



Pedagogická
fakulta
Faculty
of Education

Jihočeská univerzita
v Českých Budějovicích
University of South Bohemia
in České Budějovice

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích

Pedagogická fakulta

Katedra výchovy ke zdraví

Diplomová práce

Zkušenosti dospělé populace s nekonvenční medicínou

Autor práce: Bc. Pavla Jahnová

Vedoucí práce: MUDr. Ing. Bc. Markéta Kastnerová, Ph. D.

České Budějovice, 2018



Pedagogická
fakulta
Faculty
of Education

Jihočeská univerzita
v Českých Budějovicích
University of South Bohemia
in České Budějovice

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích

Pedagogická fakulta

Katedra výchovy ke zdraví

Diplomová práce

Zkušenosti dospělé populace s nekonvenční medicínou

Autor práce: Bc. Pavla Jahnová

Studijní program: Specializace v pedagogice

Studijní obor: Vychovatelství se zaměřením na výchovu ke zdraví

Vedoucí práce: MUDr. Ing. Bc. Markéta Kastnerová, Ph. D.

České Budějovice, 2018



Pedagogická
fakulta
Faculty
of Education

Jihočeská univerzita
v Českých Budějovicích
University of South Bohemia
in České Budějovice

University of South Bohemia in České Budějovice

Faculty of Education

Department of Health Education

Experiences of adult population with unconventional medicine

Graduation theses

Author: Bc. Pavla Jahnová

Supervisor: MUDr. Ing. Bc. Markéta Kastnerová, Ph. D.

České Budějovice 2018

Bibliografická identifikace

Jméno a příjmení autora: Bc. Pavla Jahnová

Název práce: Zkušenosti dospělé populace s nekonvenční medicínou

Vedoucí diplomové práce: MUDr. Ing. Bc. Markéta Kastnerová, Ph. D.

Rok obhajoby diplomové práce: 2018

Abstrakt:

Předkládaná diplomová práce se zabývá zkušenostmi dospělé populace s nekonvenční medicínou. Práce je koncipována na dvě části. První část je zaměřena na teoretické vymezení problematiky a seznámení s pojmy, druhá část je výzkumná.

Teoretická část je rozdělena do několika podkapitol. První se zabývá nekonvenční medicínou. Je zde popsán historický kontext od pravěku po současnost. Dále problematika a úskalí dnešní medicíny i její komplementární existence. V další části jsou popsány diagnostické, terapeutické a svépomocné metody alternativní (nekonvenční medicíny).

Praktická část mapuje zkušenosti dospělé populace s nekonvenční medicínou, zdravotní problémy, pro které danou léčbu vyhledávají. Dále zjišťuje druh zvolené terapie a motivaci pro její volbu. Mapuje také subjektivní úspěšnost v léčbě.

Výzkum v praktické části je prováděn kvantitativně a to metodou anonymního dotazníku.

Klíčová slova: Nekonvenční medicína, alternativní postupy léčby, komplementární přístup.

Bibliographic identification**Name and Surname:** Bc. Pavla Jahnová**Title thesis:** Experiences of adult population with unconventional medicine**Supervisor:** MUDr. Ing. Bc. Markéta Kastnerová, Ph. D.**The year of presentation:** 2018**Abstract:**

The present thesis deals with the experiences of adults with unconventional medicine. The work is conceived in two parts. The first part focuses on the theoretical definition of and familiarity with the concepts, the second part of the research.

The theoretical part is divided into several sections. The first deals with unconventional medicine. There is described the historical context from antiquity to the present. Further, problems and pitfalls of today's complementary medicine and its existence. The next section describes the diagnostic, therapeutic and self-help methods of alternative (non-conventional medicine).

The practical part describes the experience of the adult population with unconventional medicine, medical problems for which specific treatments are looking for. It also investigates the kind of chosen therapy and the motivation for their choice. It also maps subjective success in treatment.

Research in the practical part is performed quantitatively and using an anonymous questionnaire.

Keywords: Unconventional medicine, alternative therapies, complementary approach.

Prohlášení

Prohlašuji, že svou diplomovou 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 diplomové práce, a to v nezkrácené podobě elektronickou cestou ve veřejně přístupné části databáze STAG provozované Jihočeskou univerzitou v Českých Budějovicích na jejích 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

Bc. Pavla Jahnová

Poděkování

Na tomto místě bych chtěla poděkovat vedoucí mé diplomové práce MUDr. Ing. Bc. Markétě Kastnerové, Ph.D., za její ochotu vést mou diplomovou práci, za odborné vedení, cenné rady a připomínky, které mi při psaní této práce velice pomohly. Děkuji také všem probandům za ochotu a spolupráci při vyplňování dotazníku.

Obsah

Obsah	8
Úvod.....	10
I. Teoretická část	12
1. Nekonvenční medicína	13
1.1. Vývoj medicínských metod v historickém kontextu	14
1.1.1. Moderní medicína.....	15
1.2. Problematika nekonvenční medicíny v dnešním světě	17
1.2.1. Zdravotnický systém.....	18
1.2.2. Farmakologie	18
1.2.3. Vztah pacient - lékař	18
1.3. Komplementární (nekonvenční) medicína a její existence.....	19
1.3.1. Důvody existence	20
1.4. Metody nekonvenční medicíny	24
II. Praktická část	39
1. Metodika práce	40
1.1. Cíl práce.....	41
1.2. Úkoly práce	41
1.3. Hypotézy	42
2. Výsledky	43
2.1. Dotazníkové šetření.....	43
2.2. Statistické testování hypotéz.....	68
3. Diskuse	75

4. Závěr	81
5. Seznam použité literatury	84
6. Seznam příloh.....	88

Úvod

Přetechnizovaná doba má na naše zdraví a životní prostředí nepříznivé účinky. Medicína je obor, který se sice zabývá nemocemi nebo prevencí a hygienou, ale ne vždy splňuje představy o léčení, které máme. Protože je člověk ve své podstatě za své zdraví sám odpovědný, snaží se do něj vnést trochu světla a změnit pohled jedince na dnešní medicínu.

Otevřením hranic se změnila jak politická struktura, tak i doba. Začali k nám pronikat různé směry a způsoby léčby. Lidé začali vnímat tyto nové možnosti a zjistili, že nás také pozitivně ovlivňují. V dnešní době jsou i u nás již známé nauky východní medicíny, orientální medicína, kineziologie, akupresura, Reiki, metoda ONE-BRAIN, muzikoterapie, jóga, automatická kresba, arteterapie, Luis Hayová, psycho-kineziologie, tance univerzálního míru, různé masáže, fytoterapie, hipoterapie, hydroterapie, homeopatie, regresní terapie, šamanismus a mnoho dalších. Jde o staré i nové způsoby léčby, některé byly objeveny již dávno. V Číně a Indii jsou tyto nauky staré už několik století, ale Evropa v tomto směru lehce zaostává za poznáním svého zdraví i alternativního léčení.

Současný stav medicíny je epochou ohromujících lidských úspěchů, množstvím objevů, pokroků a postupů, které zachránily životy i zdraví již milionům lidí. Umíme léčit obrnu, černý kašel, provádíme operace na otevřeném srdci, přivádíme na svět „děti ze zkumavky“ a stavíme moderní nemocnice s vyspělými diagnostickými přístroji. Jasný úspěch moderní medicíny by předpokládal, že nekonvenční, neboli alternativní metody a způsoby léčby budou odsunuty do úplného zapomnění. Není tomu tak. Zhruba od 80. let 20. století začala obliba těchto nekonvenčních způsobů léčby narůstat. Je odhadováno, že v současné době vyhledá celá jedna třetina dospělé populace tento způsob medikace.

Teoretická část je rozdělena do několika podkapitol. První se zabývá nekonvenční medicínou. Je zde popsán historický kontext od pravěku po současnost. Dále problematika a úskalí dnešní medicíny i její komplementární existence. V další části jsou popsány diagnostické, terapeutické a svépomocné metody alternativní (nekonvenční) medicíny.

Praktická část mapuje zkušenosti dospělé populace s nekonvenční medicínou, zdravotní problémy, pro které danou léčbu vyhledávají. Dále zjišťuje druh zvolené terapie a motivaci pro její volbu. Mapuje také subjektivní úspěšnost v léčbě.

Výzkum v praktické části je prováděn kvantitativně, a to metodou anonymního dotazníku.

I. Teoretická část

1. Nekonvenční medicína

Nekonvenční medicína je v dnešní době velice žádaná a patří mezi málo prozkoumaný obor. Dá se říci, že pro některé jedince je to obor velmi nepochopitelný, kdy odmítají uvěřit, že nejen léky doporučené lékařem mohou člověka uzdravit, nebo mu k uzdravení dopomoci. (Kozikowski, 2008)

Svou rozmanitostí se nekonvenční medicína prolíná různými odvětvími a jinými přírodními vědami. Některé praktiky a metody jsou staré jako lidstvo samo, kdežto některé se stále ještě vyvíjejí i v dnešní moderní společnosti. Proto je nelehkým úkolem charakterizovat veškeré obory alternativní medicíny. Každý člověk by si měl najít ten nejbližší přístup, který mu bude vyhovovat. (Janča, 2000)

Nekonvenční (alternativní) medicína a léčitelství jsou představovány jako specifický segment péče o životy občanů a jejich zdraví. Na jedné straně uznávaný a opěvovaný přístup, na druhé straně je opovrhován a neuznáván. (Baumgard, 2002)

Přesná definice této medicínské metody není úplně specifikovaná. Ale již z názvu je patrné, že jde o alternativu ke klinické a tradiční medicíně. Alter, znamená v latinském překladu opačný, či jiný. Protože tuto metodu lze také označit jako opačnou ke klasické medicíně, kterou všichni známe. (Heřt, 2010)

Jde o soubor léčebných a vyšetřovacích postupů, které nerespektují vědecky zdůvodněné zásady v diagnostice a terapii. (Baumgard, 2002)

Do alternativní medicíny patří stovky zaměřených praktik, které jsou pro společnost zajímavé a přitažlivé. Přestože jejich postupy mohou nést rizika a výsledky nejsou potvrzené. Nekonvenční medicína je často stavěna do opozice s klasickou vědeckou medicínou. Některé metody mají mezi nimi jen tenkou hranici a některé se dokonce mohou i prolínat. (Heřt, 2011)

1.1. Vývoj medicínských metod v historickém kontextu

Medicína vznikla za účelem pomáhat lidem, jako druh reakce na lidské utrpení. Šlo o projev soucitu jako důsledek poznání, že utrpení lze mnohokrát zmírnit, či dokonce v některých případech odstranit. Ať už působením na lidské funkce, na tělesné struktury nebo přímým působením na duši. (Hořejší, 1998)

V pravěku zastávalo léčitelství svou velkou roli. Kromě náčelníka zastával v kmenech často důležité místo šaman. Měl na starost péči o zraněné či nemocné, a protože nemoc byla vnímána vždy jako pomsta bohů, úkolem šamana bylo zajistit dostatečnou komunikaci s duchem přírody a nemocným, aby vládla harmonie. Součástí této komunikace bylo léčení. Jakmile člověk s přírodou vycházel po dobrém, byl zdravý a vše bylo v pořádku. Byl její součástí, jeho duše s ní byla propojena. A intuitivně spolu vycházeli v jeden celek. Starost o nemocného člena společenství byla vždy součástí celého kmene, vzájemnost hrála důležité místo a díky ní byla tlupa držena pospolu. Existoval status léčitele a status nemocného, to bylo zdravotnictví v pravěku. (Šavlík, Hnízdil, Houdek, 2008)

Jak plynul čas, přístup k nemoci se začal měnit. Ve starověku léčebné počínání vycházelo ze zkušenosti, nebo z oblasti náboženské, či esoterické. Na starost ho měli kněží, nebo šamani. Lékaři provozovali medicínu jako systematické vědění o nemocech. V tuto dobu nastal první konflikt. Dostala se do něj magie a rozum. Zde také nacházíme první zmínku o lékařské etice. (Šavlík, Hnízdil, Houdek, 2008)

Ve středověku, v Evropě, která byla katolická, měla největší vliv na zdraví člověka a na medicínu církev. Od toho se odvíjelo i chápání nemoci jako „dar od Boha“. Člověk si v rámci onemocnění odpykával své provinění. Činnost lékaře byla až na druhém místě, chirurgii vykonávali lazebníci, kati i holiči. Začaly se stavět a zakládat nemocnice, nebyla v nich však zajištěna lékařská péče. K rozvoji lékařství napomohlo až otevření několika univerzit a uznávání lékařské literatury. Církev však uznávala pouze pár autorů, jakým byl například Galén. (Šavlík, Hnízdil, Houdek, 2008)

V období renesance se rozpor mezi magií a vědou vyostřuje a probíhá naplno. Člověk

používá více svého rozumu a začíná věřit zkušenostem. Navazuje na vyspělost antiky a dále rozpor prohlubuje. Nachází smysl pro krásu životních projevů, tvarů a rozmanitě ho rozvíjí. Pozemskou ctností se stává péče a láska o druhého člověka. Moudrost je chápána jako rovnováha mezi lidským i náboženským usilováním o dobro. (Šavlík, Hnízdil, Houdek, 2008)

V novověku na prvním místě dominuje věda. Francouzský filosof Descartes definuje oddělení duše od těla. Tělo jako veškerá jiná hmota podléhá též zákonům mechaniky. Předmětem zájmu filosofie a teologie se stává duše. (Šavlík, Hnízdil, Houdek, 2008)

1.1.1. **Moderní medicína**

V moderní době v 18. - 19. století narůstá rozmach techniky a vědy. Je v ostrém protikladu s potlačením přirozenosti a přírody. Západní civilizace všechny projevy přirozenosti odmítá. Člověka se naplno zmocňuje medicína ve jménu vědeckého, chemicko-technologického výkladu světa. (Šavlík, Hnízdil, Houdek, 2008)

Historie moderní medicíny začala ve třicátých letech 19. století prohlášením několika lékařů, že vše co dělají, zůstane bez účinku. (Le Fanu, 2001)

Nastala doba, kdy pohled na vnímání nemoci i její léčení se naprosto změnil. Medicína se vzdala léčitelství a léčebné rituály nahradila pečlivým, objektivním a nestranným pozorováním nemocných lidí. Do popředí zájmu se dostává stanovení diagnózy, a to co nejpřesnější. Začíná se využívat anamnézy, vyšetření moči a krve, objevily izolaci hormonů a vitamíny. Léků bylo však k dispozici jen málo. Vzhledem ke zlepšení hygieny nejen jídla, ale i bydlení, se sice začala pomalu snižovat kojenecká úmrtnost, průměrný věk člověka se mírně zvýšil, ale objevila se řada nových nemocí. Infarkty, karcinomy plic a vředy žaludku, na které ale léky nebyly. (Le Fanu, 2001)

V minulém století, od dob 2. světové války byla vědecká medicína poznamenaná celou řadou ohromujících úspěchů. Byla objevena antibiotika, hormony. Vymýcena řada infekčních onemocnění, přeneseny kmenové buňky a začaly se provádět náhrady tělních orgánů člověka. (Říhová, 2005)

20. století je známo ve vědě především díky jedenácti mezníkům, jež z tohoto století udělaly největší epochu medicíny. Z hlediska forem vědeckého výzkumu, ale i dopadu nejen na medicínu samotnou. (Le Fanu) :

- 1941 - Penicilin: Nejdůležitější a první objev moderní terapie, který léčí smrtelné infekce, chronické choroby a záněty v těle. Díky tomuto velkému objevu se mohla medicína věnovat dalším zdrojům lidského utrpení.
- 1949 - Kortizol: Druhý ze dvou léků, díky kterým byl způsoben převrat v moderní terapii. Kortizol mobilizuje schopnost a napomáhá organismu, aby si pomohl sám, a tím ovlivní odpověď těla na záněty a stres tak, že zlepšuje či vyléčí stav u 200 různých nemocí.
- 1952 - Streptomycin: Objevný byl nejen lék, ale také způsob vzniku. Bylo objektivně potvrzeno, že streptomycin účinkuje zároveň s podáváním kyseliny paraaminosalicylové, zároveň se zjištěním, že kouření opravdu škodí zdraví.
- 1952 - Chlorpromazin: Nebyl založen na znalostech procesů a chemického složení mozku. Byl objeven náhodou. Dodnes hraje společně s pěti dalšími léky této doby zásadní roli v psychiatrii. Používá se k odstranění symptomů schizofrenie a deprese.
- 1955 - Operace na otevřeném srdci: Tento pokrok je připsán medicíně, nikoli technice. Byla to výzva mnoha chirurgů do doby, než funkce srdce převzaly umělé plíce a srdce po dobu operace.
- 1961 - Nové kyčelní klouby pro seniory: Předcházelo tomu vědecké úsilí a nešťastné náhody ve výběru vhodného materiálu. Dříve masový problém chronického degenerativního onemocnění, dnes rutinní operace.
- 1963 - transplantace ledvin: Pomocí objevení imunosupresiva cyklosporinu byla zvládnuta imunitní reakce organismu na nový orgán a transplantace nebyla tak obtížná, jak se předpokládalo. Dialýza totiž nesplňovala všechny požadavky pacientů, ani lékařů.
- 1964 - Prevence mozkové mrtvice: Zásadní změna u onemocnění bez symptomů,

kromě zvýšené hladiny cholesterolu i hypertenze, skryté nádory děložního čípku či prsu. Je vyžadován a používán screening.

- 1971 - Léčení nádorů u dětí: Hledání léků na akutní lymfoblastickou leukémii procházelo řadou etických problémů a bylo velmi složité. Byla vyžadována míra vytrvalosti a cílevědomosti. Nakonec vyústilo v kombinaci několika léků a chemoterapií.
- 1978 - Dítě ze zkumavky: V dnešní době stále více oceňované oplodnění „in vitro“. Je to záchrana pro ženy, jejichž vejcovody jsou z nějakého důvodu neprůchodné. V léčbě infertity je to převratný objev spolu s laparoskopií a s poznáním hormonálních pochodů.
- 1984 - Helicobacter: Objevení šroubovitě bakterie ukázalo příčinu několika těžkých onemocnění horního zažívacího traktu, příčinu peptických vředů, rakoviny žaludku a gastritidy. Hlavním objevem je ale to, že i ostatní nemoci středního věku jako jsou diabetes, revmatismus, roztroušená skleróza a další, mohou mít příčinu v přítomnosti další bakterie či viru v organismu.

1.2. **Problematika nekonvenční medicíny v dnešním světě**

Na jedné straně obrovský pokrok a nepopiratelné úspěchy. Vakcinace, chemoterapeutika, totální endoprotézy, antibiotika, zobrazovací metody, hemodialýza, farmakologický boom, transplantace, nové medicínské obory a endoskopické nástroje.

Na druhé straně jsou tu však značné pochybnosti. Příliš mnoho psychologických, právních i etických problémů spojených s prodlužováním života, umělým oplodněním, eutanázií, genetickým poradenstvím i náhradním mateřstvím. Paradoxem dnešní medicíny je to, že čím většího úspěchu dosáhne, tím více problémů přiděluje společnosti, ale i sama sobě. Člověk je léčen lépe a více, ale necítí se být zdravým. (Hořejší, 1998)

Stinnou stránkou je, že nadšení i obdiv zastiňují přirozenou stránku lidského života, prožívání, potřebu sociální i psychické podpory v lidském porozumění i pocitů sounáležitosti nad vědeckotechnickými úspěchy. (Haškovcová, 2007)

1.2.1. Zdravotnický systém

Za neuspokojivou, je považována situace lékařství, jako státní instituce organizující péči o zdraví. Důvodem jsou ekonomické, politické a mocenské zájmy, které ovlivňují tuto problematiku. Tento systém se stále více vzdaluje původnímu účelu, který byl zaměřen na péči o zdraví občanů. (Šavlík, 2008)

Institucionální péče a neutralizace etického prostoru je podřízena byrokratickému aparátu nezaujatým přístupem aplikované vědy. Tím se medicína stává nástrojem sociální kontroly. Od počátků ideologie medicína stále balancuje na hraně vědy, etiky či řemesla, jakožto vztahu k bližnímu. (Fialová, Kouba, Špaček, 2008)

1.2.2. Farmakologie

Účinná farmakoterapie dnes zahrnuje okolo tisíce položek. Je důležitou a nedílnou součástí moderní medicíny. Nabízený výběr léků se neustále rozšiřuje a výrazně roste bezpečnost i účinnost nabízených preparátů. (Horejší, 1998)

Náklady na léčení stále stoupají a jen v České republice překročí ročně výdaje za léky desítky miliard korun. Lidé místo toho, aby se cítili více zdraví, považují své obtíže za nemoci, přestože lidé žijící v horších podmínkách to za nemoc nepovažují, berou to jako přirozený stav. Podání léku je přijímáno jako potřebný rituál, jako nutnost. Iluze všemocnosti moderní technologicko-chemické medicíny vytěsňuje empatii, mezilidskou komunikaci, intuici, vzájemný respekt a spolupráci. (Šavlík, Hnízdil, Houdek, 2008)

1.2.3. Vztah pacient - lékař

Lékař je obecně vnímán jako člověk s vysokým společenským kreditem. Postavení a oceňování mu však neodpovídá. Možná i proto se lékaři zaplétají stále více do soukolí farmaceutických firem, prospěchářství, pragmatismu, korupce. Jako to dělá celá společnost.

