

1

Similia similibus curentur – podobné se léčí podobným

1.1 ZÁKON PODOBNOSTI

Podobné se léčí podobným je často první věta, kterou většina z nás slyší, když se poprvé setká s homeopatií, a je to zároveň hlavní a nejdůležitější princip, na kterém je tento léčebný systém založen. Slovo homeopatie vzniklo spojením dvou řeckých slov – „*homeo*“, což znamená „podobný“, a „*pathos*“, neboli utrpení či nemoc.

Podobné se léčí podobným (latinsky *similia similibus curentur*) nám říká: *„Najděte lék, jenž vyvolává u zdravého člověka podobné symptomy, kterými trpí člověk v důsledku nemoci, a pokud je toho jeho organismus schopen, dojde k uzdravení.“*

Člověku, který se s tímto principem setká poprvé, většinou na mysli vyvstane otázka, jakým způsobem může něco, co vyvolá např. rýmu, zároveň rýmu léčit? Nejde nám hlavně o to najít lék, který rýmu dokáže primárně zlikvidovat? Vždyť přece rýma (nebo obecně jakýkoliv jiný symptom) je něčím, co je nám velmi nepříjemné a čeho se chceme zbavit. Proč tedy hledáme lék, který podobné symptomy vyvolává a jakým způsobem takto předepsaný lék může nemoc odstranit?

1.2 SYMPTOMY A JEJICH VÝZNAM

První věcí, kterou je nutné nyní pochopit, jsou symptomy a jejich význam. Z pohledu klasické homeopatie je symptom obrannou reakcí organismu, jejímž účelem je zajištění maximální možné rovnováhy, které je v dané chvíli schopen dosáhnout v závislosti na aktuálním celkovém stavu.

Jeden z neznámějších homeopatů prof. G. Vithoulkas ve své knize *New Model for Health and Disease* píše: *„Organismus je vybaven komplexním obranným mechanismem, který se neustále vyrovnává se stresy všeho druhu, aniž bychom si toho byli vědomi, a snaží se udržet organismus v maximální možné rovnováze, které je v daný okamžik schopen.“*

Tento obranný mechanismus je neustále aktivní na všech rovinách – tedy fyzické,

¹ VITHOULKAS, G. *New Model for Health and Disease*. Athens: International Academy of Classical Homeopathy, Centre of Homeopathic Medicine S.A., 1995. ISBN 1-55643-087-6

emoční i mentální, a to i ve stavu zdraví.² Dokonce i v tomto stavu se musí neustále vyrovnávat se všemi vlivy, které na nás působí, ale dokud se mu daří držet organismus v relativní rovnováze, což je jeho jediný úkol, nevnímáme subjektivně žádnou z jeho aktivit, které uvnitř probíhají.

Rovnováhu se mu daří udržet do té chvíle, dokud je silnější než vlivy, které na něj působí. V závislosti na individuální síle či slabosti obranného mechanismu³ má tedy každý člověk různý stupeň rezistence neboli citlivosti vůči různým vlivům (stresům). Stresem máme na mysli cokoli, co má potenciál rovnováhu a integritu lidského organismu narušit. Stres tedy může být emocionální (např. zármutek, šok, úlek), mentální (např. nadměrné studium, přepracování), fyzický (např. úraz, nevhodné jídlo, nedostatek spánku). Může také jít o vlivy prostředí (např. změna teplot, slunce, chlad, průvan), toxické vlivy (např. otrava), stres může být také chemický (např. léky, chemické látky) a biologický (např. viry a bakterie).

Zcela jiná situace však nastane ve chvíli, kdy je stresor silnější než obranný mechanismus a je překročen práh rovnováhy. Pokud k tomu dojde, obranný mechanismus nadále pokračuje ve své snaze obnovit zdraví a dosáhnout nejlepší možné rovnováhy, které je v daný okamžik schopen, ale s tím rozdílem, že jeho aktivity se stanou excesivními a my je vnímáme jako pocity nepohody, které se mohou projevit na jakékoliv rovině našeho bytí (fyzické, emocionální a mentální).

Tyto činnosti obranného mechanismu, které většinou (ale ne vždy) vnímáme jako pocit nepohody, označujeme jako symptomy.

Symptomy jsou tedy důsledkem excesivní činnosti našeho obranného mechanismu, které se manifestují ve chvíli, kdy je organismus vyveden z rovnováhy. Pokud k tomu dojde, není již nadále schopen vyrovnávat se s vnějšími a vnitřními vlivy tak, abychom to na sobě subjektivně nepocítovali. **Cílem této excesivní činnosti (manifestace symptomů) je opětovné nastolení rovnováhy a zdraví.**

Symptom je tedy něco, co na jednu stranu není zdravé, ale zároveň je něčím, co organismus v danou chvíli nezbytně potřebuje k udržení nejlepší možné rovnováhy.

Individuální vzorec symptomů, (souhrn symptomů, které jsou zvláštní, ojedinělé a charakteristické pro daný organismus) **reprezentuje jedinečný způsob, jakým se obranný mechanismus konkrétního člověka snaží dosáhnout zdraví.**

Nyní si uvedeme příklad, na kterém si ilustrujeme význam symptomů, a zároveň si ukážeme, co máme na mysli individuálními a charakteristickými symptomy.

