o homeopatii v běžných lékárnách, zatím se velké pomoci nedočkají, spíše jim je doporučeno navštívit homeopata. Bylo by dobré, kdyby v co nejvíce lékárnách byly*

zkušené magistři, odborníci v homeopatii a ženám uměly dobře poradit. Samozřejmě neříkám, že takové lékárny neexistují, ale podle mě je jich zatím málo. Když má někdo opravdový zájem o alternativní metody léčby, cestu k nim si určitě najde. Metody nejsou v této moderní době nijak nedostupné, pacienti nemusejí jezdit za odborníky daleko, natož do zahraničí. Odborníků je tu celkem dostatečně. Po finanční stránce je nejdražší asi akupunktura, ale možná bychom byli velmi překvapení, kolik nás v důsledku stojí peněz běžné nachlazení. Myslím si, že hodně nových zájemců přijde většinou na něčí doporučení. Reklama na alternativní léčbu je stále ještě minimální, oproti klasickým lékům. Akupunktura a akupresura je naší kultuře velmi vzdálená, ale krůček po krůčku o sobě dává více vědět (PA1). „Rozšíření této léčby v porodnictví vidím ve využití předporodních kurzů, kde se dají ženy oslovit a zaujmout je, také rozšířením reklamy do médií, v čekárnách lékařů. Porodní asistentky mohou dělat přednášky, kurzy pro ženy i veřejnost“ (PA2). „Homeopatie začíná být poslední dobou hodně rozšířená, zájemci mají možnost sehnat potřebné informace i odborníka. To se týká jakékoliv zmiňované alternativy. Pořád mám ale pocit, že klasičtí lékaři nehodnotí alternativy pozitivně“ (PA3). „Dostupnost metod je podle mě dostatečná pro toho, kdo se o danou metodu cíleně zajímá. V naší lokalitě je dostupná porodní asistentka, která se homeopatii věnuje, další homeopati a odborníci na akupunkturu i akupresuru také. Tyto metody ovšem nejsou nabízené rutinně, podle mě asi vzhledem k tomu, že nejsou vědecky podložené a nemají za sebou výzkum a dostatečnou legislativu. Pro rozšíření v porodnictví by pomohlo ověřit dané metody výzkumem, a pokud bude patrný prospěch pro rodičku-pacientku, tak potom vzdělat porodní asistentky a také lékaře. Mně osobně se nestalo, že by žena chtěla v nemocnici, kde pracuji, homeopatii či akupresuru. Myslím, že to od nás klientky ani nečekají. Ty, co jsou nakloněny alternativám, většinou rodí v "alternativnějších" nemocnicích. O dané porodnici většinou mají rodičky informace předem zjištěné, popř. si přivedou osobu, která bude provádět akupresuru nebo akupunkturu při porodu. V naší porodnici obvykle čekají léky na bolest a edukaci dýchání“ (PA4). „Homeopatie je u nás proti jiným zemím dražší. Ve srovnání s klasickými léky se ceny vyrovnávají. Zdraví máme jen jedno, na to by každý měl pamatovat. Velké množství informací o daných metodách najdeme na internetu,

k dispozici jsou i odborné knihy, občas se vyskytne i nějaká brožura či leták. Já se setkávám s klientkami, které se samy o alternativní léčbu zajímají a chtějí jí využít“ (PA5).

Vzdělávání porodních asistentek v oblasti zkoumaných metod

S úrovní vzdělávání porodních asistentek v oblasti homeopatie, akupunktury, akupresury není zcela spokojena ani jedna oslovená porodní asistentka, ale také se objevuje názor, že kdo má zájem o danou metodu, má možnost se vzdělávat. „*Myslím si, že při studiu na vysoké škole v oboru porodní asistence se tyto metody probírají jen minimálně. Škola homeopatie přímo zaměřená pro porodní asistentky není, zájemkyně o homeopatii mohou studovat klasickou homeopatii, která je časově i finančně velmi náročná, dobré je, že se dá studovat dálkově. Existují kurzy zaměřené na porodnictví, které organizuje homeopatická asociace. Jak je to s akupunkturou nevím, myslím si, že pro porodní asistentky v ČR žádné kurzy nejsou“ (PA1). „*Myslím, že školy s obecným vzděláním dané metody určitě jsou. Porodní asistentka se může po studiích na vysoké škole dále vzdělávat v dané oblasti ze svého vlastního zájmu. Myslím si, že je vhodné, aby se porodní asistentky celoživotně vzdělávaly“ (PA2). „*Pokud mají porodní asistentky o danou metodu zájem, lze se dále vzdělávat“ (PA3). „*Vzdělávání PA v této oblasti je na vysoké škole téměř nulové, alespoň za mých studií to tak bylo a není to ani nějak dávno. Vzdělání se dá dodělat na speciálních nastavbových kurzech, ale není to součástí vysokoškolského vzdělání, oproti zahraničí, kde se toto téma probírá celkem běžně, např. v Rakousku se studentky učí akupresurní body a základy homeopatie, homeopatika mají k dispozici přímo na odděleních v nemocnici“ (PA4). *Vzdělání porodních asistentek v oblasti homeopatie, akupresury je úplná katastrofa. Na školách se budoucí porodní asistentky těmito tématy nezabývají. Pak jsou jedinou možností kurzy, které jsou hodně drahé. Cena jednoho semestru tříletého dálkového studia vyjde přibližně na deset tisíc korun. Je ale dobré, když ve své profesi děláme něco navíc a nestačí nám základní školské znalosti“ (PA5).*****

4.2 Výsledky žen (soubor B)

Kategorizace dat u žen

1. Objektivní data žen
2. Názory žen na homeopatii
3. Názory žen na akupunkturu
4. Názory žen na akupresuru
5. Zkušenosti žen s homeopatií
6. Zkušenosti žen s akupunkturou
7. Zkušenosti žen s akupresurou
8. Dostupnost zkoumaných metod

Tabulka 1B: Objektivní data žen

	R1	R2	R3	R4	R5
Věk	42	28	32	33	35
Vzdělání	VŠ, MUDr.	SŠsM	VŠ, Ing., MBA	VŠ, Ing.	SŠsM
Porody	4	1	1	1	1

Tabulka 1B znázorňuje základní údaje žen. Všechny ženy jsou aktuálně na mateřské dovolené. Nejmladší respondentce je 28 let a nejstarší je 42 let. Respondentka 1 vystudovala lékařskou fakultu, rodila čtyřikrát. Ostatní respondentky rodily poprvé. R2 a R5 vystudovaly střední školu s maturitou, R3 a R4 mají vysokou školu, získaly titul Ing., R3 se ještě dále vzdělávala v MBA programu.

Tabulka 2B: Názory žen na zkoumané metody

	R1	R2	R3	R4	R5
Homeopatie	+	+	+	+	+
Akupunktura	+	+	-	+/-	+/-
Akupresura	+	+	+	+	+

+ kladný názor, - negativní názor, - neutrální názor

Názory žen na homeopatii

Na homeopatii mají všechny (5) oslovené ženy kladný názor: „*Homeopatie je mi velmi sympatická. Myslím si, že na lidi „čisté“, kde chemické léky nezanechaly v organismu svou stopu, může homeopatie fungovat hned, u někoho to na poprvé třeba nezabere, nemusí to ale nutně znamenat, že homeopatie nefunguje, spíše je v této chvíli dobré se zamyslet nad tím, jestli jsem neudělal nějakou chybu při užívání či mám správný lék. Vybrat vhodný lék nemusí být někdy jednoduché, protože z tisíce přípravků je nejvhodnější pouze jeden. Podle mého názoru je dobré, alespoň v začátcích léčby homeopatií, navštívit odborníka, který léčbu povede*“ (R1). „*Pokud léčebné metody klasické medicíny nedostačují nebo selžou, pak ráda využiji homeopatie*“ (R4). Všichni respondenti se shodli na tom, že homeopatie funguje: „*Tato metoda dobře zabírá na děti, tak si můžu ověřit, že to není jen placebo efekt, jak někdo může tvrdit, děti si přeci uzdravení nebo zmírnění potíží nevsugerují ani nevymyslí. Tím jsem se utvrdila v názoru, že homeopatie není podvod, ale skvělá pomoc na všechny neduhy*“ (R1). „*Homeopatie mi pomohla ve všech případech, jsem určitě pro homeopatickou léčbu*“ (R2). Velmi pozitivní pro ženy bylo to, že jsou homeopatika vyrobena na čistě přírodní bázi: „*Moc se mi líbí, že homeopatika neobsahují chemické látky, takže je mohu v klidu nabídnout malé dceři nebo babičce*“ (R2). „*Nebála jsem se použít Thuyu před a po očkování svého dítěte a také na jeho bolesti při růstu zubů*“ (R3). Je zajímavé, že žádná z žen striktně nevyklučuje klasické léky: „*Věřím přírodním metodám více než chemickým lékům, avšak neodmítám je, v některých případech jsou nutné*“ (R3). „*Kdybych si měla vybrat mezi klasickými léky nebo homeopatií, pro mě je první volbou právě homeopatie. Klasickou medicínu neztracuji, když se například tyto dvě metody spojí, je to moc dobře*“ (R2). „*Já sama užívám i klasické léky, o homeopatii jsem se začala více zajímat až v těhotenství, kdy jsem klasické léky užívat nechtěla, ale přitom mě trápily velmi silné nevolnosti, které jsem chtěla nějak řešit*“ (R5). Homeopatie je velmi vhodná právě v těhotenství, době porodu a v šestinedělí: „*V porodnictví je velmi užitečná právě v tom, že je čistě přírodní, koncentrace dané látky je velmi nízká, tudíž nemůže poškodit ani nijak negativně ovlivnit rostoucí miminko. Ideální je i v době, kdy žena dlouhé měsíce*

kojí a nemůže a nechce užívat klasické léky“ (R2). „ Určitě by měla mít homeopatie v porodnictví své místo, výhodou jsou minimální vedlejší účinky“ (R4).

