

Alternativní medicína

Když někdo o sobě prohlásí, že je přívržencem alternativní medicíny, neříká tím vůbec nic. Alternativní medicína je totiž široké pole. Na tom poli rostou nejrůznější diagnostické a léčebné metody. Společné mají jen to, že tč. nepatří do oficiální medicíny. Na jednom konci pole jsou takové, kterým jsme se dosud nenaučili, protože jsme k tomu ještě neměli čas nebo příležitost. Takovým metodám se postupně učíme – a ony přestávají být alternativními. Ještě před několika desetiletími byla akupunktura takovou neznámou alternativní metodou; dnes se učí na lékařských fakultách. Nepřehledný střed pole je plný postupů, na kterých něco je nebo na kterých by něco snad mohlo být. A na druhém konci pole rostou metody, které jsou a zůstanou šarlatánstvím nebo dokonce podvodem.

Rozlišit tyhle skupiny je obtížné. Někteří doporučují jako rozlišovací metodu tzv. Gamalielovu moudrost, je totiž už dva tisíce let osvědčená. Gamaliel, učitel zákona, tehdy doporučil umírněný postup těm židovským předákům, kteří chtěli v zájmu čistého učení pobít Ježíšovy apoštoly. „Pochází-li tento záměr a toto dílo z lidí,” řekl, „rozpadne se samo; pochází-li z Boha, nebudete moci ty lidi vyhubit...”¹ Gamalielova moudrost tedy zní: Nechte to být, čas ukáže. Tenhle postup při rozlišení metod alternativní medicíny nefunguje, protože všechny alternativní postupy se vykazují alespoň nějakými léčebnými úspěchy – i každé šarlatánství. Jak je to možné, jsme se pokusili vysvětlit v kapitole o léčení důvěrou a o placebovém efektu; jsou nemoci vhodné k nejrůznějším praktikám, pomůže při nich kdeco, jen když se tomu věří. Žádná alternativní metoda tedy nezanikne, protože se vždycky najdou lidé, kteří jí budou věřit.

Léčitelé nejen léčí, ale i poznávají nemoci mnohými alternativními způsoby. Společné mají to, že nemocného neprohližejí a nevyšetřují na způsob oficiálních lékařů. Některým stačí prohlédnout moč nemocného, jiní studují duhovku jeho očí. Někteří tzv. senzibilové (lidé nadaní zvláštní citlivostí) rukama, aniž by se nemocného dotýkali, zkoumají jeho auru (prý jakési energetické vyzařování těla), jiní totéž sledují proutkem (virgulí), ještě jiní se soustředí nad fotografií, jiní i bez fotografie určují diagnózu na dálku.

I tady jsou jistě smíchány metody, které se během doby ověří a stanou obecným majetkem světové lékařské obce, s metodami, které se neuplatní nikdy.

Jisté je, že jsou to chyby oficiální medicíny, které otvírají dveře všem alternativním postupům.

Bylina nebo lék?

Mnozí léčitelé různých druhů se shodují na tom, že není možný žádný kompromis. Jedni, kteří se spoléhají jen na modlitbu, říkají: Svěřil ses Bohu; důvěřuj tedy a neruš jeho léčbu nějakými pozemskými prostředky. Jiní, kteří dají na dietu, psychotroniku či byliny, varují před vším jiným, a zvláště před léky z lékárny jako před škodlivou chemií.

Nemocní bývají stavěni před volbu: lék nebo bylina, lékař nebo léčitel. Bývají z toho zmateni, zaráží je ta nesmiřitelnost. Jistě, je mnoho chemických léků, které mají nepříjemné vedlejší účinky, ale jejich hlavní účinek obvykle za to stojí. Navíc nelze vytyčit jistou hranici mezi bylinami a léky z lékárny. Příkladem mohou být kardiotonika – léky, které posilují srdce. Jsou to výtažky z rostlin, většinou z náprstníku. Po staletí se užívaly sušené listy náprstníku. Ale jejich dávkování bylo obtížné, protože obsah účinné látky v listech kolísá podle toho, jak a kde rostlina rostla, kdy se trhala, jak se sušila apod. Proto je výhodnější rostlinný výtažek přesně odměřit do tabletek, aby všechny dávky byly stejné. Jsou tyhle tablety škodlivá chemie?

¹ Nový Zákon, Skutky apoštolů, 5, 33-39.