Vezměme jako příklad dítě, které onemocní nachlazením. Aby vůbec mohlo onemocnět, je zapotřebí, aby byly splněny **současně dvě podmínky**. Tou první je, že dítě musí být **citlivé** vůči konkrétnímu spektru bakterií nebo virů, a tou druhou je **stresor**, v tomto

² Podrobněji v kapitole č. 6: Úroveň zdraví

³ Podrobněji probráno v kapitole č. 6: Úroveň zdraví

případě virus nebo bakterie. Pokud by na ně bylo dítě citlivé, ale pohybovalo by se v prostředí, kde se dané viry a bakterie nevyskytují, nemohlo by onemocnět. Stejně tak, pokud bude pobývat v prostředí, kde se dané viry či bakterie vyskytují, ale nebude mít na ně současně také dostatečnou citlivost, nebudou mít tyto viry či bakterie na jeho organismus žádný efekt.

Míra citlivosti je samozřejmě velmi individuální, a zatímco u některých dětí stačí k onemocnění pouze pobyt v místech, kde se zvýšené koncentrace bakterií či virů objevují, u jiných dětí musí přijít další stres, jenž organismus oslabí do té míry, aby v něm mohlo dojít k rozvoji infekce, například průvan, změna teploty, ale i psychické vlivy jako emoční rozrušení, smutek, vztek, zklamání atd.⁴

Na vzniku jakékoliv nemoci, ať už akutní nebo chronické, se vždy podílí současně dva faktory. Prvním je **vyvolávající příčina** (stresor) a druhým je **udržující příčina** (predispozice, citlivost). Ve chvíli, kdy je organismus vlivem určitého stresu oslaben a toto oslabení přesáhne práh rovnováhy, objeví se potíže, ke kterým má člověk sklony, což se projeví skrze chorobné znaky a symptomy.

Když se nyní vrátíme zpět k našemu případu, vidíme, že v důsledku snížené rezistence vůči bakteriím, která je sama o sobě chorobou a ukazuje na určitý stav nerovnováhy organismu, mají tyto bakterie „otevřené dveře“ a mohou bez větších potíží proniknout do organismu. Ve chvíli, kdy se tak stane, se začnou v organismu množit, a v okamžiku, kdy je jejich množství kritické, je zalarmována některá z částí obranného mechanismu, v tomto případě imunitní systém, který se snaží najít způsob, jak se s nákazou efektivně vypořádat. V závislosti na síle či slabosti obranného mechanismu se bude odvíjet i závažnost a hloubka reakce (choroby) na choroboplodný stimul, v tomto případě bakterie či viry.

U dětí s větší vitalitou (silnějším obranným mechanismem) se objeví vysoké teploty (38,5° C a více), ale jejich organismus je stále dostatečně silný na to, aby ochránil hlubší orgány, např. plíce. U takových dětí tedy nevzniknou hlubší záněty, ale u nemoci budou přítomny vysoké teploty, které za pár dnů odezní, a zdravotní stav se po pár dnech vrátí do normálu. Jinými slovy má v tomto případě organismus dostatek síly k tomu, aby vyprodukoval vysokou teplotu, jejímž hlavním cílem je zlikvidovat choroboplodný podnět (např. bakterie) a zároveň chránit hlubší orgány.

Pokud je organismus dítěte slabší, teploty mohou být stále vysoké, ale infekce bude mít na celkový zdravotní stav dítěte větší dopad, průběh bude vážnější a v důsledku toho mohou být zasaženy hlubší orgány, např. plíce, ledviny, močové cesty atd. Přesné místo, kde dojde k rozvoji akutní infekce, závisí na predispozicích dítěte a na typu bakterie či viru.

⁴ Podrobněji v kapitole č. 6: Úroveň zdraví

Horečka je symptomem, který je při akutní nemoci velmi důležitý. Pomocí horečky se organismus snaží zlikvidovat bakterie či viry a zpětně obnovit zdraví. Horečka však není jediným symptomem a současně s ní se často projevují symptomy další, jako je např. silná únava a spavost, nechůť k jídlu, apatie atd. Všechny tyto symptomy organismus vytváří kvůli tomu, aby si pro sebe zajistil maximum energie pro boj s nemocí, kupříkladu ztrátou chuti k jídlu si tělo zajistí, že nebudeme jíst a tím pádem naše tělo nebude muset vydávat energii na trávení jídla a zažívací procesy. Místo toho může energii použít na boj s nemocí. Únava a apatie nás přinutí spát mnohem déle než ve zdravém stavu. Jak je všeobecně známo, během spánku dojde ke zpomalení tělesných funkcí, což dává organismu možnost využít získanou energii k uzdravování.

Ve druhém případě jde o dítě, jehož organismus není tak vitální jako u dítěte v prvním případě. Přesto, že schopnost produkovat vysoké teploty je zachována, organismus je slabší a v důsledku toho nedokáže chránit hlubší orgány. Když infekce zasáhne např. průdušky, organismus musí organismus na tato místa dopravit velké množství bílých krvinek, jejichž úkolem je zlikvidovat původce nákazy. Aby toho dosáhl, musí zvýšit průtok krve dýchacími cestami, které se důsledkem překvení zužují, a dítě pocítuje potíže s dýcháním. Během zánětlivé fáze se mohou projevovat další příznaky, které se mohou lišit v závislosti na konkrétním pacientovi a také v závislosti na typu infekce.