Názory žen na akupunkturu

Jedna respondentka pocítuje strach a nedůvěru k terapeutovi a to ovlivnilo i celkový náhled na akupunkturu, ale přesto tuto léčbu nezavrhuje: *„Příliš této metodě nedůvěřuji nebo spíše nedůvěřuji terapeutovi. Musela bych si být předem jistá (z dostupných informací, ze zkušeností z okolí), že daný léčitel je opravdu odborník s dlouholetými zkušenostmi, a že jeho léčba má výborné výsledky. Toto bohužel nemám, proto jsem zatím akupunkturu nezkusila. Pro ty, kteří metodě důvěřují, tak podle mého názoru je akupunktura i akupresura v období těhotenství a po porodu téměř ideální, jelikož se jedná o metody, kdy se do těla matky nedostávají žádné škodlivé látky.“ (R4).* Respondentka 3 má negativní názor na tuto metodu zapříčiněný špatnou osobní zkušeností: *„Akupunkturu nevěřím, asi ji už nikdy nebudu znovu zkoušet“ (R3).* Na akupunkturu mají dvě ženy pozitivní názor: *„Věřím alternativním metodám, proto jsem příznivcem i akupunktury a akupresury. Myslím si, že by vždy určitě měl akupunkturu provádět profesionál, zvláště v tak citlivém období, jakým je těhotenství. Pro někoho, kdo nemá rád jehly, asi vhodná není. Můj názor na ni je pozitivní nejvíce asi proto, že mám kamarádku akupunkturistku, které věřím a mohu se přesvědčit, že akupunktura účinkuje, což vidím na jejich dobrých výsledcích u klientů. V porodnictví může také dosáhnout významných úspěchů a jejího využití v této oblasti bych se nebála, jsem si vědoma toho, že existují silně reagující body, které by se neměly používat v prvním trimestru těhotenství, a to by měl každý respektovat. Asi není dobré s akupunkturou začínat, až v těhotenství, ale pro ženu, která s ní má již nějaké zkušenosti, vhodná je“ (R1).* *„Jehličky na mě fungují pěkně. Manžel s nimi má dlouholeté zkušenosti a právě on mě k tomu přivedl. Myslím si, že je to složitější metoda než akupresura, ale nebojím se toho, mám dobrého terapeuta, kterému věřím. Řekla bych, že je většině naší populace velmi vzdálená a nepřírozená, přeci jenom její kořeny pocházejí až z dálného východu, lidé jí jen těžko dokážou pochopit, asi proto jí nedůvěřují. I když po celém světě je*

akupunktura braná jako jedna z nejznámějších metod tradiční čínské medicíny“ (R2). Jedna respondentka se vyjádřila pouze stručně a vyjádřila neutrální postoj: „O akupunkturu toho vím jen velmi málo, proto nemohu posuzovat její účinky. Podle mého názoru u této léčby hodně záleží na kvalitách daného lékaře či léčitele. Kdyby se tato metoda vědecky dokázala, asi bych jí více věřila“ (R5).

Názory žen na akupresuru

Na akupresurní léčbu nahlíží všechny ženy kladně, především pro své jednoduché použití: „Může být velmi užitečná při domácím léčení, výhoda je, že si jí může provádět člověk sám na sobě nebo třeba matka dítěti“ (R1). „Jsem pro každou metodu, když dotyčné osobě pomáhá, není důvod akupresuru nevyužít. Myslím si, že akupresura je dobrá volba pro samoléčitele, kdy se jí mohou naučit snadno a rychle podle literatury“ (R2). „Akupresura je mi velmi sympatická, absolvovala jsem dokonce kurzy reflexní terapie chodidel, takže si troufám říci, že nejsem úplný laik. Využití v porodnictví má jistě velké, líbilo by se mi, kdyby mě porodní asistentka naučila mačkat různé body užitečné v těhotenství nebo třeba proti bolesti při porodu. V České republice to není běžné, ale například v našich sousedních zemích již ano“ (R3). „Myslím si, že tato metoda je účinná a pro těhotné ženy téměř ideální v tom smyslu, že se do těla nedostávají žádné škodlivé látky. Velká část populace i v naší republice ji používá přirozeně a možná o tom ani neví. Co většinou každý člověk udělá, když se uhodí do prstů na chodidle? Nevědomky si nohu pevně stiskne a rychle pocítí úlevu“ (R4). „Je to jednoduchá metoda, kterou může provádět i laik a nemůže si s ní nikterak ublížit“ (R5).

Tabulka 3B: Zkušenosti žen se zkoumanými metodami

	R1	R2	R3	R4	R5
Homeopatie	+	+	+	+	+
Akupunktura	+	+	+	-	-
Akupresura	+	-	+	+	+

+ pozitivní zkušenost, - negativní zkušenost

Zkušenosti žen s homeopatií

Všechny (5) dotazované ženy uvedly vlastní zkušenosti s homeopatickou léčbou, ani jedna žena nehodnotila léčbu negativně. Respondentka 1 věří alternativní medicíně: „*Velmi mě ovlivnila matčina nemoc, kde metody klasické medicíny selhaly, díky tomu jsme začali hledat jiné způsoby léčby, a tak začaly mé zkušenosti s homeopatií. Své zkušenosti s homeopatickou léčbou hodnotím kladně. První zkušeností byla léčba karpálních tunelů podáním homeopatického léku injekčně k nervus radialis, aplikace byla bolestivá, ale účinná, obstřík byl veden ve třech cyklech, po třetím byly problémy minimální, léčba neprobíhala v České republice. Po čase se problémy opět vrátily, to jsem použila na doporučení lékaře homeopatickou mast, zatím se bolesti znovu neopakovaly. V těhotenství jsem užívala homeopatické léky na psychiku, proti stresu, ke zklidnění se. A pak při porodu pro lepší otevírání děložního hrdla a k zesílení kontrakcí, tady nemohu říci, jestli homeopatikum zabralo, protože porod byl dlouhý a hrdlo se otevíralo pomalu“ (R1). „*Mám dobré zkušenosti s touto metodou. Měla jsem cysty na vaječnicích a dlouho se mi nedařilo otěhotnět, gynekolog mi předepsal antikoncepci, ale s tímto postupem jsem nesouhlasila. Našla jsem si homeopata, který si o mě vytvořil ucelenou anamnézu a osobnostní profil a podle počítačového programu vybral správný lék. Cysty po pár měsících opravdu zmizely a já jsem byla šťastná, že jsem se jich zbavila. Další zkušenost s homeopatií mám v době, kdy už jsem byla těhotná a trápily mě časté a silné migrény. Na radu homeopata jsem začala užívat Belladonu, migrény byly mnohem slabší a rychleji odezněly. K migréně jsem si vždy naordinovala ještě bylinné čaje a rázem bylo po bolesti. V době těhotenství jsem tělo nechtěla zatěžovat klasickými léky. Na homeopatii se určitě zase někdy obrátím. Na homeopatii nedám dopustit“ (R2). „*S homeopatií mám zkušenosti především v době těhotenství, kde běžné léky nejsou vhodné. Léčila jsem tak chřipkové stavy, rýmu, bolesti v krku, musím říci, že zkušenost to byla velmi pozitivní. Dále při porodu, který jsem měla velmi fajn, měla jsem snesitelné bolesti, které šly prodýchat doma v posteli, celkově porod proběhl dobře a rychle. Nyní dávám homeopatické kapičky svému dítěti při očkování a proti bolesti při***

růstu zoubků. Tuto léčbu bych určitě doporučila všem nastávajícím maminkám, ovšem nemám možnost srovnání, samozřejmě nevím, jak by porod probíhal bez homeopatik, ale za to, jak proběhl jsem šťastná. Homeopatika použiji znovu i při nynějším těhotenství a porodu“ (R3). „Mé první zkušenosti s homeopatií byly již v dětství, neboť můj dědeček se zabývá řadu let přírodním léčitelství. Požívání bylinných odvarů byl tedy pro mě běžný způsob léčby lehčích zdravotních potíží. Dále jsem využila homeopatických léků při těhotenství a v období po porodu. Homeopatie se mi v období těhotenství zdála nejméně škodlivá metoda z ostatních dostupných léčiv. Důvodem léčby nyní po porodu je fakt, že klasická medicína nedostačuje, nezabírá při mých obtížích. Běžné je pro mě pití bylinných odvarů při nachlazení, zánětu močových cest, atd. Poslední měsíce těhotenství mě provázely silné bolesti zad. Sestra u mého gynekologa mi doporučila homeopatický lék Kalium carbonicum, který jsem tedy několik týdnů užívala. Jeho užívání mělo pozitivní účinky. Nevím, jestli v tomto mém případě neměl vliv i placebo efekt, ale každopádně jsem byla spokojená, bolesti zad polevily. Nepřestaly úplně, ale výrazně se zmírnily. Druhá zkušenost s homeopatiky je čerstvá. V těhotenství a při kojení se mi objevil ekzém na pravé ruce. Dodnes tyto obtíže úplně neustoupily. Do této doby jsem se léčila u kožního lékaře způsobem klasické medicíny. Bohužel toto nemělo příliš velký úspěch. Na doporučení jsem vyhledala lékařku, která se zabývá celostní medicínou. Kromě antibiotické masti mi doporučila užívání i homeopatického léku Lycopodium. Výsledky bohužel zatím nemohu posoudit, začala jsem s léčbou před krátkou dobou. Na homeopatii se určitě obrátím i do budoucna, ostatním mohu jen doporučit“ (R4). „Zkušenosti s homeopatií mám ke konci těhotenství, kdy jsem měla potřebu se na porod nějakým způsobem připravit. Na doporučení mojí kamarádky jsem navštívila homeopatickou lékárnou, kde mi magistr doporučil lék Arnica montana, začít užívat dva týdny před termínem dvakrát denně jako přípravu na porod, pro dobrou funkci svalů a cév, užívala jsem jí i přímo za porodu, kdy měla snižovat riziko krvácení a dále i v šestinedělí na hojení porodního poranění a nástřihu hráze. Jestli měla nějaký vliv, nemohu moc posoudit, asi ano, protože porod proběhl bez komplikací a řekla bych, že i rychle, poranění se zahojilo velmi dobře. Po porodu nastal jiný problém. V porodnici jsme hodně bojovali s nedostatkem mléka, a

tak hned, jak nás z nemocnice propustili domů, našla jsem si homeopata, který mi předepsal lék Agnus castus, který jsem užívala spolu s Ricinus communis. Bála jsem se, že to nepomůže, ale vše dobře dopadlo a já kojím už 8 měsíců“ (R5).

Zkušenosti žen s akupunkturou

Zkušenosti s akupunkturou mají tři respondentky, dvě respondentky akupunkturu nikdy nezkusily. Respondentka 1 akupunkturu běžně nevyužívala, ale bála se prodlouženého těhotenství a medikamentózně vedeného porodu, což jí vedlo k terapii akupunkturou: *„Jednoduše řečeno, potřebovala jsem vyvolat porod nefarmakologickou metodou. Gynekologové mě strašili, že dítě bude velké a neměla bych ho přenášet. Moje kamarádka se zabývá touto metodou, takže jsem jí zavolala, zeptala se, co se pro to dá udělat a rovnou jsme se domluvily, kdy to provedeme. Začaly jsme porod vyvolávat dva týdny před určeným termínem porodu, jehličky se aplikovaly celkem třikrát, po prvních dvou etapách jsem pociťovala spíše slabé kontrakce v podbříšku, po třetí terapii začaly být kontrakce silné. Dva dny po terapii jsem porodila, vše probíhalo přirozeně a v klidu. Nevím, jestli bych se k tomuto kroku odhodlala, kdybych zkušeného odborníka důvěrně neznala“ (R1).* Tato žena má s akupunkturou velmi dobré zkušenosti: *„Akupunktura na mě účinkuje dobře. Přivedl mě k ní manžel. Na začátku těhotenství jsem měla napíchané jehličky jednorázově proti nevolnostem a zvracení, problémy za dva dny ustaly a další léčbu jsem už nepotřebovala. Při druhé zkušenosti mi byly dva týdny před termínem porodu zavedeny zlaté jehličky do obou uší, lékař napíchl skupinu bodů pro porod, např. abych se uvolnila, děložní hrdlo se snáze otevíralo a kontrakce byly pravidelné a účinné. Jehličky byly zavedeny trvale a vyndala jsem si je sama až čtvrtý den po porodu. Porod probíhal tak nějak v poklidu a pěkně. Bolesti mi začaly týden po napíchní bodů ve 22 hodin večer, manžel mě odvezl do porodnice, kde mě přijali a manžela v klidu poslali domů, že ještě rodit nebudu. Ještěže to do porodnice nemáme daleko, jinak by manžel k porodu nestihl dorazit. Porodila jsem ve 2 hodiny ráno. Z porodu nemám žádné traumatické zážitky. V šestinedělí jsem na terapii dorazila naposledy, lékař mi napíchal body pro harmonizaci organismu, on by spíše řekl pro vyrovnání energie a*

toku čchi, já bych to nazvala proti únavě, vyčerpání a stresu po porodu. Léčbu jehličkami bych určitě doporučila, ale nikoho nemůžu nutit, asi je k tomu zapotřebí trochu jiného smýšlení, než má většina naší populace“ (R2). Ještě jedna respondentka má zkušenost s akupunkturou, jedná se ale o zkušenost negativní: „Na radu kamarádky jsem ve Švédsku zkusila poprvé tuto metodu na léčení ramene a poté jsem s ním nemohla dva týdny vůbec hýbat, takže jehličky už raději zkoušet nebudu. Nevím, proč se léčba nezdařila, nebo co se stalo špatně, ale tato zkušenost mě negativně ovlivnila. Proto nevím, jestli bych tuto metodu někomu doporučila“ (R3).

