



Odpověď
je klasická
homeopatie

HANA POUKAROVÁ

POZNEJTE METODU, KTERÁ MÁ POTENCIÁL
UZDRAVIT VAŠE TĚLO Z NEMOCÍ FYZICKÝCH
I PSYCHICKÝCH, AKUTNÍCH I CHRONICKÝCH

Odpověď
je klasická
homeopatie

Hana Poukarová



Ústí nad Orlicí 2019

KATALOGIZACE V KNIZE – NÁRODNÍ KNIHOVNA ČR

Poukarová, Hana

Odpověď je klasická homeopatie / Hana Poukarová.

– Vydání první. – Ústí nad Orlicí : Oftis, 2019. – 240 stran

ISBN 978-80-7405-456-3

615.8.015.32 * 615.32.015.32 * 616-092.11 * (0.062)

– homeopatie

– homeopatika

– zdraví a nemoc

– populárně-naučné publikace

615.8 – Fyzioterapie. Psychoterapie. Alternativní lékařství [14]

© Hana Poukarová, 2020

ISBN 978-80-270-8196-7 (PDF)

ISBN 978-80-270-8197-4 (EPUB)

ISBN 978-80-270-8198-1 (MOBI)



Obsah

• PŘEDMLUVA •	11
• ČÁST PRVNÍ •	15
Má vlastní zkušenost s nemocí	
• ČÁST DRUHÁ •	44
Homeopatie a její principy	
• ČÁST TŘETÍ •	102
Homeopatické léky	
• ČÁST ČTVRTÁ •	149
Mediální dění kolem homeopatie a výzkum	
• ČÁST PÁTÁ •	184
Co umí klasická homeopatie	

• VĚNOVÁNÍ •

Tomu, kdo mi vrátil do života to nejcennější, co mám.

• ANOTACE •

Stvořila jsem pro vás knihu, kterou bych si před lety přála dostat do rukou já sama. Žádná taková ale na trhu dostupná nebyla a myslím, že není dodnes.

Právě proto jsem ji pro vás napsala a věřím, že vám ukáže, že i nemoc s sebou může přinést něco pozitivního. Může se ve finále stát obrovským požehnáním, otevřít nové dveře do naplněnějšího života a ukázat to, co jste předtím nebyli schopni vidět.

Přála bych si žít ve světě, kde spolu lidé mnohem více sdílejí i své nedokonalosti a útrapy, nejen to, co je v našich životech krásné či naoko dokonalé.

A protože můj neoblíbenější citát, který jsem si ještě kvůli strachu z bolesti nenechala vytetovat na své tělo, abych ho měla denně na očích, je: „*Buďte tou změnou, kterou chcete ve světě vidět,*“ vím, že je s ní nejlepší vždy začít u sebe.

Dělím se s vámi tedy o svoji osobní zkušenost s nemocí, která se nakonec změnila v jednu z nejlepších životních lekcí, jaké jsem od života mohla dostat. Pomohla mi totiž pocítit sama na sobě, jak obrovský potenciál homeopatie má, a díky tomu jsem se o ni začala zajímat, studovat ji a nechala se přivést na cestu, na které se cítím skutečně naplněná.

Chtěla bych, abyste homeopatii prostřednictvím této knihy i vy pochopili v hlubších souvislostech.

A z celého srdce doufám, že vám, kteří třeba už dlouhou dobu neúspěšně bojujete s vaší nemocí, svitne naděje a právě

homeopatie bude třeba i pro vás cestou ke znovunabytému zdraví i lepšímu a kvalitnějšímu životu, v němž si pak své tělo i duši budete hýčkat jako ten nejcennější poklad.

Protože když jsem to dokázala já, vy můžete také.



• PODĚKOVÁNÍ •

Děkuji Dr. Samuelu Hahnemannovi za to, že homeopatii objevil.
◇ Prof. Georgi Vithoulkasovi za to, že ji v její tradiční podobě rozšířil mezi statisíce pacientů i homeopatů. Za to, že ji naučil i mého partnera Petra, který pak jejím prostřednictvím uzdravil mě. ◇ Děkuji i mým rodičům, díky kterým jsem homeopatii už v dětství objevila zase já. Jen díky jejich podpoře jsem ji mohla začít o pár let později studovat souběžně s první vysokou školou. Mami, tati, asi jsem věděla, proč se narodit právě do vaší náruče. Děkuji, že jste mě vždycky podporovali v tom, kam mě moje srdce táhlo. ◇ Jedno obrovské „díky“ patří i všem, kteří mi dali svolení publikovat v knize své případy, i těm, kteří jí pomohli v této podobě spatřit světlo světa.

Vaše vděčná H.

• PŘEDMLUVA •

Hodně štěstí a zdraví, přejeme si vzájemně při různých životních jubileích. Víte, já na předurčené štěstí moc nedám. Souzním spíše s tím, že jsme každý sám tím největším a nejdůležitějším tvůrcem svého vlastního života. S tím, že všechno, byť na první pohled špatné a bolavé, se děje z určitého důvodu, má nás někam nasměrovat, posunout k tomu, k čemu nebylo předtím odhodlání nebo výdrž, pomoci si mnohé uvědomit.