V obou případech se organismus snaží eliminovat choroboplodný podnět, ale způsob, jakým se o to ve druhém případě snaží, je vážnější a pro život dítěte více ohrožující, protože probíhá hlouběji v organismu.

Pokud není horečce dovoleno dokončit svůj záměr a akutní nemoci jsou potlačeny, může toto původní akutní nemoci pokračovat jako subakutní zánětlivý proces, který se manifestuje skrze genetické predispozice daného člověka, čímž vede k rozvoji vážných chronických onemocnění. Tyto **chronické nemoci jsou pokračováním původní akutní nemoci, která nikdy nebyla skutečně z organismu odstraněna a vyléčena.**

1.3 PROČ HLEDÁME LÉK, KTERÝ VYVOLÁVÁ SYMPTOMY, KTERÝMI ČLOVĚK TRPÍ?

Jelikož vzorec symptomů představuje jedinečný způsob, jakým se organismus snaží vypořádat se s nemocí, je naším cílem tyto symptomy podpořit, nikoliv potlačit. V tomto kontextu mnohem snadněji pochopíme základní zákon homeopatie – podobné se léčí podobným (*similia similibus curentur*). Tím, že lék pomůže organismu podpořit již existující symptomy, podporuje jej jako celek v úsilí odstranit nemoc svým vlastním specifickým (individuálním) způsobem.

1.4 POČÁTEČNÍ ZHORŠENÍ A JEHO VÝZNAM

Na základě výše uvedených zákonitostí nyní snáze pochopíme fenomén homeopatického zhoršení a jeho význam. Pokud je homeopatický lék správně vybrán, stimuluje obranný mechanismus, který následně posílí procesy, pomocí nichž se snaží obnovit rovnováhu, tedy některé existující symptomy. Toto posílení symptomů, které pocítujeme jako zhoršení po podání léku, je v drtivé většině případů velmi dobrým znamením, a to zejména tehdy, když je následováno celkovým zlepšením stavu a to nejen na úrovni lokálních symptomů, ale i na úrovni energie, spolu se zlepšením na mentální a emoční rovině, pokud se na těchto rovinách symptomy před podáním léku projevovaly.

Počáteční zhoršení má v praxi obrovskou důležitost, a i přesto, že existuje malé množství případů, kde se neobjevuje (viz další strana), je velmi pravděpodobné, že pokud po podání léku toto zhoršení nenastane, je námi podaný lék pouze částečně (povrchově) působící.

Jak již bylo řečeno, existují situace, kdy se počáteční zhoršení neobjevuje, a lék je přesto správně vybrán. Do této skupiny patří lidé, jejichž úroveň zdraví⁵ je velmi vysoká (asi 5 %), nebo lidé, jejichž zdravotní stav je naopak natolik vážný, že obranné mechanismy nemají potenciál k úplnému uzdravení a po podání léku u nich dochází pouze ke zmírnění, tedy paliaci symptomů. Existuje mnoho typů reakcí a i několik typů zhoršení, která nejsou pozitivní. Nicméně v 90 % případů se po podání skutečně správného léku zhoršení objevuje a pokud po něm následuje celkové zlepšení, je to neklamná a nejjistější známka toho, že podaný lék je správný a působí léčebně, zvláště pokud symptomy mizí po podání léku **podle Heringových zákonů**, tzn. **zevnitř ven** (např. se zlepší dýchání a objeví se vyrážka), **shora dolů** (ekzém např. zmizí nejprve na hlavě a naposled na nohou) nebo **v opačném pořadí** (objevují se symptomy chorob, které byly v minulosti potlačeny, např. u dítěte, které trpí na astma, a dříve než se u něj astma rozvinulo, mělo na kůži ekzém, který byl potlačen kortikoidy, se ekzém objeví krátce poté, co se po podání správného homeopatického léku dýchací potíže zlepší.

1.5 DISKUZE K PRVNÍ KAPITOLE

Otázka: Tvrdíš, že cílem homeopatického léku je posílení symptomů. Znamená to tedy, že toto posílení je zodpovědné za počáteční zhoršení, o kterém mluvíme v souvislosti s reakcí na správný lék?

⁵ VITHOULKAS, G., WOENSEL, E. The Levels of Health: The Second Volume of The science of homeopathy. Athens, Greece: International Academy of Classical Homeopathy, Center of Homeopathic Medicine, STR.A., 2010. ISBN: 978-9-6087-4294-9

P. Zachariáš: Ano, přesně tak. Právě to je důvodem, proč je počáteční zhoršení tak důležitá. Obecně neplatí, že každé zhoršení je pozitivní, existuje šest typů zhoršení a jen jedno z nich je to správné. Pokud se ale po léku objeví zhoršení a poté celkové zlepšení, lék je správný.

Otázka: Rozumím tomu, že když podpoříme a posílíme horečku, organismus se uzdraví rychleji, protože se rychleji zbaví viru nebo bakterie, který pronikl do těla. Co ale opravdu v této souvislosti nechápu, jsou jiné potíže, např. když si někdo narazí koleno a má hrozné bolesti. Nedokážu si představit, že když bolest ještě více podpoříme, zranění se hojí rychleji. Mohl bys mi toto, prosím, vysvětlit?