V osobnosti dnešního lékaře je dominující objektivita, neutralita a odstup, které

nahradily hodnoty zahrnující empatii a morální vědomí. Všichni lékaři by si měli však uvědomit, kde leží hranice mezi lidskou vzájemností a vědeckým poznáním. Obojí dohromady tvoří dnes současně naději medicíny. (Fialová, Šavlík, 2008)

Ve společnosti je lékařská profese stále vysoce ceněna a respektována. Do lékaře je vkládána důvěra, kterou lékař dále využívá v průběhu terapeutického procesu k motivaci, ke spolupráci a tím i k úspěšné léčbě. Nejcennějším lékem je jistě osobnost lékaře. Ale i lékař je jen člověk, jehož chování záleží i na systému, v němž funguje. Pokud je systémem motivován ke hromadění úkolů, nemá pak čas a ani energii na pozorný rozhovor a je nucen omezit se pouze na vyhodnocování objektivních nálezů. (Šavlík, 2008)

Medicína se v dnešní době stává více odlidštěnou a mnozí lékaři se zajímají spíše o monitory přístrojů, než o osobnost pacienta. I tento přístup může být mnohdy až na obtíž. (Hořejší, 1998)

Programován je i pacientův přístup, za účelem spolehnutí se na zdravotnictví. Na pravidelné návštěvy v situaci, kdy má pacient obtíže, které však nejsou nemocí. A dále je podporována ochota podstupovat různá vyšetření a nechat se léčit. (Šavlík, 2008)

„Některým nemocným, ač vědomým si závažnosti svého stavu, jednoduše navrátí se zdraví pro spokojenost s dobrotou a laskavostí srdce jejich lékaře.“ Hippokratés

1.3. Komplementární (nekonvenční) medicína a její existence

„Jestliže Lavoisier kdysi prohlásil, že lékařství se narodilo společně s dvojčetem, a tím je šarlatánství, pak je asi naprosto nutné dohlédnout, aby racionální lékařská věda, která nesmírně, ale také někdy trochu nelidsky expanduje, se nakonec nespojila se šarlatánstvím na obludné siamské dvojče.“ Jiří Šafanda (převzato z publikace Kolektivu autorů Alternativní medicína, možnosti a rizika)

1.3.1. Důvody existence

Definice alternativní - nekonvenční medicíny dle profesora Heřta (1995, str. 13) zní: „Soubor diagnostických a terapeutických postupů, které jsou založeny na iracionálních principech, nebo které nerespektují objektivitu a vědecky zdůvodněné zásady v diagnostice a terapii.“

Žijeme v době zásadních společenských změn, kde je samozřejmostí propojení světa prostřednictvím převratných medicínských objevů, kosmické technologie a internetu. Současně rychle narůstá zájem o nevědecké metody. Neboli takzvané alternativní medicíny. Jako v ostatních zemích Evropské unie, tak i u nás se o velikou škálu těchto metod zajímá téměř 75 % občanů. V alternativní medicíně je vyškolen téměř 6 500 lékařů. V 90. letech se bohužel nepodařilo podchytit tyto aktivity zákonem a zajistit odpovídající vzdělání těm, kteří poskytují tyto metody, a zároveň ochránit ty, kteří jsou ochotni léčbu podstoupit. (Šavlík, 2008)

Příčinami existence nekonvenční medicíny je dle Heřta (1995) lékařský výzkum. Je obtížný a lidé v něm často spatřují selhání ze strany léčitelů, přirozenou tendenci k iracionálnímu myšlení a existenci nevyléčitelných chorob. Tento fenomén trvale provází vědeckou medicínu již od dob jejího vzniku. (Heřt, 1995)

Oblibu a úspěšnost lidové nekonvenční medicíny lze nejvíce spatřit v celostním přístupu terapeuta. Dále také v empatickém a na důvěře založeném vztahu a nakonec také v magickém působení některých metod. V tomto případě je tím nejdůležitějším faktorem osobnost terapeuta. (Hnízdil, 2008)

Popularita nekonvenční medicíny je dle Hořejšího (1998) obsažena hned v několika příčinách. Vědecká medicína v některých oblastech vůbec neuspěla a díky tomu nesplnila veškerá očekávání, která v ni byla kladena. Mnohdy od pacientů vyžaduje více, než jsou ochotni a schopni poskytnout. Dále nemá ani prostředky na realizaci všeho, co nabízí. Velkým důvodem k oblibě nejrůznějších léčitelských metod je nekritická víra, se kterou přichází. Při vyšetření nabízejí klidný rozhovor s pacientem a posílení jeho důvěry, že se uzdraví. Efekt

takové léčby přesahuje klasickou psychoterapii i pouhé podávání léků bez fantazie.

Mimořádný vzestup zájmu o nekonvenční medicínu je díky módnosti metod, často nadměrné i neoprávněné kritice zdravotnictví, vysoké reklamní aktivitě cizích firem, oslabení schopnosti kritického myšlení, absenci objektivních a vědeckých rozborů možností a rizik metod v alternativní medicíně a ekonomických zájmů všech zúčastněných. (Heřt, 1995)

❖ Rozdělení nekonvenční (alternativní) medicíny dle Heřta

Metody alternativní medicíny lze dle profesora Heřta (1995) členit dle různých hledisek:

- Podle způsobu:

- a) založené na přírodních prostředcích - aromaterapie, léčení vodou, léčení teplem, fytoterapie

- b) manuální, manipulativní - masáže, osteopatie, chiropraxe

- c) paranormální, existence nadpřirozených sil - psychotronika, snímání aury, bioenergetika

- d) akupunktura

- e) homeopati a od ní odvozené metody

- f) fetišistické metody - léčba amulety, kameny, pyramidami

- g) léčba vírou - charismatické terapie a zázraky

- h) psychologické metody na hranici medicíny, psychologie a psychiatrie

- Podle původu:

Neboli domácí medicína lidového původu, dále skupina metod vzniklých v Americe, metody západní Evropy nebo velké skupiny čínské, japonské, orientální a indické medicíny.

- Podle vzniku:

Některé metody jsou známé již staletí a mají pradávnu historii (bylinkářství, čínská medicína, astrologie). Jiné mají nedávný původ (iridodiagnostika, laserpunktura a další)

- Podle vztahu k medicíně:

Některé metody provádí výhradně lékaři. Jiné jsou užívány léčiteli i lékaři.

❖ Rozdělení nekonvenční (alternativní) medicíny dle NCCAM

Národní centrum pro komplementární a alternativní medicínu (NCCAM)

Ve Spojených státech byl v roce 1997 proveden celonárodní výzkum, v němž bylo zjištěno, že celých 42 % občanů využívá nabídky komplementární a alternativní medicíny (Complementary and Alternative Medicine; CAM). Za tyto služby jsou ochotni utratit 27 miliard dolarů ročně. Tato částka dokonce převyšuje náklady hospitalizace v celých USA. Proto byla v roce 1998 zřízena zvláštní instituce pro výzkum skutečného užítku pro obyvatelstvo, které nekonvenční medicínu využívá. (NCCAM, 2002)

Vzniklo tedy Národní centrum pro komplementární a alternativní medicínu (NCCAM). Je jedním z 27 ústavů a centrem ve světě a dohromady tvoří Národní zdravotní ústavy - NIH (National Institutes of Health). Zabývá se studiem a vědeckým hodnocením nejen léčebných postupů, ale i různých přípravků. Jde převážně o rostlinné přípravky a doplňky k dietám. (NCCAM, 2002)

NCCAM definuje Nekonvenční medicínu jako alternativní směr, který používá namísto konvenční medicíny (vědecké) jiné techniky léčby. Seznam toho, co je považováno za CAM, se průběžně mění a terapie, u kterých se prokáže bezpečnost a účinnost, jsou zařazeny do konvenční zdravotní péče jako nové možnosti léčby. (NCCAM, 2002)

K nejčastějším alternativním postupům jsou k dispozici pro veřejnost srozumitelná základní fakta, kterými se CAM centrum zabývá a jaké postupy studuje. Nyní je to enzymová terapie s nutriční podporou v léčbě nádorů pankreatu, žraločí chrupavky v léčbě karcinomu plic a vliv účinku diety u rakoviny prsu a prostaty. (NCCAM, 2002)

- Dělení CAM do pěti skupin:

1. Alternativní lékařské systémy - Jde o systémy teorie a praxe. Spadá sem například homeopatická a naturopatická medicína, která je v západní kultuře a jenž pracuje s přirozenými uzdravujícími silami. Ve východní kultuře je to pak klasická čínská medicína a ájurvéda.

2. Smyslově - tělesné intervence (mind-body) - Techniky, které mají za úkol zvýšit kapacitu vnímání za účelem ovlivnění tělesných funkcí. V hlavním proudu mind-body intervence jsou například patientské svépomocné skupiny a kognitivně-behaviorální terapie. Mezi další techniky patří meditace, modlitby, mentální uzdravování a terapie využívající kreativních aktivit, jako je hudba, tanec a umění.

3. Terapie podložené biologicky (biologically based) - Tyto terapie využívají látky nalezené v přírodě, jako například rostliny a vitaminy. Ty jsou dále součástí dietních doplňků a rostlinných výtažků. Účinnost však není vědecky dokázána. Oblíbenou metodou jsou například žraločí chrupavky, které se využívají k léčbě rakoviny. Některé dietní doplňky se však úspěšně zařadily do medicíny konvenční. Například kyselina listová v prevenci vrozených vad a kombinace zinku a vitamínů u Makulární degenerace (oční onemocnění u lidí nad 55 let, praktická slepota).

4. Manipulativní a metody pracující s tělem (body-based) - Jsou založené na manipulaci či pohybu jedné či mnoha částí těla. Spadá sem například chiropraktická a osteopatická manipulace a také masáže.

5. Energetické terapie - patří sem bioenergetické terapie a bioelektromagnetické terapie.

- Bioenergetické terapie - Jsou založeny na energetických polích. Jejich existenci zatím ještě nikdo neprokázal. Jde například o reiki (neboli univerzální životní energii).
- Bioelektromagnetické terapie - K léčbě jsou používány elektromagnetická pole nekonvenčním způsobem.

(National Center for Complementary and Integrative Health, 2002)

1.4. Metody nekonvenční medicíny

Ve světě se alternativních metod vyskytuje velmi početné množství. V literatuře jsou tyto metody členěny do čtyř kategorií podle jejich funkce. Členěny jsou na diagnostické metody, terapeutické metody, svépomocné metody a léčebné systémy. (Janča, 2000)

❖ Diagnostické metody

Pomocí diagnostických metod jsou určovány diagnózy pacientů. Klíčovým hlediskem je stanovení správné diagnózy jak pro vědeckou, tak i pro alternativní medicínu. V rámci komplementární (alternativní) medicíny existuje řada specifických metod. Mezi nejdůležitější patří biologická vazba, iridologie, kineziologie. (Křížíková, 2004)

- Biologická zpětná vazba (Biofeedback)

Tento název vznikl v 60. letech, kdy profesor Sterman vyvinul terapeutickou metodu nesoucí tento název. Terapie byla založena na monitoringu frekvenčního proudu, který vydává mozek. Dle frekvencí můžeme zjistit, v jakém fyzickém i psychickém rozpoložení jsme. Frekvence se zvyšuje podle četnosti stresu a námahy, kterou člověk vykonává. Funguje to i naopak. Díky těmto frekvencím můžeme určit hladiny mozkové činnosti. V hladině beta (12 Hz a více) trávíme většinu času. Pod frekvencí beta, se nachází hladina alfa. Neboli stav pohody, uklidnění a uvolnění. Další hladiny jsou theta (polospánek) a delta (spánek). Tato metoda

biofeedback je používána při poruchách spánku spojených s problémy při usínání, při léčbě epilepsie a používá se k léčbě LMD (lehká mozková disfunkce). (Friebe, 2004)

- Iridologie

Zabývá se studiem skvrn, barev a známek na oční duhovce, panence a očním bělmu. Používá k tomu speciální fotoaparát se zabudovaným mikroskopem. Příznivci této metody tvrdí, že oko je nejen oknem do naší duše, ale i mapou našeho těla. Celkový stav těla se odráží ve změnách, které se během života zaznamenávají do našich očí. Díky této metodě jsou zjistitelné zdravotní potíže z minulosti, ale dají se odhalit i ty do budoucna a v rámci prevence jim zabránit. Vědecké pokusy měly stanovit spolehlivost této metody. Opakovaně vyzněly negativně a nebyly prokázány. (Colton, 2004)

- Kineziologie

Tato metoda a léčba spočívá ve víře, že každá skupina svalů má vztah k určitým částem těla. Ke žlázám, jednotlivým orgánům, krevnímu oběhu a kostem. Kineziolog nemá za úkol stanovit diagnózu, ale hledá nerovnováhu v toku energie těla. Zkoumá pevnost svalů a svalových skupin a díky nim určuje místa obtíží. (Dylevský, 2007)

❖ Terapeutické metody nekonvenční medicíny

Mezi tyto metody například zařazujeme aromaterapii, hydroterapii, masáže, reflexní terapii a muzikoterapii. (Křižíková, 2004)

- Aromaterapie

Aromaterapie využívá éterické oleje vybraných rostlin pro posílení rovnováhy těla, harmonii organismu po stránce psychické i fyzické. Esenciální oleje jsou používány různými způsoby. Využívají se při masážích, aromatických koupelích, obkladech, jsou přidány do krémů, vod i do inhalačních přípravků. Aromaterapie je velmi oblíbeným druhem nekonvenční medicíny a i ve vědecké medicíně jsou přijaty některé ozdravné účinky. (Lunny, Noe, 2005)

- Hydroterapie

Základní myšlenkou je představa, že základem života je voda. A jako hlavní složka lidského těla je pro dobrý zdravotní stav podstatná. Voda je využívána v různých formách, v kapalně, pevně i plynně. Například k navození relaxace, ke stimulaci krevního oběhu a odstranění nečistot z těla. Teplota vody je podstatným faktorem. Studená voda stahuje cévy, snižuje zánět a zvyšuje přítok krve k vnitřním orgánům. Naopak voda horká podporuje pocení, uvolňuje klouby a svaly a roztahuje cévy. Hydroterapeut vybírá způsob léčby dle pacientových obtíží. Patří k nim zábaly, stříky, parní lázně, obklady či inhalace. (Merten, 2007)

- Masáže

Hmat je jedním ze základních pěti smyslů. Použití doteku rukou je jedním z nejstarších forem přírodní léčby. Je jím vyvolána fyzická i duševní pohoda. Při masáži se využívají nejrůznější doteky, tlaky, tření a hlazení. Stimulují či uvolňují svaly, zlepšují mizní i krevní oběh a pomáhají hojit řadu onemocnění. Masáže lze kombinovat i s dalšími druhy alternativní medicíny. Existují tři hlavní způsoby masáže, jsou jimi tření, petrisáž a eřetáž. Eřetáž je využíván na začátku terapie, je vhodný pro celkové uvolnění. Petrisáž následuje po eřetráži. Jde o pevné uchopení a mačkání svalových skupin. Odděluje stažená svalová vlákna. Zbavuje je kyseliny mléčné. Tření se používá na nejvíce ztuhlých místech v oblasti zad a je prováděno malými krouživými pohyby. Klasičtí lékaři využívají masáže jako doplněk léčby. (Tesař, 2015)

- Muzikoterapie

Jde o uměleckou terapii, která využívá nejen hudby, ale i ticha, rychlých a pomalých rytmů, zpěvu, pohybu, specifických tónů a také hry na hudební nástroje. Zahrnuje také léčení poslechem a pohybem, a proto působí na člověka celostně. Muzikoterapie se dělí na pasivní (poslech) a aktivní (samotná hra a zpěv). Hudbou se léčí například duševní neurotické či psychické choroby, kde jde o doplněk práce psychologa. Hodí se i k odbourávání stresu a napětí, které bývá hlavní příčinou psychosomatických onemocnění. Muzikoterapie má blahodárný vliv na osoby, které jsou po úrazu mozku, a v léčení a podpoře mentálně postižených a lidí po mozkové mrtvici. U dětí je tato terapie používána při hyperaktivitě,

poruchách učení jako je dysgrafie, dyslexie a dyskalkulie. V psychiatrických a výchovných zařízeních, je muzikoterapie stále významnější metodou, která je praktikována. (Gerlichová, 2014)

- Poetoterapie

Jde o podpůrnou metodu, při které dochází k léčbě psychiky a osobnosti člověka. K léčbě se využívá poezie, jak její vnímání, tak i prožívání či vlastní tvorba. Zmínka o přímém využití poezie k léčbě, se nachází už ve starověkém Římě. Duševně nemocní byli nabádáni k tomu, aby jednali dle záznamů psaných verši. V období křesťanství to byly žalmy, které kněží denně recitovali. Nezanedbatelné terapeutické účinky měl zpěv i hudba, které podporovaly k modlitbám a ovlivňovaly svým rytmem prožívání i jednání lidí. A tak je tomu dodnes. Básně se využívaly k léčbě i v Americe jako pomocný prvek pro duševně nemocné pacienty. V rámci této léčby vznikly ve světě pojmy jako psychopoezie a psychodrama. Byla založena také Společnost pro poetoterapii a ta byla aplikována především jako podpůrná metoda léčby u pacientů trpících následky domácího násilí, incestu či znásilnění.

Poetoterapie se objevovala v praxi spíše sporadicky, a to ve formě samostatně speciálně pedagogické terapie jako součást muzikoterapeutických činností. (Kastnerová, 2015)

V rámci svého působení nabízí poetoterapie prostředek k podpoře lidského zdraví, duchovnímu rozvoji, dále cestu k sebepoznání, odpuštění i lásce. Ale také nalezení pokory a klidu duše, empatie k druhému člověku a vede k pochopení významu lásky, pravdy a krásy. (Kastnerová, 2015)

- Reflexní terapie – reflexologie

Reflexologie je holistická léčebná metoda, stará přes pět tisíc let. Zároveň je jedna z velmi účinných metod alternativní medicíny. Její podstata spočívá v množství bodů a reflexních ploch na chodidlech a rukou, které korespondují s jednotlivými orgány a částmi těla, které jsou nervově propojeny. Umožňuje tak nalezení nejslabšího místa v organismu a jeho diagnostiku. Poté může začít proces harmonizace. Jde o jednoduchou metodu, která je

vhodná pro terapii i pro prevenci. (Peeters, 2008)

V případě energetických bloků v organismu uvolní technika tlaku a masáže problém a dále napomáhá k nastartování samoléčby povzbuzením oběhového a lymfatického systému.

Původním úkolem této terapie byla prevence, dnes je převážně využívána k léčbě. Napomáhá řešit akutní i chronické problémy. Dá se využít také jako doplňková léčebná metoda nebo v době rekonvalescence má urychlující léčebné účinky.

Umístění reflexních oblastí v těle je založeno na existenci příčných a podélných zón. Podélných zón je deset a táhnou se celým tělem do nohou a rukou. Každá zóna je zastoupena odpovídající částí těla na chodidle či na dlani. Na pravém chodidle či pravé ruce jsou zastoupeny orgány nacházející se v pravé části těla. Orgány levé části jsou na levém chodidle nebo levé ruce. Ruce a chodidla tak tvoří jakousi mapu těla.

Reflexní terapie je účinná například při bolestech zad, migrénách, skolióze, při bolestech kloubů, v oblasti sedacího nervu či alergiích. Pomocí reflexní terapie lze nejen podporovat uzdravování při onemocněních, ale slouží skvěle k posílení zdravého organismu, uvolnění křečí a detoxikaci organismu. Je vhodná při ulevování od potíží pohybového aparátu i při jeho nápravě. Lze ji použít při jakékoli léčbě. (Hallová, 2009)

❖ Svépomocné metody nekonvenční medicíny

Jde o skupinu metod, která představuje určité cviky a praktiky, které přispívají k pohodě nemocných a zlepšují jejich zdravotní stav. Spadá sem autogenní trénink, relaxační techniky, bioenergetika, meditace, diety, Alexandrova technika a Batesovo oční cvičení. (Křižíková, 2004)

- Alexanderova metoda

S touto terapií přišel Frederick Matthias Alexander. Cílem metody je zlepšení držení těla a nastavení správného pohybu v každodenních činnostech jedince. Metoda nevyžaduje žádné

zvláštní dovednosti a schopnosti. Ke zkracování a zužování svalů i k nepřírozené funkci organismu vede chabé držení těla a zbytečné svalové napětí. Pacient není pouhým příjemcem péče, ale učí se poznávat své tělo, odbourává negativní návyky a uvědomuje si držení svého těla. Tato metoda je vhodná pro všechny věkové kategorie. Příznivé výsledky má u lidí trpících oběhovými a zažívacími poruchami. Dýchacími a gynekologickými potížemi a u lidí trpící bolestivostí zad. Vědecké výzkumy potvrdily účinnost této metody. (Macdonald, Ness, 2006)

- Batesova metoda

Batesova metoda vychází ze systému cviků, které působí na zlepšení zrakových vad. S touto metodou přišel dr. William Bates. Nedostatečná funkce okohybných svalů má za následek vznik očních vad, jako je krátkozrakost, šilhání, dalekozrakost a astigmatismus. Dle Batesovy metody jdou tyto oční vady pravidelnými cviky příznivě ovlivnit. Zastánci alternativních terapií nesouhlasí s názorem, že zrak je geneticky daný a jde o prakticky nezvratitelný proces, který se zhoršuje stárnutím. Zastánci nekonvenčních přístupů věří, že pomocí této metody jde dosáhnout velmi dobrých výsledků. Tato metoda postupem doby byla modifikována. (Lieberman, 2004)

- Autogenní trénink

Tato relaxační technika je zřejmě jednou z nejrozšířenějších metod. Využívá se k odbourávání stresu, ovlivňuje léčbu závislostí a nepříznivých návyků. Jde o řadu cviků, které v člověku navodí pocit tepla v těle, klidné dechové a srdeční činnosti, pocit chladného čela a příjemné teplo v oblasti břicha. Nácvik těchto cviků trvá i několik týdnů. Ze začátku je vždy provádí terapeut, později už klient sám. Autogenní trénink je využíván v léčbě neuróz, závislostí na nikotinu, u psychosomatických poruch a při toxikomanii. (Stackeová, 2011)

- Bioenergetika

Metoda určena k obnově a uvolnění vitality člověka. Studuje lidskou osobnost z hlediska energetických procesů v těle. Podle zakladatele disponuje každý člověk životní energií, kterou však může zablokovat různá zábrana, jako například negativní zážitek. Člověk, který má

dostatek energie působí na okolí uvolněně a harmonicky. Je klidný, vitální a radostný. Oproti tomu člověk, který má energie nedostatek, mívá škubavé pohyby, působí napjatě a často bývá netrpělivý a hyperaktivní. Tací jedinci mohou do budoucna bojovat s frustracemi nebo chronickou únavou. Cílem bioenergetiky je zvýšení hladiny energie a zajištění jeho volného proudění v těle. Osvobozuje člověka od traumatizujících zážitků. Bioenergetika obsahuje sestavu jednoduchých cvičení, ve kterých významnou roli hraje správné dýchání. Jednotlivé cviky přispívají k uvolnění životní síly a obnovení energie, jiná uvolňují napětí a jsou provázeny výkřiky. Metoda bývá využívána při léčbě úzkostných stavů a depresí u autistických pacientů a u lidí s Dawnovým syndromem. (Lowen, 2002)

