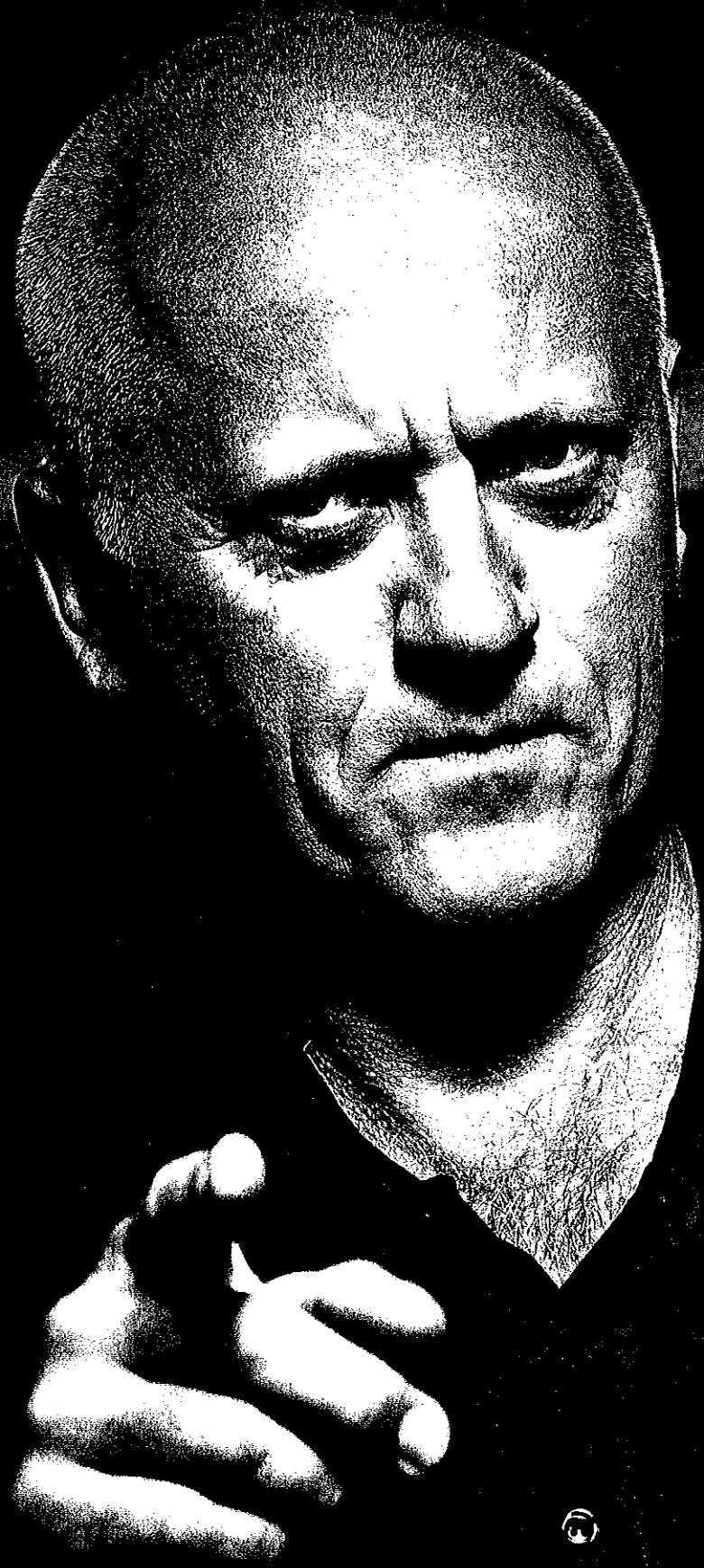


ROZHOVOR



Centrum  
komplexní  
péče

Hnízdil je známý jako  
pracovníků, zejména propojení  
kařů a farmaceutických firem

# TĚŠÍM SE NA EKONOMICKOU KRIZI

## DOKTOR JAN HNÍZDIL: „MÁM PACIENTY, KTERÍ JSOU VDĚČNÍ ZA TO, ŽE DOSTALI RAKOVINU.“

Zeptal se mě, co to mám na loktech. „Zakopl jsem ráno při běhu a odřel si je,“ řekl jsem.

„Aha. Vy máte nějaké osobní problémy?“ pokračoval. „Ne,“ odpověděl jsem udiveně.

„Takže máte potíže v práci?“ „Ani to ne. Přece říkám, že jsem jen zakopl.“ MUDr. Jan Hnízdil, jeden z nejžádanějších lékařů současnosti, se pousmál: „NIC SE NEDĚJE JEN TAK!“

TEXT MILOŠ ČERMÁK FOTO NGUYEN PHUONG THAO

**Ptáte se v ordinaci svých pacientů, jestli jsou šťastní. Neměl byste jim radši změřit tlak?**

To samozřejmě taky dělám. Ale mnohem víc mě zajímají jejich pocity a životní problémy. Podle takzvané celostní neboli komplexní medicíny jsou tyhle informace stejně důležité jako výsledky testů. Vlastně důležitější.