P. Zachariáš: Ano, to je moc dobrá otázka. První věcí, kterou si musíme v této souvislosti uvědomit, je, že organismus nikdy netváří symptomy odděleně jeden od druhého, ale vytváří stav, který se projevuje mnoha symptomy, dalo by se říci **komplexem symptomů**. Každá porucha se projeví na více místech nebo rovinách, a pokud ne, jde o tzv. **jednostranný případ** (§175 – 185). To je důvod, proč nás jako homeopaty zajímají symptomy ze všech oblastí, protože **hledáme vzorec, kterým se nemoc projevuje na více místech v organismu**. Každý ze symptomů má ochrannou funkci, a i když je někdy sám o sobě některý z nich nebezpečný či nepříjemný, je tou nejlepší a nejméně nebezpečnou variantou, kterou organismus v danou chvíli dokáže vytvořit. **Každý symptom nás chrání jiným způsobem a dohromady nás symptomy chrání jako celek**. Některé symptomy člověka chrání aktivně (např. horečka, pomocí níž se organismus snaží zlikvidovat choroboplodný stimul), jiné symptomy jej chrání pasivně, např. bolest, která znemožňuje pohyb, což v případě úrazu zabraňuje dalšímu poškození kloubu, šlach atd. Jinými slovy, organismus nám pomocí některých symptomů brání pokračovat v činnostech, které představují riziko a zvyšují možnost dalšího zhoršení stavu, a tím se chrání jako celek.

To samé vidíme v situaci, kdy se někdo mnoho týdnů učí a nadměrně tím zatěžuje svou mentální rovinu. Nakonec se u něj mohou rozvinout symptomy jako např. únava, apatie, poruchy paměti, atd. Těmito symptomy organismus dotýčeného nutí k tomu, aby s učením přestal, jelikož další mentální námaha by zákonitě vedla ke kolapsu mentálních funkcí. My jako homeopaté neposilujeme jednotlivé symptomy zvlášť (např. bolest), ale dáváme organismu prostřednictvím homeopatických léků impuls k tomu, aby mohl posílit ty symptomy, které potřebuje k uzdravení a opětovnému nastolení rovnováhy. To, které symptomy po podání léku organismus posílí a které ne (tedy, které se zhorší a které ne), si určuje zcela sám. My mu prostřednictvím podání správného homeopatického léku pouze dáváme energii k tomu, aby měl sílu dokončit svůj záměr, tedy uzdravit se. To je také důvod, proč po přesném léku nikdy nedojde ke zhoršení všech symptomů, ani těch, jejichž zhoršení by mělo za následek ohrožení člověka na životě.

⁶ HAHNEMANN, S. Organon of Medicine. New Delhi: B. Jain Publishers, 2008. ISBN 978-81-319-0223-3, str. 170-173

Otázka: Co třeba chutě a jídelní averze? Ty přece používáme při výběru homeopatického léku poměrně často. Chápu, že bolest nebo hypertenze jsou symptomy, ale proč používáme např. chutě a averze jako symptomy, když každý má na něco chuť i když je zdravý?

P. Zachariáš: Je pravda, že někdy v homeopatii používáme pro výběr léku znaky, které na první pohled nevypadají jako symptomy, např. chutě a averze, poloha ve spánku atd. Pokud je ale chceme použít, musí jít o excesivní chutě nebo averze. Pokud je chuť excesivní nebo člověk nemůže spát v určité poloze, představuje to pro něj určité omezení a dokresluje nám to celý obraz nemoci, kterou v homeopatii chápeme jako celkové narušení rovnováhy. Např. pokud někdo nemůže za žádnou cenu ležet na levém boku, může to znamenat, že má srdeční potíže, zejména pokud má v této poloze palpitace, návaly atd. Stejně je to s chutěmi a averzemi. Pokud jsou chutě excesivní, často ukazují na to, že organismus volá po určitých věcech, které mu chybí, nebo, v případě averzí, se chrání před věcmi, které by mohly zdravotní stav zhoršit.

VeźmĚte např. léky jako je *Veratrum album*, *Natrum muriaticum* a *Phosphorus*. Všechny tyto léky jsou známé pro svou velkou chuť na sůl a slané věci. To neznamená, že každý člověk, u kterého bude indikován *Phosphorus*, *Veratrum album* nebo *Natrum muriaticum* tento symptom musí mít, ale pokud ho mít bude, naše mysl směřuje právě k těmto lékům. Pokud ale někdo řekne, že má chuť na slané, nemusí to ani v nejmenším znamenat, že jde automaticky o symptom, který bychom mohli vzít v úvahu. Nejdříve musíme zjistit, jak velká tato chuť na sůl je, a pokud dotyčný řekne, že si jídlo solí výrazně více než ostatní, protože vyžaduje, aby bylo velmi slané, jinak ho nemůže jíst, pak jde o důležitý symptom. Stejně tak je tomu v případech, kdy je chuť na cokoli nutkavá, a pokud není uspokojena, člověk se necítí dobře nebo se u něj objevují další symptomy, např. nervozita, podrážděnost atd. Můj učitel prof. G. Vithoukas často používá slovní obrat: „pokud je člověk něčeho otrokem, jde o symptom.“ Např. pokud je otrokem své chuti na slané, je nutné brát takovou chuť jako důležitý symptom, protože je tak silná, že potřebuje slané k tomu, aby se cítil dobře. Pokud velmi slané jídlo nemá nebo nemůže sůl jíst, objeví se další symptomy jako podrážděnost, neklid nebo jakékoli jiné symptomy psychického či fyzického charakteru.