❖ Komplexní léčebné systémy

- Akupunktura

V současném světě je tato stará čínská metoda rozšířená již téměř po celém světě. Je založena na vpichování jemných jehel, které dráždí určité body. Byla propracována ve složitý a podrobný systém vycházející z čínské filozofie, životních funkcí i chorob. Tato metoda by měla ulevit při bolestivých syndromech a pomoci s uvolněním. (Ando, 1995)

- Fytoterapie

Je označováno také jako bylinkářství, či herbalizmus. Jedná se o léčbu různými preparáty připravenými z rostlin (čaje, extrakty, masti, tinktury). Tímto termínem se také označuje léčba továrně vyráběnými směsnými extrakty z rostlin. Bylinářství zůstává doménou samoléčby a léčitelství a seznam rostlin, které se smějí používat je stanoven. Je dán předpisy Státního ústavu pro kontrolu léčiv. (Heřt, 2011)

- Chiropraxe

Chiropraxe je manuální léčebná metoda, která se snaží pomocí manipulace páteře a končetin odstranit nemoci pohybového systému, ale i vnitřních orgánů. Tato metoda je nejvíce

rozšířena v USA a provádí ji chiropraktik. Ten nemá všeobecné lékařské vzdělání, je pouze absolventem určitého rehabilitačního vzdělání, kdy zná stavbu těla, nápravné cviky a může tak ulevit od bolestí páteře a dolních částí zad. (Heřt, 2011)

- Akupresura

Je to starobylá čínská léčebná technika. Zabývá se prevencí, léčbou a diagnostikou převážně funkčních poruch organismu, bolestivých stavů, alergických nemocí, psychosomatických onemocnění, poruch motorických funkcí a poruch imunity. Stejně jako akupunktura působí na body v těle, jen ne jehlami, ale tlakem na jednotlivé body. (Wright, 2005)

- Ájurvéda

Tato metoda pochází z Indie a hlavním posláním je neustálá obnova a udržení dokonalého zdraví těla a duše, které tvoří jeden vyvážený celek. Základem je pochopení života a jeho rovnováhy. Nerovnováha je považována za nemoc. Ájurvédské učení zahrnuje detoxikaci, správnou výživu, cvičení jógy, meditace, modlitby, využití rostlin a masáží. (Mihulová, Svoboda, 2013)

- Jóga

Je to souhrn velkého počtu metod cvičení, které umožní propojit tělo a mysl díky speciálním technikám. Jóga je kombinací duchovní meditace a fyzického cvičení. Duchovno nemusí hrát při cvičení hlavní roli. Dnes je jóga natolik rozšířená, že ji najdeme prakticky po celém světě. Nejpopulárnější je ale stále v Indii. Vysvětlení termínu jóga se často liší a není úplně jednoduché. Jde o spojení vztahu těla s bohem a obnovení původního pouta. Hlavním cílem je najít klid a harmonii v rámci duchovních a tělesných cvičení. Jde o nejrůznější polohy a dechová cvičení pro meditaci a hlubokou relaxaci. Pravidelným cvičením jógy lze zvýšit hladinu energie v těle, zlepšit fyzickou i psychickou pohodu a pocítit úlevu při zdravotních problémech. Jóga je soubor instrukcí k nalezení vnitřního míru a nauka o ovládnutí těla a mysli. (Oravcová, 2016)

- Naturopatie

Jde o léčebný systém, který klade důraz na podporu a obnovení schopností a sil organismu vyléčit sám sebe. Nejdůležitějšími přírodními léčebnými postupy jsou správná výživa, rostlinné léky a fyzikální způsoby léčby, vybrané dle individuálních potřeb nemocného člověka. V nejstarších civilizacích pozorovali léčitelé lidské tělo ve zdraví i v nemoci a využívali přírodních zdrojů k uzdravení pacientů. V dnešní době se k léčbě využívá vodoléčba i fyzikální terapie k odstranění odpadových látek z kůže, ledvin a střev. Systém léčby funguje na principu, kdy pacient přijme zdravější způsob života, naučí se relaxačním metodám, více se věnuje pohybu a jí více přírodních potravin. Po několika dnech může dojít k takzvané uzdravující krizi, kdy tělo se snaží vyrovnat s toxiny a odpadovými produkty, a dojde tím ke zhoršení zdravotního stavu. Tyto příznaky se vytratí a je zahájen proces návratu k vitalitě. Klasičtí lékaři berou metodu naturopatie jako základ zdravého životního stylu a je často využívána jako doplněk léčby. (Heřt, 2011)

- Osteopatie

Je léčebný systém, který se snaží diagnostikovat a léčit poruchy kosterní soustavy. Zabývá se systémem, který umožňuje člověku pohyb kostmi, vazy, pojivovou tkáň a klouby. Osteopati používají jemné manipulační techniky, aby snížili napětí a obnovili tak kosterní a svalový systém. Nejlepších výsledků je dosahováno při léčení zad, šíje a kloubů. (Liem, Tsolodimos, 2015)

- Homeopatie

Homeopatie, která patří pod lékařské metody, je v poslední době u nás velmi využívána. Zaznamenává velký rozvoj a obrací se k ní jak veřejnost, tak lékaři. Podle údajů WHO (Světové zdravotnické organizace) je homeopatie druhým nejrozšířenějším oborem léčby v současném světě. Na prvním místě je čínská a indická medicína. Na třetím je herbalismus a teprve až na čtvrtém místě se uvádí lékařská medicína, která se vyučuje na lékařských fakultách a kterou lidstvo dříve považovalo za jedinou možnost léčby. (Čechovský, 2007)

Homeopaticky ve světě léčí nejen lékaři či specializovaní homeopaté, ale také léčitelé s vystudovanou klasickou medicínou. Homeopatická léčba je povolena ve Velké Británii, Německu, Irsku, Švédsku, Švýcarsku, v USA, Indii a v mnoha dalších zemích. V České republice je tato možnost léčby od roku 1996, kdy parlament rozhodl, že homeopatická praxe bude i u nás.

Homeopatie není snadná metoda léčby. Přestože má poměrně jednoduchou a i snadno pochopitelnou filozofii. Filozofii, která úplně neodpovídá tomu, co nás učili na základní škole. Stane se však plně srozumitelnou zejména těm, kteří ji vyzkoušeli na vlastní kůži a s efektem této léčby se setkali.

Je to metoda, jejíž princip je založen na zákonu podobnosti. Věří, že lék vyvolávající určité účinky u zdravého člověka, má schopnost tyto příznaky také léčit a vyléčí jakoukoli nemoc s podobnými projevy u nemocného jedince. (Čechovský, 2007)

Similia similibus curantur. Neboli podobné nechť je léčeno podobným. Tento princip léčby byl využíván již před tisíci lety lékařem Hippokratem, který využíval léky s podobnými účinky k léčbě nemocí. Přestože byla homeopatie prakticky v rámci medicíny využívána, k systematickému vývoji došlo až koncem 18. století dr. Samuelem Hahnemannem, který je považován za otce homeopatie. Samuel Hahnemann vyvinul zvláštní ředící postup této léčby. Kdy výchozí látku, lék, rozetřený v lihu rozředil devadesáti devíti díly vody. Tak to udělal dvacetkrát, padesátkrát nebo také dvousetkrát. Současní vědci tvrdí, že z původní látky ve vodě nezbylo vůbec nic. Princip homeopatie tvrdí však úplně něco jiného. Zaujímá názor, že čím je látka zředěnější, tím pronikavější a hlubší má účinek. Nejen na psychiku, ale také na tělo pacienta. A dodnes je tato teorie dokazována na milionech pacientů. (Wichmann, 2005)

Léky, využívané k homeopatické léčbě, jsou ve většině případů v tekuté formě. V poslední době se velmi rozšířilo využívání pastilek, neboli granulí, kvůli jejich praktičnosti. Existují také různé masti, tinktury, tablety a extrakty. (Čechovský, 2007)

Homeopatický lék nesmí být nikdy předepsán pouze podle názvu onemocnění člověka. Předepisován je podle souhrnu všech psychických a fyzických charakteristik konkrétního

jedinice. Neboli podle totality symptomů.

Běžnými vědeckými metodami nelze objasnit působení homeopatických léků. Účinky jsou vysvětlovány změnou hmotné podstaty základní látky na nehmotnou energetickou informaci v nosném mediu. Podle evropských farmakologických společností nelze provádět jakékoli farmakologické studie u léků využívaných v homeopatii. Důvodem je vysoké ředění látky, kdy konečný rozředěný produkt nemusí obsahovat ani jedinou molekulu původní substance. Nemá tedy schopnost ovlivnit biologické struktury organismu. Klinické ani experimentální studie doposud neprokázaly přesvědčivé účinky homeopatických ředěných látek. Jejich účinek je připisován sugesci člověka.

Homeopatický lék neúčinkuje chemicky, jako je tomu u běžných léků, ale stimuluje vlastní obranné pochody organismu. Díky velkému zředění nemají homeopatické léky žádné vedlejší účinky, a proto nemají žádné věkové omezení a bez obav ho mohou využívat nejen těhotné ženy, staří lidé, ale také děti. Informace podaná v léku nemá velké množství chemikálií, proto bez rozdílu všichni jedinci užívají léky ve stejné dávce.

Cílem homeopatie je odstranění všech vnitřních sklonů pacienta k určitému onemocnění. Zaujímá totiž názor, že neléčí nemoc, ale člověka. A dalo by se říci, že homeopatie je budoucnost medicíny, protože výhodou léků je absence vedlejších příznaků, upravitelná dávka „na míru“, minimální finanční náklady a nulová nebezpečnost. Z toho vyplývá i její preventivní působení. Homeopatie aktivuje ozdravné procesy v těle člověka, které jsou hluboko v nás zakódované a mnohdy dokonce potlačené.

Homeopatie může přispět ke zkvalitnění léčby klasické a zmírnit vedlejší účinky, a tak zlepšit stav pacienta. A to po stránce psychické i fyzické. Tyto dvě kvality totiž homeopatie neodděluje, ale vidí je jako celek člověka. (Čechovský, 2007)

- Makrobiotika

Nekonvenční medicína nabízí také hned několik způsobů léčení prostřednictvím stravy. Jednou z takových metod je právě makrobiotika. S tímto termínem se lze setkat už v dobách

Hippokratových, kdy se pojem makrobiotika objevuje v jeho dílech. Popisuje jím zdravý lid, který se dožíval dlouhověkosti. Řecké slovo „macro“ se překládá jako rozsáhlý či velký a „bios“ znamená život.

Tímto slovem dále popisovali styl života také Aristoteles a Galén. Ve 20. století to byl pak George Oshawa, propagátor zdravého životního stylu opírajícího se o makrobiotiku.

Makrobiotika je jeden z životních stylů, který se snaží poznat a adekvátně uspokojit potřeby organismu. Bere v potaz to, zda je člověk právě zdravý, nebo je nemocný, zda pracuje či odpočívá. Dále si všímá probíhajícího ročního období i prostředí, ve kterém žijeme. Vše probíhá jako celek prostřednictvím cvičení, jídla a dalšími metodami, jako jsou například masáže. Na emoce klade veliký důraz v oblasti vnitřních příčin onemocnění. (Strnadelová, Zezlán, 2008)

Základem této alternativní metody je takzvaný makrobiotický talíř, neboli ucelený a vyvážený pokrm, ve kterém celozrnné obiloviny pokrývají 50 – 60 % veškerého přísunu potravin. Další součástí je tepelně upravená zelenina, mořské řasy, ořechy, semena a luštěniny. Zeleninové polévky jsou doporučeny denně, zato příjem ovoce je značně omezen. Makrobiotika nevyužívá žádných živočišných bílkovin, ani tuků. Mimo masa neuznává ani vejce, mléčné výrobky nebo mléko. Uznává jen ryby a za zdroj minerálních látek jsou považovány mořské řasy. (Kastnerová, 2015)

Tato nekonvenční metoda využívá principy jin a jang, kdy každá potravina má svou energetickou hodnotu. A díky vhodné kombinaci jídel dokáže vytvořit vyvážený pokrm pro konkrétního jedince, v konkrétním prostředí a v konkrétní životní situaci. Energetickou hodnotu potravin dokáže potlačit nebo podpořit. A to způsobem úpravy jídla. Vařením, blanšírováním – jin. Smažení a pečení – jang.

Doporučená skladba makrobiotického stravování je založena na tradičních a ověřených způsobech výživy. Těmi se řídí již mnoho lidí na celém světě. (Kushi, 1997)

Jak některé studie ukázaly, makrobiotický způsob výživy je užitečný hned v několika oblastech.

V oblastech dětské výživy, omezení násilí a agresivity mezi mladými lidmi, zlepšuje zdraví seniorů, omezuje přecitlivělost na chemické látky a zlepšuje psychické zdraví všech generací.

Dalo by se říci, že makrobiotická výživa je ve své podstatě rozporuplná. Člověk odjakživa patřil mezi všežravce. Této skutečnosti odpovídá enzymové vybavení i stavba trávicí soustavy. Bílkoviny ke svému fungování potřebuje, avšak makrobiotika je neposkytuje. V tomto ohledu je nevyvážená a mohou se projevit vážné zdravotní poruchy. (Kushi, 1997)

- Reiki

Reiki je metoda využívající k léčbě energii. Japonský název je překládán jako životodárná kosmická energie. Základním pojmem medicíny a filozofie Východu je „Ki“. Je také primární substancí vesmíru a energií pro stvoření. Ve vývoji člověka je důležitou silou a v podstatě podporuje spirituální vývoj i samoléčebné síly organismu. Princip této energie vede ke komplexnímu pojetí zdraví v oblasti fyzické, duševní i spirituální.

Vlivem kulturně sociálních podmínek byla dlouhou dobu v historii lidstva pozapomenuta přirozená podstata schopnosti bioenergetického čítí a byla uložena do podvědomí. O znovuobjevení se zasloužil japonský křesťanský teolog dr. Mikao Usui, který našel v tibetském klášteře svitky, kde byly popsány energizující symboly i postup k jejich použití. Díky těmto svitkům začal dr. Usui léčit a předávat dál učení, které se rozšířilo brzy nejen po Asii, ale i do Ameriky, a později se dostalo i do Evropy.

Díky správnému využívání Reiki, je možné dosáhnout zvýšených pohybových vibrací v našem těle. Uvolnit v organismu blokové cesty energie a celý organismus očistit od škodlivých látek. Tím lze dosáhnout stavu hlubokého uvolnění. Doktor Mikao Usui vypracoval několik životních zásad, které by mohly být základem praktikovaného programování. Také zdůraznil souvislost mezi učením se a onemocněním, smyslem vlastní zodpovědnosti, zákony výměny energie, hodnotou zdraví a vděčnosti. Práci s těmito zásadami a přístupem dochází u člověka k očištění emocionálního systému a člověk je dále připraven „Ki“ nejen přijímat, ale i dávat.

Reiki pracuje s tělesnými strukturami, s energetickými centry i emocemi. Předávání této

energie lze uskutečňovat na požádání či dovolení nejen přímým dotekem rukou, ale i na dálku. To se netýká zvířat, malých dětí či lidí v bezvědomí.

Existenci této léčebné metody dosvědčují pacienti, kteří prý pocítili pocit tepla v místě, kde byla ruka přiložena či v oblasti nemocného orgánu. Žádný z provedených experimentů nebyl řádně ověřen, ani zvýšení teploty nikdo objektivně neprokázal. (Riegerová, 2000)

- Shiatsu

Je to masážní technika, která přesahuje rámec masáží. V překladu znamená tlak prsty a dříve byla považována za nejdůležitější léčebný prostředek s dalšími metodami starověké Číny. Klade důraz na západní fyziologii a dále propojuje tradiční čínskou medicínu s psychologií.

Tato léčebná metoda používá odlišné druhy manipulace, protahuje končetiny i trup, využívá rotace kloubů a masážních technik, které uvolní tělo, a to se tak připraví na akupresuru, která už probíhá na celých energetických drahách. Cílem je vyrovnání toku energie, které zmírní fyzické potíže a uvolní i ty psychické, a snaží se zkvalitnit způsob života. Člověk se následně stává bytostí celistvou, kdy tělo, mysl i emoce jsou propojeny.

Shiatsu se na rozdíl od jiných masáží provádí na masážním futonu na zemi. Klient má na sobě pohodlné oblečení a terapeut k protažení klientova těla využívá svou váhu těla. Léčí tak u lidí převážně bolesti hlavy a zad, únavu, stres a další potíže. (Havelková, 2001)

- Tradiční čínská medicína

Zmínky o tradičním přírodním léčení Číny jsou známy již několik tisíciletí. Tato medicína vychází z představy, že lidstvo je součástí přírodního prostředí. Zdraví a rovnováha může být dosažena pouze tehdy, když se člověk drží přírodních zákonů a přizpůsobí se ročnímu období, klimatu i geografickému okolí. Princip sil ženského jinu a mužského jangu je základním zákonem čínské medicíny. Tvrdí se, že se zrodil vydělením z jediné prvopočáteční pralátky. Jsou obsaženy v každém momentě i v každém předmětu. Bez sebe nemohou existovat.

Projevem rovnováhy obou principů je i lidské zdraví. Tyto principy jsou podstatou životní

energie a síly – čchi. Udržuje rovnováhu mezi orgány a cirkuluje v takzvaných akupunkturních drahách, které jsou představovány jako funkční okruhy.

Jin, jang i čchi se zvnějšku projevují v podobě pěti elementů – voda, dřevo, oheň, země, kov. Každému z nich přináleží vnitřní tělesný orgán, propojený s příslušnou barvou, pachem, chutí, zvuky, podnebím... Souvislosti jsou využívány v léčbě i diagnostice, kdy její léčebné metody zabírají různé aspekty života člověka.

Tradiční čínská medicína léčí akupunkturou, akupresurou, aurikuloterapií, moxa, Su Jok, shiatsu, reflexologií a fytoterapií – léčba bylinami, výživou, cvičením, meditací.

Zdraví je v čínské medicíně definováno jako stav rovnováhy a je výsledkem dynamické harmonie elementů v lidském těle. Nemoci vznikají jako narušení této rovnováhy a léčba spočívá v obnovení harmonie a cílem tohoto lékařství je navrácení zdraví nemocnému a zachování zdraví. (Kastnerová, 2015)

- Lidové léčitelství

Je to diagnostická a léčebná činnost vykonávaná léčitelem. Léčitel využívá hlavně metod alternativní medicíny a někteří používají terminologii i léky vědecké medicíny. Léčitele lze rozdělit do dvou skupin. Do první patří ti, kteří využívají klasické lidové léčebné metody přírodní medicíny. Například teplo, cvičení, masáže, vodu či rostlinné přípravky. Druhou skupinou jsou ti, kteří používají moderní a exotické metody, které odporují vědeckým poznatkům a jejichž účinky nejsou doposud ověřeny. Někteří léčí vírou či energií, akupresurou, reflexologií. Současné léčitelství má problém s nedostatečnou vzdělaností a znalostí léčitelů i se sporností metod. (Heřt, 2011)

II. Praktická část

1. Metodika práce

Ve své práci jsem se věnovala problematice nekonvenční medicíny a zkušenosti dospělé populace s ní. Údaje jsem získala formou dotazníku. V průběhu akademického roku 2017/2018 byl proveden výzkum u dospělé populace. Dotazník byl zcela anonymní a vyplnění bylo dobrovolné. Dotazníkové šetření bylo rozšířeno pomocí internetového portálu a bylo zcela otevřené pro širokou veřejnost. Poté na základě vyplnění docházelo k selekci vybraných respondentů.

V úvodu dotazníku byly uvedeny jasné instrukce pro vyplnění. Cílovou skupinu tvořila dospělá populace, tedy lidé od osmnácti let a starší.

Dotazník jsem distribuovala také pomocí sociálních sítí (e-mail, Facebook). Byla použita metoda náhodného výběru respondentů z mého okolí. Předem jsem si ověřila dotazem, zda jejich věk dovršil osmnácti let.

Dotazník se týká zkušeností s alternativní medicínou, s jejími metodami a informovaností s touto problematikou. Byl celkem vyplněn 208 respondenty. Jeho návratnost a použitelnost byla 76,7%.

Dotazník obsahoval celkem osmnáct otázek, kdy otázka č. 16 se skládá ze dvou částí. Z osmnácti otázek je devět otázek pouze s jednou možností odpovědi a u zbylých devíti je možnost uvést odpovědi více. U tří otázek je možnost vlastní odpovědi. U otázky č. 4 je uveden filtr, kdy na otázku č. 14 odpovídá pouze ten, kdo zvolil odpověď ne. Tedy bez osobní zkušenosti s nekonvenční medicínou. Ten kdo zvolil variantu ano, mám osobní zkušenost, odpovídá na zbylé otázky č. 15 – 18.

Dotazník byl rozdělen do čtyř částí dle stanovených hypotéz.

První dvě otázky dotazníku se vztahují k charakteristice zkoumaného souboru a zjišťovaly obecné kontaktní informace – pohlaví, věkovou skupinu. Jde o určitou podkapitolu, která se nevtahuje ke stanoveným hypotézám.

V první části dotazníku jsem se zajímala o charakter zkušeností respondentů (viz

otázka č. 4, 5, 6, 15, 16, 17). Druhá část sloužila k získání údajů o problematice – z jakého důvodu se tak rozhodli, k jakému druhu léčby se přiklánějí (viz otázka č. 7, 8). Třetí část se zabývala problematikou efektivity a úspěšnosti nekonvenčních metod (viz otázka č. 9, 10, 11, 12). V další, čtvrté části, jsem se zajímala o to, s čím se respondenti setkávají a jaké důvody je k tomu vedou, dále jaká je jejich informovanost (viz otázka č. 3, 13, 14, 18).

Nevýhodou použité metody dotazníku je možnost subjektivního zkreslení získaných dat či nemožnost použití informací z důvodu špatného vyplnění dotazníku. Dále je v dotazníku snadnější vyplnit nepravdivé informace, které není možné si případně ověřit. V některých případech může být také obtížné získat vhodné respondenty.