Nedejme se také svést – pokud jsme věřící – ke zjednodušenému chápání: buď lékař, nebo modlitba. Od Boha nejsou jen nadpřirozené způsoby léčby, ani jen byliny (léky z Boží lékárny), ale přece všechny léčivé síly přírody i znalosti a zručnost lékařů. Takhle smýšleli už dávní Židé, jak dokládá 38. kapitola knihy Sírachovy zvané latinsky Ecclesiasticus:

Vzdávej lékaři patřičnou úctu, protože ho potřebuješ, neboť i jeho stvořil Hospodin. Od Nejvyššího má schopnost léčit... Hospodin stvořil léčivé byliny ze země a rozumný člověk se jich neodřiká... On sám dal lidem vědění, aby byl oslavován pro své obdivuhodné skutky. Jimi léčí a tiší bolest, lékárník z nich připravuje lék... Synu, svou nemoc nepodceňuj, ale pros Hospodina a on tě uzdraví... Pak dej lékaři příležitost, vždyť i jeho stvořil Hospodin. Ať není daleko od tebe, když ho potřebuješ; někdy je úspěch v jejich rukou.

Už před více než dvěma tisíci lety tedy lidé věděli, že modlitba a lék se nevylučují a že přírodní léčebné postupy a moudrost lékařů se doplňují a posilují.

Vzdělání a víra

„Kdož uměním a učením pohrdá, jest podoben k tomu, kterýž by chtěl sukně, kabáty etc. sobě i jiným šíti, avšak krajčovského řemesla by neuměl, jemu se učití nechtěl, ale je haněl a potupoval. Mnoho-li by takový mudrák provedl?.. A ten, kdož by tomu nekrajčímu dal šaty dělati, pohrdna jinými krajčími dobrými a umělými, jak by na tom mnoho získal?“

Problém, zda vzdělání křesťanům pomáhá nebo škodí, je u nás vyřešen už od roku 1567, kdy Jan Blahoslav napsal spisek „Filipika proti misomusům“. Dokazoval v něm, že vzdělanci nejsou církvi ke škodě. Kdo chce učit a kázat a přitom vzdělání odmítá, podoben je tomu nekrajčímu, který se krejčovskému řemeslu nechce učit.

Vzdělání je nástroj, může být – stejně jako všechno na světě – zneužito, ale může a má sloužit k dobrému. Proto se musí vymyslet dobrý systém vzdělávání. O ten se snažili Blahoslavovi následovníci, zejména Komenský. Vzdělání neodděloval od výchovy; do jeho systému patří nejen škola, ale i „škola mateřská“, tj. výchova v rodině. Dnes víme, že nejvíc vychováváme, dokud vědomě nevychováme, totiž do tří let dítěte. Tehdy si dítě do sebe vtiskuje naše modely chování i atmosféru, která v rodině panuje. Výchova se děje víc příkladem než slovy. „Vychováváme nejprve sami sebe před svými dětmi!“, říkal proto prof. Matějček. To platí nejen v rodině, ale i ve škole; nejvíc ovlivní příkladný učitel – dokáže nejen naučit, ale i strhnout a nadchnout. Jen mít na takové učitele štěstí!

Opravdoví vzdělanci nemají ani problémy se svou vírou. Víra a vzdělání totiž nestojí proti sobě, naopak se navzájem obohacují. To polovzdělanost je nebezpečná – jak v církvi, tak ve společnosti.

Tradiční čínská medicína

Čínská medicína je alternativní pouze svým původem ze vzdálené země, která se během několika tisíciletí vyvinula ve zcela svébytný myšlenkový svět. Čínská medicína je v tomto myšlenkovém světě něčím zcela samozřejmým a přirozeným a není na ní nic alternativního. Má v sobě uloženy tisícileté zkušenosti a pozorování; její tradice je ještě delší než tradice naší medicíny.

I čínská medicína má však svá omezení. Číňané vědí mnoho o účincích bylinných léků a jsou mistry v akupunktuře. O utváření a funkci vnitřních orgánů vědí naopak málo. V Číně se totiž nikdy

nepitvalo; veškeré znalosti o vnitřních orgánech pocházely jen z lékařského dohledu při mučení a popravách. Tehdy se lékaři naučili, že v těle jsou orgány „duté“, jejichž otevření moc neznamená, a orgány „plné“, jejichž poranění znamená rychlou smrt.

Čínská medicína se neučí jako naše podle funkčních systémů, jejich poruch a příslušných chorob, dívá se vždy na celého člověka a učí se na příbězích: „Žena taková a taková vypadala takhle a měla takovéhle potíže. A toto jí pomohlo.“ Čínští studenti se učí množství takových modelových příběhů a pak při vyšetření pacienta hledají, který příběh se na něj hodí. K základnímu příběhu patří ovšem i jeho teoretické podepření v duchu taoistického učení o navzájem se vyvažujících systémech jin a jang. Cílem čínské medicíny je dosáhnout opět rovnováhy, kterou narušila nemoc.