Proč mají zmíněné léky excesivní chuť na slané? Všechny totiž reprezentují stav větší či menší dehydratace, kdy organismus ztrácí tekutiny. U *Natrum muriaticum* se tento stav projevuje suchostí sliznic, jako jsou suché oči, suchá kůže, suché pohlavní sliznice, suché rty, sucho v ústech atd. U *Phosphorus* vidíme snadnou ztrátu tekutin na všech rovinách jako snadné krvácení, snadné pocení, silná menstruace atd. Všechny tyto léky mají z tohoto důvodu extrémní žízeň, která je pouze způsobem, jakým se organismus snaží zpátky získat ztracené tekutiny, které v sobě neumí udržet. Sůl je prostředkem, kterým pomáhá udržet vodu v těle, jelikož organismus, který má tendence ke ztrátě tekutin,

nedokáže sám (bez soli) vodu zadržet, což může později vést k závažnějším potížím. U léku *Apis* je to přesně obráceně. *Apis* je jedním z léků, na které pomýšlíme vždy, když nacházíme výrazné otoky a sklon k zadržování vody v těle. Proto člověk, u kterého je indikován *Apis*, nemá žízeň, jelikož organismus v důsledku špatné funkce ledvin zadržuje vodu a jakýkoliv další přísun vody by situaci jen zhoršil. Vidíte, jak jsou chutě či averze spojené s patologickým stavem, který daný lék vyvolává a zároveň léčí?

Otázka: Slyšela jsem, že homeopatické zhoršení se dá ovlivnit volbou potence a v mnoha případech vůbec nenastane. Někteří homeopaté dokonce tvrdí, že k němu dochází málokdy. Jak to tedy je?

P. Zachariáš: Když podáte někomu správný lék, obranný mechanismus získá více síly k uzdravení. V důsledku toho pokračuje v tom, o co usiloval již předtím, ale s větší intenzitou. Právě to vede k tomu, že se některé symptomy zhorší a i dotýčný to bude vnímat jako zhoršení. Pokud je toto zhoršení následováno celkovým zlepšením, je taková reakce indikátorem toho, že proces uzdravování započal. Sílu a délku zhoršení ovlivňuje několik faktorů. Jedním z nejdůležitějších je síla obranného mechanismu, resp. úroveň zdraví. Čím je obranný mechanismus silnější, tím kratší dobu potřebuje k uzdravení, a díky tomu i zhoršení bude kratší a méně závažné. Čím je úroveň zdraví pacienta nižší, tím je zhoršení silnější a delší, protože organismus nemá dostatek síly k rychlému uzdravení.

Potence léku také může ovlivnit závažnost zhoršení, pokud je moc vysoká nebo moc nízká. Uvedu příklad: Máte člověka, kterému doporučíte lék, a on přijde za 6 týdnů a řekne, že po léku se jeho stav zhoršil a zhoršení stále pokračuje. Tato reakce může znamenat několik věcí. Může se jednat o špatný lék, který pouze urychlil progresi nemoci, nebo jde o situaci, kdy pacient vysadil konvenční léky bez konzultace s lékařem. Pokud ale projdete případ a zjistíte, že klíčové symptomy doporučeného léku odpovídají symptomům daného člověka a obraz léku je relativně jasný (a že dotýčný nevyсадil konvenční léky), je velmi pravděpodobné, že lék byl správný, ale chyba je v jeho potenci. V takovém případě se často vyplatí zopakovat stejný lék ve vyšší potenci, protože zhoršení v této situaci často znamená, že lék byl správný, ale potence nebyla dost silná na to, aby dala obrannému mechanismu dostatečný impuls k tomu, aby počáteční zhoršení přešlo do zlepšení, a proto stav setrvává pouze v této první fázi, tedy zhoršení. Stejně tak pokud máte člověka s vážnými potížemi, což znamená, že jeho úroveň zdraví je nízká a obranný mechanismus slabý, je vždy lepší začít s nižšími potencemi. Když pochopíte tyto základní principy, nedá vám pak tolik práce vyhodnotit reakci, protože organismus vám vždy sám napoví, co máte dělat.

Pokud se tedy na začátku neobjeví zhoršení, měli byste se mít vždy na pozoru. V nejvyšší úrovni zdraví člověk často nebude mít žádné viditelné zhoršení, protože jeho vitalita je velmi vysoká a obranný mechanismus velmi silný. Bohužel lidí patřících do této

úrovně zdraví je velmi málo (přibližně 5 %). Na druhé straně existují lidé, kteří jsou homeopaticky nevyléčitelní. Do této skupiny patří pacienti, v jejichž organismu došlo pod vlivem dlouhodobého působení chronické nemoci a často silných alopatických léků ke strukturálním (nevratným) změnám. Organismus v takovém stavu nemá sílu na nastartování léčebného procesu, a proto v takových případech vidíme jen zmírnění symptomů bez skutečného léčebného účinku, tedy bez počátečního zhoršení.