Výhodou naopak je možnost rychlého sběru dat od velké skupiny respondentů. Výsledky se jednoduše zpracovávají a vyhodnocují. Je jednoduchý na vyplnění a jde o jednu z méně „dotěrných“ metod průzkumu, kdy respondent sám zvolí čas, kdy v klidu doma dotazník vyplní.

Výsledné údaje byly zpracovány a vloženy do tabulek a grafů.

- ❖ Hlavní náplní praktické části je stanovení správných cílů a hypotéz. V této části diplomové práce budou podrobně zkoumány do jednotlivých závěrů.

1.1. Cíl práce

Cílem práce je zmapovat zkušenosti dospělé populace s praktikováním nekonvenční medicíny, dále zmapovat zdravotní problematiku, pro kterou jedinci volí tento způsob léčby. Zjistit druh zvolené terapie a především motivaci pro její volbu a zmapovat její úspěšnost v léčbě klienta.

Vzhledem k cíli výzkumu jsou zvoleny kvantitativní výzkumné postupy a pro sběr dat bude využita metoda dotazníku. Zkoumanou skupinou bude dospělá populace od 18 let.

1.2. Úkoly práce

1. Studium odborné literatury.

2. Sestavení obsahu diplomové práce na základě konzultací s vedoucí práce.
3. Na základě studia odborné literatury definovat pojem nekonvenční medicína, seznámit se s jejími metodami a možnostmi využití.
4. Sestavení adekvátního dotazníku pro získání dat o zkušenostech, informovanosti a metodách nekonvenční medicíny.
5. Výběr 208 respondentů ve věkovém rozpětí 18 let a výše na základě anonymního dotazníku, který byl jimi vyplněn.
6. Analýza a zpracování výsledků.
7. Stanovení závěru práce.

1.3. Hypotézy

Pro svou výzkumnou část jsem zvolila tyto čtyři hypotézy:

1. Více jak polovina respondentů má zkušenost s metodami alternativní medicíny.
2. Lze předpokládat, že větší část veřejnosti se přiklání k metodám nekonvenční medicíny pouze při méně závažných zdravotních potížích (př. rýma, kašel, chřipka, nachlazení).
3. Lze předpokládat, že méně než polovina respondentů bude k efektivitě nekonvenčních metod kritická.
4. Větší část oslovených je obeznámena s některou z metod alternativní medicíny.

2. Výsledky

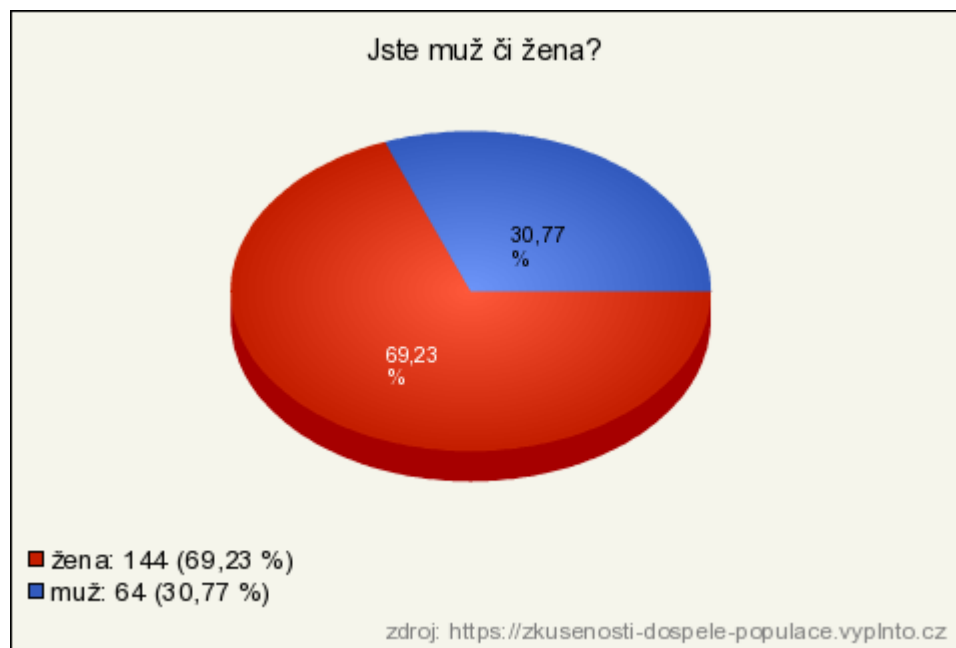
Tato kapitola je zaměřena na interpretaci získaných výsledků z dotazníkového šetření. První část je věnována výsledkům dat, získaných z dotazníkového šetření. Druhá část se věnuje statistickému testování jednotlivých čtyř hypotéz.

V této kapitole budou představena data získaná dotazníkovým šetřením a zpracovaná pomocí statistiky.

2.1. Dotazníkové šetření

Zpracováno bylo celkem 18 otázek, kdy otázka č. 16 se skládá ze dvou částí, celkem dotazník vyplnilo 208 respondentů.

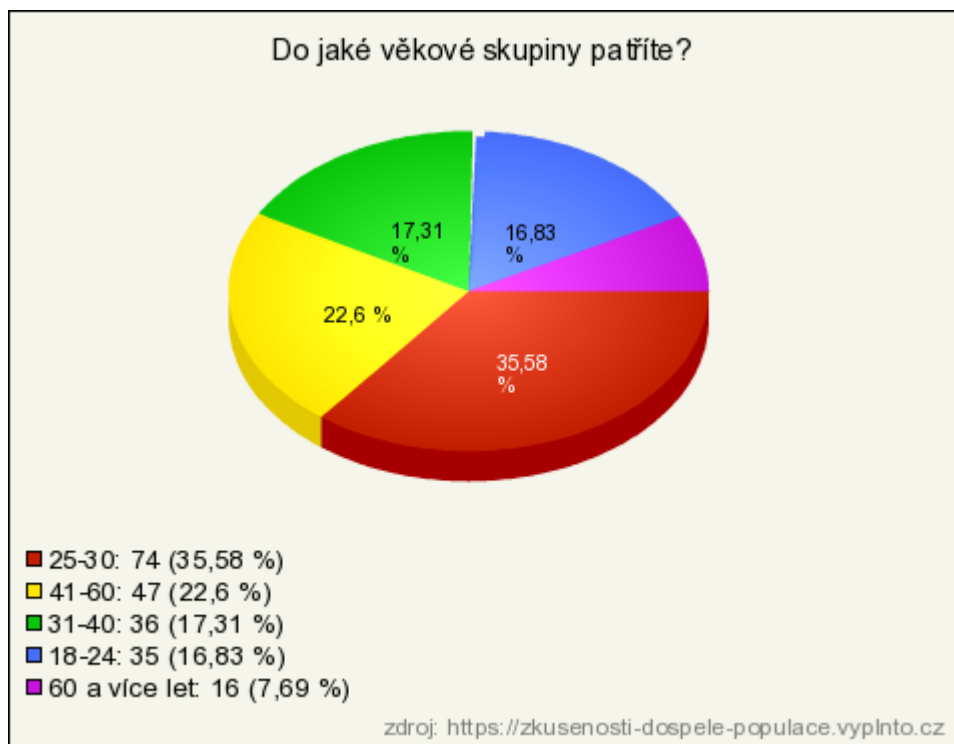
Otázka č. 1: Jste muž či žena?



Graf č. 1: Pohlaví

Z celkového počtu 208 respondentů bylo 69,23% (144) ženského pohlaví a 30,77% (64) mužského pohlaví.

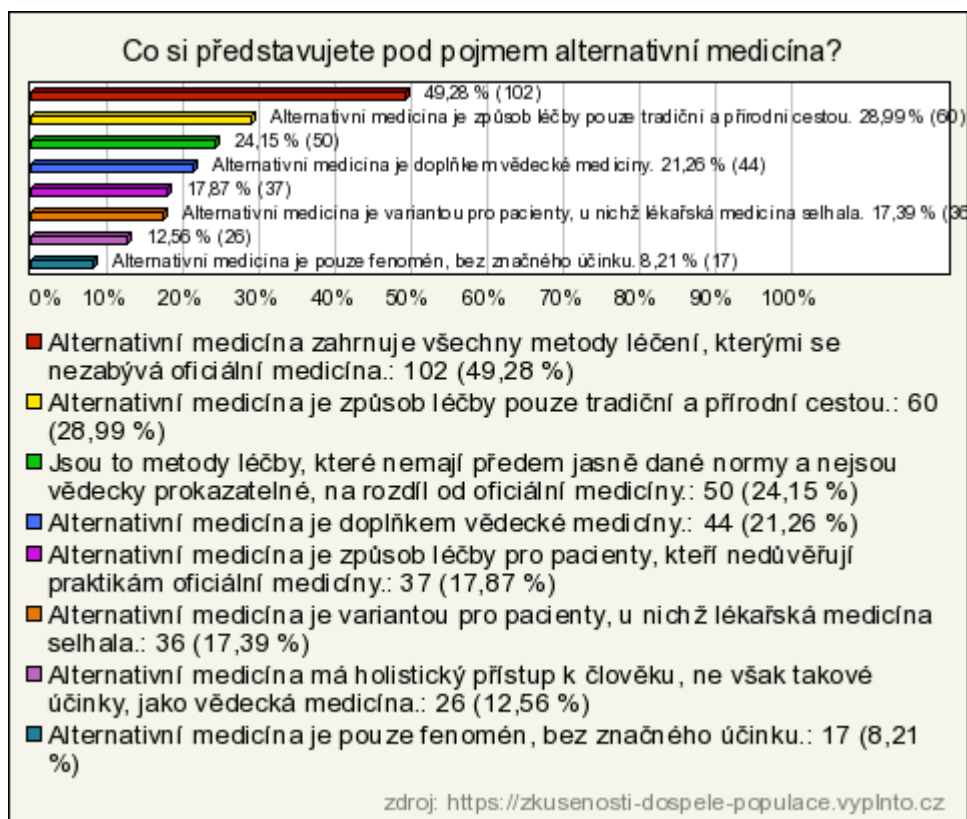
Otázka č. 2: Do jaké věkové skupiny patříte?



Graf č. 2: Věkové rozložení respondentů

Největší skupinu 35,58% (74) tvořili respondenti ve věku 25-30 let, 22,6% (47) je v kategorii 41-60 let, respondentů ve věkové kategorii 31-40 je 17,31% (36). Necelých 17% (35) respondentů se zařadilo do kategorie 18-24 let a nejmenší věkové zastoupení respondentů je v kategorii 60let a více, a to 7,69% (16).

Otázka č. 3: Co si představujete pod pojmem alternativní medicína?

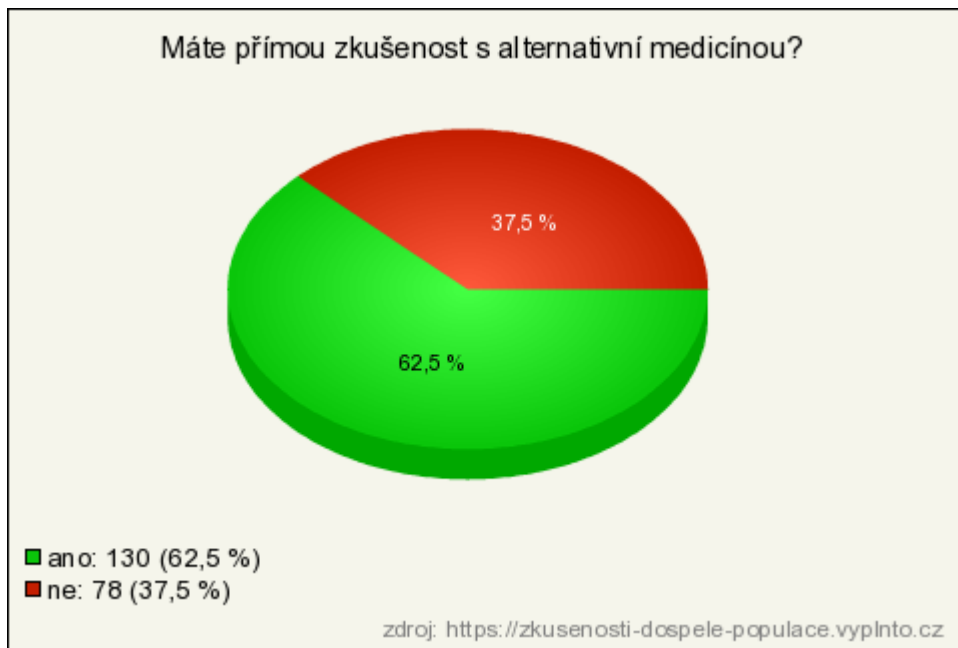


Graf č. 3: Informovanost o pojmu

U této otázky respondenti měli možnost zvolit více odpovědí.

Z odpovědí na tuto otázku vyplynulo, že nejvíce respondentů 49,28% (102) si pod pojmem alternativní medicína představuje všechny metody, kterými se oficiální medicína nezabývá. Jako přírodní způsob léčby chápe alternativy 28,99% (60) dotázaných. Metody léčby bez jasně daných norem zvolilo 24,15% (50). Doplnkem klasické medicíny je alternativní medicína pro 21,26% (44) respondentů. 17,87% (37) dotázaných se přiklonilo k možnosti, že nekonvenční medicína je způsobem léčby pro pacienty, kteří jsou nedůvěřiví k praktikám klasické medicíny. 17,39% (36) respondentů se přiklání k možnosti, že alternativní medicína je variantou léčby pro ty, u kterých byla klasická léčba neúčinná. 12,56% (26) dotázaných zvolilo alternativní medicínu za metody, které mají holistický přístup k člověku, ale nemá takových účinků jako medicína vědecká. Jako fenomén bez značného účinku zvolilo 8,21% (17) respondentů.

Otázka č. 4: Máte přímou zkušenost s alternativní medicínou?

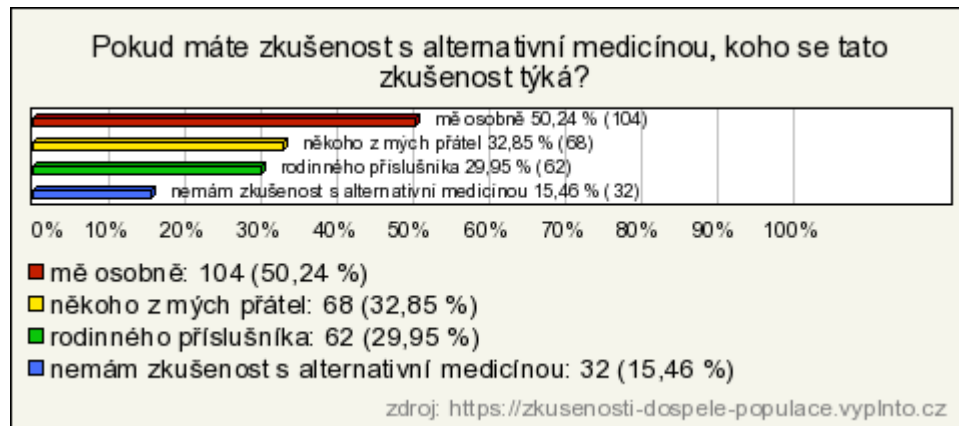


Graf č. 4: Přímá zkušenost

Tato otázka byla rozhodující pro pokračování v dotazníku. Kdo zvolil možnost ano, pokračoval v dalších otázkách 5-13, 15, 16, 17 a 18. Kdo zvolil možnost ne, zodpovídal dále pouze do otázky č. 14 a tím pro něj dotazník končil.

Přímou zkušenost s alternativní medicínou z celkového počtu 208 respondentů má 62,5% (130) respondentů. Možnost ne, tedy bez přímé osobní zkušenosti, je pak 37,5% (78) respondentů.

Otázka č. 5: Pokud máte zkušenost s alternativní medicínou, koho se tato zkušenost týká?

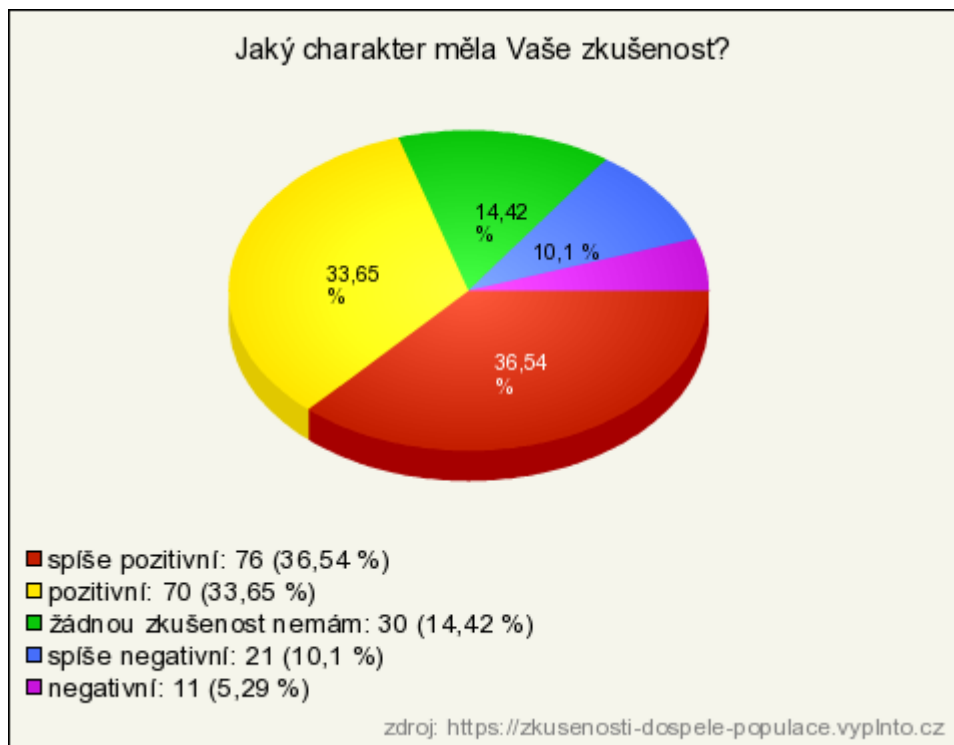


Graf č. 5: Zkušenost respondentů

U této otázky respondenti měli možnost zvolit více odpovědí.

Z celkového počtu 208 respondentů osobní zkušenost s metodami nekonvenční medicíny má 50,24%, (104) dotázaných. Zkušenost blízké osoby má 32,85% (68). Zkušenost někoho z rodiny zvolilo 29,95% (62) respondentů. 15,46% (32) respondentů nemá žádnou zkušenost s alternativní medicínou, celkem 32 respondentů z celkových 208.

Otázka č. 6: Jaký charakter měla Vaše zkušenost?

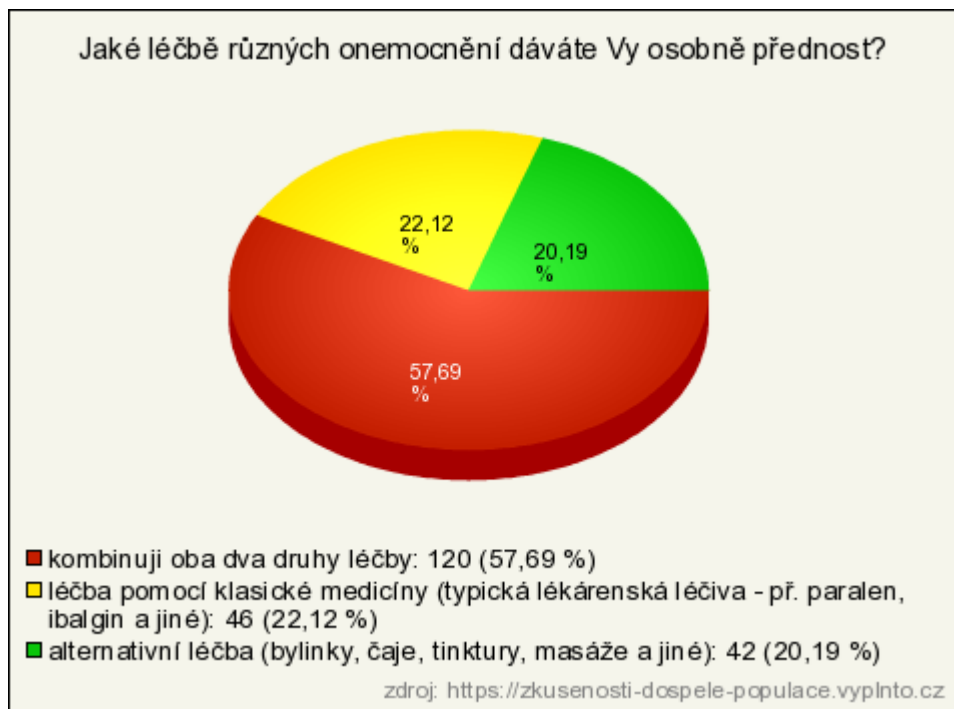


Graf č. 6: Charakter zkušenosti

U této otázky respondenti měli možnost zvolit více odpovědí.

Nejvíce respondentů má zkušenost spíše pozitivního charakteru, a to 36,54% (76). 33,65% (70) dotázaných má zkušenost pozitivního charakteru. Bez zkušenosti je 14,42% (30) dotázaných. Spíše negativní zkušenost s alternativní medicínou má 10,1% (21) a negativní pak 5,29% (11) respondentů.

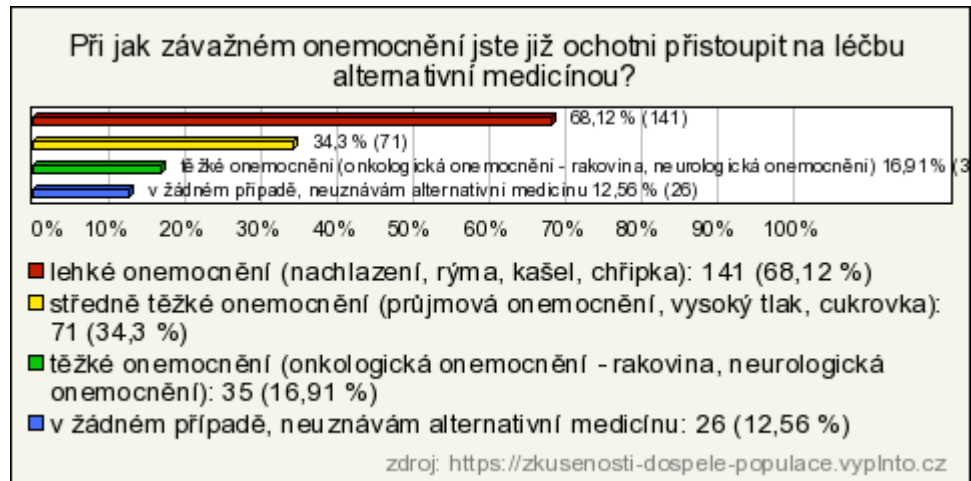
Otázka č. 7: Jaké léčbě různých onemocnění dáváte Vy osobně přednost?