Čínští lékaři rozlišují v lidském těle pět rozhodujících orgánů – játra, srdce, slezinu, plíce a ledviny. U zdravého člověka pracují všechny harmonicky. „Oslabení“ některého z nich vyvolává nerovnováhu a tím nemoc. Rovnováhu je možno znovu dosáhnout určitými dietními a bylinnými postupy nebo akupunkturou.

Když si uvědomíme, že Číňané vlastně o skutečné činnosti jednotlivých orgánů málo vědí, pochopíme, že diagnózy „oslabení jater“, „oslabení sleziny“ a pod. jsou nálepky na určité celkové klinické obrazy a s játry či slezinou, jak je známe z naší medicíny, nemusejí mít nic společného. Příběh si můžeme upravit takto: „Ta žena vypadá tak a tak a má takovéhle potíže – tomuto celkovému obrazu říkáme ‚oslabení sleziny‘ – a pomůže jí toto.“

Tisíciletá zkušenost ukazuje čínskému lékaři, co pomůže. Ani tisíciletá zkušenost však není stoprocentní zárukou; co se traduje dlouho, nemusí být nutně správné. Vzpomeňme zemitého názoru Antonína Důry z Vančurova Rozmarného léta: „Copak staří oslové hýkají lépe?“

Součástí tradiční čínské medicíny je také podávání živočišných produktů, nejen rostlinných. Mezi nimi je oblíbený prášek z rohu nosorožce, údajně zázračný lék na podporu potence. Roh nosorožce je pouhá rohovina, je účinný stejně jako naše nehty a vlasy, pro tisíciletou víru v jeho působení je však o něj velký zájem a obchod s rohy nosorožců jen kvete. Poptávce nemohou odolat afričtí pytláci a v důsledku toho jsou nosorožci v Africe na pokraji vyhubení. Ani čínské byliny nejsou bez nebezpečí; u několika desítek až stovek žen, které užívaly dlouhodobě směs čínských bylin „na hubnutí“, se objevilo těžké poškození ledvin v průkazné souvislosti s látkami, obsaženými v bylinách. Poškození dostalo i odpovídající název – Chinese herbs nephropathy, tedy onemocnění ledvin z čínských bylin..

Akupunktura má za základ učení, že v těle kromě cév a nervů jsou ještě dráhy, kterými proudí energie. Na těchto drahách jsou body, jakási střediska energie, a ty je možno buď podráždit, nebo uklidnit tím, že se do nich vbodne zvláštní jehla. Tyto body jsou jednak na těle, jednak všechny soustředěny ještě na ušním lalůčku a na plosce nohy. Akupunkturisté vbodávají jehly jednak do bodů na těle, jednak do ušního lalůčku. Ploska nohy je vhodná spíše k masáži (akupresuře).

Akupunktura vznikla pravděpodobně na základě dlouhodobé zkušenosti, že dráždění určitých míst na povrchu těla vede ke změnám funkce vnitřních orgánů. „Dráhy energie“ jsou pak jakýmsi výtvarným vyjádřením této zkušenosti. Ať si o drahách myslíme cokoliv, akupunkturální body skutečně existují, je možno je najít a pod mikroskopem sledovat jejich složení, odlišné od okolní tkáně. A dráždění těchto bodů skutečně ovlivňuje tělesné funkce.

Body je možno nejen najít, ale i elektricky změřit jejich potenciál. Tak může být akupunktura nejen léčebnou, ale i diagnostickou metodou. Podle toho, které body jsou podrážděné (jsou i na dotyk citlivé), můžeme soudit na choroby různých orgánů.

Akupunktura se ovšem stále jen učíme. V Číně jsou na příklad schopni i operovat bez narkózy – celkové znecitlivění navozují akupunkturou. To je jistě žádoucí cíl i pro nás – vždyť naše celková anestézie je vlastně sice řízená a sledovaná, ale přece otrava až do bezvědomí.

Protože při nedostatečné desinfekci akupunkturálních jehel hrozí nebezpečí přenosu AIDS, hledají se způsoby, jak se obejít bez jehel. Body je možno dráždit laserovým paprskem (to jsou ty i u nás prodávané přístroje na akupunkturu) nebo prostě dotykem a masáží. A to je akupresura.

Akupresura využívá bodů, které jsou známy z akupunktury. Body se však nedráždí vpichem jehly, ale stiskem, tlakem či masáží. Akupresura je tedy vhodný způsob, jak si může člověk pomoci od některých nepříjemných příznaků sám.