Zkušenosti žen s akupresurou

Zkušenosti s akupresurou neuvádí pouze jedna žena: „Akupresuru nevyužívám, ale třeba se jí jednou naučím, slyšela jsem o dětské akupresuře, ta by mě zajímala, protože bych jí mohla uplatnit u mé malé dcery“ (R2). Ostatní oslovené ženy (4) mají s touto terapií zkušenosti: „Před lety jsem zkoušela léčit neplodnost akupresurou chodidel, ve kterých se odráží celé tělo. Neměla jsem pravidelnou menstruaci, dalším problémem byla antevertze dělohy a bolesti kostrče po úraze. Terapie pro mě byla velmi bolestivá a tím pádem nepříjemná. Jestli mi doopravdy pomohla nevím, myslím si, že to bylo tak půl na půl, každopádně jsem přivedla na svět čtyři děti. Já jsem příznivce alternativní medicíny, takže tuto zkušenost беру v celkovém kontextu pozitivně“ (R1). Tato metoda je velmi jednoduchá, dá se lehce naučit a proto je vhodná i pro domácí použití běžných zdravotních problémů: „S akupresurou mám zkušenosti, ale pouze amatérsky svépomocí. Přímo specialistu na akupresuru jsem nikdy nevyhledala. Používám tuto metodu např. při bolestech hlavy. Na internetu jsem si našla body pod kolena, proti otokům končetin a pocitu těžkých nohou, které mě trápily ke konci těhotenství, a proti bolesti zubů na ukazováčcích, abych si ulevila jinak, než klasickými léky na bolest“ (R4). „Reflexní terapii chodidel používám již jen málo, ale mám dobré zkušenosti s odblokováním páteře a bolestmi zad v těhotenství. Mám základy této terapie, proto jsem si jí prováděla sama střídavě s akupresuristou, se kterým jsem mé postupy konzultovala, abych si byla jistá, že to dělám dobře, a nemůžu si tím nijak ublížit“ (R3).

„Používám akupresurní bod Hegu mezi ukazovákem a palcem, je to takový univerzální pomocník při nachlazení, rýmě, pro mírnění bolestí. Využila jsem ho i při porodu, kdy jsem ho mačkala v určitých intervalech velmi intenzivně. Spolu s manželem jsem se naučila i body, které jsou užitečné v době porodu. Bylo jich několik, vzpomínám si na bod na malíkách dolních končetin, v oblasti ramene, šjového svalu, nad kotníky. Manžel byl vzorný a u porodu pěkně masíroval“ (R5).

Dostupnost homeopatie, akupunktury, akupresury

Ženy se shodly na tom, že jsou tyto léčebné metody dostupnější ve srovnání s osmdesátými lety, kdy se u nás teprve začínaly rozvíjet: „V minulosti se o alternativních metodách celkově moc nemluvalo a nevědělo. Tato léčba byla velmi málo dostupná, postupem času, rozvojem internetu a celkovým trendem navrácení se k přírodním věcem, se začala i u nás více rozmáhat. V dnešní době se situace velmi změnila, na internetu je nepřehledné množství informací o alternativní léčbě, knih a informačních brožur přibývá, nedostatkem odborníků a specialistů, již také netrpíme, kvůli léčbě nemusíme cestovat daleko do zahraničí. I přesto je oproti vyspělejšími zemím dostupnost znatelně nižší. Já jsem se o homeopatii, používající se v těhotenství, dozvěděla náhodou, když se mi před lety dostala do ruky úžasná kniha od Ingeborg Stadelmann. Další informace jsem hledala na internetu a v knihovně, kde jsem si půjčila odbornou literaturu. Myslím si, že informace o dané léčbě není těžké vyhledat. Moje kamarádka je akupunkturistka, takže co se týká odborné dostupnosti této metody, nebyl žádný problém. Po finanční stránce dlouhodobá léčba asi není dostupná pro všechny, ale myslím si, že ve srovnání s klasickou léčbou nebude v ceně až takový rozdíl. Zásadní je, že všechny tři zmiňované metody nehradí zdravotní pojišťovna“ (R1). „Myslím si, že informace jsou v dnešní době dobře přístupné, neměla jsem žádný problém najít si vše, co jsem o těchto metodách potřebovala vědět. Odborník se nachází i v našem malém městě, s tím by také neměl být problém. Jestli má někdo o daný druh alternativní léčby opravdu zájem, cestu k ní si určitě najde. Zcela jistě není alternativní léčení v České republice tabu, v zahraničí jsou sice tyto metody více využívány, ale u nás se situace od

dob komunismu výrazně posunula k lepšímu. O akupunkturu jsem se dozvěděla velmi snadno, protože jí používá celá manželova rodina. Máme s ní velmi dobré zkušenosti. Pro mě tedy nebylo těžké sehnat více informací, ani odborníka. Po finanční stránce u mě žádný problém není, když si totiž porovnáme cenu klasických léků a terapií akupunktury, troufám si říci, že se ceny vyrovnají. Když se někdo chce takto léčit, najde si vše, co potřebuje, informace odborníka i finance, zdraví máme pouze jedno, lidé utrácejí i za méně užitečné věci, je dobré myslet na své zdraví. Je škoda, že alternativní léčba není více podporována klasickými lékaři, bylo by dobré propojit klasiku s alternativou, metody by se dobře doplňovaly“ (R2). „ O homeopatii jsem se začala více zajímat na doporučení manželovy sestry, která s ní měla dobré zkušenosti. Akupunkturu mi poradila kamarádka a akupresuru jsem se chtěla naučit z vlastní iniciativy. Myslím si, že je těžké poznat, kdo je opravdový odborník, asi bych nejvíce věřila člověku s dlouhodobou praxí, u nás asi ještě není dost zkušeností. Byla by třeba lepší informovanost o možnosti využití těchto metod a podle mého názoru i více zkušených odborníků. Je škoda, že ne mnoho doktorů vystudovalo ke svému oboru ještě homeopatii či akupunkturu a to myslím pouze všeobecně, zaměření na porodnictví asi žádné není. Finančně jsou pro mě homeopatika dostupná, horší je opravdu sehnat odborníka, který poradí. Dnes je situace taková rozpačitá, každý radí něco jiného, např. v lékárně s poradnou pro homeopatii mi řekli, že mám homeopatika při porodu užívat, až když řekne lékař, že porod nepostupuje, oproti tomu moje homeopatka radí, užívat je již před porodem. Dle názoru homeopata působící v Austrálii je ředění a dávkování popsané v brožuře z ČR příliš silné a porod pak probíhá příliš rychle. Možná v Austrálii mají více zkušeností“ (R3). „Je škoda, že tyto způsoby léčby nejsou mezi veřejností více rozšířeny. Já jsem se o homeopatických lécích dozvěděla u svých lékařů (gynekolog, kožní lékařka), kteří mi jejich užívání doporučili, ale informovali pouze stručně. Snažila jsem se na podrobnější detaily léčby ptát v lékárně, ale většinou mi příliš informací poskytnuto nebylo. Lékárník mi předložil propagační leták dodavatelské firmy homeopatických výrobků, kde byla uvedena většinou jedna věta o konkrétním homeopatickém léku, sám žádné znalosti neměl. Hledala jsem tedy dále sama na internetových stránkách, ale také jsem zde bohužel všechny potřebné informace

nenalezla. Doted' nevím, pokud bych chtěla využít homeopatické léčby zároveň z více oblastí medicínských oborů, na jakého odborníka bych se vlastně měla obrátit. Co se týká finanční stránky, myslím si, že dostupnost u homeopatických léků je přijatelná, není vyšší než u léků klasické medicíny. Akupunktura je pro pacienta asi hodně finančně náročná metoda, opravdu plnohodnotná dlouhotrvající léčba si myslím, že se pohybuje v rámci několika tisíc, není tedy dostupná pro každého. Akupresuru je možné využívat svépomocí, tedy bez vynaložení jakýchkoli finančních prostředků. S odbornou a místní dostupností je to téměř stejné u všech metod a to podle mého názoru bohužel značně nedostačující a neuspokojivé. Osobně si myslím, že by také bylo třeba metody více přiblížit lidem, např. mnohem větší a snadnější dostupnost informací. Nejen na internetových stránkách. Ráda bych také našla odborníka, který se v této oblasti výborně vyzná a dosahuje dobrých léčebných výsledků. Postačila by mi i lékárna, kde by magistr měl veškeré znalosti o homeopatických lécích a dokázal by mi při jakýchkoli potížích kvalifikovaně poradit. Musím zde ocenit snahu výrobce homeopatických léčiv firmu Boiron, která vytvořila pomůcku při užívání homeopatik a to informační brožuru o užívaném léku ve formě receptu. Lékař nebo homeopat vypíše recept, jehož jen přední část zůstane v lékárně. Zadní část s kopií receptu, kde je uveden název léku, základní informace o homeopatii, o způsobu užívání, si uschováte pro vlastní potřebu a snadnější pořízení léčiva v případě příštího užívání homeopatik“ (R4). „Informace o léčbě jsem získávala nejdříve na internetu a pak u svého homeopata. Podle mého názoru je škoda, že alternativní léčbu více nenabízejí klasičtí lékaři, asi jí stále příliš nevěří. Také bych byla velmi ráda, kdyby zdravotní pojišťovny hradily alespoň část léčiva, a tak by se možná více přiblížila veřejnosti“ (R5).

5 Diskuse

Homeopatie je komplexní a velmi propracovaný léčebný systém, který se nachází mimo ostatní léčebné směry. Homeopatie není součástí klasické medicíny, bylinkářství, nebo třeba čínské medicíny. Je to samostatný medicínský směr, který se od klasického liší v přístupu k nemoci i v pohledu na pacienta. Homeopatie je zcela netoxická a zároveň velmi účinná, proto je vhodná v těhotenství, za porodu i v šestinedělí. Akupunktura a akupresura je součástí tradiční čínské medicíny. Obě tyto metody odstraňují nerovnováhu energie čchi a snaží se působit jako prevence proti jejímu výskytu. Dle tradiční čínské medicíny je pro zdraví člověka důležité, aby životní energie byla v rovnováze. Akupunktura a akupresura může být velkým pomocníkem pro těhotné ženy, při porodu i po něm. Vždy je nutné vedení léčby odborníkem, specialistou. Každá žena je individualita a sama se rozhodne, jakou léčbu zvolí při řešení těhotenských obtíží (Stumpf, 2009, Lenková, 2001).