To druhé – zdraví – už je mnohem větší oříšek. Většina lékařského světa nám bude tvrdit, že s tím, co dostaneme v okamžiku zplození geneticky do vínku, moc nezmůžeme. Prý jsme jen pasivní oběti naší genetické výbavy a naše snaha žít zdravě a starat se o sebe zase tak podstatnou roli nehraje. „*No jó, paní Ne-mocná. To máte dědičný, s tím nic nenaděláte. To už teď budete mít celej život, tu alergii.*“

Kdo by tuto větu alespoň jednou v životě neslyšel v mnoha různých souvislostech a obměnách! Jak jednoduché je tomu uvěřit a rezignovat na vlastní spoluúčast a aktivní přičinění při léčbě. Polykat léky a čekat na zázrak, který ale nemusí přijít, je mnohem jednodušší. Pozitivní na tom všem ale je, že se tomuto postoji brání čím dál více lidí, kteří se nechtějí jen pořád dokola s něčím léčit, ale touží se skutečně uzdravit.

Jenže právě ve chvíli, kdy o své zdraví přijdeme, poznáme jeho skutečnou hodnotu. Dali bychom pak cokoli za to, aby se nám nebo našim dětem tento ztracený poklad vrátil zase zpátky. Znáte to? Já velmi dobře.

Pevné zdraví jsem zadarmo do vínku zrovna nedostala a moje cesta za jeho znovunabytím nebyla jednoduchá. I když jsem teď díky homeopatii zase zdravá, prošla jsem si různými trápeními, které mě bolely jak fyzicky, tak i psychicky. V konečném důsledku mě ale neskutečně posílily, umožnily úplně zpřeházet můj hodnotový žebříček i náhled na život jako takový. A hlavně mě naučily vážit si svého zdraví a dovést mě zcela přirozeně k tomu, že se o něj nyní skutečně s radostí starám jako o ten nejvzácnější poklad, který mám.

Zároveň proto pro mě není nikdy klišé přát mým nejmiřejším pevné zdraví. Být zdravý je totiž zároveň obrovské štěstí, které se nedá vyčíslit žádnými penězi. Když nás nic nebolí, netrápí, můžeme žít svůj život na svém nejvyšším potenciálu, vychutnávat jej plnými doušky se vším, co nám přináší. Zdravý člověk pak totiž mnohem lépe ustojí to špatné a hlouběji a do sytosti vychutná to radostné.

Jak já jsem zpětně vděčná za to, že mi právě tuto zkušenost s nemocí, která mě doslova odřízla od běžného fungování, život postavil do cesty!

Uvědomila jsem si, že je potřeba zaměřovat se na to skutečně podstatné a jen tomuto dávat svoji pozornost a energii. Soustředit se na to, co mohu změnit, a netrápit se iluzí dokonalosti, kterou vidíme všude kolem sebe v reklamách, televizi i na sociálních sítích. A která je místy tak zničující, že nás vzdaluje od nás samých i od těch nejbližších, které máme rádi.

Hlavně jsem ale díky tomu měla možnost sama na sobě pocítit, jaký obrovský potenciál homeopatie má, poznat, že to není žádná metoda pro pár vyvolených věřících v duchovno, i to, že její možnosti rozhodně nekončí u modřin a odřených kolenou.

Díky svému vlastnímu prožitku jsem teď také schopna mnohem lépe pochopit ostatní lidi, kteří si ke mně přijdou pro radu se svým trápením.

Věřím, že každý má v sobě tu nejlepší odpověď na to, kudy právě pro něj vede cesta k uzdravení. Já se s vámi v **první části** této knihy podělím o tu svou.

V druhé části vám pak detailně popíši metodu, která pomohla mně. Najdete v ní informace o historii homeopatie, jejích principech a zákonitostech, pohledu na zdraví i nemoc, jejích hlavních výhodách a oblastech jejího využití i limitech.

Popíši vám jednotlivé směry homeopatie, princip podobnosti, na základě kterého se homeopatické léky předepisují. Přiblížíme si také jevy, které jsou v homeopatické praxi velmi často pozorovány. Jedním z nich je fenomén potlačení nemoci bez léčby skutečné příčiny, který může mít na naše zdraví i zdraví celé společnosti v dlouhodobém horizontu výrazně negativní efekt. Uvidíte, jakým způsobem spolu souvisí akutní a chronické nemoci, a zjistíte, že ne vše, co je alternativní, je zároveň také neškodné a přínosné.

Zmíníme si také teorii úrovní zdraví každého člověka, která v praxi homeopata sehrává velmi důležitou roli jak při samotném výběru léku, tak i při hodnocení následné reakce.

Ve třetí části se naučíte orientovat v nabídce homeopatik na trhu i pravidlech výběru jejich ředění. Dozvíte se, proč se na obaly homeopatických léků nepíší indikace, z jakého důvodu je v homeopatii tak těžké sestavit funkční návody pro domácí samoléčbu, a jak zacházet s homeopatickými léky, abyste z nich měli co největší možný benefit.

Ve čtvrté části se s vámi podělím o nejčastější omyly a mýty, které o homeopatii kolují a ovlivňují mimo jiné také mediální dění kolem homeopatie. Z nich totiž často vychází také neoprávněná kritika homeopatie bez ohledu na výsledky výzkumu, který v oblasti tohoto odvětví alternativní medicíny probíhá.

V závěrečné páté části pak najdete pět mých případů, ve kterých jsou prakticky zapracované informace z celé teoretické části knihy, a vy můžete vidět ukázkou výsledků, jichž je za pomoci klasické homeopatie možné dosáhnout.