Zajímavostí akupresury je, že na plosce nohy jsou údajně body všech vnitřních orgánů. Naši předkové, kteří chodili bosí, si nevědomky stále masírovali tyto body a – podle odborníků v akupresuře – udržovali si tak zdraví.

Tradiční indická medicína

Stejně jako čínská medicína je i tradiční indická medicína „normální“ medicínou odlišné kulturní a myšlenkové oblasti. Má také úctyhodně dlouhou tradici, velké zkušenosti s dietami a přírodní léčbou a může se pochlubit mnohými léčebnými úspěchy. Také indický tradiční lékař příliš na nemocného nesahá. Pozoruje jeho barvu, jazyk, rty, nehty a oči, pohmatem vyšetřuje pouze puls.

Teorie, které jsou na indické zkušenosti navázány, jsou od čínských naprosto odlišné. Tady není základem taoismus, ale domácí indické učení uložené ve védách. Proto se o indické tradiční medicíně mluví také jako o „védské medicíně“². Indové mají jinou představu světa než Číňané, jinak řadí hlavní „elementy“ – těch je podle nich pět: prostor, vzduch, oheň, voda a země. Různé lidské typy se liší podle toho, které elementy se v nich kombinují.

Postavíme-li čínskou a indickou tradiční medicínu vedle sebe, uvidíme, že obě mají úspěchy se svou přírodní léčbou, přestože každá vypráví o něčem jiném. Kdyby platila čínská teorie, je indická teorie nesmysl, a naopak. Na teorii tedy asi tolik nezáleží, teorie odvisí od myšlenkového světa, k němuž přináležíme. Na názvosloví také moc nezáleží – stejné věci můžeme popisovat i jmenovat různě podle toho, jak je v kraji zvykem. Nesmíme si však nikdy myslet, že náš výklad a naše názvosloví jsou ty jediné správné, a proto je musí převzít celý svět. To není jen kritika vášnivých zastánců východních nauk, kteří nemohou být bez „oslabení sleziny“. Je to zrovna tak kritika do vlastních řad: I v našem názvosloví uvízly představy, které nemají se skutečným lidským tělem a jeho funkcemi nic společného. Podobně jako v Číně i v Indii také my rozdělujeme lidi na různé typy; říkáme jim cholericí, sangvinici, flegmatici a melancholici – a to je (s prominutím) dělení podle „převažující tělní tekutiny“³. Žádná černá žluč sice neexistuje; melancholici podle ní pojmenování však existují.

Z praktik tradiční indické medicíny je u nás nejznámější jóga. Jóga není jen tělocvik, je to celý životní styl obsahující cvičení tělesná i duševní. Základním stupněm jógy, který cvičí tělo, je hathajóga. Její tělesné cviky jsou charakteristické tím, že se při nich nic nedělá švihem, nic prudce. Pomalu se zaujímají polohy, které uvolňují a posilují svaly a působí i na vnitřní orgány. Tisíciletá zkušenost jógy vede k tomu, že cvičení je mnohem účinnější pro tělesný stav a zdraví než jiné systémy cvičení. Jóga učí relaxaci, odstraňuje řadu funkčních obtíží, uklidňuje, má prý i preventivní účinek – zvyšuje odolnost proti některým chorobám. Zvláštním přínosem je jógové dýchání. Využít jógy a naučit se

² Je dobré si uvědomit, že ze sanskrtského slova „véda“ vzniklo naše slovo „věda“.

³ U cholericí prý převažuje žluč, u sangvinika krev, u flegmatika „studená tělesná tekutina“ - hlen či sliz, u melancholika „černá žluč“. Toto dělení lidí podle temperamentu zavedl už Hippokrates.

ovládat dýchání může být velkou pomocí např. u astmatiků. (Musím ovšem poznamenat, že jsem vyšetřoval nemocné astmatem, kteří se věnovali józe a velmi si pochvalovali, že jejich obtíže zmizely; subjektivně se cítili úplně v pořádku – a to je samozřejmě dobře, ale objektivní funkční hodnoty jsem jim naměřil stejně špatné jako dříve.)