Prvním cílem bakalářské práce bylo zjistit názory porodních asistentek na homeopatii, akupunkturu a akupresuru v těhotenství, za porodu, v šestinedělí. Úvodní část rozhovoru pro PA se týkala objektivních dat, ptaly jsme se na věk, typ vzdělání, nynější zaměstnání. Průměrný věk porodních asistentek je 42 let. Tři porodní asistentky mají střední školu zakončenou maturitní zkouškou a nástavbové studium pro PA. Další PA má vysokou školu, získala titul bakalář. Jedna PA dosáhla titulu magistr. Všechny pracují jako registrované soukromé porodní asistentky, až na jednu, která je zaměstnána v Nemocnici České Budějovice. Z výzkumného šetření vyplynulo, že vztah porodních asistentek k homeopatii byl převážně kladný. Jen jedna PA měla opačný názor. V dětství užívala neúspěšně homeopatika na ekzém, od té doby léčbu znovu nevyzkoušela a homeopatii nevěří. Myslí si, že úspěch léčby spočívá v placebo efektu a ve víře v uzdravení. Akupunktura není porodním asistentkám blízká jako homeopatie. Dvě porodní asistentky uvedly kladný názor na tuto metodu. Další tři asistentky vyjádřily spíše neutrální názor, to znamená, že akupunkturu hodnotily v některých věcech kladně a v jiných záporně. Nikdo z dotazovaných nezná žádnou porodní asistentku, která by se zabývala akupunkturou. Ani jedna ji však nezavrhl a doporučila

by jí i ženám v těhotenství, za porodu nebo v šestinedělí. Uvedly tyto důvody, protože se jedná o nefarmakologickou metodu, má tisíciletou tradici, je šetrnější než klasické alopatické léky, pomáhá lidem po celém světě, působí celostně, ve své podstatě nemůže ublížit. Růžička (2003) ve své knize uvádí jako kontraindikaci těhotenství. Všechny PA se shodly na tom, že tuto metodu musí provádět zkušený odborník, a to bezpodmínečně. Vzdělaný specialista musí znát body, které v určitých obdobích těhotenství nesmí stimulovat. Zcela souhlasím s názorem porodních asistentek, akupunkturu bych ženám doporučila. Akupresura je pro porodní asistentky přístupnější a méně náročná na teorii a praxi než akupunktura, nejvíce asi z důvodu, že jí mohou provádět i samy, bez nutnosti složitého vzdělání. Na tuto metodu měly všechny dotazované porodní asistentky kladný názor. Andreoli (2008) ve své knize píše, že tradiční čínská medicína je mentalitě našich lékařů i pacientů vzdálená, přesto je akupresura snadnou metodou, která přináší spolehlivé výsledky. S tímto názorem se také shoduji, myslím si, že tato metoda je vhodná pro porodní asistentky i pro ženy, které si tak mohou samy rychle a relativně jednoduše pomoci. Akupresura většinou nezklame, pokud se od ní neočekávají zázraky, ale „pouze“ úleva při potížích (Ebner, 1991).

Dalším cílem bylo zjistit zkušenosti porodních asistentek s homeopatií, akupunkturou a akupresurou v těhotenství, za porodu, v šestinedělí. Homeopatie je mezi porodními asistentkami v praxi nejrozšířenější ze zkoumaných metod. Všech pět porodních asistentek má osobní zkušenost s homeopatickou léčbou. Tři z pěti používají tuto metodu přímo ve své praxi. Jedna PA se věnuje homeopatii ve své praxi více než patnáct let. Další asistentka přes deset let a poslední se považuje za začátečnici, touto metodou se zabývá čtyři roky. Zajímalo nás, co PA vedlo k tomu, že homeopatii používají u svých klientek. Odpovědi byly převážně stejné. Asi nejdůležitější aspekt pro využití homeopatie byl ten, že tato metoda je čistě přírodní a neobsahuje žádné chemické látky. Jako další výhody porodní asistentky uvedly: je bezpečná, nemá vedlejší účinky, nezatěžuje organismus, výborně funguje, podporuje samoléčivé síly organismu, neohrožuje plod, je vhodná při kojení. Výhody homeopatických léků, které uvedly porodní asistentky, korespondují s Moskowitzem (2008). Je potěšující, že porodní asistentky znají pozitiva této léčby. U asistentek, které využívají homeopatii ve

své porodnické praxi, jsme chtěly vědět, jaké problémy s ženami nejčastěji řeší v těhotenství, při porodu, a také v šestinedělí. Z odpovědí vyplynulo, že mezi nejčastější problémy v těhotenství patří nevolnost a zvracení, pálení žáhy, do porodnice si ženy nejvíce berou homeopatika pro urychlení porodu a pro následně lepší hojení porodních poranění. V šestinedělí jsou bezpochyby nejvyužívanější homeopatika pro podporu kojení.

Z výsledků jednoznačně vyplynulo, že akupunktura není v porodnictví běžně využívána, porodní asistentky se s ní často neseťkají. V praxi nepoužívá akupunkturu ani jedna oslovená porodní asistentka. Vlastní zkušenost s touto alternativou má pouze jedna asistentka. Proto jim byla položena otázka, jestli se jim v praxi někdy stalo, že by klientka žádala léčbu akupunkturou. Dvě porodní asistentky odpověděly kladně, dále následovala otázka, jak na tento požadavek zareagovaly. Ani jedna v tom neviděla žádný problém. Obě ženám doporučily zkušeného specialistu, se kterým spolupracují. Zároveň ale dodávají, že se takovéto případy objevují jen výjimečně. V praxi nepoužívá akupunkturu žádná oslovená porodní asistentka. Vlastní zkušenost s touto alternativou má pouze jedna porodní asistentka. Esler (2003) mimo jiné uvádí, že roste zájem o tuto metodu ve světě i u nás. I přesto si myslím, že akupunktura u nás nemá velký potenciál stát se běžnou léčbou, která by se využívala v nemocnicích, tak jak to běžně funguje ve východních zemích. Můžeme se domnívat, že se v budoucnu bude více využívat jako doplňková léčba klasické medicíny.

Akupresuru v praxi využívají dvě porodní asistentky z pěti oslovených. Zazněl názor, že akupresura je vhodná metoda pro těhotné, dá se jednoduše a rychle použít v první době porodní, je účinná a ženě příjemná. Dvě porodní asistentky popsaly osobní zkušenosti s akupresurou, ale v praxi jí nepoužívají. „V Číně, na rozdíl od nás, kde masáže chápeme více jako doplňkový relaxační a rehabilitační prostředek, byly masáže odjakživa považovány za léčebnou metodu rovnocennou všem ostatním“ (Wang, 1992, s. 10). Ze zkušeností porodních asistentek, které byly osloveny při výzkumném šetření, vyplývá, že akupresura není běžně využívaná metoda v porodnictví.

Dále nás zajímalo, jak porodní asistentky hodnotí dostupnost zkoumaných metod. Všechny se shodly na tom, že oproti minulým létům jsou tyto alternativy klientkám

mnohem dostupnější. Kdo se danou metodou chce léčit, cestu k ní si najde bez větších potíží. Tuto větu v podobném znění vyslovily všechny PA. Podle mého názoru je odborná dostupnost přiměřená poptávce v České republice. Porodní asistentky uvádějí, že odborníků je dostatek, klientky by neměly mít problém sehnat specialistu v místě svého bydliště. Co se týká finanční stránky, zazněl zajímavý názor a to, že homeopatická léčba není drahá, v porovnání s klasickou léčbou jsou náklady přibližně stejně vysoké. Je rozdíl v tom, že návštěvu klasického lékaře hradí pojišťovna, homeopatického lékaře si klient musí zaplatit sám. Porodní asistentky se ve všech rozhovorech a odpovědích nejvíce zmiňovaly o homeopatii, je tak zřejmé, že jim je tato metoda nejbližší. Myslím si, že akupunktura a akupresura v České republice k obvyklým prostředkům pro mírnění těhotenských, porodních a poporodních obtíží zatím nepatří, i když léčení nejrůznějších problémů pomocí metod alternativní medicíny můžeme v současnosti označit za velmi silný trend. Poslední otázka směřovaná na porodní asistentky byla, co si myslí o vzdělávání v oblasti zkoumaných metod. S úrovní vzdělávání porodních asistentek v oblasti homeopatie, akupunktury, akupresury není zcela spokojena ani jedna oslovená porodní asistentka. Dokonce jedna z porodních asistentek uvedla: „Úroveň našeho vzdělávání je úplná katastrofa“. Také se ale objevuje názor, že kdo má zájem o danou metodu, má možnost se vzdělávat všeobecně. Další PA se domnívá, že oproti zahraničí je vzdělávání zkoumaných metod v ČR na nižší úrovni. Možná by stálo za zvážení rozšířit znalosti porodních asistentek o léčebných alternativních metodách v porodnictví již při bakalářském studiu.

Zbylé výzkumné otázky byly směřované na druhý výzkumný soubor, tedy na ženy, které, v těhotenství, při porodu nebo v šestinedělí využily alespoň jednu ze zkoumaných léčebných metod. Všechny ženy jsou aktuálně na mateřské dovolené. Nejmladší respondentce je 28 let a nejstarší je 42 let. Jedna žena vystudovala lékařskou fakultu, rodila čtyřikrát. Ostatní respondentky rodily poprvé. Dvě vystudovaly střední školu s maturitou, další dvě mají vysokou školu, získaly titul Ing. a jedna z nich se ještě dále vzdělávala v MBA programu. Z výsledků jednoznačně vyplynulo, že všechny oslovené ženy mají na homeopatii pozitivní názor. Dále uvedly, že věří spíše přírodní léčbě než alopatickým lékům, ale klasickou medicínu samozřejmě nezavrhuje. Pro ženy

v těhotenství bylo rozhodující, že homeopatické léky jsou čistě přírodní. Stumpf (2009) ve své knize uvádí, že homeopatické léky nejsou toxické, nemají vedlejší účinky, protože podíl výchozí léčivé látky je v potencovaném léku mizivý, jsou vhodné pro všechny věkové skupiny, včetně těhotných žen a novorozenců, lze je kombinovat s klasickými alopatickými léky. Myslím si, že homeopatie je velmi vhodná právě v těhotenství, době porodu a v šestinedělí. O akupunkturu ženy nemají příliš mnoho informací. Bylo vidět, že jim tato metoda není příliš blízká. Z uvedených výpovědí vychází, že dvě ženy mají na akupunkturu pozitivní názor, protože důvěřují tradiční přírodní léčbě. Dvě ženy vyjádřily neutrální postoj, jedna z důvodu nedůvěry ve schopnosti terapeuta, druhá žena si nebyla jistá účinností této metody. Pro vědu je akupunktura stále hádankou, zatím se nepodařilo zjistit, jak v těle funguje, uvádí Balner (2002). Až na jednu ženu akupunkturu nikdo zcela nezavrhl. Tato žena má záporný názor, zapříčiněný negativní zkušeností. Od té doby metodě nevěří a zkoušet jí znovu nechce. Na akupresurní léčbu nahlíží všechny ženy kladně, především pro své jednoduché použití. Výhody této léčby, které ženy uvedly, byly následující: je vhodná pro domácí použití, člověk jí může využít i sám na sobě, do těla se nedostávají žádné negativní látky, může jí využít i laik.