• ČÁST PRVNÍ •

Má vlastní zkušenost s nemocí

Nikdy jsem nebyla vážně nemocné dítě. Kromě horečnatých zánětů průdušek a dutin, na které jsem bohužel dostala pár antibiotik – a před těmi dalšími mě moje maminka uchránila za pomoci různých zábalů, bylinkových čajů či obkladů a později i homeopatik, mě nic vážného netrápilo.

Když jsem byla starší, moji rodiče začali jezdit s mým bratrem k homeopatovi kvůli jeho alergiím, protože od jara do podzimu bez kapesníku nikam nemohl a oni mu tehdy odmítali neustále dávat konvenční léky, protože neviděli žádný dlouhodobý efekt.

Už jako malá holka jsem vnímala, jakou roli pro mé rodiče hraje, abychom byli zdraví, protože jsme to k našemu homeopatovi měli přes 200 kilometrů. Přesto nás k němu nikdy neváhali vzít. Jezdili jsme k němu ještě za dob, kdy nám v garáži parkovala kvetoucí hnědá stovdácítka, se kterou ta cesta tehdy moc pohodlná nebyla. Byl to ale vždycky velkolepý rodinný výlet, na který naši šetřili dopředu, protože to nebyla zrovna nejlevnější záležitost. Hlavně kvůli tomu, že homeopatii u nás v České republice, na rozdíl třeba od sousedního Německa, zdravotní pojišťovny dodnes nehradí.

Pamatuji si, že náš homeopat měl v ordinaci na polici velkého červeného medvěda a já pokaždé tajně doufala, že mi řekne: „*Hani, jestli se ti líbí, klidně si ho vem.*“ Byl červený a měl na krku

žlutý přívěsek, pamatuji si ho do dneška. I to, že byl opelichaný jako kohout po boji, a mně se i přesto tak moc líbil. Nevím, proč mi zrovna on tak utkvěl v paměti, ale vidím ho na té polici úplně živě i teď, když na něj myslím.

Medvěda jsem od něj sice nikdy nedostala, ale zase jsem si od něj odnesla spoustu jiných věcí. Vždycky jsem ho se zájmem poslouchala a říkala si, že by mě jednou takovou práci bavilo dělat. Obdivovala jsem ho za jeho přehled, znalosti, které měl, a hlavně za výsledky, které jsem měla tu příležitost pocítit sama na sobě už jako dítě.

Tou dobou jsem se po tom, co je homeopatie, příliš nepídila. Stačilo mi vidět, že to funguje, víc jsem ani vědět nepotřebovala. Homeopatii jsem díky tomu pojala jako běžnou součást života a ani moje kamarádky se už nedivily, když jsem někde vyndala ty bílé cukrové kuličky a pár si jich lupla do pusy.

Pamatuji si do dneška, jak jsem jednu z nich krmila ve svém tehdy ještě dětsky růžovém pokojíčku homeopatiky se slovy: „*To si klidně vem, nic ti to neudělá. Tohle je můj lék, ale kdyby něco bylo tobě, potřebovala bys zase jináč!*“, řekla jsem jí.

Jak jsem pak zjistila, neměla jsem tak úplně pravdu. V tom druhém případě už ano; každý v homeopatii potřebuje vždycky svůj vlastní lék na míru, protože homeopatie je přesně tím, o co se medicína stále více snaží usilovat. Tedy personalizovanou medicínou, tou, která ke každému z nás přistupuje individuálně a terapie je, jak se říká, ušitá na míru. Jsme totiž jako sněhové vločky. Ty jsou také každá úplně jiná, i když se to na první pohled pouhým okem nemusí zdát.

Zacházet s homeopatiky jako s neškodným cukrem se ale moc nevyplácí. Jsou to léky, které mají na organismus velmi významný vliv. Brát je jen tak bez rozmyslu nebo podle univerzálních návodů v příručkách pro domácí použití či podle zkrácených informací na internetu není ta nejlepší cesta k využití plného potenciálu, který v homeopatii dřímá. K tomu, jak se

homeopatické léky používají v souladu s principy metody, se ale dostaneme ještě později, v příštích kapitolách, ať netrháme nit příběhu.

V 17 letech jsem poprvé začala zakoušet, co je to chronická nemoc. „*To není přece možný, abyste v tomhle věku měla revma,*“ řekl mi jeden doktor, který se specializoval na klouby. „*No, to možná není, ale já ty ruce prostě nenarovnám a šíleně mě to bolí. Neotevřu si ani láhev na pití, necítím v těch rukou vůbec žádnou sílu a neudržím se ve škole ani na hrazdě,*“ odpověděla jsem zase já jemu.

Na hrazdě bych sice neexcelovala, ani kdybych měla ruce zdravé jako řípa, protože jsem odmalička ohebná asi jako dřevěná tyč, ale toto byl extrém. Tělocvikářka to moc pochopit nechtěla, takže mě nutila dělat v jejích hodinách vše možné i nemožné, i když já měla každé ráno před její hodinou prsty ztuhlé jako kámen a nezmohla jsem s nimi nic. Ani doktor, který se mi je u sebe v ordinaci snažil narovnat, mi nevěřil a myslel si, že si tu bolest vymýšlím. Zkrátka jsem nezapadala do tabulek.