Evropské bylinkářství

Stejně jako v Číně a Indii, má i naše tradiční léčba tisíciletou tradici. Příkladem může být Mattioliho herbář. Pietro Andrea Mattioli (1501-1577) byl italský renesanční lékař. Jako správný humanista pročetl kdejaké lékařské spisy, počal od starých Řeků a Římanů a veškeré zkušenosti s užíváním léčivých bylin shromáždil do svého herbáře. Vydal ho nejprve italsky, pak latinsky. Roku 1554 přišel Mattioli do Prahy jako osobní lékař českého místodržícího Ferdinanda Tyrolského. Už osm let na to vydal herbář v Melantrichově nakladatelství v českém překladu Tadeáše Hájka z Hájku. Tadeáš Hájek byl také univerzální humanistický vzdělanec a Mattioliho herbář doplnil řadou českých bylinkářských zkušeností. V této podobě se Mattioliho herbář přetiskoval opakovaně, naposled ve 20. století, a po staletí byl základem české bylinkářské praxe. Pro příklad jsem vybral několik Mattioliho doporučení k používání přípravků z chmelu:

Vnitřně požitá syrová šťáva z chmele mocně žene stolice. Vařená působí slaběji, avšak proti tomu znamenitě slouží při zacpání všelikých vnitřních orgánů, vyháni z těla obojí žluč, čistí krev a přivádí močení.

Kořen odnímá všeliká zacpání, zvláště jater a sleziny.

Pití odvaru vršků chmelových, dále rutky polní, boráku, volského jazyka, pelyňku a čekanky v kozí syrovátce čistí krev od horkokrevnosti, činí tělo pěkným, zahání píhy, skvrny, svrab těla, jeho žlutost, zelenost, horkost krve, malomocenství, francouzskou nemoc, lišeje a červenost tváří se zlou zsinalostí.

Proti zimnici tří- i čtvrtodenní vař vršky chmelové s jitrocelem ve vodě a požívej.

Udiš-li ryby, maso a ptáky, podkuřuj je chmelem a kopřivami, neboť to chrání před červy. Pítí semene moří škrkavky v břiše, vyháni čmýru a moč.

Vpouštění výše uvedené šťávy do uší chrání je před všelikým porušením a hnitím a zahání z nich zápach.

Nápařka připravená z chmelového květu dobře prospívá pevně uzavřené matce i lidem, kteří obtížně močí, ba i těm, kteří cítí v měchýři kámen, když mají močiti.

Proti otoku a tvrdosti lůna a také proti těžkému močení je dobré, aby ženy seděly ve vaně na chmelovém kvítí.

Zapáchající nohy zasypávej tímto práškem: Z oné žlutosti hlaviček chmelových, kamence a duběnek udělej prášek, který zasypávej mezi prsty a do obuvi dej si mech nebo dubové listí. Tento prášek také moří červy v ranách.⁴

Všechny tyto údaje dokládají v první řadě, že Mattioli byl pilný sběratel veškerých receptů, není to důkaz, že všechno takhle skutečně funguje. Obávám se, že s čínským i s indickým bylinkářstvím je to podobné.

Medicína založená na důkazech

⁴ K tomu jen několik jazykových poznámek: *Francouzská nemoc* je syfilis. *Čmýra* je menstruace. *Matka* je děloha.

Naše medicína se od všech alternativních směrů liší – je založena na důkazech⁵. Takhle to hrdě vyhlášíme. Ano, naše medicína vychází ze staletého výzkumu struktury a funkcí orgánů a systémů. Navíc léky, které podáváme, jsou ověřeny studiemi, konanými podle nejpřísnějších podmínek. Víme tedy, že jsou to léky účinné a jak jsou účinné.

Ale tady naše důkazy končí. Dokonce se poněkud míjejí s potřebami praxe. Výsledky lékových studií jsou statistické výsledky. Říkají například, že ten lék v 70 % případů zabírá výborně, ve 20 % chabě a v 10 % nepomáhá. To je hezké, ale málo zajímavé. Neříká to nic o tom, jak bude ten lék zabírat u mého konkrétního pacienta. Všechny statistické výsledky u jednotlivce neplatí, u něj je to vždycky buď – anebo. Takže navzdory všem vědeckým důkazům musím lék u každého nemocného zkoušet, zda je pro něj ten pravý.

Teprve v posledních létech se ukazuje, že různá reakce lidí na různé léky může být podmíněna geneticky. Mluví se o farmakogenetice a už se objevují možnosti, jak testovat pacienty, ke kterému typu z hlediska farmakogenetiky patří. Až se tohle rozvine, bude snad možné sestavovat léčebný plán pro každého nemocného skutečně na míru.

Kromě různé individuální reakce na léky je tu ještě jedno velké úskalí. Naše důkazy se týkají pouze jednotlivých léků. Náročné a drahé lékové studie musí někdo zaplatit; u jednotlivých léků jsou to farmaceutické firmy, které chtějí své preparáty dostat na trh. Ale naši nemocní mnohdy neberou jednotlivé léky; mnozí užívají celé hrsti různých medikamentů, které jim předepsali různí lékaři. O tom, jak se v lidském těle chová směs léků, jak se léky navzájem ovlivňují, víme velmi málo. Výzkumy vztahů různých léků za studiemi o jednotlivých léčích pokulhávají, protože není, kdo by je zaplatil.