Všechny dotazované ženy uvedly vlastní zkušenosti s homeopatickou léčbou, ani jedna nehodnotila léčbu negativně. Ženy využily homeopatiku na různé zdravotní obtíže, například k léčbě neplodnosti, při nachlazení a chřipkových stavech, pro lepší průběh porodu, na ekzém, proti bolestem zad, na hojení porodního poranění, pro podporu laktace aj. Všechny ženy se shodly na tom, že by léčbu doporučily i někomu dalšímu. Zkušenosti s akupunkturou mají tři respondentky, dvě respondentky akupunkturu nikdy nezkusily. První respondentka akupunkturu běžně nevyužívala, ale bála se prodlouženého těhotenství a medikamentózně vedenému porodu, což jí vedlo k terapii akupunkturou. Uvádí kladnou zkušenost. Další žena akupunkturu běžně využívala i mimo těhotenství s velmi pozitivními účinky. Proto pro ni nebylo nic zvláštního, využít tuto metodu i při porodu, který sama charakterizovala jako bezproblémový a v šestinedělí proti únavě a vyčerpání. Ještě jedna respondentka uvedla zkušenost s akupunkturou, jednalo se ale o zkušenost negativní. Metodu využila na radu

kamarádky k léčbě ramene, ale neúspěšně. Po terapii s ramenem nemohla bolestí vůbec hýbat, takže akupunkturu již zkoušet nechce. Ve společnosti obliba akupunktury stoupá a používá se prakticky po celém světě, jak uvádí Balner (2002). Oproti devadesátým létům je akupunktura využívanější a rozšířenější. Zkušenosti s akupresurou neuvádí pouze jedna žena. Ostatní oslovené ženy zaznamenaly s touto terapií pozitivní výsledky. Z výzkumného šetření tedy vyplývá, že akupresura je poměrně oblíbená metoda pro ženy v těhotenství, porodu a šestinedělí.

6 Závěr

Na základě prostudované literatury bylo provedeno kvalitativní výzkumné šetření pomocí polostrukturovaných rozhovorů. Zkoumaný soubor tvořilo 10 respondentů, 5 porodních asistentek a 5 žen, které v těhotenství, při porodu nebo v šestinedělí využily alespoň jednu ze zkoumaných léčebných metod. O významu používání alternativní medicíny v těhotenství, porodu a šestinedělí není pochyb.

Prvním cílem bakalářské práce bylo zjistit názory porodních asistentek na homeopatii, akupunkturu a akupresuru v těhotenství, za porodu, v šestinedělí. Na základě tohoto cíle byla zvolena výzkumná otázka: Jaké názory mají porodní asistentky na homeopatii, akupunkturu a akupresuru v těhotenství, za porodu, v šestinedělí? Z výzkumného šetření vyplynulo, že vztah porodních asistentek k homeopatii byl převážně kladný. Jen jedna PA měla opačný názor. Až na tento jeden případ porodní asistentky hodnotí homeopatii jako přínosnou v porodnictví. Akupunktura není porodním asistentkám blízká jako homeopatie. Dvě porodní asistentky uvedly kladný názor na tuto metodu. Další tři asistentky vyjádřily spíše neutrální názor, to znamená, že akupunkturu hodnotily v některých věcech kladně a v jiných záporně. Na akupresuru měly všechny dotazované porodní asistentky kladný názor.

Druhým cílem bylo zjistit zkušenosti porodních asistentek s homeopatií, akupunkturou a akupresurou v těhotenství, za porodu, v šestinedělí. Stanovená výzkumná otázka k tomuto cíli zní: Jaké zkušenosti mají porodní asistentky s homeopatií, akupunkturou a akupresurou v těhotenství, za porodu, v šestinedělí? Homeopatie je mezi porodními asistentkami v praxi nejrozšířenější ze zkoumaných metod. Všech pět porodních asistentek má osobní zkušenost s homeopatickou léčbou. Tři z pěti používají tuto metodu přímo ve své praxi. Akupunkturu nepoužívá ani jedna oslovená porodní asistentka. Vlastní zkušenost s touto alternativou má pouze jedna asistentka. Akupresuru v praxi využívají dvě porodní asistentky z pěti oslovených. Dvě porodní asistentky popsaly osobní zkušenosti s akupresurou, ale v praxi jí nepoužívají. Jedna asistentka v praxi tuto metodu nevyužívá, a ani nemá žádnou osobní zkušenost.

Dalším cílem této bakalářské práce bylo zjistit názory žen těhotných, rodičích, v šestinedělí na homeopatii, akupunkturu a akupresuru. Stanovená výzkumná otázka k tomuto cíli zní: Jaké názory mají ženy těhotné, rodičí, v šestinedělí na homeopatii, akupunkturu a akupresuru? Z výsledků jednoznačně vyplynulo, že všechny oslovené ženy mají na homeopatii pozitivní názor. Z dalších uvedených výpovědí vychází, že dvě ženy mají na akupunkturu pozitivní názor. Dvě ženy vyjádřily neutrální postoj, jedna z důvodu nedůvěry ve schopnosti terapeuta, druhá žena si nebyla jistá účinností této metody. Poslední žena měla záporný názor na tuto zkoumanou metodu.

Čtvrtým cílem této práce bylo zjistit zkušenosti žen těhotných, rodičích, v šestinedělí s homeopatií, akupunkturou a akupresurou. Na základě tohoto posledního cíle byla zvolena výzkumná otázka: Jaké zkušenosti mají ženy těhotné, rodičí, v šestinedělí s homeopatií, akupunkturou a akupresurou? Všechny dotazované ženy uvedly zkušenosti s homeopatickou léčbou, ani jedna žena nehodnotila léčbu negativně. Zkušenosti s akupunkturou měly tři respondentky, dvě respondentky akupunkturu nikdy nezkusily. Zkušenosti s akupresurou neuvádí pouze jedna žena. Ostatní oslovené ženy zaznamenaly s touto terapií pozitivní výsledky.

Výsledky výzkumného šetření by mohly být použity jako zdroj informací pro porodní asistentky a jako studijní materiál v rámci výuky na Jihočeské univerzitě pro další ročníky oboru Porodní asistentka.

7 Seznam použitých zdrojů

1. ANDREOLI, Pier Luciano, Emilio MINELLI a Gianfranco TRAPANI. *Akupresura pro rodiče s dětmi*. Praha: Portál, 2008. ISBN 978-807-3673-659.
2. BALNER, Bohumír., BALNER, Rostislav. *Tajemství akupunkturních bodů*. Bratislava: CAD Press, 2002. ISBN 80-88969-050.
3. BETTS, Debra. Acupressure To Induce Labour: Waters Breaking.
In: *Acupuncture* [online]. © 2009 [cit. 2012-12-27]. Dostupné z:
<http://acupuncture.rhizome.net.nz/acupressure/induce.aspx>.
4. BOIRON, Christian. *Proč důvěřuji homeopatii*. Olomouc: Fontána, 2008. ISBN 978-80-7336-491-5.
5. BOIRON, Michèle a Alain PAYRE – FICOT. *Homeopatie- rady pro každý den*. Paris: Boiron, 2005. ISBN 2-85742-198-2.
6. BOIRON. Historie homeopatie v ČR. In: *Boiron CZ, s.r.o.* [online]. Praha, © 2009 - 2012 [cit. 2012-11-13]. Dostupné z: <http://boiron.cz/cs/32-historie-homeopatie-v-cr>.
7. BRUCKER, Karin a Hans-Peter WUTTA. *Oční akupunktura*. Praha: Pragma, 2007. ISBN 978-80-7349-076-8.
8. CASTRO, Miranda. *Kompletní příručka homeopatické léčby*. Praha: Alternativa, 1990. ISBN 80-859-9341-4.
9. ČECH, Evžen, Zdeněk HÁJEK, Karel MARŠÁL a Bedřich SRP. *Porodnictví*. Praha: Grada, 2007. ISBN 80-247-1303-9.

10. DOOLEY, Timothy. *Homeopatie: překonáváme medicínu ploché Země: úvod pro studenty a pacienty*. Praha: Alternativa, 2007. ISBN 978-80-86936-06-2.
11. ESLER, Milan. *Akupunktura ucha*. Olomouc: Poznání, 2003. ISBN 80-866-0611-2.
12. ESLER, Milan. *Mimodráhové akupunkturní body*. Olomouc: Poznání, 2003. ISBN 80-866-0616-3.
13. FORMÁNKOVÁ, Kateřina, Miriam KABELKOVÁ a Ilona LUDVÍKOVÁ. *Poznáváme homeopatii*. Praha: Grada, 2008. ISBN 978-802-4727-363.
14. GEIST, Christine, Ulrike HARDER a Andrea STIEFEL. *Hebammenkunde: Lehrbuch für Schwangerschaft, Geburt, Wochenbett und Beruf*. Stuttgart: Hippokrates-Verl, 2005. ISBN 38-304-5311-6.
15. GÓRNICKA, Janwiga. *Léčivá moc dotyků*. Praha: Jan Vašut s.r.o., 2011. ISBN 978-80-7236-751-1.
16. CHONG, Won-jo. *Celostní medicína a Saamova akupunktura*. Dobřichovice: KAVA-PECH, 2005. ISBN 80-858-5375-2.
17. KOLSTER, Bernard C., WASKOWIAK, Astrid. *Velký atlas akupresury*. Olomouc: Fontána, 2006. ISBN 80-7336-253-8.
18. LENKOVÁ, Jitka. *Velká kniha alternativní medicíny*. Praha: Regia, 2001. ISBN 80-86367-16-9.
19. LOCKIE, Andrew. *Homeopatie*. Bratislava: NOXI, 2004. ISBN 80-89179-04-5.
20. LOCKIE, Andrew. *Encyklopedie homeopatie*. Bratislava: PERFEKT, 2002. ISBN 80-8046-198-8.

21. MOSKOWITZ, Richard. *Homeopatie pro těhotenství a porod*. Praha: Alternativa, 2008. ISBN 978-80-86936-05-5.
22. PAŘÍZEK, Antonín. *Porodnická analgezie a anestezie*. Praha: Grada, 2002. ISBN 80-716-9969-1.
23. PATAKY, Julius. *Učebnice reflexní terapie*. Olomouc: Dobra, 1998. ISBN 80-861-7918-4.
24. PREUSS, Christel. *Akupresura poklepem*. Olomouc: Fontána, 2010. ISBN 978-80-7336-601-8.
25. RŮŽIČKA, Radomír. *Akupunktura v teorii a praxi*. Olomouc: Poznání, 2003. ISBN 80-86606-10-4.
26. ROSE, Barry a Christina SCOTT-MONCRIEFF. *Homeopatie pro ženy: ucelená, srozumitelná a přehledná příručka pro ženy každého věku*. Praha: Slovart, 2004, 176 s. ISBN 80-720-9348-7.
27. STUMPF, Werner. *Homeopatie*. Praha: JAN VAŠUT, 2009. ISBN 978-80-7236-691-0.
28. RŮŽIČKA, Radomír, Yingwu WANG a Rudolf SOSÍK. *Tradiční čínská medicína v denním životě*. Olomouc: Poznání, 2002. ISBN 80-866-0606-6.
29. RŮŽIČKA, Radomír. *Mikrosystémy akupunktury z hlediska současného poznání*. Olomouc: Poznání, 2002. ISBN 80-866-0608-2.
30. SIMKIN, Penny. *Partner u porodu*. Praha: Argo, 2000. ISBN 80-720-3308-5.
31. STADELMANN, Ingeborg. *Zdravé těhotenství, přirozený porod*. Praha: One Woman Press, 2009. ISBN 978-808-6356-501.