Lékaři si mě tehdy přehazovali jako horkou bramboru a nikdo nevěděl, co se se mnou vůbec děje, natož to, jak mi pomoci. Jediné, co mi doporučili, byly teplé bahenní zábaly, na které tradičně docházeli do specializovaného centra lidé s bolestmi zad. Na mě tam ostatní pacienti vždycky koukali jako na úkaz z vesmíru, protože jsem v tom nahřátém bahně měla strčené obě dvě ruce, a to oni ještě předtím nikdy neviděli. „*A co jako s těma rukama máte?*“ ptali se. „*No to kdybych věděla,*“ odpověděla jsem zase já jim.

Vždycky mi to příjemné teplo ulevilo. Jenže maximálně tak na půl hodiny, než jsem vyšla ven do zimy. Pak jsem tam přestala chodit úplně, protože to stejně nikam nevedlo. Jediný dlouhodobý benefit, který jsem z toho měla, byl, že jsem tam chodila místo školy a vždycky si vybrala ten nejneoblíbenější předmět,

případně nějaký, ze kterého mě ten den čekala písemka, a mně se nechtělo učit. Znáte to.

Moji rodiče mě ale pak vzali k našemu homeopatovi a během pár dnů po léku jsem měla od bolestí nadobro pokoj. Měla jsem zase zdravé rovné prsty bez bolesti a vodnatých boulí, které mi cestovaly po dlaních, a já si s nimi při nudných hodinách ve škole hrávala. Kdoví, co byly zač, nikdo mi k tomu nikdy víc neřekl. Vždycky jsem ale při pohledu na své bolavé ruce myslela na moji milovanou babičku, která je už na onom světě, protože i ona mívala stejné vodnaté boule na svých rukou spoustu let. Jenže jí bylo 80, já v tu dobu nebyla ještě ani plnoletá.

Podobná anabáze se odehrávala s chronickým zánětem močových cest, který mě doprovázel pár let poté – do doby, než jsem se ho rozhodla zase řešit homeopaticky. Žádná antibiotika s klinickým účinkem prověřeným ve vědeckých studiích a předepsaná autoritou v bílém plášti u mě nedosáhla ani sebemenšího zlepšení.

Tehdy jsem měla neustále nutkání, že potřebuji na záchod. Kdo jednou zažil akutní zánět močových cest, ví, jaké to je strávit noc na záchodě omotaná dekou s horkým urologickým čajem v ruce s čekáním na ráno, kdy bude moci jít konečně k doktorovi. Já takových nocí zažila nespočet. Jenže antibiotika mně tehdy vůbec nezabírala, i když jsem jim věřila. I když mi je předepisovali s ujištěním a slovy, že tyto mi už určitě pomůžou.

Vydala jsem se jedno brzké ráno před začátkem školy pak i ke svému gynekologovi. Ten se nad zánětem zhrozil a nasadil mi antibiotika další. Jenže ani ta mi můj stav ani o trochu nezlepšila. Volala jsem mu tehdy zoufalá, že se to nelepší, a dostalo se mi jen nerudné odpovědi: „*Já už prostě nevím, co s váma mám dělat. Musíte počkat, až dostanete menstruaci, ono to pak zmizí.*“

No, jenže ono to nezmizelo. Ani příští měsíc, ani ten další v řadě. Už jsem z toho šlela. Nevím, proč jsem tehdy ty problémy neřešila homeopaticky rovnou. Dnes už bych jednala jinak

a brala homeopatii jako možnost první volby. Antibiotika bych pak brala až jako poslední možnost, kdyby předchozí šetrnější a přirozenější způsoby zklamaly.

Každopádně jsem se vydala pro pomoc opět k našemu homeopatovi a pamatuji si dodnes, i když je to spousta let, že tři týdny po nasazeném léku nebylo po chronickém zánětu ani stopy. Nutkání zmizelo a já mohla svůj život přestat trávit na záchodě s bolestí a pálením.

„Víš, mami, já se žádné nemoci vůbec nebojím, protože vím, že všechno se dá řešit homeopatií,“ řekla jsem tehdy mojí mamince.

Dnes vím, že to není tak úplně pravda. Byť má homeopatie obrovský potenciál, jako každá terapeutická metoda má i svoje limity. I to, že konvenční medicína má svoji nezastupitelnou a mnohdy skutečně obdivuhodnou roli v situacích, které bezprostředně ohrožují život. A jsou situace, kdy se bez ní, jejích nástrojů i léků zkrátka neobejdeme.

Sama chovám hluboký respekt ke každému, kdo zná perfektně lidské tělo, umí odhalit zdánlivě neodhalitelné a rozklíčovat diagnózu, se kterou si ostatní neví rady. Obdivuji i toho, kdo je schopen v krizových situacích jednat s chladnou hlavou a zachránit lidský život. Ať už se jedná o zásah zdravotnického záchranáře na místě nehody nebo následný výkon chirurga na operačním sále.

To, že se někdo léčí homeopaticky, neznamená, že a priori odmítá konvenční medicínu. Existují situace, kdy má klasická medicína své neopomenutelné místo a nenahraditelné zastoupení. I já sama jsem byla nejednou ráda za pohotovost, když jsem si třeba při nehodě poranila vazy v kotníku a byla vděčná za rentgen a sádru. Zároveň ale lékařskou péčí cíleně nevyhledávám, o zdraví se starám sama a občas zavítám na preventivní prohlídku na gynekologii či k zubaři, kam bych, uznávám, mohla chodit rozhodně častěji, ne jen v případě, kdy mi má zubařka vyhrožuje vyřazením z evidence.