Nejdál je v tomto směru snad geriatric (obor, který se zabývá léčením starých lidí), který už určitě některé léky a některé kombinace léků, které ve stáří nepomáhají, ale škodí, ale i tady to jsou první vlaštovky.

Naše medicína je sice založena na důkazech, ale to neznamená, že víme všechno. Možná, že víme trochu víc než jiní, ale pořád to není mnoho. Určitě nám naše věda neotvírá prostor pro bohorovnou nadřazenost.

Věda, víra a pavěda

Ale přece jen nás lékaře věda od ostatních léčitelů podstatně odlišuje. Tvrdíme totiž – pokud jsme vědci – jen to, co je ověřené. Výsledek jakékoli studie je ověřený, když tu studii za stejných podmínek může zopakovat někdo jiný a dosáhne stejného výsledku. To je základní charakteristika, která určuje, co je věda a co ne.

Vědecké poznání se skládá z mnoha střípků takovýchto ověřených výsledků. Je tedy postaveno na důkazech. Jistěže se můžeme mýlit v jejich interpretaci, ale jednotlivé důkazy platí.

Věda začíná být vědou až s existencí ověřených výsledků. Co je před tím, jsou hypotézy, které je potřebí ověřit nebo vyvrátit. To, že ty hypotézy vyslovil nějaký vědec, není dokladem jejich vědeckosti. Vědou se stávají až po ověření.

⁵ V současnosti je to v medicíně významný trend, mluví se o EBM (Evidence Based Medicine), o medicíně založené na důkazech, tedy o jakémsi kompendiu, shrnujícím poznatky z vědeckých studií, pozorování a zkušeností v oblasti prevence, diagnostiky a léčení chorob, které má být lékaři oporou v záplavě odborných informací, jež se naň ženou.

Vědci netvrdí, že jejich poznání je úplné. Vědí dobře, jak jejich zkoumání probíhá: Stanoví si otázku, vymyslí metodu, jak by se na ni dala najít odpověď, zkoumají a nakonec tu odpověď někdy najdou. Ale s každou odpovědí, kterou se podaří najít, odkryjí řadu otázek, o jejichž existenci neměli předtím tušení. Vědecké poznání tak pomalu roste, ale ještě rychleji roste seznam otázek, na které odpověď není nebo zatím není.

Víme, že pořád víme málo, ale to málo je založeno na důkazech, je ověřitelné, a proto pravdivé.

Víra je něco naprosto odlišného. Víra v Boha, v duchovní síly a jevy se nedá žádnou studií potvrdit ani vyvrátit. Duchovní prožitky jsou individuální; žádným způsobem nedokážeme zajistit, aby je prožil také někdo jiný nebo aby se opakovaly. Ve víře a ve vědě se tedy pohybujeme na různých rovinách, které se neprotínají. Kdo hledá důkazy pro existenci Boha, je směšný. Víra, která by měla ověřitelné důkazy, by přestala být vírou. „Vědecký světový názor“, který dokazuje neexistenci Boha, je zrovna tak směšný. Věda a víra stojí vedle sebe a nevylučují se. Neruší se vzájemně, ani když se setkají v jediné osobě věřícího vědce.

Nebezpečná není víra, ale pavěda. Příkladem pavědy jsou vyprávění, kterými mnozí alternativní léčitelé věncí své metody. Vzpomeňme na Dr. Messmera s jeho „magnetismem“, který neměl se skutečným magnetem nic společného. Vzpomeňme na dnešní léčitele, kteří pracují s „energií“, která je „jiná“ než všechny energie známé z fyziky. Vzpomeňme i na paní Baker-Eddieovou, která dokonce svou podivnou teologii nazvala „novou křesťanskou vědou“. Ačkoliv pavědci vesměs kritizují „vědeckou“ medicínu, pro zvýšení vlastní důvěryhodnosti zavádějí do svých oborů názvosloví, které vědu připomíná.

Tak se pod rouškou „vědy“ opakují tvrzení, pro která není žádný důkaz, a doporučují se různé neověřené metody. Media se o nich šíří s velkým potěšením; na rozdíl od suché vědy, podložené důkazy, jsou to totiž senzační zprávy. A řada lidí pak k těm metodám upíná své naděje a je ochotna za ně vydat značné finanční prostředky.