Graf č. 7: Léčebné praktiky

Z odpovědí na tuto otázku vyplynulo, že nejvíce respondentů 57,69% (120), kombinuje oba typy léčby, jak vědeckou, tak i alternativní medicínu. Léčbě pomocí klasické medicíny dává přednost 22,12% (46) respondentů a alternativní léčbu využívá 20,19% (42) dotázaných.

Otázka č. 8: Při jak závažném onemocnění jste již ochotni přistoupit na léčbu alternativní medicínou?

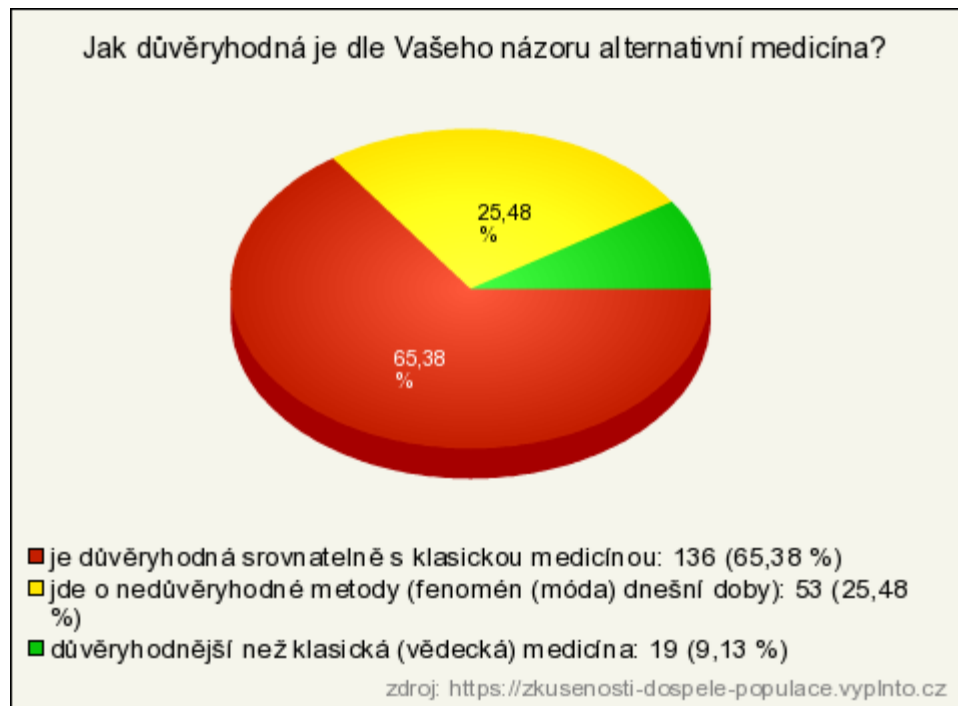


Graf č. 8: Přístup k alternativě

U této otázky respondenti měli možnost zvolit více odpovědí.

Většina respondentů se k alternativní medicíně obrací při lehkém onemocnění 68,12% (141). Při středně těžkém onemocnění jako jsou např. průjmová onemocnění či vysoký tlak se k alternativám obrací 34,3% (71) dotázaných. Pomocí alternativní léčby těžká onemocnění (rakovina, neurologická onemocnění) léčí 16,91% (35). A 12,56% (26) neuznává jakoukoli alternativu.

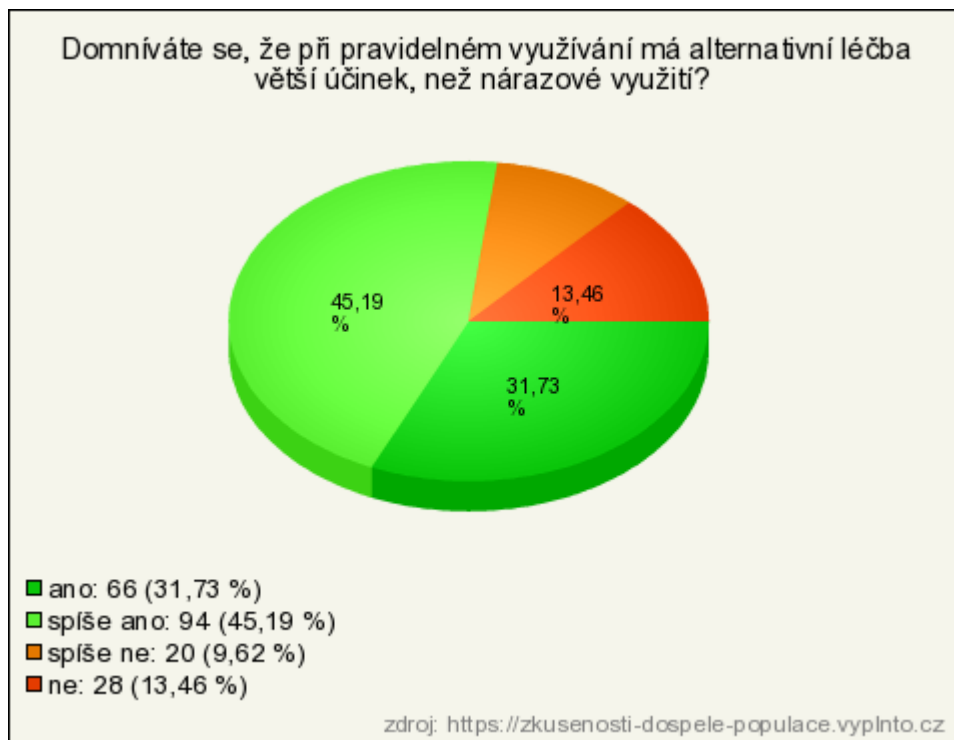
Otázka č. 9: Jak důvěryhodná je dle Vašeho názoru alternativní medicína?



Graf č. 9: Důvěryhodnost alternativních metod

Více jak polovina dotázaných 65,38% (136) považuje alternativní metody srovnatelně důvěryhodné s těmi klasickými. 25,48% (53) je považuje za nedůvěryhodné a 9,13% (19) se domnívá, že nekonvenční metody jsou důvěryhodnější, než klasická vědecká medicína.

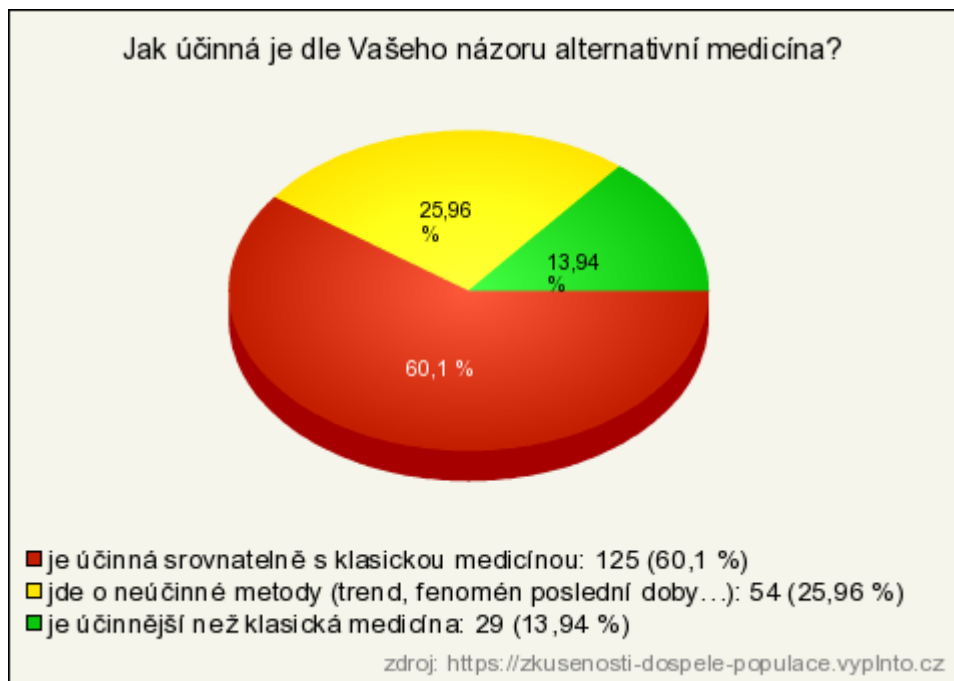
Otázka č. 10: Domníváte se, že při pravidelném využívání má alternativní léčba větší účinek, než nárazové využití?



Graf č. 10: Účinek pravidelného využívání

Na tuto otázku odpovědělo 45,19% (94) dotázaných spíše ano. Domnívají se tedy, že pravidelné využívání je spíše účinnější, než nárazové. 31,73% (66) respondentů zvolilo možnost ano. 13,46% (28) dotázaných označilo variantu ne. 9,62% (20) respondentů zvolilo spíše ne.

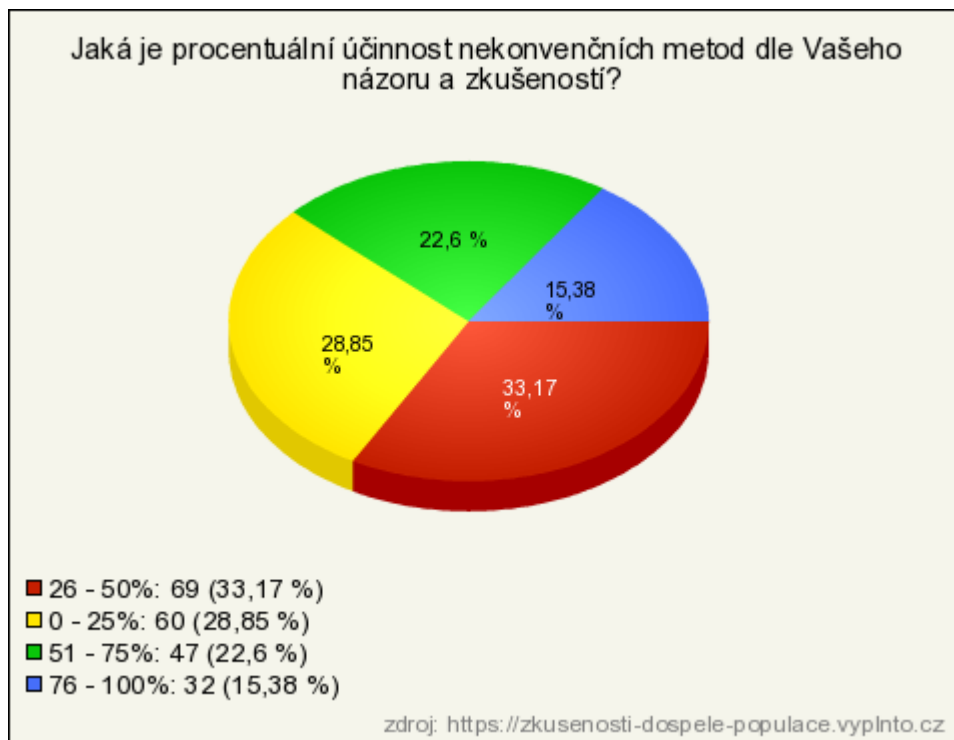
Otázka č. 11: Jak účinná je dle Vašeho názoru alternativní medicína?



Graf č. 11: Účinnost alternativní medicíny

U této otázky se nevíce respondentů 60,1% (125) domnívá, že vědecká medicína má srovnatelné účinky s alternativní medicínou. 25,96% (54) pak považuje alternativní metody za neúčinné a 13,94% (29) se přiklání k názoru, kdy dle jejich uvážení či zkušeností, je alternativní medicína účinnější, oproti medicíně vědecké.

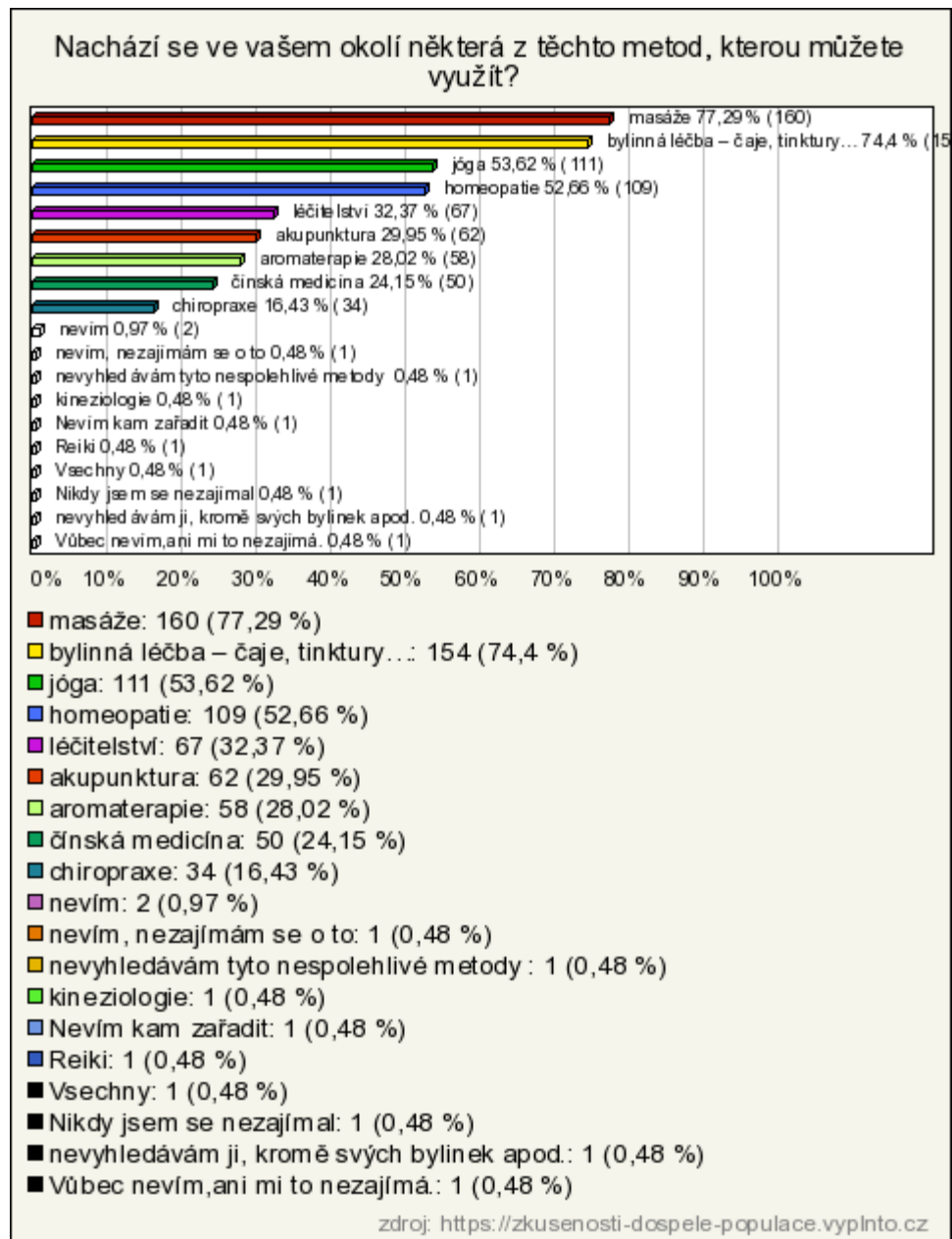
Otázka č. 12: Jaká je procentuální úspěšnost nekonvenčních metod dle Vašeho názoru a zkušeností?



Graf č. 12: Úspěšnost metod

26-50% úspěšnost metod zvolilo 33,17% (69) respondentů z celkových 208. 28,85% (60) se přiklání k procentuální úspěšnosti 0-25. 22,6% (47) dotázaných považuje úspěšnost metod 51-75% a 15,38% (32) zvolilo 76-100% úspěšnost alternativních metod.

Otázka č. 13: Nachází se ve vašem okolí některá z těchto metod, kterou můžete využít?



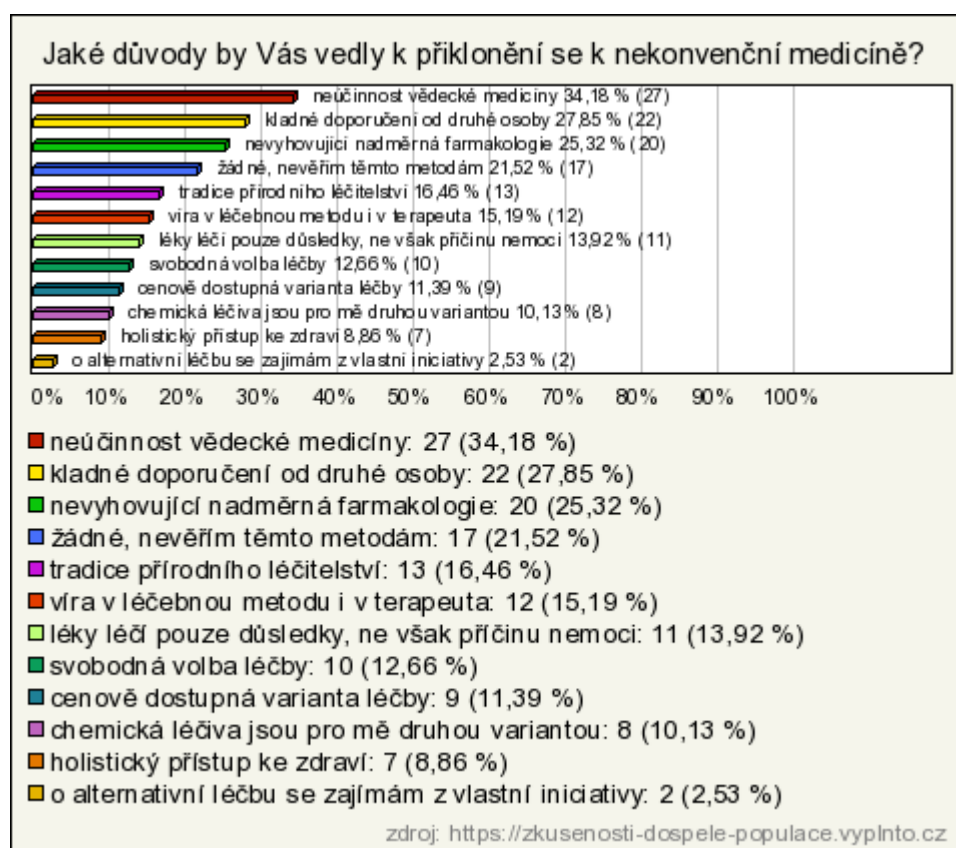
Graf č. 13: Možnosti volby metod

U této otázky respondenti měli možnost zvolit více odpovědí, včetně své vlastní.

Největší zastoupení v alternativních metodách mají masáže 77,29% (160). Hned na druhém místě je to bylinná léčba se 74,4% (154). Dále respondenti zvolili jógu 53,62% (111) a homeopatii 52,66% (109). Léčitelství získalo 32,37% (67). Na šestém místě je akupunktura s 29,95% (62) a následuje ji aromaterapie 28,02% (58). 24,15% (50) respondentů má zastoupení v čínské medicíně. Následuje chiropraxe s 16,43% (34) respondenty.

V této otázce byla možnost vlastní odpovědi, kterou využilo 11 respondentů. Dva z nich (0,97%) odpověděli - nevím. Zbytek variant je vždy po jedné odpovědi a tedy po 0,48%. Tyto odpovědi jsou: Nevím, nezajímám se o to. Nevyhledávám tyto nespolehlivé metody. Kineziologie. Nevím, kam zařadit. Reiki. Všechny. Nikdy jsem se nezajímal. Nevyhledávám ji, kromě svých bylinek apod. Vůbec nevím, ani mi to nezajímá.

Otázka č. 14: Jaké důvody by Vás vedly k přiklonění se k nekonvenční medicíně?