32. TUO, Kao. *Encyklopedie čínské medicíny*. Dobřejovice: Rebo Productions CZ, s.r.o., 2001. ISBN 80-7234-166-9.
33. YATES, Suzanne. *Příjemné těhotenství a krásný porod*. Brno: Computer Press, 2009. ISBN 978-80-251-2475-8.

8 Přílohy

Příloha 1: Otázky k rozhovoru pro porodní asistentky

Příloha 2: Otázky k rozhovoru pro ženy

Příloha 3: Dráha plic

Příloha 4: Dráha tlustého střeva

Příloha 5: Dráha žaludku

Příloha 6: Dráha srdce

Příloha 7: Dráha tenkého střeva

Příloha 8: Dráha ledvin

Příloha 9: Dráha obalu srdce

Příloha 10: Dráha žlučníku

Příloha 11: Dráha tří ohříváčů

Příloha 12: Dráha jater

Příloha 13: Dráha sleziny a slinivky

Příloha 14: Dráha močového měchýře

Příloha 15: Dráha přední střední

Příloha 16: Dráha zadní střední

Příloha 1: Otázky k rozhovoru pro porodní asistentky

Iniciály:

Věk:

Vzdělání:

Kariéra:

1. Jaký je Váš názor na homeopatii?
2. Jaký je Váš názor na akupunkturu?
3. Jaký je Váš názor na akupresuru?
4. Co si myslíte o využití homeopatie v porodnictví?
5. Co si myslíte o využití akupunktury a akupresury v porodnictví?
6. Co si myslíte o dostupnosti (finanční, odborná, místní) těchto metod?
7. Co by se dalo dělat pro to, aby se tato léčba více přiblížila ženám v těhotenství, v době porodu, v šestinedělí?
8. Máte zkušenosti (osobní, v praxi) s homeopatií?
9. Máte zkušenosti (osobní, v praxi) akupunkturou?
10. Máte zkušenosti (osobní, v praxi) akupresurou?
11. Jestli máte zkušenosti, s jakými problémy za vámi ženy nejčastěji přijdou?
12. Jak léčba probíhá?
13. Stalo se Vám někdy, že klientka chtěla i jinou alternativní léčbu?
14. Co si myslíte o vzdělávání PA v této oblasti?

Zdroj: Vlastní návrh

Příloha 2: Otázky k rozhovoru pro ženy

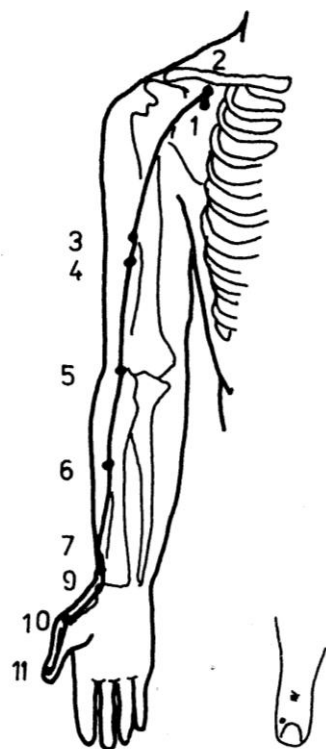
Věk: Nejvyšší dosažené vzdělání:

Porody:

1. Jaký je Váš názor na homeopatii?
2. Jaký je Váš názor na akupunkturu?
3. Jaký je Váš názor na akupresuru?
4. Co si myslíte o využití homeopatie v porodnictví?
5. Co si myslíte o využití akupunktury a akupresury v porodnictví?
6. Máte zkušenosti s homeopatií?
8. Máte zkušenosti akupunkturou?
9. Máte zkušenosti akupresurou?
10. Jaký zdravotní problém/y jste těmito alternativami řešila v době těhotenství, porodu a šestinedělí, i mimo těhotenství?
11. Jak léčba probíhala?
12. Využila byste znovu tuto léčbu?
13. Doporučila byste jí někomu dalšímu?
14. Jak jste se o léčbě dozvěděla?
15. Jakým způsobem jste získávala další informace o léčbě?
16. Bylo těžké sehnat informace, odborníka?
17. Co si myslíte o dostupnosti (finanční, odborná, místní) těchto metod?
18. Co by se dalo dělat pro to, aby se Vám tyto alternativní metody více přiblížily?

Zdroj: Vlastní návrh

Příloha 3: Dráha plic



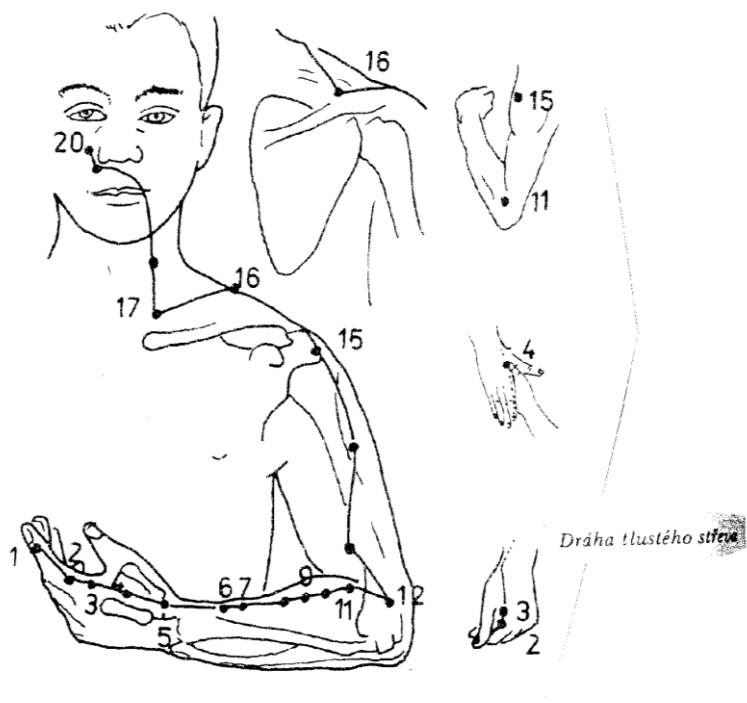
Dráha plic

Dráha plic, Lungs (LU)

Tato jinová dráha má jedenáct akupunkturních bodů. Začíná v druhém mezižebří, probíhá vzhůru přes plíce do krku a odtud na vnitřní plochu paže až k palci. Body této dráhy se používají při léčení onemocnění plic, hrudníku, při bolestech v kru, kašli, rýmě, nachlazení, astmatu, také při bolestech ramene a paže.

Zdroj: Kao Tuo, 2001, Růžička, 2003

Příloha 4: Dráha tlustého střeva

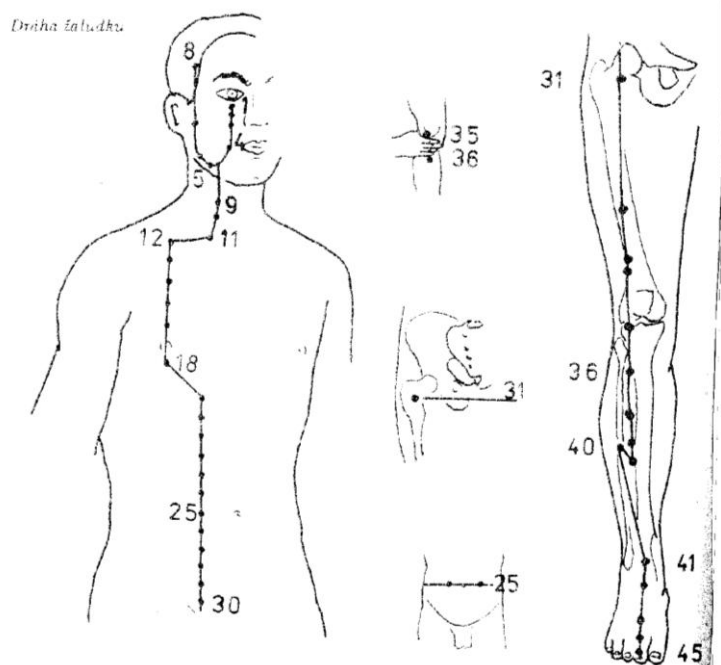


Dráha tlustého střeva, Large Intestine (LI)

Jangová dráha má dvacet akupunkturních bodů, probíhá vzestupně od ruky k hlavě, začíná na posledním článku ukazováku, pokračuje na přední postranní ploše paže, přes rameno, krk, končí u nosu. Ovlivňuje bolest zubů, bolest v krku, bolesti v průběhu dráhy, zácpu i průjem.

Zdroj: Kao Tuo, 2001, Růžička, 2003

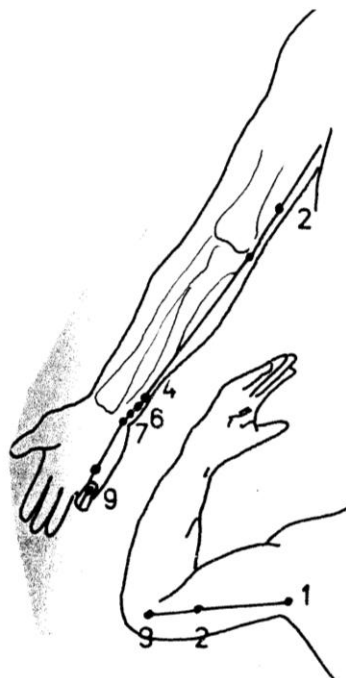
Příloha 5: Dráha žaludku



Dráha žaludku, Stomach (ST)

Tato jangová dráha má čtyřicet pět bodů, probíhá sestupně od středu dolního víčka, končí na ukazováčku dolní končetiny. Dráha ovlivňuje nemoci hlavy, horní cesty dýchací, bolesti žaludku, zvracení, otoky, bolesti v průběhu dráhy.

Příloha 6: Dráha srdce



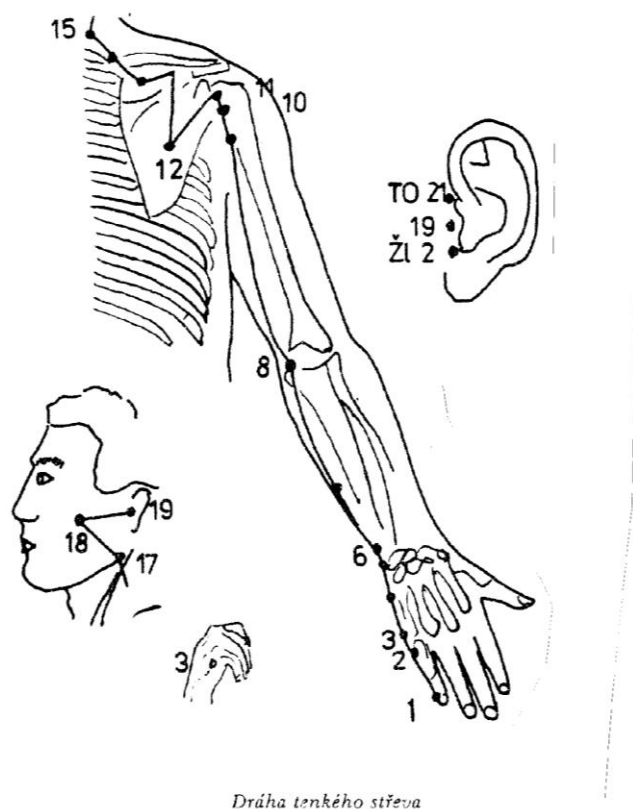
Dráha srdce

Dráha srdce, Heart (HT)

Dráha srdce má devět bodů, probíhá podél středu vnitřní paže a hrudníku. Používá se při léčení depresí, psychóz, onemocnění srdce.