Kromě těchto dvou výjimek je zhoršení vždy podmínkou, a pokud se neobjeví, může to znamenat, že jde buď o placebo efekt, nebo byl lék pouze povrchně působící.

Otázka: Existuje nějaký způsob, jak poznat, zda jde o placebo efekt?

P. Zachariáš: Ano. Placebo efekt se objevuje v alopatické medicíně, psychoterapii i homeopatii. Jeho působení se ale od působení skutečného similima liší. Placebo efekt není léčba, i když jej člověk vnímá pozitivně. Uvedeme si několik nejčastějších případů typického placebo efektu a potom si řekneme, jak jsou takové situace mylně interpretovány.

Máte pacienta, který u vás byl např. v pondělí, a den na to zavolá a řekne: *„Ani se mi tomu nechce věřit a přemýšlel jsem, zda vám mám vůbec volat, ale stala se mi taková zvláštní věc. Včera, když jsem od vás odcházel, jsem byl v lékárně a koupil jsem si lék, který jste mi doporučil, ale plánoval jsem si ho vzít až o víkend, protože na to budu mít klid. Léč jsem měl celou dobu v kapse a než jsem dorazil domů, cítil jsem se hrozně dobře a je mi čím dál lépe, i když jsem si lék ještě nevzal.“*

V tomto případě se nejedná o to, že lék působí „z kapsy“ aniž by byl skutečně užit, ale o placebo efekt. Pokud člověk lék neužije a bude mít tuto reakci, můžete očekávat relaps do původního stavu v horizontu 2 – 3 týdnů. To je vlastnost placebo efektu – tedy zlepšení, kterému nepředchází žádné zhoršení, a toto zlepšení je velmi povrchní a pouze krátkodobé. Po podání správného homeopatického léku (similima) je žádoucí reakcí nejprve zhoršení a pak zlepšení, které je hluboké a dlouhodobé, samozřejmě v závislosti na konkrétním případě.

Placebo efekt nikdy neovlivní do hloubky nemoc jako takovou, správný lék ano.

Mnoho odpůrců homeopatie poukazuje na placebo pouze proto, že neznají do hloubky zákonitosti homeopatie. Při homeopatické léčbě neočekáváme povrchní zlepšení, ale skutečnou a dlouhodobou změnu ve zdravotním stavu, která je měřitelná i pomocí moderních lékařských přístrojů. Po správném léku nastane ve většině případů na začátku zhoršení, a to i tehdy, pokud jde o malé dítě, zvíře, nebo člověka, kterému o něm neřeknete a který homeopatii nevěří nebo se k ní staví jakkoliv skepticky. Stejně tak se začnou objevovat staré (tzv. reverzní) symptomy, které v rámci placebo efektu nikdy nebyly pozorovány, stejně jako odeznívání symptomů (zejména kožních a revmatických) ve směru shora dolů.

Nejen díky těmto zákonitostem vyplývajícím z empirického pozorování je homeopatie systém, který naplňuje definici vědy, jelikož má jasně daná pravidla. Nikdy nikým nebylo zdokumentováno, že by po placebo efektu symptomy mizely určitým způsobem, jako je tomu v případě přesného homeopatického léku, tedy **odshora dolů, zevnitř ven nebo v opačném pořadí (podle Heringových zákonů)**, stejně jako se při placebo efektu neobjevuje počáteční zhoršení (pokud o něm pacient není dopředu obeznámen). Pak se může jednat o tzv. nocebo efekt, což je fenomén podobný placebo, tedy stav, kdy někomu řekneme, že se jeho stav může zhoršit a on se skutečně zhorší. Ani v tomto případě ale nevidíme dlouhodobé celkové zlepšení, návrat starých symptomů, pohyb symptomů zevnitř ven a odshora dolů atd.

Otázka: Mluvil jsi o šesti typech počátečního zhoršení, můžeš k tomu říct něco víc?

P. Zachariáš: Ano, zhoršení se může objevit z několika důvodů.

První situací, kdy může zhoršení nastat, aniž by šlo o reakci na správný lék, je podání léku, který způsobí proving, tedy zkoušku léku. Aby lék v potencované podobě způsobil u člověka proving (vyvolal některé ze symptomů, které jsou pro daný lék typické), musí na něj tento člověk být velmi **citlivý**. I na správný lék ale musí být člověk citlivý, protože jinak by na potencovaný lék nemohl reagovat. V čem je tedy rozdíl? U léku, který způsobí proving, jde o situaci, kdy lék přesně neodpovídá zvláštním a charakteristickým symptomům pacienta, ale i přesto je na něj člověk velmi citlivý. Např. máme člověka, u kterého je indikován *Phosphorus*, ale dostane *Tuberculinum*, protože v jeho rodinné anamnéze se opakovaně vyskytla tuberkulóza. V tomto případě *Tuberculinum* není indikováno symptomy pacienta, ale i přesto na něj daný člověk bude citlivý právě v důsledku tuberkulózy v rodinné anamnéze. Právě díky této citlivosti bude mít *Tuberculinum* schopnost vyvolat u dotyčného reakci. Jednou z možných reakcí je proving, tzn., že po podání léku nastane silné zhoršení, během kterého se objeví symptomy typické pro *Tuberculinum*, nicméně toto počáteční zhoršení nebude v případě provingu následováno celkovým zlepšením. Původní symptomy zůstanou nezměněny, ale k nim se přidá několik dalších ze symptomatologické řady léku *Tuberculinum*.