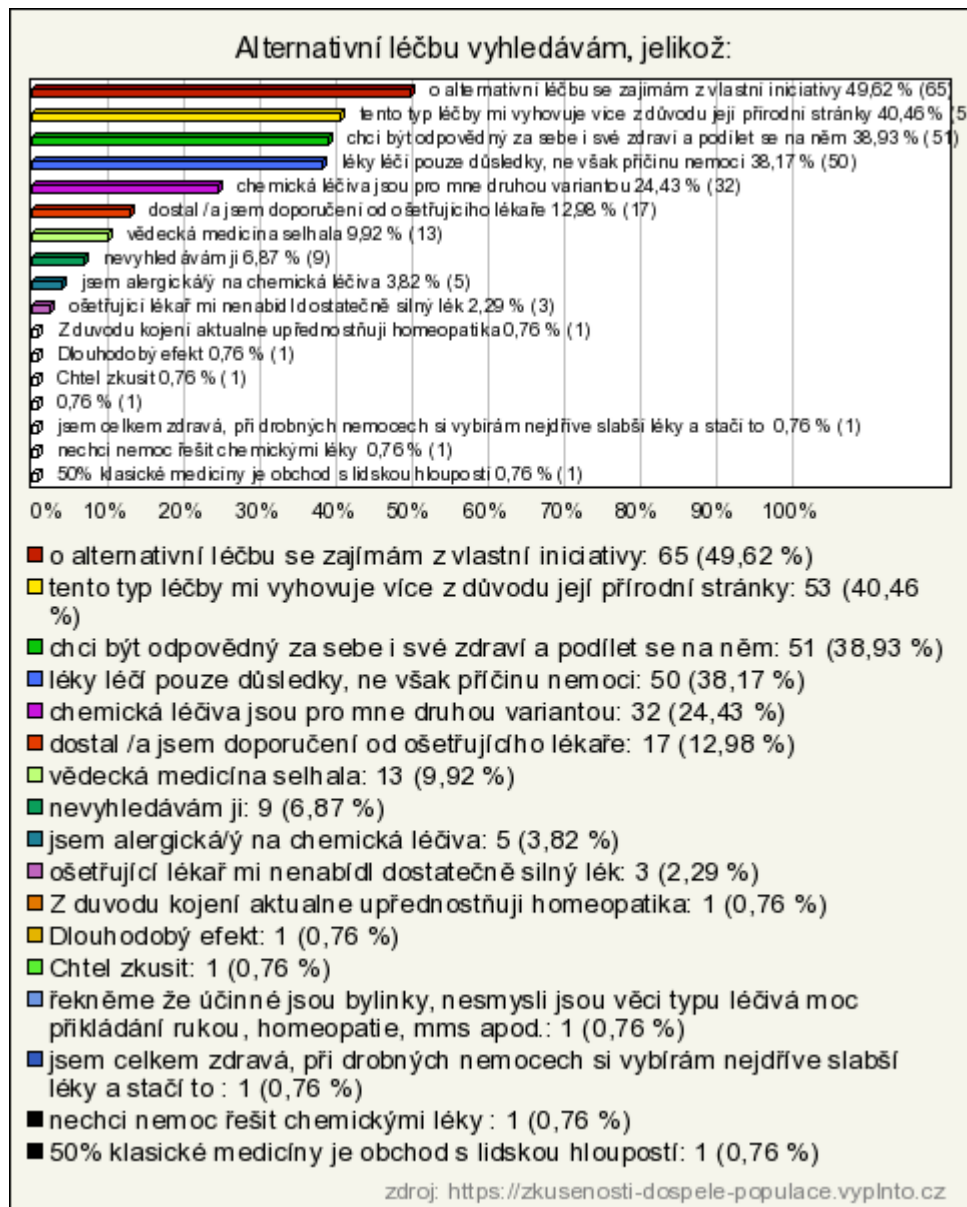
Graf č. 14: Důvody k přiklonění se k alternativám

U této otázky respondenti měli možnost zvolit více odpovědí.

Tato otázka byla pouze pro respondenty, kteří v otázce č. 4 zvolili odpověď ne, tedy bez osobní zkušenosti s alternativní medicínou. Tuto otázku zodpovídalo celkem 78 respondentů, kteří si mohli vybrat z variant, které byly předepsané. Na kladné doporučení od druhé osoby by dalo 27,85% (22) respondentů. Kvůli nadměrné farmakologii by bylo ochotno přiklonit se 25,32% (20) respondentů. 21,52% (17) respondentů by žádný důvod nepřesvědčil k vyzkoušení alternativní medicíny. Tradice přírodního léčitelství by přesvědčila 16,46% (13) respondentů. Víra v léčebnou metodu i v terapeuta to byla pro 15,19% (12) respondentů. Kvůli léčbě důsledků, ne však příčiny, by vedlo 13,92% (11) respondentů přiklonit se k

alternativní medicíně. Svobodnou volbu léčby by zvolilo 12,66% (10) respondentů. Cenově dostupnou variantu léčby zvolilo 11,39% (9) respondentů. Chemická léčiva jsou druhou variantou pro 10,13% (8) respondentů. Holistický přístup by přivedl k alternativní medicíně 8,86% (7) respondentů a 2,53% (2) respondenti se z vlastní iniciativy zajímají o alternativní medicínu.

Otázka č. 15: Alternativní léčbu vyhledávám, jelikož:



Graf č. 15: Příčina volby

U této otázky respondenti měli možnost zvolit více odpovědí, včetně své vlastní.

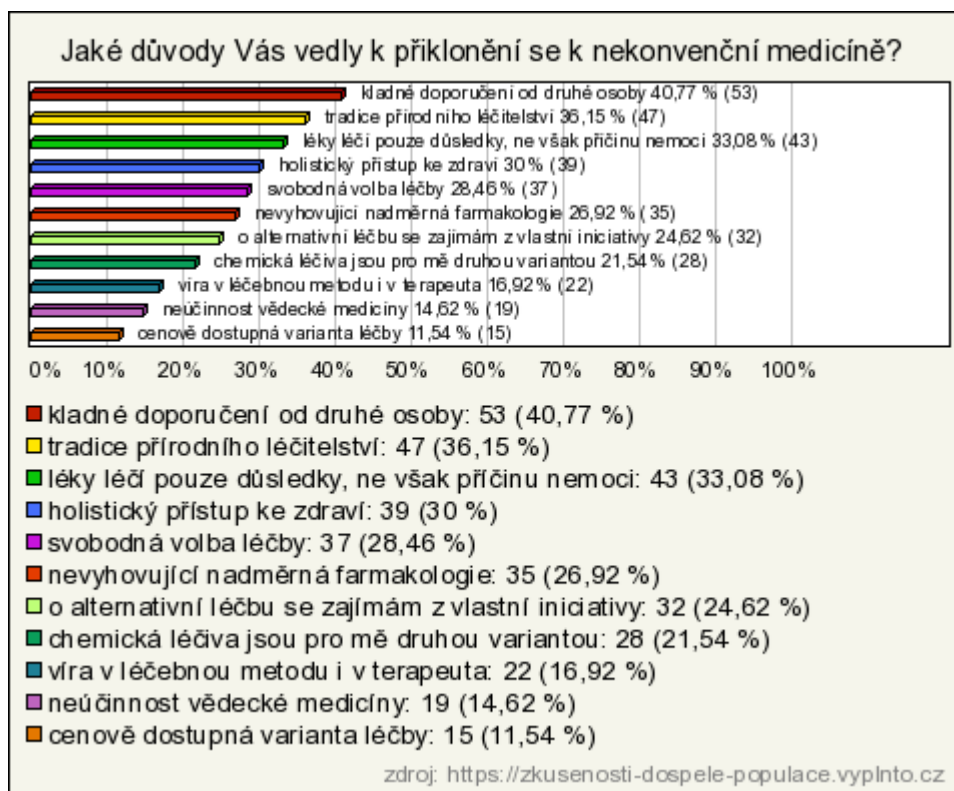
Tato otázka byla pouze pro respondenty, kteří v otázce č. 4 zvolili odpověď ano, mají tedy osobní zkušenosti s alternativní medicínou. Tuto otázku zodpovídalo celkem 130

respondentů.

Z vlastní iniciativy se zajímá o alternativní léčbu 49,62% (65) respondentů. Kvůli přírodní stránce volí alternativní léčbu 40,46% (53) respondentů. Zodpovědnost za zdraví a podílení se na něm je podstatné pro volbu alternativ pro 38,93% (51) respondentů. Léky léčí pouze důsledky, nikoli příčinu nemoci, to je podstatné pro 38,17% (50) respondentů. Chemická léčiva jsou druhou variantou pro 24,43% (32) respondentů. Kvůli doporučení od ošetřujícího lékaře zvolilo alternativní léčbu 12,98% (17) respondentů. 9,92% (13) respondentů vyhledává alternativní metody kvůli selhání vědecké léčby. 6,87% (9) respondentů alternativní metody nevyhledává. 3,82% (5) respondentů je alergických na chemická léčiva. Alternativní metody zvolilo 2,29% (3) respondenti z důvodu nenabídnutí dostatečně silného léku ošetřujícím lékařem.

V této otázce byla možnost vlastní odpovědi, kterou využilo 7 respondentů. Každá vlastní odpověď je vždy po jedné odpovědi, a tedy po 0,76%. Tyto odpovědi jsou: Z důvodu kojení aktuálně upřednostňuji homeopatika. Dlouhodobý efekt. Chtěl zkusit. Řekněme, že účinné jsou bylinky, nesmysly jsou věci typu léčivá moc přikládání rukou, homeopatie, mms apod. Jsem celkem zdravá, při drobných nemocech si vybírám nejdříve slabší léky a stačí to. Nechci nemoc řešit chemickými léky. 50% klasické medicíny je obchod s lidskou hloupostí.

Otázka č. 16.a: Jaké důvody Vás vedly k přiklonění se k nekonvenční medicíně?



Graf č. 16.a: Důvod volby

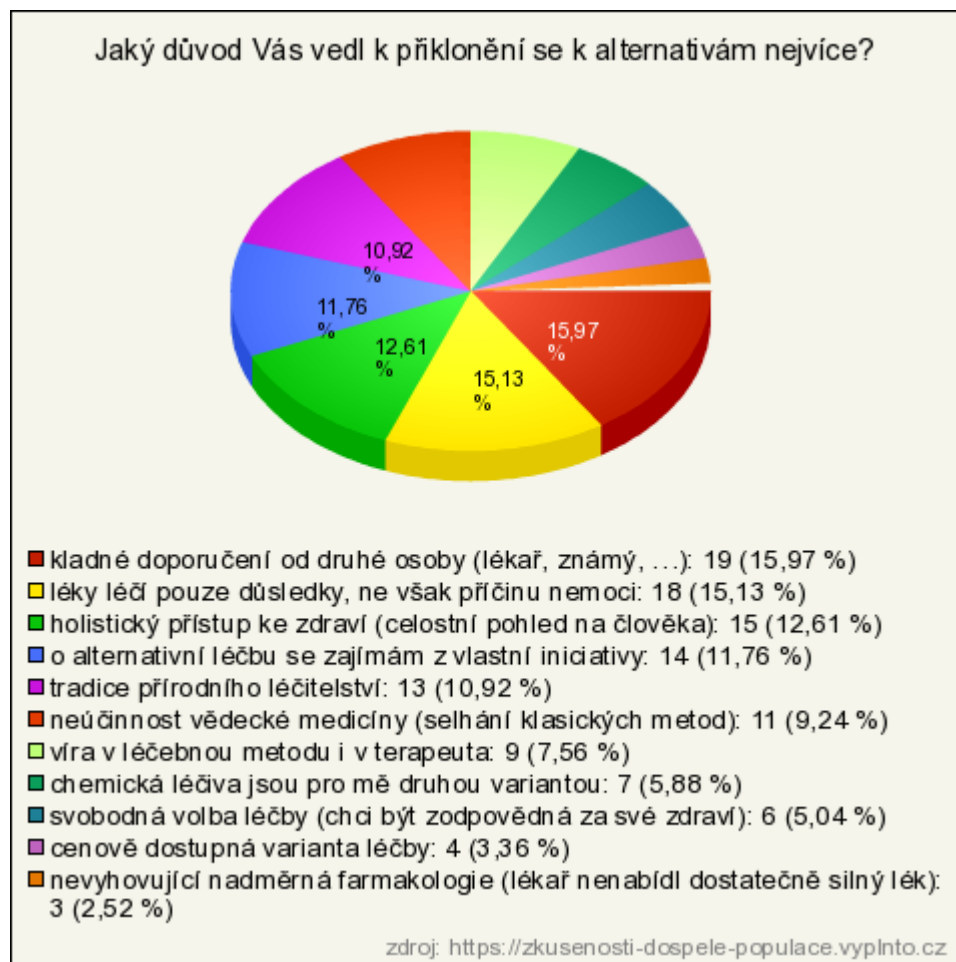
U této otázky respondenti měli možnost zvolit více odpovědí.

Tato otázka byla pouze pro respondenty, kteří v otázce č. 4 zvolili odpověď ano, mají tedy osobní zkušenosti s alternativní medicínou. Tuto otázku zodpovídalo celkem 130 respondentů.

Kladné doporučení od druhého člověka ovlivnilo 40,77% (53) respondentů. Pro tradici přírodního léčitelství vyhledalo nekonvenční léčbu 36,15% (47) dotázaných. Kvůli lékům, které léčí pouze důsledky, nikoli příčinu zvolilo alternativní medicínu 33,08% (43). Holistický přístup zvolilo 30% (39) dotázaných. Svobodná volba léčby zlákala 28,46% (37) dotázaných. Nevyhovující nadměrná farmakologie nevyhovovala 26,92% (35) respondentům. O

alternativní léčbu se z vlastní iniciativy zajímá 24,62% (32) dotázaných. Chemická léčiva má až na druhém místě 21,54% (28) dotázaných. 16,92% (22) respondentů věří v léčebné metody i v terapeuta, proto volí alternativu. Kvůli neúčinnosti vědecké medicíny se k nekonvenčním metodám přiklonilo 14,62% (19). Pro 11,54% (15) dotázaných je to cenově dostupná varianta léčby, proč zvolit spíše alternativní metody.

Otázka č. 16.b: Jaký důvod Vás vedl k přiklonění se k alternativám nejvíce?



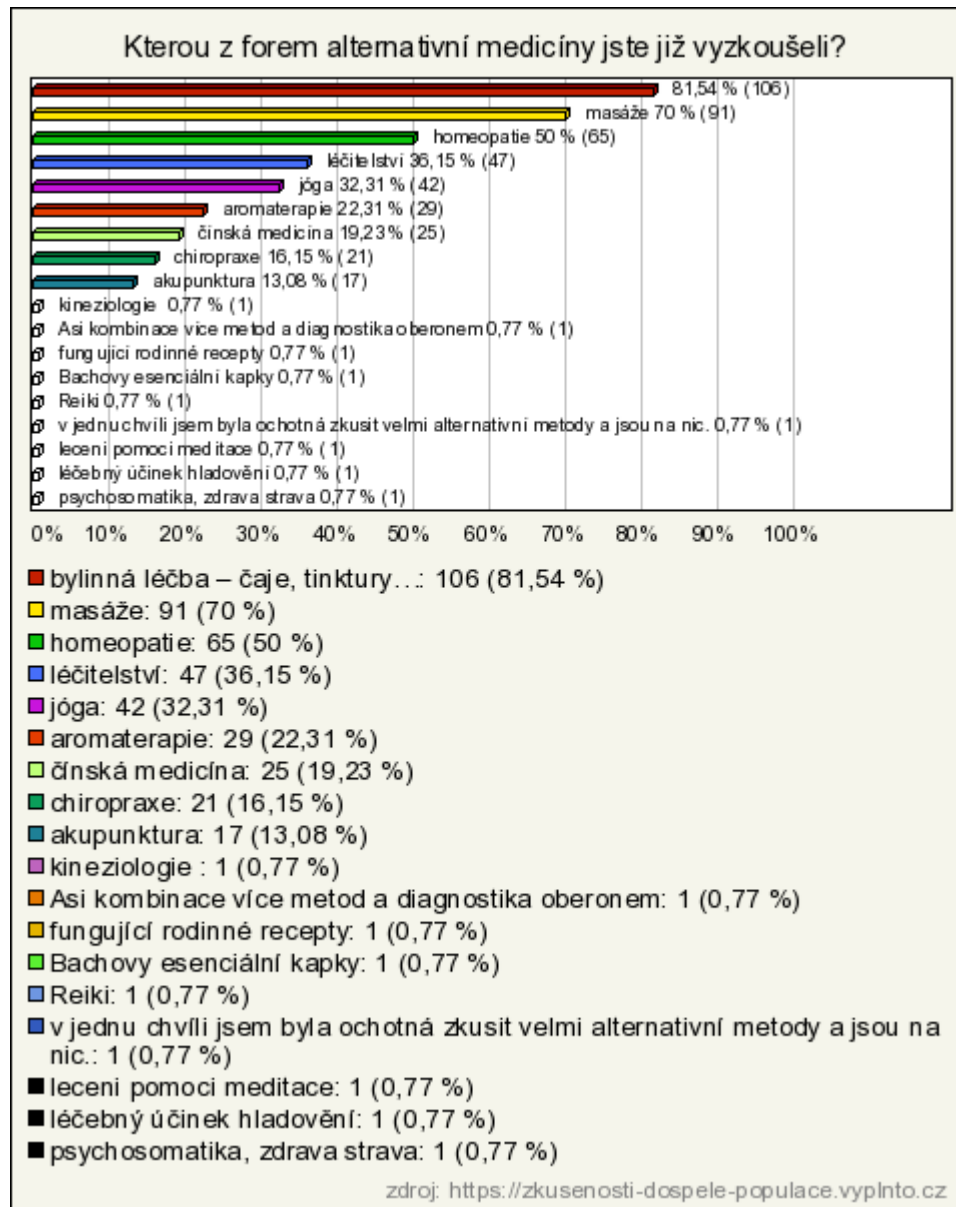
Graf č. 16.b: Konkrétní důvod volby

Tato otázka byla pouze pro respondenty, kteří v otázce č. 4 zvolili odpověď ano, mají tedy osobní zkušenosti s alternativní medicínou. Tuto otázku zodpovídalo celkem 130 respondentů, kteří si mohli vybrat z variant, které byly předepsané.

U této otázky respondenti měli možnost zvolit pouze jednu odpověď. Na kladné hodnocení dalo 15,97% (19) respondentů. Kvůli léčbě důsledků, nikoli příčiny se obrátilo k alternativám 15,13% (18) respondentů. Holistický přístup ke zdraví označilo 12,61% (15) respondentů. Z vlastní iniciativy se zajímá o alternativní medicínu 11,76% (14) respondentů. Tradice

přírodního léčitelství se líbí 10,92% (13) respondentů. Kvůli neúčinným metodám vědecké medicíny se obrátilo k alternativě 9,24% (11) respondentů. 7,56% (9) dotázaných zvolilo víru v léčebnou metodu a v terapeuta. Pro 5,88% tedy pro (7) respondentů jsou chemická léčiva až na druhém místě. Kvůli svobodné volbě v léčbě si vybírá alternativní medicínu 5,04% (6) respondentů. Pro 3,36% (4) respondenty je důvodem cenově dostupná varianta léčby a kvůli nevyhovující nadměrné farmakologii volí alternativní léčbu 2,52% (3) respondenti.

Otázka č. 17: Kterou z forem alternativní medicíny jste již vyzkoušeli?



Graf č. 17: Druhy metod

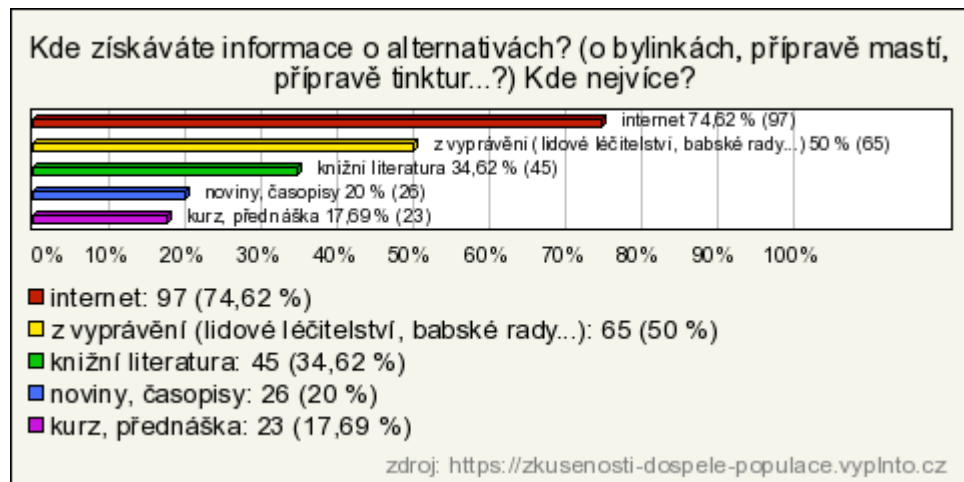
U této otázky respondenti měli možnost zvolit více odpovědí včetně své vlastní.

Tato otázka byla pouze pro respondenty, kteří v otázce č. 4 zvolili odpověď ano, mají tedy osobní zkušenosti s alternativní medicínou. Tuto otázku zodpovídalo celkem 130 respondentů.

Nejvíce respondentů zvolilo možnost bylinné léčby 81,54% (106). Na druhém místě jsou masáže, které jsou dle výsledků také dost rozšířené, zvolilo je celkem 70% (91) respondentů. 50% (65) respondentů vyzkoušelo homeopatii. K léčitelství se přihlásilo 36,15% (47) dotázaných. S jógou se setkala 32,31% (42) respondentů. Aromaterapii vyzkoušelo 22,31% (29) respondentů. Čínskou medicínu pak 13,23% (25) dotázaných. Léčbu chiropraxí vyzkoušelo 16,15% (21) respondentů a akupunkturu 13,08% (17) respondentů.

V této otázce byla možnost vlastní odpovědi, kterou využilo 9 respondentů. Každá vlastní odpověď je vždy po jedné odpovědi a tedy po 0,77%. Tyto odpovědi jsou: Kineziologie. Asi kombinace více metod a diagnostika obohem. Fungující rodinné recepty. Bachovy esenciální kapky. Reiki. V jednu chvíli jsem byla ochotna zkusit velmi alternativní metody a jsou na nic. Léčení pomocí meditace. Léčebný účinek hladovění. Psychosomatika, zdravá strava.

Otázka č. 18: Kde získáváte informace o alternativách? (o bylinkách, přípravě mastí, přípravě tinktur...?) Kde nejvíce?



Graf č. 18: Informovanost o metodách

Tato otázka byla pouze pro respondenty, kteří v otázce č. 4 zvolili odpověď ano, mají tedy osobní zkušenosti s alternativní medicínou. Tuto otázku zodpovídalo celkem 130 respondentů, kteří si mohli vybrat z variant, které byly předepsané. U této otázky byla možnost zvolit více odpovědí.

Na internetu čerpá informace 74,62% (97) respondentů. Z vyprávění a takzvaných babských rad ví o alternativních metodách 50% (65) respondentů. V knižní podobě získává informace 34,62% (45) respondentů. 20% (26) dotázaných zvolilo možnost noviny a časopisy. Na kurzy a přednášky chodí 17,69% (23) respondentů.

2.2 Statistické testování hypotéz

Data získaná z dotazníkového šetření byla zpracována pomocí programu Microsoft Excel. Dále byla provedena deskriptivní statistika.

Stanovené hypotézy byly ověřeny pomocí kontingenčních tabulek a funkce chí-kvadrát, neboli Pearsonův chí-kvadrát test. Je to základní test nezávislosti v kontingenční tabulce. K vyhodnocení hypotéz jsem využila statistický test, Test dobré shody. Typickou hladinu významnosti jsem si zvolila na $\alpha = 0,05$ (5%). Hodnota u jednotlivých hypotéz byla zjišťována v programu Microsoft Excel. Pokud byla naměřená hodnota p menší než 0,05, byla odmítnuta nulová hypotéza a přijata hypotéza alternativní, která tento vztah potvrzovala. Pokud byla naměřená hodnota větší než 0,05, byla nulová hypotéza držena a v tomto případě nebyl statisticky významný vztah mezi proměnnými potvrzen.