Vždycky jsem patřil ke skeptickým, vědeckým lékařům. Ale vždycky jsem si uvědomoval, že nevím všechno a že v alternativních metodách může být – bez ohledu na jejich pseudovědecké roucho – nějaké zdravé jádro, které dosud neznáme a které může pomoci nemocným. Proto jsem nikdy nebyl militantní v odmítání alternativců.

Řadu let jsem pracoval na plicním oddělení, kde nejméně polovina mých nemocných trpěla bronchogenním karcinomem, kterému se laicky říká rakovina plic. To je nádor, který stále patří k těm hůře léčitelným. Jen u malé části nemocných dosáhneme uzdravení; u většiny léčíme, prodlužujeme život, snažíme se odstraňovat obtíže, ale nemoc nakonec zvítězí. Pacientům a jejich rodinným příslušníkům jsem musel mnohdy říci tuhle nepříjemnou pravdu. Často zareagovali otázkou, zda bych měl něco proti tomu, kdyby vyhledali ještě nějakého léčitele. Obvykle jsem jim to nezakazoval, jen jsem jim vysvětloval, že naše medicína může pro pacienta udělat sice málo, ale přece něco. Ať si to tedy od léčitele nedají zakázat.

Tak jsem si mohl ověřit účinek mnoha alternativních metod, jejichž reklama „vědeckými“ slovy prohlašuje, že na rozdíl od běžné medicíny dovedou vyléčit zhoubné onemocnění. Moji pacienti zkoušeli všechno od diet a bylin přes homeopatii, clusterovou medicínu, psychotroniku a práci s energií až po zařikávání čarodějnic. Umřeli všichni.

Možná byl jejich život o trochu delší, možná byl snadnější, to nemohu potvrdit ani vyloučit. Určitě jim alespoň trochu pomohl placebový efekt, když použitým metodám věřili. Možná, že jim pomohl i nějaký neprokázaný účinek oněch metod – ani to nemohu potvrdit ani vyloučit. Ale všichni to byli lidé, kteří se léčili konvenčním způsobem a alternativní metody používali navíc. K jakým škodám může

dojít u nemocných, kteří pro „vědecké“ reklamy alternativních metod zavrhnou konvenční postupy a kvůli naději na holuba na střeše se zbaví vrabce v hrsti! Za celý svůj lékařský život jsem se nikdy nesetkal s vyléčením zhoubného nádoru alternativními metodami, ačkoliv jsem mohl vícekrát pozorovat lidi, kteří jim věřili, doufali – a zemřeli.

O poloplňné láhvi

Byla jednou jedna litrová láhev. Kdosi do ní nalil přesně půl litru tekutiny. Přišli dva výzkumníci. Oba pečlivě prozkoumali láhev i její obsah. Jeden prohlásil: „Ta láhev je poloprázdná.“ Druhý: „Ta láhev je poloplňná.“ Oba měli naprostou pravdu, jen jejich tvrzení vzbuzovala opačný dojem.

Můžeme mít přesné vědecké údaje, můžeme je pečlivě publikovat, nic nezatajit a nic nepřidat, a přece výsledek záleží na naší interpretaci. A ta záleží na tom, čemu věříme.

V bioetice je to, čemu věříme, velmi důležité. A pokud jsou naše etické názory postaveny na naší víře, obtížně snášíme odlišné názory. V diskusi pak chceme ostatní natolik přesvědčit o své pravdě, že nám mnohdy nestačí jen interpretovat fakta – mluvit o poloprázdné nebo poloplňné láhvi –, ale začneme fakta desinterpretovat; i jinak poctiví lidé v této oblasti někdy zamlčují, někdy přidávají, někdy překrucují.

Ti, co věří v právo ženy rozhodovat o ukončení svého těhotenství, nepřipustí diskusi o počátku lidského života, protože je to nejisté pole, kde by byl jejich názor zproblematizován. „Dnes už přece každý ví, že lidský život nezačíná početím!“ četl jsem v populárním článku jednoho mediálně zdatného vědce. Tím se diskuse shodí se stolu. Autor se už nemusí zatěžovat vysvětlováním, kdy tedy začíná lidský život, když ne početím, protože to přece „každý ví“.

Ti, co věří v nepatřičnost antikoncepčních metod, vám ve svých člancích a příručkách snesou spoustu zdravotních rizik antikoncepce. Pravdu měli v šedesátých letech minulého století, když hormonální antikoncepce začínala. Od té doby se mnohé změnilo. Přesto ta všechna bývalá zdravotní rizika stále opisují, protože se to hodí.