Jedním z klíčových znaků, kterými se projevuje zhoršení, jež je součástí provingu, je jeho velká závažnost. Představte si dítě, které trpí na opakované kašle a jeho simillimem je *Phosphorus*. My mu ale místo *Phosphoru* dáme *Antimonium tartaricum*. Pokud bude dítě k tomuto léku dostatečně citlivé, bude mít u něj *Antimonium tartaricum* schopnost vyvolat proving. Krátce po jeho podání se u dítěte objeví kašel, který bude velmi závažný, se silnou dušností a rachocením hlenu na plicích, což jsou typické symptomy *Antimonii tartarica*, tedy léku, který v tomto případě způsobil proving. Lék neovlivní tenden-

ci ke kašli, nezmění ani ostatní symptomy, ale objeví se symptomy nové, které jsou pro *Antimonium tartaricum* typické, spolu se závažným zhoršením a bez následného celkového zlepšení.

Druhá situace, která se v praxi objevuje mnohonásobně častěji než proving, je ta, že podáme lék, který je svými symptomy pouze částečně podobný symptomům pacienta, ale neodpovídá celému případu, např. je podán lék jen na základě lokálních symptomů, kupříkladu *Thuja* na bradavice. V důsledku částečné podobnosti symptomů bude člověk na tento lék reagovat, ale reakce bude pouze částečná, nikoliv komplexní. Díky tomu bude mít tento lék schopnost ovlivnit symptomy, se kterými se u něho kryje, např. zmizí bradavice, ale objeví se jiné potíže, které si lidé s podáním homeopatického léku běžně nespojí. Kvůli tomu tak může začít hůře spát, být více plačtivý, podrážděný nebo cokoliv jiného. U dětí s lepší vitalitou se po částečně podobném léku nestane buď vůbec nic, nebo poté, co bradavice zmizí (v případě částečně podobného léku často bez jakéhokoliv počátečního zhoršení), se za nějakou dobu znovu objeví, a to většinou ve větším počtu než před jejich odstraněním. Tato reakce ukazuje, že podaný lék symptomy pouze potlačil. Stejnou reakci vidíme u většiny alopatických léků, např. po aplikaci kortikoidů se ekzém zlepší (bez počátečního zhoršení), aby se vrátil velmi brzy ve stejné nebo ještě horší podobě, po podání léků proti bolesti hlavy (analgetik) se bolest hlavy zlepší (bez počátečního zhoršení), ale nevyléčí se sklon k opakovaným migrénám, a migréna se tak za čas znovu vrátí atd. U lidí s horší vitalitou dojde pomocí alopatických (ale i homeopatických) léků snadněji k potlačení. Pak např. ekzém po aplikaci kortikoidních masť sice úplně zmizí, ale dítě začne být nemocné vážněji, např. se u něj rozvine astma, v horším případě se mohou objevit psychické problémy. To samé pozorujeme např. po dlouhodobé léčbě bronchitid nebo jiných akutních infekcí opakovaným podáváním antibiotik. Nejde tedy o zákonitost mající vztah pouze k homeopatii, ale jde o reakci organismu na potlačující léčbu, ať už je jakákoliv. Přesto, že se ve většině případů po podání částečně podobného léku počáteční zhoršení neobjeví, může k tomu v některých případech dojít. V takové situaci však počáteční zhoršení není následováno celkovým zlepšením, ale dojde pouze k tomu, že se změní původní symptomy bez celkové úlevy.

Jak již bylo nastíněno výše, to, jakým způsobem se symptomy změní při podání částečně podobného léku, závisí na síle konstituce (úrovni zdraví).⁷ U velmi zdravého člověka je obranný mechanismus silný a podobný lék nebude mít na organismus žádný efekt. U lidí, kteří jsou na tom trochu hůře (a patří tedy do nižší úrovně zdraví), dojde k tomu, že se symptomy změní v rámci jedné úrovně, ale organismus je stále dostatečně silný na to, aby uchránil hlubší části organismu před důsledky potlačení. Např. pacient přijde měsíc po podání léku na kontrolu a řekne, že nemá průjem, ale místo toho má teď pro-

⁷ Podrobněji v kapitole č. 6: Úroveň zdraví

blémy se zácpou, hlava ho již nebolí vlevo, ale vpravo, a není unavený nejvíce ráno jako dříve, ale večer. Pokud vidíme takovou změnu symptomů bez skutečného celkového zlepšení, můžeme si být jisti, že podaný lék byl pouze povrchně působící. V takovém případě je před podáním jiného léku nutné vrátit se k původnímu obrazu symptomů, a právě tato originální symptomatologie by se měla stát jediným vodítkem k novému léku, jelikož nové symptomy nejsou přirozenými symptomy dotyčného člověka, ale pouze reakcí na částečně podobný lék, který původní symptomy jen modifikoval.