Na chronické nemoci je ale konvenční medicína krátká, protože ty se chemickými léky dají sice léčit, ale ne trvale vyléčit. A mezi skutečným léčením a soustavným potlačováním za pomoci konvenčních léků je obrovský rozdíl. I v tom, jaký dopad může mít právě potlačování nemocí na naše zdraví hlavně z dlouhodobého hlediska.

Konec 1. části ukázky.

Více o e-knize na knihaohomeopatii.cz.

Úrovně zdraví a vše, co do nich spadá¹⁾

Úrovně zdraví a její určení u každého z nás je v homeopatii velice užitečným nástrojem, který nám pomáhá v celé řadě situací, mezi které patří:

- ◇ stanovení prognózy léčitelnosti různých druhů patologií z pohledu homeopatie;
- ◇ dává nám přibližný přehled, kolik léků k úplnému vyléčení chronické nemoci bude u každého z nás celkově zapotřebí. Není tomu tak, že by u každého z nás stačil pouze jeden lék, který by odstranil veškeré symptomy. U většiny lidí je k úplnému odstranění chronické nemoci potřeba léků více, nikdy však ne dohromady, ale v určitém časovém rozestupu, vždy s ohledem na individuální symptomy, které organismus produkuje;
- ◇ znalost úrovně zdraví každého člověka ulehčuje také výběr ředění (potence) homeopatického léku;
- ◇ hraje podstatnou roli také při vyhodnocení reakce na lék.

Teorie úrovní zdraví rozděluje všechny lidi do čtyř skupin, z nichž každá zahrnuje tři odlišné úrovně v závislosti na

1) VITHOULKAS, G. WOENSEL, E. Levels of Health: The Second Volume of The Science of Homeopathy. Athens: International Academy of Classical Homeopathy, 2010. ISBN 978-960-87429-4-9.

ukazatelích, jako je např. četnost akutních infekčních onemocnění s vysokou horečkou (38,5 °C a výše) a jejich průběh, nebo také parametr v podobě čistoty obrazu homeopatického léku.

V jednotlivých úrovních zdraví se také liší citlivost k odlišným druhům patogenů, které mohou vyvolat nemoc. Úrovně zdraví pracují totiž i s tím, že k tomu, abychom mohli onemocnět některou z infekčních nemocí, musíme být nejdříve k určitému spektru mikroorganismů citliví a vnímaví. Jinými slovy, mít v těle vhodný terén na to, aby se v něm daná nemoc mohla vůbec rozvinout. Úrovně zdraví je možné zakreslit do jednoduchého schématu:²⁾

SKUPINA A	Úroveň zdraví 1	Nejvyšší úroveň zdraví
	Úroveň zdraví 2	
	Úroveň zdraví 3	
SKUPINA B	Úroveň zdraví 4	
	Úroveň zdraví 5	
	Úroveň zdraví 6	
SKUPINA C	Úroveň zdraví 7	
	Úroveň zdraví 8	
	Úroveň zdraví 9	
SKUPINA D	Úroveň zdraví 10	
	Úroveň zdraví 11	
	Úroveň zdraví 12	

Jejich problematika je velmi obsáhlá a je třeba jít do větších detailů, které jsou pak homeopatům užitečné v rámci posouzení

2) VITHOULKAS, G. WOENSEL, E. Levels of Health: The Second Volume of The Science of Homeopathy. Athens: International Academy of Classical Homeopathy, 2010. ISBN 978-960-87429-4-9, s. 39.

celého terapeutického procesu. Platí však pravidlo, že čím lépe na tom zdravotně jsme (čím vyšší máme úroveň zdraví), tím lepší prognózu máme, ať už nás trápí v podstatě jakýkoliv problém, tím nižší počet léků je potřeba k uzdravení a terapie zabere kratší čas.

Pro určení prognózy v homeopatii totiž není nejkličovějším bodem klinická diagnóza. Ta má svůj velký význam, pokud jde o určení hloubky či závažnosti poruchy (např. bolesti hlavy mohou mít celou škálu různých patofyziologických příčin³⁾ a je velmi podstatný rozdíl mezi bolestí hlavy způsobenou zánětem dutin, úrazem či migrénou).

Pět lidí s migrénou může mít sice úplně stejnou klinickou diagnózu i užívat stejné konvenční léky na bolest, ale z pohledu homeopatie nejenže každý bude potřebovat k úplnému uzdravení a vymizení opakovaných migrén odlišné homeopatické léky, ale také jinou časovou náročnost celého léčebného procesu, protože se od sebe budou lišit právě úrovní zdraví, jinými slovy vrozenou silou své obranyschopnosti.

U jednoho z nich může chronická migréna trvajíc 20 let zmizet po jednom léku jako mávnutím kouzelného proutku a už se nikdy neobjevit. U dalšího z nich může být ale situace zcela odlišná a léků bude zapotřebí více, a to v období dvou let, protože to, co má na léčitelnost konkrétní nemoci z pohledu homeopatie ten největší vliv, je právě individuální úroveň zdraví každého z nás.

Pokles úrovně zdraví může být zapříčiněn celou řadou faktorů. Na každého z nás mají ale odlišný efekt i potenciál snížit úroveň zdraví a vyvolat zdravotní problémy, protože k těmto vlivům máme každý jinou citlivost.