Hodnota testové statistiky odpovídá vzorci:

$$\chi^2 = \sum_{i=1}^n \frac{(O_i - E_i)^2}{E_i}$$

V diplomové práci byly stanoveny čtyři hypotézy.

H1: Více jak polovina respondentů má zkušenost s metodami alternativní medicíny.

H2: Lze předpokládat, že větší část veřejnosti se přiklání k metodám nekonvenční medicíny pouze při méně závažných zdravotních potížích. (př. rýma, kašel, chřipka, nachlazení)

H3: Lze předpokládat, že méně než polovina respondentů bude k efektivitě nekonvenčních metod kritická.

H4: Větší část oslovených je obeznámena s některou z metod alternativní medicíny.

U hypotézy č. 1 byly zpracovány výsledky z otázek č. 4, 5, 6.

U hypotézy č. 2 byly zpracovány výsledky z otázek č. 7, 8.

U hypotézy č. 3 byly zpracovány výsledky z otázek č. 9, 10, 11, 12.

U hypotézy č. 4 byly zpracovány výsledky z otázek 3, 13, 18.

U hypotézy č. 1 byly ze statistického zpracování vyřazeny špatně vyplněné dotazníky. Respondenti chybně vyplnili odpovědi u třech otázek a s dotazníky se tedy nedalo pracovat. (Př. Respondent značil možnost bez přímé zkušenosti s nekonvenční medicínou, ale u další otázky zvolil pozitivní charakter zkušenosti, nebo osobní zkušenost). Celkem bylo vyřazeno ze zkoumaného celku 63 chybně vyplněných dotazníků.

U hypotézy č. 4 byla ve 13. otázce využita data z vlastních odpovědí a byly roztříděny, zda jsou respondenti informováni a seznámeni alespoň s jednou metodou.

U hypotézy č. 4 byla z 18. otázky využita data pouze od respondentů, kteří mají osobní zkušenost s nekonvenční medicínou. (filtr v otázce č. 4 – na otázku č. 18 odpovídali pouze ti, kteří zkušenost mají).

Hypotéza č. 1: Více jak polovina respondentů má zkušenost s metodami alternativní medicíny.

Data

	Naměřený počet	Očekávaný počet
Má zkušenost	123	72,5
Nemá zkušenost	22	72,5
Chybně vyplněné dotazníky	63	-
Celkem	208	-

Stanovení hypotéz

$$H_0: n_{MZ} = n_{NZ}$$

$$H_1: n_{MZ} \neq n_{NZ}$$

n_{MZ} Počet respondentů, kteří mají zkušenost s metodami alternativní medicíny.

n_{NZ} Počet respondentů, kteří nemají zkušenost s metodami alternativní medicíny.

Kritéria hodnocení

$$\alpha = 0,05; W = (3,8415; \infty)$$

Výsledky testu

χ^2	70,35172
p	$4,96195 * 10^{-17}$

Porovnání výsledků

$$\chi^2 \in W$$

$$p < \alpha$$

Hodnocení hypotéz

Zamítáme nulovou hypotézu ve prospěch alternativní hypotézy, tudíž jsme prokázali, že je mezi porovnávanými četnostmi výrazný rozdíl. Proto můžeme říci, že více než polovina respondentů s metodami alternativní medicíny má zkušenost.

Hypotéza č. 2: Lze předpokládat, že větší část veřejnosti se přiklání k metodám nekonvenční medicíny pouze při méně závažných zdravotních potížích. (př. rýma, kašel, chřipka, nachlazení).

Data

	Naměřený počet	Očekávaný počet
Pouze při méně závažných potížích	23	104
Ostatní	185	104
Celkem	208	-

Stanovení hypotéz

$$H_0: n_p = n_N$$

$$H_1: n_p \neq n_N$$

n_p Počet respondentů, kteří se přiklání k metodám nekonvenční medicíny pouze při méně závažných zdravotních potížích (př. rýma, kašel, chřipka, nachlazení).

n_N Počet respondentů, kteří se nepřiklání k metodám nekonvenční medicíny pouze při méně závažných zdravotních potížích (př. rýma, kašel, chřipka, nachlazení).

Kritéria hodnocení

$$\alpha = 0,05; W = (3,8415; \infty)$$

Výsledky testu

χ^2	126,17308
p	$2,81802 * 10^{-29}$

Porovnání výsledků

$$\chi^2 \in W$$

$$p < \alpha$$

Hodnocení hypotéz

Zamítáme nulovou hypotézu ve prospěch alternativní hypotézy, tudíž jsme prokázali, že je mezi porovnávanými četnostmi výrazný rozdíl. Nicméně jsme dokázali, že větší část veřejnosti

se k metodám nekonvenční medicíny pouze při méně závažných zdravotních potížích nepřiklání.

Hypotéza č. 3: Lze předpokládat, že méně než polovina respondentů bude k efektivitě nekonvenčních metod kritická.

Data

	Naměřený počet	Očekávaný počet
Jsou kritičtí k efektivitě nekonv. metod	32	104
Nejsou kritičtí k efektivitě nekonv. metod	176	104
Celkem	208	-

Stanovení hypotéz

$$H_0: n_K = n_N$$

$$H_1: n_K \neq n_N$$

n_K Počet respondentů, kteří jsou k efektivitě nekonvenčních metod kritičtí.

n_N Počet respondentů, kteří nejsou k efektivitě nekonvenčních metod kritičtí.

Kritéria hodnocení

$$\alpha = 0,05; W = (3,8415; \infty)$$

Výsledky testu

χ^2	99,69231
p	$1,78011 * 10^{-23}$

Porovnání výsledků

$$\chi^2 \in W$$

$$p < \alpha$$

Hodnocení hypotéz

Zamítáme nulovou hypotézu ve prospěch alternativní hypotézy, tudíž jsme prokázali, že je mezi porovnávanými četnostmi výrazný rozdíl. Lze tedy říci, že méně než polovina respondentů bude k efektivitě nekonvenčních metod kritická.

Hypotéza č. 4: Větší část oslovených je informována s některou z metod alternativní medicíny.

Data

	Naměřený počet	Očekávaný počet
Většina je informována	203	104
Většina není informována	5	104
Celkem	208	-

Stanovení hypotéz

$$H_0: n_I = n_N$$

$$H_1: n_I \neq n_N$$

n_I Počet respondentů, kteří jsou informováni s některou z metod alternativní medicíny.

n_N Počet respondentů, kteří nejsou informováni s některou z metod alternativní medicíny.

Kritéria hodnocení

$$\alpha = 0,05; W = (3,8415; \infty)$$

Výsledky testu

χ^2	188,48077
p	$6,82265 * 10^{-43}$

Porovnání výsledků

$$\chi^2 \in W$$

$$p < \alpha$$

Hodnocení hypotéz

Zamítáme nulovou hypotézu ve prospěch alternativní hypotézy, tudíž jsme prokázali, že je mezi porovnávanými četnostmi výrazný rozdíl. Můžeme s jistotou tvrdit, že větší část oslovených je s některou z metod alternativní medicíny informována.

3. Diskuse

Hlavním cílem této práce bylo zmapovat zkušenosti dospělé populace s nekonvenční medicínou. Její praktikování a znalost metod, a to u vybraného vzorku populace. Dospělé populace. Dále se tato práce zaměřovala na problematiku zdravotních potíží, díky kterým se respondenti přikloní k nekonvenčním metodám. A také diplomová práce zmapovala efektivitu léčby a celkovou informovanost s metodami nekonvenční medicíny.

V diplomové práci byl stanovený hlavní cíl, zjistit zkušenost s nekonvenční medicínou u dospělé populace. Za tímto účelem byly vytvořeny čtyři hypotézy. A následně byl vytvořen dotazník, který měl ověřit, zda jsou stanovené předpoklady správné.

Na základě stanovených cílů, byly vytvořeny čtyři základní hypotézy:

H1: Více jak polovina respondentů má zkušenost s metodami alternativní medicíny.

H2. Lze předpokládat, že větší část veřejnosti se přiklání k metodám nekonvenční medicíny pouze při méně závažných zdravotních potížích. (př. rýma, kašel, chřipka, nachlazení)

H3. Lze předpokládat, že méně než polovina respondentů bude k efektivitě nekonvenčních metod kritická.

H4. Větší část oslovených je obeznámena s některou z metod alternativní medicíny.

Aby tyto hypotézy mohly být potvrzeny či vyvráceny, byl proveden kvantitativní výzkum pomocí dotazníkového šetření. Následně byly výsledky zpracovány a prověřeny.

Dotazníkové šetření bylo aplikováno na respondenty dospělé populace od 18 let, a to v průběhu dvou týdnů na začátku února 2018. Dotazníkové šetření bylo prováděno autorkou práce, a to formou dotazníkového šetření, které probíhalo v elektronické podobě. Pro zpracování dat bylo využito celkem 208 vyplněných dotazníků.

Dotazník obsahoval 18 otázek. V otázce č. 4 byl použit filtr pro následné zodpovídání otázek. Kdo odpověděl v otázce č. 4 ano, mám zkušenost s nekonvenční medicínou, pokračoval ve vyplňování zbylých otázek krom otázky č. 14. Kdo zvolil u 4. otázky odpověď ne, nemám osobní zkušenost s nekonvenční medicínou, pokračoval ve vyplňování dotazníku až k otázce č. 14, a tím pro něj dotazník končil. Otázka č. 16 byla rozdělena na dvě části, první zjišťovala důvody pro volbu nekonvenční medicíny a druhá část poukazovala přímo na jeden hlavní důvod, kvůli kterému se tak respondent rozhodl. Tato otázka byla pouze pro respondenty, kteří zkušenost s nekonvenční medicínou mají.

Výsledkem byl rozsáhlý soubor informací, který byl statisticky zpracován v programu Microsoft Excel. Byl použit test dobré shody, chí-kvadrát rozdělení a hladina významnosti byla zvolena na 5%.

Aby tyto hypotézy mohly být potvrzeny či vyvráceny, byl proveden kvantitativní výzkum pomocí dotazníkového šetření. Následně byly výsledky zpracovány a prověřeny.

Na začátku dotazníku byly otázky týkající se pohlaví a věku. Dotazník celkem vyplnilo 208 respondentů, 144 žen a 64 mužů. Nejčastěji dotazovaná skupina byla ve věku 25-30 let, a to 35,58% (74respondentů). Nejméně zastoupená skupina byla ve věku 60 a více let. A to pouze 7,69% (16respondentů). Ke statistickému vyhodnocení nebyly přímo využity otázky č. 14, 15, 16a, 16b a 17. Otázka č. 14 byla pouze pro ty, kteří zkušenost s nekonvenční medicínou nemají, tento počet respondentů byl použit již pro statistické vyhodnocení v otázce č. 4. Zbylé otázky byly pouze pro respondenty se zkušenostmi s alternativní medicínou, proto počet zodpovídajících otázky č. 15, 16a, 16b a 17 byl využit v otázce č. 4, která byla rozhodující.

K první hypotéze se vztahovaly otázky, které zjišťovaly zkušenost respondentů s nekonvenční medicínou. Ať už pozitivní, nebo negativní. Z výsledků dotazníkového šetření vyplývá, že více jak polovina respondentů, kteří vyplnili dotazník, má opravdu zkušenost s nekonvenční medicínou. A to ať už se zkušenost týkala respondenta osobně, tak někoho v jeho okolí. Hypotéza byla tedy potvrzena.

Ze statistického zpracování vyplynulo, že zkušenost má 123 respondentů. Bez zkušenosti je 22 respondentů a zbylých 63 respondentů vyplnilo dotazník chybně, jak jsem již zmiňovala ve statistickém vyhodnocení. I přesto nebyla hypotéza vyvrácena. Platí tedy, že více jak polovina respondentů má zkušenost s metodami alternativní medicíny.

Předpokládaný výsledek dotazníkového šetření byl tedy potvrzen a respondenti mají zkušenost s minimálně jednou metodou, ve většině případů je to metod více.

Přestože nejpropracovanější je přírodní čínská medicína, jak uvádí ve své publikaci Kastnerová (2015), respondenti dle výsledků dotazníku nejčastěji vyhledávají léčbu pomocí bylinek, čajů a tinktur a na druhém místě jsou masáže. Čínská medicína je dle respondentů až na sedmém místě a vyzkoušelo ji 25 respondentů z celkových 208.

Castleman (2004) uvádí, že podle odhadu WHO se při onemocnění až dvě třetiny nemocných lidí léčí zprvu bylinkami. Dnes již existuje řada vědeckých studií, které prokazují účinnost léčivých rostlin. Například výtažek z kopretiny řimbaby se doporučuje na migrénu, kostival prokazatelně urychluje hojení ran, pro léčbu leukemie se osvědčily madagaskarské dřeviny. Léčivé byliny se osvědčily i při léčbě rakoviny. (Castleman, 2004).

Co se týče rozšíření alternativní medicíny a zkušenosti s ní, mezi obyvateli České republiky, z výzkumů vyplývá, že praktiky alternativní medicíny jsou lidem známé a 30 % z oslovených je využívá k samoléčbě. V mnoha případech se však jedná o kombinaci alternativních a vědeckých metod, kvůli dosažení maximálního léčebného efektu. (Křížová, 1997)

Výsledky z dalšího výzkumu poukazují na to, že z 998 respondentů má zkušenost s metodami alternativní medicíny 25 % z nich a s lidovým léčitelstvím 21 %. Z hlediska výzkumu bylo zjištěno, že praktiky alternativní medicíny využívají spíše lidé s vyšším stupněm vzdělání, spíše ženy než muži a lidé postižení nějakým chronickým onemocněním. Rovněž jsou patrné také generační rozdíly. Mladí lidé více sympatizují s alternativními směry a tedy i s nekonvenční medicínou než jedinci vyššího věku. (Křížová, 2015)

Ke druhé hypotéze se vztahovaly otázky, týkající se problematiky volby léčebných postupů. Většina respondentů se přiklonila k variantě kombinace léčebných postupů. Nejvíce jim vyhovuje léčba alternativní v kombinaci s metodami vědecké medicíny. Hypotéza dle výsledků statistického vyhodnocení nebyla potvrzena. Z celkových 208 respondentů se pouze k léčbě alternativní medicíny přiklání 23 respondentů. 185 respondentů volí kombinaci alternativních a vědeckých metod. Nebo volí raději metody vědecké. Do této skupiny patří i respondenti, kteří alternativní metody nevolí vůbec a nic by je k tomu nepřinutilo. Hypotéza byla vyvrácena. Nelze tedy předpokládat, že větší část veřejnosti se přiklání k metodám nekonvenční medicíny pouze při méně závažných zdravotních potížích, jako je např. nachlazení, nebo chřipka. Raději zkombinují bylinná léčiva s léky z lékárny. Pravděpodobně kvůli rychlejšímu ústupu nemoci.

Dle postavení hypotézy lze předpokládat, že respondenti se přiklání k alternativní medicíně pouze při méně závažném onemocnění, u kterého mají větší šanci k vyléčení, jako je například kašel či rýma. Ale ne při onkologické léčbě, kdy bylinky dle mého mínění nemají velkou šanci zlepšit stav pacienta.

Jiného názoru je Jiří Heřt, který ve své publikaci tvrdí opak. Dle Heřta (2010), se k nekonvenčním technikám a metodám přiklání jedinci, kteří jsou těžce nemocní a obávají se zhoršení nemoci nebo invalidity. Pak také ti, u nichž na vyléčení závisí jejich kariéra, například sportovci nebo herci. Lépe také na tuto léčbu reagují pacienti trpící úzkostnými stavy a se sklonem k depresi. Základním problémem však je, že účinek či placebo efekt se objeví pouze u jedné třetiny pacientů. (Heřt, 2010).

Třetí hypotéza byla zaměřena na efektivitu léčby a metod, které jedinci zvolili a jaká je účinnost. Nejvíce respondentů 136 (65,38%) se přiklání k názoru, kdy alternativní medicína je důvěryhodná srovnatelně s klasickou medicínou. Za nedůvěryhodné metody léčby považuje alternativní medicínu 53 (25,48%) respondentů. Pouze 19 (9,13%) respondentů považuje alternativní metody za důvěryhodnější, než jsou metody vědecké. Dle statistického vyhodnocení této hypotézy a porovnání výsledků z otázek týkajících se této problematiky bylo zjištěno, že z celkového počtu 208 respondentů má 32 z nich k metodám alternativní

medicíny kritický přístup a názor. Opakem je 176 dotázaných, kteří kritičtí k těmto metodám nejsou, proto tato hypotéza byla potvrzena. Lze opravdu předpokládat, že méně než polovina respondentů bude k efektivitě nekonvenčních metod kritická. Většina respondentů alternativní medicíně důvěřuje a jsou ochotni efektivitu vyzkoušet a nezavrhouvat ji. Případně již efektivitu léčby sami shledali účinnou.

Odborná literatura nemá definitivní srovnání, co se efektivity týká. Metody nekonvenční medicíny nejsou vědecky podloženy. Nicméně jejich účinky jsou v řadě případů prokazatelné. Allgeier (2015) poukazuje na používání bylin a dalších přírodních přípravků již ve starém Egyptě. Je to zřejmě nejprozkoumanější metoda nekonvenční medicíny.

Naopak Heřt (2010) upozorňuje na možné problémy přírodních produktů v dnešní době. Za nebezpečné považuje případné znečištění bylin během vegetace, sběru, přepravy i během skladování, hrozí znehodnocení produktu pesticidy, těžkými kovy či plísněmi.

Příčinami existenčních problémů nekonvenční medicíny je dle Heřta (1995) lékařský výzkum, který je obtížný. V něm lidé často spatřují selhání ze strany léčitelů, přirozenou tendenci k iracionálnímu myšlení a existenci nevléčitelných chorob. Tento fenomén trvale provází vědeckou medicínu již od dob jejího vzniku. (Heřt, 1995)

Oblibu a úspěšnost nekonvenční medicíny lze spatřit hlavně v celostním přístupu terapeuta. Dále také v empatickém a na důvěře založeném vztahu. Nejdůležitějším faktorem je pak osobnost terapeuta. (Hnízdil, 2008)

Ke čtvrté hypotéze se vztahovaly otázky týkající se informovanosti. Nejen o metodách, ale i o představě respondentů, co je to nekonvenční medicína a jaké mají o metodách povědomí. Nejvíce respondentů se přiklonilo k variantě, kdy alternativní medicína zahrnuje všechny metody léčení, kterými se nezabývá oficiální medicína. Tuto variantu zvolilo 102 (49,28%) respondentů. Mezi další zvolené varianty, ke kterým se přiklonilo větší množství respondentů, je názor, že alternativní medicína je způsob léčby pouze přírodní a tradiční cestou. Jsou to metody, které nemají předem jasně dané normy a nejsou vědecky prokazatelné. Dle respondentů jde o doplněk vědecké medicíny. Je to pouze způsob léčby pro

ty, kteří nedůvěřují oficiální medicíně. Je to také varianta pro pacienty, u kterých oficiální metody léčby selhaly. Alternativní medicína má holistický přístup k člověku, nemá však takové účinky jako vědecká medicína. Pouze 17 (8,21%) respondentů považuje nekonvenční metody léčby za fenomén moderní doby, který nemá žádný značný účinek.

Výsledky z této otázky jasně ukázaly, že respondenti, kteří vyplnili dotazník, povědomí o alternativních metodách ve většině případů mají. Další otázka se týkala informovanosti respondentů o metodách, které se nachází v jejich okolí. Nejvíce respondentů, 160 (77,29) dotázaných, má ve svém okolí masáže. Pouze o 6 respondentů méně zvolilo bylinnou léčbu. Mezi další metody v okolí byly zvoleny jóga, homeopatie, léčitelství, akupunktura, aromaterapie, čínská medicína, chiropraxe. Ze statistického zpracování vyplývá, že z 208 respondentů 203 dotázaných má povědomí o metodách a je informována minimálně o jedné metodě. Z celkového počtu pouze 5 respondentů o žádné metodě informována není. Ani nevidí důvod zjišťovat informace o nekonvenčních technikách a metodách. Nedůvěřují jim a nemají o ně žádný zájem. Hypotéza se tedy potvrdila. Větší část oslovených je informována o některé z metod alternativní medicíny.

Šavlík (2008) ve své publikaci zmiňuje problematiku dnešní doby, informovanosti a uspěchanosti. Žijeme v době zásadních změn ve společnosti. Samozřejmostí je propojení světa prostřednictvím převratných medicínských objevů, kosmické technologie a také internetu. Současně s tím narůstá také zájem o alternativní metody nekonvenční medicíny. Tak jako v ostatních zemích Evropské unie i u nás se zajímá téměř 75% občanů o tuto škálu metod. V alternativní medicíně je vyškolen téměř 6 500 lékařů. V 90. letech se bohužel nepodařilo podchytit tyto aktivity zákonem a zajistit odpovídající vzdělání těm, kteří poskytují tyto metody. Zároveň také ochránit ty, kteří jsou ochotni léčbu podstoupit. (Šavlík, 2008).

4. Závěr

V posledních letech stále více slýcháváme názory o pojmech zdraví a nemoc. Toto téma je probírané snad ve všech oblastech života člověka. Jsme nabádáni jak žít zdravě, jak se chovat, aby udržitelnost zdraví byla maximální a nemoci nás obešly obloukem. Jak se starat o své tělo, aby fungovalo a bylo vitální co nejdélejší možnou dobu. Jak pracovat na svém psychickém zdraví a starat se o svou duši. Jak využít veškeré benefity života ke zdravému bytí a soužití na Zemi a být zdravý a spokojený. Pokud tomu tak ale přesto není a dostaví se nemoc, člověk musí začít jednat a hledat způsob, jak to řešit. Jak být co nejdříve zdravý. V dnešním moderním světě má člověk spoustu variant léčby, pro které se může rozhodnout. Je to jen jeho volba, zda zvolí klasickou variantu vědecké medicíny, nebo zkusí alternativní způsob léčby. Nekonvenční medicínu.