Zdroj: Kao Tuo, 2001, Růžička, 2003

Příloha 7: Dráha tenkého střeva

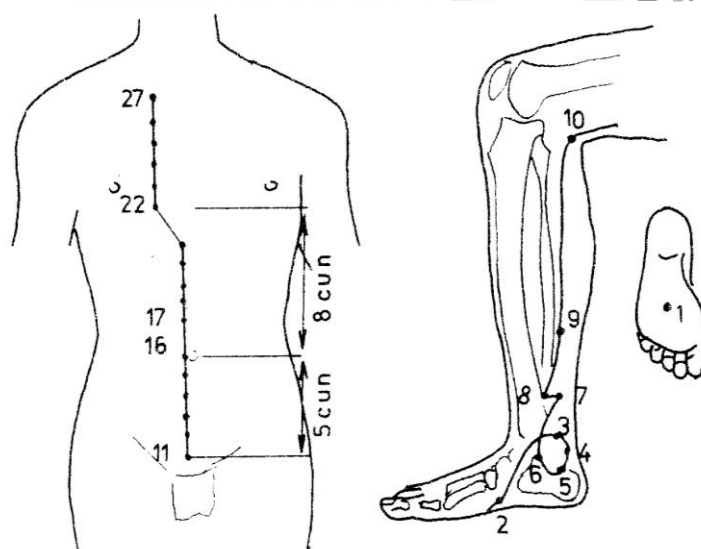


Dráha tenkého střeva, Small Intestine (SI)

Tato jangová dráha má devatenáct bodů, začíná na malíku, jde po ulnární straně ruky, přes zadní stranu ramene na krk, tvář, končí u ucha. Pomáhá při bolestech zubů, krku, šíje, hlavy, ovlivňuje oči, uši, závratě.

Zdroj: Kao Tuo, 2001, Růžička, 2003

Příloha 8: Dráha ledvin

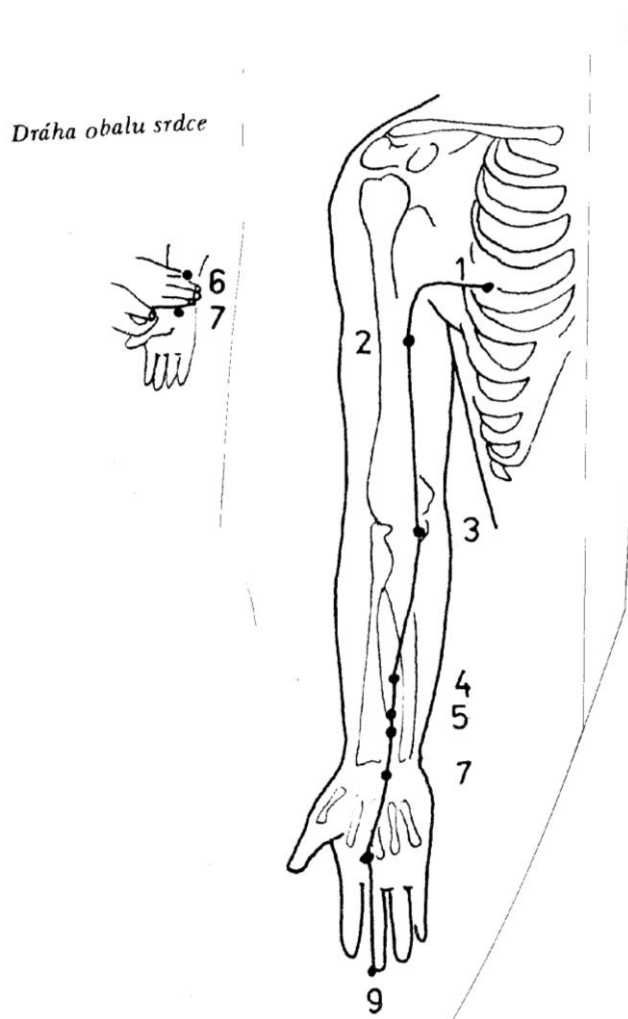


- Dráha ledvin

Dráha ledvin, Kidney (KI)

Jinová dráha má dvacet sedm bodů. Vede od prostředku plosky chodidla ke kotníku, zadní straně vnitřní plochy dolní končetiny, přes břicho, krk, končí při sternoclaviculárním skloubení. Používá se při léčbě křečových žil, otoků dolních končetin, zažívacích poruch.

Příloha 9: Dráha obalu srdce

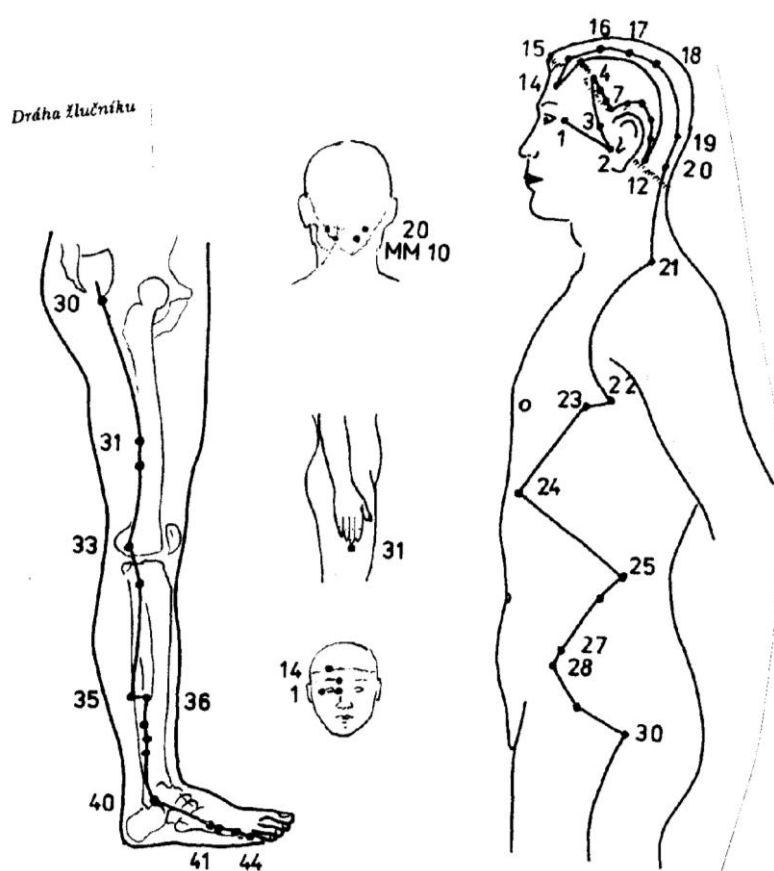


Dráha obalu srdce, Pericard(PC)

Jinová dráha, leží na ní devět akupunkturních bodů, probíhá sestupně od hrudníku k ruce. Dráha ovlivňuje bolesti u srdce, břicha, hrudníku, podrážděnost, neklid.

Zdroj: Kao Tuo, 2001, Růžička, 2003

Příloha 10: Dráha žlučníku

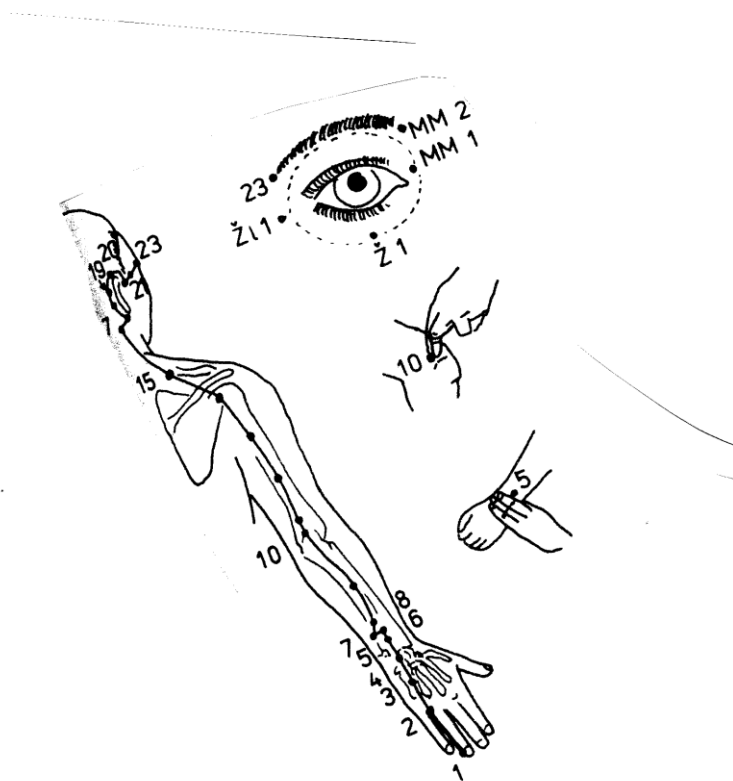


Dráha žlučníku, Gall Bladder (GB)

Na dráze je čtyřicet čtyři bodů, rozmístěných od koutku oka přes týl, rameno, trup a dolní končetinu. Body se používají pro léčbu uší, krku, pohybového aparátu.

Zdroj: Kao Tuo, 2001, Růžička, 2003

Příloha 11: Dráha tří ohřivačů

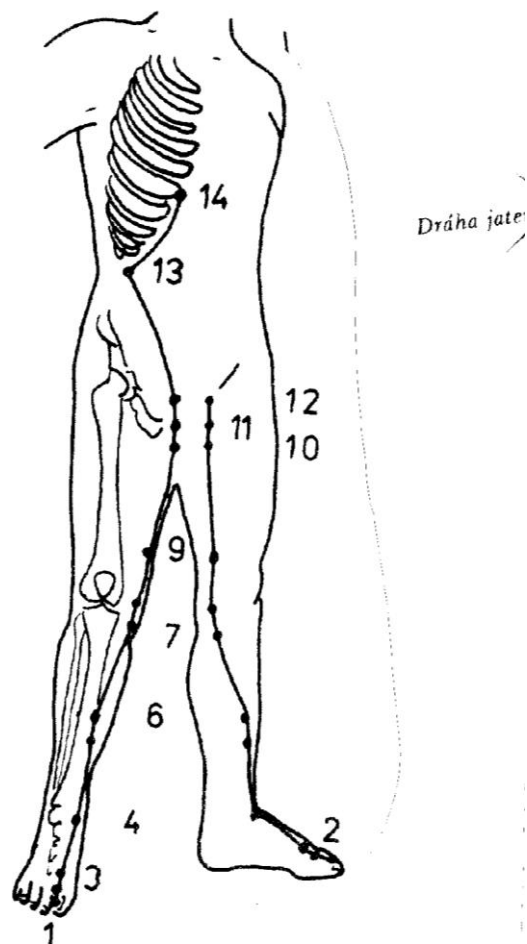


Dráha tří ohřivačů, Three Warmer (TW)

Jangová dráha nesoucí dvacet tři bodů, začíná na ruce a končí v zevním okraji obočí. Tyto body se používají k léčení nemocí uší, očí, zubů, ovlivňují metabolismus, krevní tlak.