3) Patofyziologie se zabývá chorobami a poruchami v našich tělesných funkcích.

Patří mezi ně:

- ◇ nezdravá strava a životní styl,
- ◇ silné stresové zážitky, ke kterým jsme senzitivní,
- ◇ kouření a alkohol,
- ◇ toxické látky (v životním prostředí, potravinách, vakcínách či v domácnosti),
- ◇ v předchozí kapitole zmíněné opakované potlačování nejen chronických, ale také akutních onemocnění.

Zdravotní problémy spolu souvisí nejen ohledně chronických stavů (např. atopického ekzému progredujícího do stavu astmatu a následně depresí, [jak jsme si již zmínili](#)), ale také v souvislosti s potlačováním akutních horečnatých onemocnění a následného rozvoje chronických potíží. Homeopatie totiž nesleduje zdravotní stav člověka jako soubor vzájemně spolu nesouvisejících diagnóz, ale posuzuje zdraví kontinuálně jako jeden celek od narození až po smrt.

Současnou situaci ohledně poklesu akutních nemocí a na druhé straně nárůstu těch chronických, konvenční medicínou sice léčitelných, ale nevléčitelných, chorob považuje homeopatie za velmi alarmující. Patří mezi ně například atopický ekzém, astma, epilepsie, Alzheimerova nemoc, roztroušená skleróza, alergie, revmatoidní artritida, chronický únavový syndrom, cukrovka, obezita či rakovina. Oficiálně se někdy vysvětlují stárnutím obyvatel, jenže dnes se některé z nich vyskytují bohužel už i u velmi malých dětí.⁴⁾

Nemoci se však v našem životě neobjevují náhodně. A není ani náhoda, že když jsme jako děti měli vysoké horečky (38,5 °C a výše), naše tělo v dospělosti schopnost produkovat horečku

4) VITHOULKAS, G. A New Model for Health and Disease. Athens: International Academy of Classical Homeopathy, 2008. ISBN 1-55643-087-6.

u infekčních nemocí často ztrácí, přestože se setkáme (se stejným) původcem nemoci, např. virem nebo bakterií. Se ztrátou schopnosti mít vysokou horečku se v těle ale rozvíjí ideální podmínky pro vznik chronické nemoci, ke které máme genetické predispozice. Děje se tak z toho důvodu, že akutní zánět nebyl společně s horečkou, která jej doprovází, správně léčen, ale pouze potlačen, a za nějaký čas přejde do zánětu chronického.

Teorie úrovně zdraví tedy považuje schopnost těla vyprodukovat vysokou horečku (nad 38,5 °C) za jeden z ukazatelů dobře fungujícího obranného mechanismu (imunity), jedná se o tzv. první linii obrany. Pokud toto není dále již možné a organismus není schopen reagovat touto cestou, spustí tzv. druhou linii obrany, aby se dostal do rovnovážného stavu prostřednictvím chronického zánětlivého procesu, který udržuje organismus v narušeném nemocném stavu, dokud nedojde k jeho odstranění.

Pokud se podíváme na oficiální statistiky z Ameriky, vidíme od začátku roku 1900 pokles úmrtnosti⁵⁾ na infekční onemocnění, ale naproti tomu velký nárůst úmrtnosti v důsledku rakoviny. V souvislosti s rakovinou se dokonce v jedné studii⁶⁾ píše o tom, že její neustálý nárůst má jako jeden z faktorů na svědomí právě potlačování horečky (u lidí i zvířat).

Už Hippokrates řekl, že lidé, jejichž organismus má schopnost vyprodukovat horečku, onemocní rakovinou méně často. V praxi například také vidíme, že autistické děti⁷⁾ mají horečku jen velmi zřídka – ale měly schopnost vyprodukovat horečku předtím, než se autistickými staly (např. trpěly na záněty střev).

5) www.whale.to/a/usa_deaths.html (dohledáno 4. 8. 2020).

6) www.wanttoknow.info/health/cancer_link_vaccination_fever_research.pdf (dohledáno 4. 8. 2020).

7) www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC194752 (dohledáno 4. 8. 2020).

douší s horečkami, které byly potlačeny antibiotiky nebo silnými antipyretiky). Je také zajímavé si všimnout, že pokud se u nich vyvine horečka (např. po správném homeopatickém léku), jejich autistické potíže se často zlepší.

Podobný proces byl pozorován také u pacientů s roztroušenou sklerózou. Výstupy těchto pozorování byly prezentovány i na kongresu neurologie, který se konal na lékařské fakultě Harvardovy univerzity. Jednalo se o výstupy sta případů roztroušené sklerózy, na kterých bylo demonstrováno, že v minulosti u těchto lidí proběhla častá akutní onemocnění léčená vysokými dávkami antibiotik, a zároveň u nich bylo pozorováno významné snížení akutních zánětlivých procesů poté, co nastoupily příznaky právě roztroušené sklerózy. Došlo tedy k potlačení akutních zánětlivých problémů, které vedlo k tzv. subakutnímu stavu a následné aktivaci chronického zánětlivého procesu vedoucího k rozvoji roztroušené sklerózy.⁸⁾ Z tohoto příkladu je jasně vidět, proč je poté v rámci léčby chronické nemoci po správném homeopatickém léku či sekvenci několika z nich znovuoživení akutních zánětlivých horečnatých nemocí velmi dobrým znamením.