Nekonvenční medicína, též alternativní medicína, je široký pojem, který zahrnuje všechny metody, které nepatří do klasické (vědecké) medicíny. Jejich společným znakem je, že tyto postupy a metody nejsou prokazatelně účinné, oproti vědeckým postupům léčby. Mnohdy jsou také postaveny na alternativních názorech či pochopení. Alternativní medicínu v mnoha případech nemusí provádět lékař, který se na danou metodu specializuje, ale pouze léčitel. Ten však nemusí mít dostatečné vzdělání, aby tyto techniky mohl provádět, a není právně odpovědný za poškození svého klienta, který se na něj obrátí.

Přestože se používá označení pro tyto metody alternativní medicína, v poslední době došlo k terminologickému rozšíření a začalo se o těchto metodách a přístupech hovořit jako o nekonvenční medicíně.

Termín nekonvenční medicína zahrnuje postupy léčby, které nebyly prověřeny podle pravidel klinického výzkumu a nejsou založeny na důkazech, pouze na domněnkách. Proto je veřejnost může považovat za nestandardní. Do alternativní léčby patří stovky technik, které jsou pro společnost určitým způsobem zajímavé a přitažlivé.

Nekonvenční medicína a alternativní metody léčby jsou v dnešní době velice žádané, přesto patří mezi málo přezkoumaný obor. Pro někoho jde o velmi nepochopitelné metody,

kteře striktně odmítá. Žijeme v době zásadních změn a volba léčby může ovlivnit nejen náš život, ale i život našich blízkých.

Alternativní medicína a její léčebné metody jsou velmi rozmanité a prolínají se různými odvětvími. Každému člověku může vyhovovat něco jiného, proto by si měl každý uvědomit, jakou cestu léčby si zvolí, a měl by zároveň najít sobě nejbližší léčebný přístup, který mu bude vyhovovat.

Má rodina již mnoho let, od mého dětství, praktikuje různé metody nekonvenční medicíny. Byla jsem tedy od mala vedena k bylinkám, homeopatii, masážím a v posledních několika letech to byla i kineziologie a Bachovy esenciální kapky. Nekonvenční medicínu upřednostňuji jako způsob léčby i u svých dvou dcer. Do budoucna bych je ráda k tomuto způsobu léčby vedla, samozřejmě v rámci možností.

Zaměření této diplomové práce bylo na téma zkušenosti dospělé populace s nekonvenční medicínou. Cílem bylo zjistit, zda jsou respondenti seznámeni s pojmem nekonvenční medicína, zda znají některé alternativní metody. Co si pod tímto pojmem představují. Které metody využívají, zda považují tento styl léčby za účinný, nebo naopak. Dále diplomová práce zjišťovala, zkušenost s nekonvenčními metodami, jaký charakter jejich zkušenost měla a jak účinné jsou metody nekonvenční medicíny.

Výsledky z dotazníku a jejich statistické zhodnocení poukazují na to, že většina respondentů, kteří ochotně vyplnili dotazník, zkušenosti s alternativní medicínou mají. Ve většině případů to byla přímo osobní zkušenost s některou z metod, která byla převážně pozitivního charakteru. Při výběru léčebných postupů se většina přiklonila ke kombinaci vědecké a alternativní medicíny. Alternativní medicínu, jako jediný způsob léčby, volí více jak polovina dotázaných pouze při méně závažném onemocnění a její účinnost respondenti považují za spíše účinnější při pravidelné aplikaci.

I přes velké zastoupení alternativních metod, které na člověka působí ze všech stran (reklamy v televizi, produkty v lékárnách, bylinkové čaje ve všech supermarketech, ...) vyplnilo dotazník 78 (37,5%) respondentů, kteří nemají žádnou zkušenost. A ve většině případů nemají

tito respondenti chuť ani snahu některou z metod vyzkoušet. Neuznávají tyto způsoby léčby.

Přesto je to však menší počet nežli respondentů, kteří jsou ochotni se k tomuto způsobu léčby za určitých okolností obrátit, a nebo, kteří si nekonvenční metody oblíbili, využívají těchto metod opakovaně a jsou spokojeni jak s průběhem, tak s výsledkem.

5. Seznam použité literatury

ALLGEIER, Kurt. *4000 let přírodního léčitelství: úspěchy šetrné medicíny*. Liberec: Dialog, 2015. Zdraví (Dialog). ISBN 978-80-7424-072-0.

ANDO, V. *Klasická čínská medicína : základy teorie 1*. 1. vyd. Hradec Králové : Svítání, 1995. 389 s. ISBN 80-901788-0-4.

BAUMGART, Gert. *Přátelská medicína: průvodce netradičním léčením*. Vyd. 1. Praha: Brána, 2000, 172 s. ISBN 80-7243-080-7.

CASTLEMAN, Michael. *Velká kniha léčivých rostlin: klasický průvodce nejlepšími přírodními léčivy představující ty nejlepší - časem i vědou prověřené - léčivé rostliny*. Přeložila Jitka ČERNÁ. Praha: Columbus, 2004. ISBN 80-7249-177-6.

COLTON, James a Sheelagh COLTON. *Iridologie: analýza zdravotního stavu a léčby z oční duhovky*. Praha: Pragma, 2003, 127 s. *Základy zdraví*. ISBN 80-7205-928-9.

ČECHOVSKÝ, Jiří. *Víc než léčba homeopatie: Případy z praxe. Společenské a duchovní souvislosti. Role pacienta*. Praha: Alternativa, 2007. ISBN 978-80-85993-80-6

DYLEVSKÝ, Ivan. *Obecná kineziologie*. 1. vyd. Praha: Grada, 2007, 190 s. ISBN 978-80-247-1649-7.

FIALOVÁ, Lydie (ed.), Petr KOUBA (ed.) a Martin ŠPAČEK (ed.). *Medicína v kontextu západního myšlení*. 1. vyd. Praha: Galén, 2008, 247 s. ISBN 978-80-246-1532-5.

FRIEBE, Günter a Margarete FRIEBE. *Alfa-trénink:původní metoda "Cesta do nevědomí"*. Hodkovičky: Pragma, 2004, 152s. ISBN 80-7205-141-5.

GERLICOVÁ, Markéta. *Muzikoterapie v praxi: příběhy muzikoterapeutických cest*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2014, 136 s. ISBN 978-80-247-4581-7.

HALLOVÁ, N. *Základy reflexologie*. 1. vyd. Pohořelice: Levné knihy, 2009. 130 s. ISBN 987-80-7309-697-7.

HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Od medicíny mlčení k informovanému souhlasu*. *Postgraduální medicína [online]*. 5. 4. 2007, roč. 2007, čís. 4. Dostupné online. ISSN 1212-4184.

HAVELKOVÁ, D. *Shiatsu – cesta ke zdraví a spokojenosti*. Praha: TRITON, 2001. ISBN 80-7254-

200-1.

HEŘT, Jiří. Alternativní medicína – problém. In iSVOČ [online]. Olomoc: Prezentace Heřt, 2010 [cit. 2013-12-2]. Dostupné na WWW: <http://www.ucjlf.upol.cz/svoc/zlate_hory/2010-01/hert.pdf>.

HEŘT, Jiří. Alternativní medicína a léčitelství – Kritický pohled. Vyd. 1. Chomutov: Český klub skeptiků Sisyfos, 2010, ^^^sv. 4x ročně.

HEŘT, Jiří. Alternativní medicína a léčitelství. V Praze: Věra Nosková, 2011, 238 s. ISBN 978-80-87373-15-6.

HEŘT, Jiří. Alternativní medicína a léčitelství. Vyd. 1. V Praze: Věra Nosková, 2011, 238 s. ISBN 978-80-87373-15-6.

HEŘT, Jiří. Alternativní medicína: možnosti a rizika. Vyd. 1. Praha: Grada, 1995, 207 s. ISBN 80-7169-151-8.

HOŘEJŠÍ, Jaroslav. Moc a nemoc medicíny. 1. vyd. Praha: Makropulos, 1998, 323 s. ISBN 80-86003-16-7.

JANČA, Jiří. Alternativní medicína: Komplexní prevence a léčba přírodními prostředky. 1. vyd. Ostrava: Eminent, 2000, c1990, 268 p. ISBN 8090030211.

KASTNEROVÁ, Markéta a kol. Poradce v oblasti přírodní medicíny. Nová forma, s.r.o., 2015. ISBN 978-80-7453-640-3

KOZIKOWSKI, Denise. Complementary, Alternative and Folk Medicine Among Czech Women with Breast Cancer After Socialism. *Western Folklore*, 2008. Roč. 67, č. 2/3.

KOZLOVÁ, Lucie a Veronika KUBELOVÁ. Jak psát bakalářskou a diplomovou práci. 1. vyd. České Budějovice: Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích, Zdravotně sociální fakulta, 2008, 56 s. ISBN 978-80-7394-112-3.

KŘÍŽOVÁ, Eva. Alternativní medicína jako problém. Vyd. 1. Praha: Karolinum, 2004, 131 s. ISBN 80-246-0754-9.

KŘÍŽOVÁ, Eva. *Alternativní medicína v České republice*. Praha: Karolinum, 2015. ISBN 978-80-246-2498-3.

KŘÍŽOVÁ, Eva. 1997. „Jaké jsou zkušenosti s alternativní medicínou u naší

populace?." Sociologický časopis / Czech Sociological Review 33 (4): 509

KUSHI, Michno. Makrobiotická cesta. Olomouc : Votobia, 1997. ISBN 80-7198-300-4.

LE FANU, James. Vzestup a pád moderní medicíny. Vyd. 1. Praha: Academia, 2001, 310 s., [16] s. obr. příl. ISBN 80-200-0879-9.

LIBERMAN, Jacob. Dobrý zrak bez brýlí: odstraňování poruch zrakové schopnosti a přirozené zlepšování zraku. 2. vyd. Bratislava: Eugenika, 2004, 252 s. ISBN 80-88913-47-0.

LIEM, Torsten a Christine TSOLODIMOS. Osteopatie: cílené uvolňování blokády. Přeložil Mária SCHWINGEROVÁ. Olomouc: Poznání, 2015. ISBN 978-80-87419-45-8.

LOWEN, Alexander. Bioenergetika: terapie duše pomocí práce s tělem. Vyd. 1. Praha: Portál, 2002,c1992, 273 s. Spektrum (Portál). ISBN 80-7178-649-7.

LUNNY, Vivian a Marie NOE (ed.). Vůně života: aromaterapie pro těhotenství a zdravý životní styl. 1. vyd. Praha: One Woman Press, 2005, 273 s. ISBN 80-86356-40-x.

MACDONALD, Robert a Caro NESS. Tajemství Alexanderovy techniky. 1. české vyd. Praha: Svojtka & Co., 2006, 224 s. Tajemství (Svojtka & Co.). ISBN 80-7352-407-4

MERTEN, Michaela. Voda pro krásu a zdraví: tajemství čisté vody, přírodní elixír pro tělo, duši a ducha. Praha: Eminent, 2007, 135 s. ISBN 978-80-7281-318-6.

MIHULOVÁ, Marie a Milan SVOBODA. Přírodní lékárna: fytotherapie, gemmotherapie, apiterapie, homeopatie, čínská medicína, ajurvéda, antroposofická medicína, Bachova terapie. Liberec: Santal, 2013. ISBN 978-80-85965-98-8.

National Center for Complementary and Integrative Health, 2002

ORAVCOVÁ, Lenka. Principy zdravého pohybu: jóga a jógová terapie. Olomouc: Poznání, 2016. ISBN 978-80-87419-59-5.

PEETERS, Joëlle. Reflexní terapie: aktivní péče o vlastní zdraví a životní pohodu. 1. vyd. Praha: Slovart, 2008, 96 s. ISBN 978-80-7391-140-9.

RIEGEROVÁ, J. Učebnice Reiki. Olomouc: FONTÁNA, 2008. ISBN 80-86179-14-1.

ŘÍHOVÁ, Milada. Kapitoly z dějin lékařství. 1. vyd. Praha: Karolinum, 2005, 139 s. ISBN 80-246-1021-3.

STACKEOVÁ, Daniela. Relaxační techniky ve sportu: [autogenní trénink, dechová cvičení, svalová relaxace]. 1. vyd. Praha: Grada, 2011, 133 s. Fitness, síla, kondice. ISBN 978-80-247-3646-4.

STRNADELOVÁ, V. – ZERZÁN, J. Radost z jídla. Olomouc: Anag, 2008. ISBN 80-7263-473-6.

ŠAFANDA, Jiří. Převzato z publikace Kolektivu autorů: Alternativní medicína: možnosti a rizika. Vyd. 1. Praha: Grada, 1995, 207 s. ISBN 80-7169-151-8.

ŠAVLÍK, Jiří, Jan HNÍZDIL a František HOUDEK. Jak léčit nemoc šílené medicíny, aneb, Hippokratova noční můra. V Praze: Andrej Šťastný, 2008, 286 s. ISBN 9788086739335.

TESAŘ, Vlastimil. Klasické masáže. První vydání. Praha: Grada Publishing, 2015, 101 stran. Fitness, síla, kondice. ISBN 978-80-247-5528-1.

WICHMANN, Jörg. *Homeopatie: alchymie a šamanismus : jiné skutečnosti homeopatie.* Olomouc: Fontána, 2005. ISBN 80-7336-264-3.

WRIGHT, Janet. Reflexologie a akupresura. České vydání 1. Praha: Svojtka, 2005. ISBN 80-735-2089-3.

6. Seznam příloh

Příloha 1 – Dotazník

Příloha 1

Dotazník

Vážená paní, vážený pane!

Jsem studentkou 2. ročníku navazujícího studia Vychovatelství se zaměřením na výchovu ke zdraví na Pedagogické fakultě Jihočeské univerzity v Českých Budějovicích. Téma mé závěrečné práce zní „Zkušenosti dospělé populace s nekonvenční medicínou“.

Součástí mé závěrečné práce je i tento dotazník, který je určen dospělé populaci.

Vyplnění tohoto dotazníku je dobrovolné a získané informace použiji ke zpracování své diplomové práce. Všechny informace jsou zcela anonymní a budou chráněny proti zneužití.

Prosím Vás o laskavé vyplnění dotazníku a předem Vám děkuji za ochotu.

Pokyny k vyplnění: Jestliže není uvedeno jinak, zaškrtněte u každé otázky pouze jednu odpověď, ke které se přikláníte. Děkuji.

1. Jste muž či žena? (Jedna odpověď)

- a) muž
- b) žena

2. Do jaké věkové skupiny patříte? (Jedna odpověď)

- a) 18-24
- b) 25-30
- c) 31-40
- d) 41-60
- e) 60 a více let

3. Co si představujete pod pojmem alternativní medicína? (Více možností odpovědí)

- a) Alternativní medicína zahrnuje všechny metody léčení, kterými se nezabývá oficiální medicína.
- b) Jsou to metody léčby, které nemají předem jasně dané normy a nejsou vědecky prokazatelné, na rozdíl od oficiální medicíny.

- c) Alternativní medicína je způsob léčby pouze tradiční a přírodní cestou.
- d) Alternativní medicína je způsob léčby pro pacienty, kteří nedůvěřují praktikám oficiální medicíny.
- e) Alternativní medicína je variantou pro pacienty, u nichž lékařská medicína selhala.
- f) Alternativní medicína je doplňkem vědecké medicíny.
- g) Alternativní medicína má holistický přístup k člověku, ne však takové účinky, jako vědecká medicína.
- h) Alternativní medicína je pouze fenomén, bez značného účinku.

4. Máte přímou zkušenost s alternativní medicínou? (Jedna odpověď)

- a) ano
- b) ne

5. Pokud máte zkušenost s alternativní medicínou, koho se tato zkušenost týká? (Více možností odpovědí)

- a) mě osobně
- b) rodinného příslušníka
- c) někoho z mých přátel
- d) nemám zkušenost s alternativní medicínou

6. Jaký charakter měla Vaše zkušenost? (Jedna odpověď)

- a) pozitivní
- b) spíše pozitivní
- c) negativní
- d) spíše negativní
- e) žádnou zkušenost nemám

7. Jaké léčbě různých onemocnění dáváte Vy osobně přednost? (Jedna odpověď)

- a) alternativní léčba (bylinky, čaje, tinktury, masáže a jiné)

- b) léčba pomocí klasické medicíny (typická lékárenská léčiva - př. paralen, ibalgin a jiné)
- c) kombinuji oba dva druhy léčby

8. Při jak závažném onemocnění jste již ochotni přistoupit na léčbu alternativní medicínou?

(Více možností odpovědí)

- a) lehké onemocnění (nachlazení, rýma, kašel, chřipka)
- b) středně těžké onemocnění (průjmová onemocnění, vysoký tlak, cukrovka)
- c) těžké onemocnění (onkologická onemocnění - rakovina, neurologická onemocnění)
- d) v žádném případě, neuznávám alternativní medicínu

9. Jak důvěryhodná je dle Vašeho názoru alternativní medicína? (Jedna odpověď)

- a) důvěryhodnější než klasická (vědecká) medicína
- b) je důvěryhodná srovnatelně s klasickou medicínou
- c) jde o nedůvěryhodné metody (fenomén, móda) dnešní doby

10. Domníváte se, že při pravidelném využívání má alternativní léčba větší účinek, než nárazové využití? (Jedna odpověď)

- a) ano
- b) spíše ano
- c) ne
- d) spíše ne

11. Jak účinná je dle Vašeho názoru alternativní medicína? (Jedna odpověď)

- a) je účinnější než klasická medicína
- b) je účinná srovnatelně s klasickou medicínou
- c) jde o neúčinné metody (trend, fenomén poslední doby...)

12. Jaká je procentuální účinnost nekonvenčních metod dle Vašeho názoru a zkušeností?

(Jedna odpověď)

- a) 0 - 25%
- b) 26 - 50%
- c) 51 - 75%
- d) 76 - 100%

13. Nachází se ve vašem okolí některá z těchto metod, kterou můžete využít? (Více možností odpovědí)

- a) bylinná léčba – čaje, tinktury...
- b) masáže
- c) homeopatie
- d) jóga
- e) akupunktura
- f) léčitelství
- g) čínská medicína
- h) chiropraxe
- ch) aromaterapie
- i) jiné- prosím vypište...

*Na otázku č. 14 odpovídají pouze Ti, kteří nemají vlastní zkušenost s nekonvenční medicínou a u otázky č. 4 zvolili druhou variantu, tedy bez osobní zkušenosti.

14. Jaké důvody by Vás vedly k přiklonění se k nekonvenční medicíně? (Více možností odpovědí)

- a) neúčinnost vědecké medicíny
- b) holistický přístup ke zdraví
- c) tradice přírodního léčitelství
- d) nevyhovující nadměrná farmakologie
- e) kladné doporučení od druhé osoby

- f) chemická léčiva jsou pro mě druhou variantou
- g) cenově dostupná varianta léčby
- h) víra v léčebnou metodu i v terapeuta
- ch) svobodná volba léčby
- i) léky léčí pouze důsledky, ne však příčinu nemoci
- j) o alternativní léčbu se zajímám z vlastní iniciativy

*U otázek č. 15 - 18 odpovídají pouze Ti, kteří mají vlastní zkušenost s nekonvenční medicínou a u otázky č. 4 zvolili první variantu, tedy osobní zkušenost.

15. Alternativní léčbu vyhledávám, jelikož: (Více možností odpovědí)

- a) jsem alergická/ý na chemická léčiva
- b) chemická léčiva jsou pro mne druhou variantou
- c) o alternativní léčbu se zajímám z vlastní iniciativy
- d) tento typ léčby mi vyhovuje více z důvodu její přírodní stránky
- e) dostal /a jsem doporučení od ošetřujícího lékaře
- f) chci být odpovědný za sebe i své zdraví a podílet se na něm
- g) vědecká medicína selhala
- h) ošetřující lékař mi nenabídl dostatečně silný lék
- ch) léky léčí pouze důsledky, ne však příčinu nemoci
- i) nevyhledávám ji
- j) jiné- prosím vypište...

16. Tato otázka se skládá ze dvou částí:

16.a. Jaké důvody Vás vedly k přiklonění se k nekonvenční medicíně? (Více možností odpovědí)

- a) neúčinnost vědecké medicíny
- b) holistický přístup ke zdraví

- c) tradice přírodního léčitelství
- d) nevyhovující nadměrná farmakologie
- e) kladné doporučení od druhé osoby
- f) chemická léčiva jsou pro mě druhou variantou
- g) cenově dostupná varianta léčby
- h) víra v léčebnou metodu i v terapeuta
- ch) svobodná volba léčby
- i) léky léčí pouze důsledky, ne však příčinu nemoci
- j) o alternativní léčbu se zajímám z vlastní iniciativy

16.b. Jaký důvod Vás vedl k přiklonění se k alternativám nejvíce? (Jedna možnost odpovědi)

- a) neúčinnost vědecké medicíny (selhání klasických metod)
- b) holistický přístup ke zdraví (celostní pohled na člověka)
- c) tradice přírodního léčitelství
- d) nevyhovující nadměrná farmakologie (lékař nenabídl dostatečně silný lék)
- e) kladné doporučení od druhé osoby (lékař, známý, ...)
- f) chemická léčiva jsou pro mě druhou variantou
- g) cenově dostupná varianta léčby
- h) víra v léčebnou metodu i v terapeuta
- ch) svobodná volba léčby (chci být zodpovědná za své zdraví)
- i) léky léčí pouze důsledky, ne však příčinu nemoci
- j) o alternativní léčbu se zajímám z vlastní iniciativy

17. Kterou z forem alternativní medicíny jste již vyzkoušeli? (Více možností odpovědí)

- a) bylinná léčba – čaje, tinktury...
- b) masáže
- c) homeopatie
- d) jóga
- e) akupunktura

- f) léčitelství
- g) čínská medicína
- h) chiropraxe
- ch) aromaterapie
- i) jiné- prosím vypište...

18. Kde získáváte informace o alternativách? (o bylinkách, přípravě mastí, přípravě tinktur...?)

Kde nejvíce? (Jedna odpověď)

- a) knižní literatura
- b) noviny, časopisy
- c) internet
- d) z vyprávění (lidové léčitelství, babské rady...)
- e) kurz, přednáška