Zdroj: Kao Tuo, 2001, Růžička, 2003

Příloha 12: Dráha jater

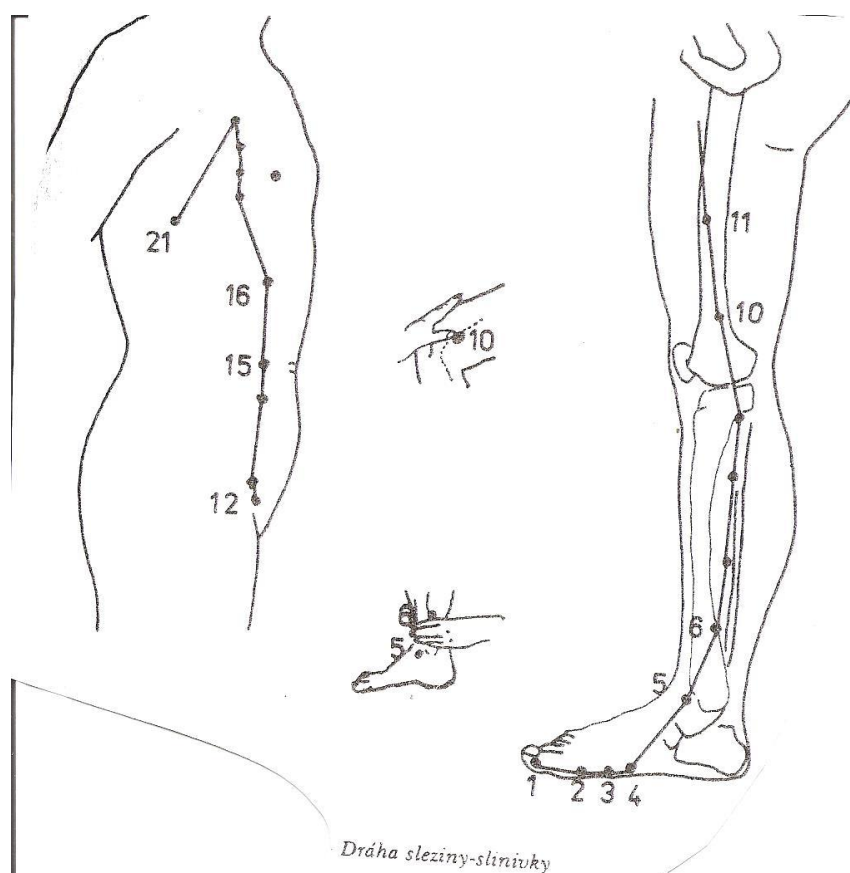


Dráha jater, Liver (LV)

Jinová dráha má čtrnáct bodů, probíhá od palce u nohy, vzhůru na břicho a hrudník. Dráha ovlivňuje játra, gynekologické onemocnění, pohlavní orgány.

Zdroj: Kao Tuo, 2001, Růžička, 2003

Příloha 13: Dráha sleziny a slinivky

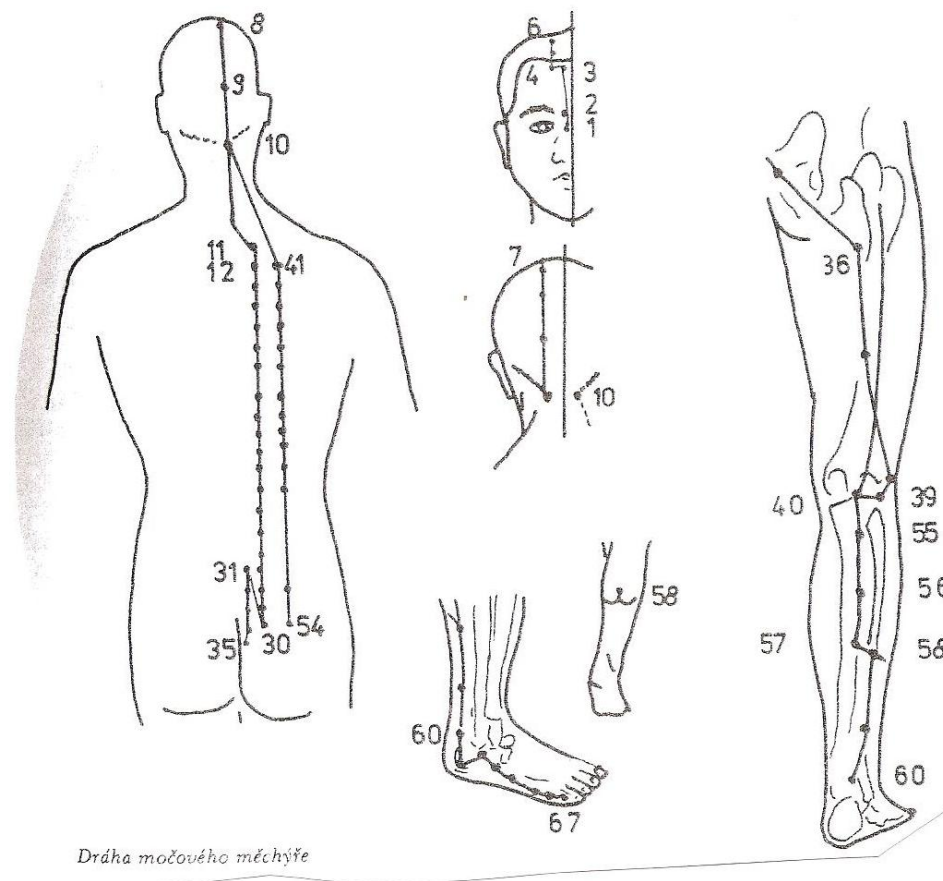


Dráha sleziny a slinivky, Spleen, Pancreas (SP)

Jinová dráha má 21 bodů, začíná na palci nohy, pokračuje na vnitřní straně bérce a stehna, po zevní ploše břicha a hrudníku, končí ve střední axilární čáře. Používá se při poruchách činnosti sleziny a žaludku, ovlivňuje urogenitální systém, bolesti podél meridiánu.

Zdroj: Kao Tuo, 2001, Růžička, 2003

Příloha 14: Dráha močového měchýře

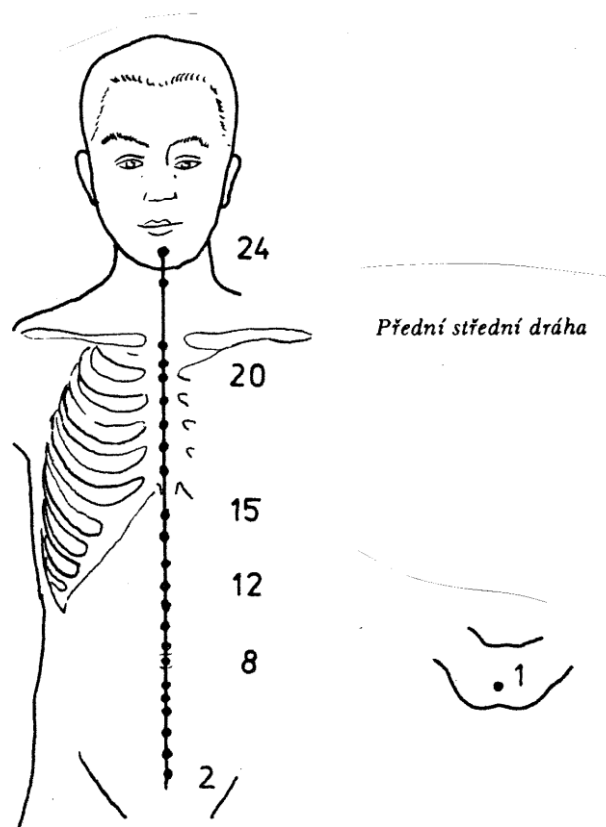


Dráha močového měchýře, Bladder (BL)

Tato jangová dráha má šedesát sedm bodů. Probíhá od hlavy k noze. Začíná u vnitřního koutku oka, jde podél vlasaté části hlavy do zátylku, kde se dělí na dvě větve, přes záda a zadní plochu dolní končetiny, končí na malíku. Používá se k léčení nemocí hlavy, krku, očí beder, dolních končetin, močového ústrojí.

Zdroj: Kao Tuo, 2001, Růžička, 2003

Příloha 15: Dráha přední střední

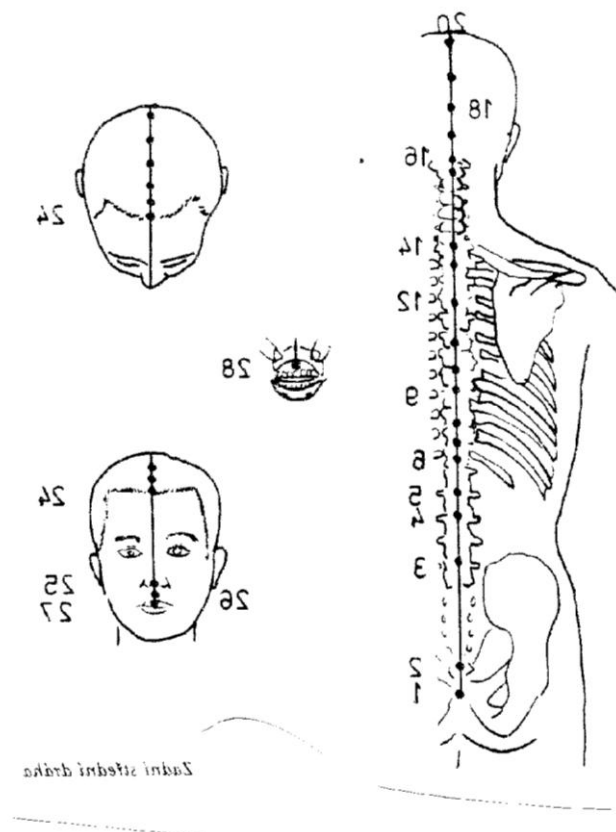


Dráha přední střední (CV)

Jedná se o nepárovou dráhu začínající ve středu perinea a jdoucí po přední straně těla. Končí uprostřed brady. Celkem má dvacet čtyři bodů. Dráha působí při onemocnění močových a pohlavních orgánů, zažívacích a dýchacích potíží.

Zdroj: Kao Tuo, 2001, Růžička, 2003

Příloha 16: Dráha zadní střední



Dráha zadní střední (GV)

Dráha začíná u kostrče a běží podél páteře na hlavu, končí na udičce spodního rtu. Je nepárová, má celkem dvacet sedm bodů. Má vliv při onemocnění páteře, očí, nosu, dýchacích cest, zažívacích poruchách, bolestech hlavy.

Zdroj: Kao Tuo, 2001, Růžička, 2003