8) homeopathy360.com/2018/08/10/an-impressive-recognition-of-new-ideas-in-medicine (dohledáno 4. 8. 2020).

ROZDĚLENÍ ÚROVNÍ ZDRAVÍ PODLE ČETNOSTI AKUTNÍCH HOREČNATÝCH ONEMOCNĚNÍ (NAD 38,5 °C)⁹⁾

SK.	ÚROVEŇ	VÝSKYT AKUTNÍCH NEMOCÍ	POZNÁMKA
A	1	Téměř žádné akutní nemoci, pouze velmi mírné. Obvykle bez vysokých horeček.	<i>Vysoká horečka nemusí být přítomna vždy. Mohou být pouze mírné rýmy atd. Nikdy však nemají vleklý průběh a nikdy nejsou závažné. Pacienti nemají vážné chronické potíže.</i>
	2	Akutní nemoci s vysokou horečkou 1× za 1–3 roky. Rychlý průběh, nejsou nebezpečné, nezanedbávají následky, organismus si s nimi poradí bez léčby.	
	3	Akutní nemoci s vysokou horečkou 1× za 1–3 roky. Rychlý průběh, nejsou nebezpečné, bez následků. Na spodní hranici úrovně 3 mohou potřebovat léčbu.	

9) VITHOULKAS, G. Levels of Health, The Second Volume of The Science of Homeopathy. Revised edition. Athens: International Academy of Classical Homeopathy, 2017. ISBN 978-618-83312-04

SK.	ÚROVEŇ	VÝSKYT AKUTNÍCH NEMOCÍ	POZNÁMKA
B	4	Častější akutní nemoci s vyso- kou horečkou . Větší celkový dopad na organismus, který je schopen je obvykle zvládnout bez léčby.	<i>Ve spodní hranici úrovně B6 se mohou vyskytovat opakované akutní nemoci bez vysoké horečky – stává se tak při přechodu organismu do úrovně zdraví C7.</i>
	5	Ještě častější akutní nemoci s vysokou horečkou . Celkový dopad na organismus trvá 10 dnů až 1 měsíc (únava, nechutenství atd.).	
	6	Opakované akutní nemoci s vysokou horečkou . Někdy dokonce 1× za měsíc (opakované cystitidy, bronchitidy, zápal plic atd.). Snadno klesnou do úrovně C7 či C8 po potlačení konvenčními nebo homeopatickými léky. Hrozí rozvoj chronických potíží.	
C	7	Mírné akutní nemoci bez vysoké horečky (rýma, nachlazení).	<i>Vážnější chronické potíže. Oproti skupině A je zde obraz léku méně čistý a pacient má ve své historii obvykle opakované potlačování vysokých horeček.</i>
	8	Žádné akutní nemoci.	
	9	Žádné akutní nemoci.	
D	10	Žádné akutní nemoci.	<i>Nevyléčitelné případy. Je možná pouze jejich paliace.</i>
	11	Žádné akutní nemoci.	
	12	Pokud se ve skupině D vyskytne akutní nemoc s vysokou horečkou, jedná se o poslední pokus o záchranu organismu. Pacient s největší pravděpodobností zemře.	

Horečka je vítaným hostem^{10), 11), 12)}

Právě schopnost našeho těla produkovat vysokou horečku nad 38,5 °C je jedním z ukazatelů dobré obranyschopnosti a v homeopatii výrazně zlepšuje i prognózu léčitelnosti, pokud se jedná o chronické potíže. Platí pravidlo, že čím vyšší horečku je organismus schopen vyprodukovat, tím větší je i pravděpodobnost, že takový člověk patří do vyšších úrovní zdraví.

Pokud někdo jako dítě vysoké horečky míval a v dospělosti má u akutních nemocí teploty jen zvýšené, je to ve většině případů obrat ve zdraví nežádoucím směrem, přestože valná většina lidí tento jev považuje za stav „lepší imunity“, protože dříve trpěli na vysoké horečky a nyní mají pouze zvýšené teploty (např. 37,4 °C). Je tomu ale přesně naopak. Obecně platí, že pokud tělo ztratí schopnost produkovat vysoké teploty, vytvoří se podmínky pro rozvoj chronické nemoci, ke které má konkrétní člověk vrozené sklony.

Pokud se pak po homeopatickém léku či sekvenci několika z nich opět i po několika letech či desítkách let objeví vysoká horečka, je to pozitivní znamení, protože se zdraví celkově lepší a navrácí ke svému přirozenému stavu.

Horečka bývá přesto často démonizována a obává se jí zejména u dětí ne jeden rodič, a to navzdory tomu, že neexistuje jednoznačný důkaz o tom, že by horečka sama o sobě zhoršovala

10) www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4145646 (dohledáno 4. 8. 2020).

11) pediatrics.aappublications.org/content/127/3/580 (dohledáno 4. 8. 2020).

12) MENDELSON, R. S. Jak pečovat o zdraví dítěte navzdory vašemu lékaři. Malvern, 2010. ISBN 978-80-86702-68-1.

průběh onemocnění nebo způsobovala dlouhodobé neurologické komplikace.