Ti, co naopak věří v blahodárnost antikoncepce, se tváří, že antikoncepce žádné zdravotní riziko nemá. Ani oni nemají pravdu. Nežádoucích účinků antikoncepce je málo, ale existují.

Budete-li tedy číst cokoliv, co se týká bioetiky, čtete to kriticky. Brzy pochopíte, čemu autor věří; z textu – i rádooby vědeckého – to obvykle trčí jako sláma z bot. A bude vám jasné, proč tedy říká věci tak a nejinak.

Na takovou obezřelost ovšem nezapomínejte, ani když čtete můj text!

Co je „přirozené“

Adjektivum „přirozené“ se dnes skloňuje ve všech pádech, když se mluví o výživě, o zdravém životním stylu a o podobných věcech. Když je něco přirozenější, je to přece správnější, zdravější a tak dále. Domnívám se, že nejbližší přírodě, tedy nejpřirozenější životní styl je ten, který praktikovali naši předkové po staletí a tisíciletí. A protože o jejich životě toho přece jen málo víme, je možné jako příklad přirozenosti přijmout životní způsoby 19. století, o kterém jsme slušně informováni.

V 19. století lidé svůj přirozený tělesný odér nevnímali ještě jako zápach; někteří si byli sympatičtí tím, jak byli cítit, jiní naopak. Stopy toho nacházíme dodnes v některých úslovích: „Ten mi nevoní.“

„Ti dva se sčuchli.“ Kdo chtěl svou vůni-zápach přehlušit, použil voňavku, protože mytí tehdy v módě nebylo. V bytech nebyly koupelny a veřejných lázní bylo málo, ve větším množství vznikaly až začátkem 20. století. Lidé byli často zavšivení, byty zablešené a trávící trakty plné parazitů. Infekční nemoci se zvládaly vlastní silou, protože antibiotika jsou známa až od poloviny 20. století. Malé děti umíraly na spalničky, černý kašel nebo na záškrť, mladí lidé na zápal plic nebo zánět slepého střeva. Řádila tuberkulóza, zvláště ve městech ji prodělali prakticky všichni. Vládl přírodní výběr, přežili jen ti silnější. Když zalistujeme v rodinných pamětech, najdeme pro to jistě doklady. Oba moji rodiče prodělali tuberkulózu, moji prarodiče pravděpodobně také. Moje babička se dožila šedesáti osmi let. Pohřbila dva manžely – první se dožil čtyřiačtyřiceti, druhý sedmačtyřiceti let. Porodila celkem sedm dětí, z toho šest pohřbila – čtyři se nedožily ani jednoho roku života. Jen jediný syn svou matku přežil. Toto byl přirozený život na sklonku 19. a začátkem 20. století.

O přirozenosti dnes diskutují častěji dámy než pánové. Taková dáma má obvykle vlasy módně obarvené, uměle vyrovnané, když byly dříve kučeravé, nebo uměle zvlněné, když bývaly rovné. Obočí má upravené, na obličejí delikátní vrstvu líčidel (někteří tomu říkají, že má „na ksichtu namalovaný lidský obličej“), vrásky uměle vyplněné. A abychom nezůstali jen u hlavy – ňadra má zvětšená a vytvarovaná plastickou chirurgií, břicho zmenšené liposukcí, na těle ani chloupky. Jemně voní vzácným parfémem. Od patnácti let užívá hormonální antikoncepci a kolem čtyřicítky začne uvažovat o prvním dítěti. Dovolává se svých přirozených ženských instinktů a samozřejmě bude žádat „přirozený porod“.

Omlouvám se dámám, jistě nejsou všechny takové, jak jsem vypodobnil, ale přece takových potkávám mnoho. Muži jsou mnohem častěji zarostlí, chlupatí, páchnoucí – tedy mnohem bližší přírodě a tím přirozenosti – a ještě jsem nikdy nepoznal muže, který by se pyšnil svými mužskými instinkty. Také ke mně nikdy nepřišel muž s kožní vyrážkou způsobenou nadměrným sprchováním, zatímco takových žen jsem ošetřoval řadu.

Moje zkušenost mi říká, že o „přirozenosti“ v životním stylu dnes není na místě mluvit. Náš život je snad ve všem nepřirozený. Zrušili jsme přírodní výběr, takže už nepřežívají jen ti nejsilnější. A co do přírodních instinktů jsme na tom stejně jako zdomácnělá zvířata. Stádo volně žijících zvířat se rozprchne, když se objeví predátor, stádo koz nebo ovcí nikoli, instinkt chránící život se u nich ztratil. Je dobré si uvědomit, že i my jsme dnes domestikovaní – a uvažovat a chovat se podle toho.