U lidí, kteří jsou na tom ještě hůře, dojde k tomu, že u nich např. zmizí ekzém a objeví se astma nebo poruchy chování či jakýkoliv jiný problém, který je závažnější než problém původní, v tomto případě ekzém. Pokud se toto stane, znamená to dvě věci, a sice:

1. Dotyčný má poměrně nízkou úroveň zdraví, protože u něj došlo snáze k potlačení nemoci do hlubších částí organismu.
2. Podaný lék nebyl správný a je tedy nutné **na základě původních symptomů hledat nový a lepší lék. Další lék může být předepsán na nové symptomy pouze v případě, že dávají dohromady jasnější obraz symptomů některého homeopatického léku.**

Dalším případem, kdy může zhoršení nastat, je situace, kdy člověk vysadí alopatické léky. Např. máte člověka, který používá mnoho let kortikoidní krémy, které pak vysadí. To pochopitelně způsobí zhoršení, ať už je homeopatický lék správný či nikoli. V takovém případě bude nutné zjistit, zda došlo k celkovému zlepšení ostatních potíží, aby bylo možné posoudit, zda se objevují nějaké další znaky toho, že podaný lék skutečně působí jako similitimum.

Další typ zhoršení můžeme vidět u hysterických lidí. Takový člověk vám zavolá a řekne: „Když jsem přišel domů, začal jsem si na internetu číst obraz léku, který jste mi doporučil, a za chvíli se mi začaly objevovat jeho typické příznaky.“ V tomto případě je jasné, že lék sám o sobě nemá se zhoršením nic společného a je nutné vyčkat na skutečnou reakci a poté posoudit efekt léku podle dalších typických znaků, jako je celkové zlepšení, návrat starých symptomů atd.

Poslední situací, kdy budete konfrontováni se zhoršením, jsou hypochondričtí pacienti, kterým se např. lehce zhorší rýma, což v nich vyvolá tendence vám telefonovat a naléhat, že musíte zasáhnout, protože se dusí. Přestože stav není nijak závažný, je ideálním doporučením okamžitá návštěva lékaře, který jako jediný může situaci posoudit.

Otázka: A co když se nejedná o hypochondrického člověka, a zhoršení, které se po léku objeví, je velmi silné, např. velmi prudká akutní nemoc?

P. Zachariáš: Existuje pravidlo, že pokud je člověk v jakémkoliv ohrožení, je nutné zasáhnout. Takže pokud takový člověk užije lék a objeví se zhoršení, u kterého stav ne-

dovoluje čekat (bez ohledu na to, zda je po podobném nebo přesném léku), je nutné něco dělat. Dám vám příklad. Máte pacienta, který má deprese a žádné fyzické symptomy. K tomu navíc zjistíte, že neměl několik let žádnou akutní nemoc. Tyto informace znamenají, že jeho úroveň zdraví se pohybuje poměrně nízko (konkrétně skupina C).⁸ To, že potíže jsou soustředěny do emoční roviny, spolu s faktem, že organismus není schopen generovat akutní nemoci, znamená, že pokud se po léku objeví akutní nemoc, bude pravděpodobně vážnějšího charakteru. V této situaci existuje pravidlo, že **čím dříve po léku se akutní nemoc objeví, tím méně závažný má průběh a tím lepší je prognóza týkající se chronických potíží**. Důvod pro toto pravidlo je jednoduchý. Čím dříve po podání léku na chronické problémy organismus dokáže vyprodukovat akutní nemoc, tím více síly má, a to nám dává lepší prognózu. Nicméně pokud se setkáte s takovým případem a za 3 měsíce se objeví velmi silná a vážná akutní nemoc, je nutné na ni předepsat lék. Pokud lék nemá efekt, musí člověk užít alopatické léky, protože je tato situace může ohrozit.

Otázka: To znamená, že je nyní třeba předepsat lék na akutní symptomy nebo na chronické? A pokud na akutní, nenaruší takový předpis působení předchozího léku?

P. Zachariáš: Lék na akutní nemoc, která se objeví po správném působení chronického léku, je možné dát jen v případě, že akutní symptomy jsou velmi silné a dotýčný je nevládne sám, bez léků. Pokud taková situace nastane a akutní symptomy dávají dohromady čistý obraz nějakého léku, vždy je nutné předepsat na tento akutní obraz symptomů, nikoliv na chronický, protože v homeopatii se vždy snažíme předepsat na nejsvrchnější vrstvu symptomů, a v tomto případě jsou to symptomy akutních potíží, které tuto nejsvrchnější vrstvu tvoří. Pokud ale nastane situace, kdy akutní nemoc nemá čistý obraz symptomů, je nejlepším řešením vybrat lék na základě chronických symptomů, tzn. zopakovat původní lék, pokud jsou stále přítomné jeho symptomy nebo pokud se neobjeví nové symptomy.

V případě, že je lék předepsaný na akutní potíže skutečně přesný a je podán ve správnou chvíli, nemůže působení chronického léku narušit. To, co ale působení „chronického léku“ narušit může, je podání nepřesného léku, a to bez ohledu na to, zda je předepsán na akutní nebo chronické potíže.

Antibiotika naopak ve většině případů působení chronického léku naruší, ale mohou v akutní krizi člověku zachránit život. Zdraví a bezpečí člověka by pro každého, kdo pracuje s lidským zdravím, měly být vždy na prvním místě.

⁸ VITHOULKAS, G., WOENSEL, E. The Levels of Health: The Second Volume of The Science of Homeopathy. Athens, Greece: International Academy of Classical Homeopathy, Center of Homeopathic Medicine, STR.A., 2010. ISBN: 978-9-6087-4294-9