„Horečka je u dětí častým problémem, který musí rodiče řešit, a také jedním z nejčastějších důvodů pro návštěvu pohotovosti. Její hodnota a to, zda je pro nás horečka benefitem nebo škodlivým jevem z důvodu možného výskytu poškození mozku či febrilních křečí, je předmětem častých sporů. Praxe střídání antipyretik a cíleného srážení teploty „do normálu“, i když jde i o zvýšenou teplotu, je sice široce rozšířená, ale překvapivě není skutečně vědecky podložená,“ začíná text článku uveřejněného v PubMedu s názvem Fever management: Evidence vs. current practice (Zvládání horečky: Důkazy vs. současná praxe).¹³⁾

Akutní dětská onemocnění jsou často doprovázena horečkou, kterou rodiče i mnoho zdravotníků považují za hlavní a škodlivé znamení nemoci a někdy i jako samostatné onemocnění spíše než jako jeden ze symptomů a projev obrany našeho těla proti nezvanému hostu. Horečka ale není choroba sama o sobě, ve skutečnosti je přirozeným fyziologickým mechanismem, který má prospěšné účinky v boji proti infekci, protože zpomaluje množení bakterií a replikaci virů, jež akutní onemocnění způsobují. Její přítomnost signalizuje, že náš obranný mechanismus běží na plné obrátky.

Její stoupající tendence pak značí, že se proces uzdravování zrychlil. Existují dokonce nemoci, u kterých se běžně horečka nevyskytuje a léčí se jejím umělým vyvoláním.

K obavám z horeček významně přispívají také reklamy se slogany nabádajícími rodiče, že pokud mají své děti rádi, mohou jim některým z přípravků na horečku rychle ulevit. A to v nich zase dále vyvolává pocit selhání, pokud některý z „chemických“

13) www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4145646 (dohledáno 4. 8. 2020).

léků na horečku nepodají a dítě zanechají v nepohodlí vysokých teplot.

Role horečky u akutních onemocnění, která doprovází, má ale svoji podstatnou a prospěšnou roli. A rozhodně jednoznačně neplatí, že by stupeň horečky zároveň koreloval se závažností onemocnění. Některá běžná dětská onemocnění mohou být doprovázena vysokými horečkami, zatímco jiná, mnohem závažnější, mohou být doprovázena pouze teplotou zvýšenou.

Jednou z hlavních diagnóz, kvůli kterým se antipyretická léčba silně prosazuje, jsou febrilní křeče. A vzhledem k tomu, že právě horečka je obecně považována za jejich zásadního předchůdce, lékaři dospěli k závěru, že antipyretická opatření by měla právě horečnatým záchvatům zabránit.

Je však nutné říci, že pokud jde o riziko febrilních křečí, existuje nyní velké množství důkazů o tom, že antipyretická terapie nemá na jejich prevenci žádný vliv. Neměla by být tedy aplikována plošně u jakékoliv horečky pouze s vidinou zvýšení pohodlí dítěte a snížení úzkosti rodičů, ale indikována pediatrem ve vybraných případech (například pokud jde o situace, kdy se dítě nachází v apatickém stavu, kolabuje, ztrácí vědomí, vykazuje abnormální chování, je dehydrované, má dýchací potíže nebo jiné příznaky, které by mohly signalizovat vážnou chorobu, jako je například meningitida – zánět mozku, když se vyskytuje u novorozence či pokud máme důvodné podezření, že má horečka jinou příčinu než infekci – např. úžeh či otravu, nikoliv však obecně pro horečku jako takovou). Ta sama o sobě není pro zdravé dítě ohrožením, přestože je na její přítomnost často kladen velký důraz.

Pokud rodič cítí potřebu či obavy, je vhodné nechat dítě prohlédnout pediatrem a zjistit, z jakého důvodu horečka přichází. Je však třeba vidět všechny příznaky nemoci včetně horečky v širším rozsahu.

Důležité je sledovat celkový vzhled a chování dítěte. Právě pro děti ve vysokých úrovních zdraví, které jsou schopné vyprodukovat vysoké teploty dosahující i 40 °C, vidíme, že přestože tělesná teplota vystoupá do této výše, není nemoc doprovázena dalšími příznaky či hlubokými záněty a děti jsou zpravidla schopny fungovat relativně normálně a samy se rychle dostat do rovnováhy.

Pokud však v případě horečky chceme sáhnout po homeopatických lécích, není cílem snížit pouze horečku jako takovou bez ohledu na další celkové příznaky. Nejlepší řešení tedy není použít univerzální homeopatické léky „na horečku“ (např. Belladonu), ani homeopatické čípky.

Kupříkladu v situaci, kdy budeme mít kašel (např. u zánětu průdušek) a k němu vysokou horečku, je řešením použít homeopatický lék vybraný individuálně a přesně podle příznaků, které máme. Dejme tomu, že bude indikovaný lék Phosphorus. Jakou žádoucí reakci je po jeho užití možné očekávat?

U akutních nemocí se může stát, že se po správném léku tělesná teplota ještě trochu zvýší. Poté však horečka klesá a spolu s tím mizí také její příčina (tedy zánět v dýchacích cestách, kvůli kterému tělo horečku vyprodukovalo). Stane se to, že se suchý kašel mění na vlhký, tělo se přirozeně zbaví hlenu, horečka se již dále nezvedá a celkový stav se zlepší (takže pak může lépe spát, vrací se chuť k jídlu i energie).

Cílem homeopatie tedy není jenom horečku „utlouct“ bez ohledu na to, co se s námi děje celkově, protože sama o sobě není příznakem nemoci. Pouze ji ze zcela logického důvodu doprovází.

Konec 2. části ukázky.

Více o e-knize na knihaohomeopatii.cz.