**Co to konkrétně znamená?**

Vezměte si například takovou rakovinu. Ukazuje se, že zdravé lidské tělo i za normálních okolností vyprodukuje buňku, jež je nějak atypická. Která se liší od těch ostatních.

**A začne rakovinné bujení?**

To právě záleží na okolnostech. Pokud má člověk dobrou imunitu, tak tělo tu buňku odstraní a izoluje. Rakovina nemá šanci se rozvíjet. Ale pokud je organismus jakkoliv oslabený, třeba stresem nebo starostmi, nemusí to zvládnout. **Takže receptem proti rakovině je dobrá nálada?**

Vy se smějete a to je dobře, protože si tím zlepšujete imunitu! Ale vážně, existuje uznávaný obor, takzvaná psychoimunologie, který přesně tohle tvrdí. Od toho se odvíjí i koncept léčby, jež vypracoval americký onkolog Carl Simonton. On nijak nepochybňuje standardní léčbu, ale zároveň zjišťuje, jakým způsobem člověk vyčerpal svou sílu a jakými cestami si pro tu rakovinu došel. Pomáhá pacien-

tovi najít důvody, proč onemocněl, a zároveň tím nastartovat samouzdravující síly.

**Problém je v tom, že ve společnosti je teď spíše špatná nálada.**

Přesně o tom mluvím. Do mé ordinace chodí zástupy vystresovaných, naprosto vyčerpaných lidí. Mám plný diář několik měsíců dopředu. A drtivá většina z nich jsou lidé považovaní podle běžných společenských měřítek za velmi úspěšné a schopné.

**Například?**

Před časem jsem tu měl šestatřicetiletého mladého muže. Dokonalý vzhled, úspěšný podnikatel. Čtyři roky bere vysoké dávky antidepressiv. Ptám se ho: „Proč to berete?“ Odpověděl mi, že má sklony k panice. Cítí totální vyčerpání. Řekl mi: „Já jsem tak vyčerpaný, že už ani neudržím v ústí obličej. Nemůžu se podívat na svoje fotky, protože i na nich vidím, jak jsem vyčerpaný. Čtyři roky pátají specialisté po příčinách. Marň.“ Absolvoval desítky vyšetření. Počítačovou tomografii, magnetickou rezonanci, lumbální punkce. Nic. Jediný objektivní nález jsou zhoršené jaterní testy, což odpovídá tomu, že bere léta antidepressiva. A v tomhle stavu skončil v mé ordinaci.

**Co mu je?**

Objektivně nic. Prostě vede život, který dlouhodobě vést nelze. Šestnáct hodin denně v práci, žád-

né víkendy, nulový osobní život.

Ptám se ho, proč to dělá. Říká:

„Pane doktore já mám hrozný strach, že nezabezpečím svou rodinu. Musíte mě dát do pořádku, protože oni jsou na mně závislí.“ Ale on není sám, takových lidí dnes do ordinací různých lékařů chodí spousty. Chtěli by žít stejným způsobem jako dosud, a přitom zůstat zdraví. Oni si neuvědomují, že to nejde. Medicína jim nemá co nabídnout.

**Kromě těch antidepressiv.**

Ale to není řešení. Dnes už celá řada odborníků tvrdí, že i ty nejvážnější duševní poruchy jsou reakcí člověka na život v podmínkách, jež – lidově řečeno – nejsou k životu. Kolegyně z psychiatrie mi nedávno řekla: „Pane doktore, já nevím, jak těm lidem pomoci. Píšu antidepressiva jak na běžícím pásu. Na to jsem nemusela studovat medicínu. Mám dokonce razítko, které dám na recept, abych ho nemusela vypisovat rukou. Případám si jako poštačka, ne lékařka.“ A já, když ty lidi jednoho po druhém ve své ordinaci pozoruji, tak vídám, že je to obraz celé společnosti. **Nepřeháníte? Za vámi chodí nemocní lidé, kteří mají problémy a potíže. To přece není celá společnost.**

Nepochybují o tom ani na moment. Jednotliví lidé i celá společnost žijí způsobem, jenž je energeticky nesmírně náročný. Tlak

na výkon, zvyšující se spotřeba, ztráta osobního života. Poslední statistika České psychiatrické společnosti mluví o tom, že třicet procent lidí v této zemi trpí závažnými duševními poruchami a půl miliónu lidí se léčí. Jak je to možné? Když všichni bereme takové množství prášků? Proč už všichni dávno nejsme šťastní, zdraví a spokojení?

**Tak to je chyba především vás lékařů, že ty léky pacientům předepisujete.**

Přesně. Zásadní omyl moderní medicíny je, že dokážeme příčiny potíží objektivně určit a následně zevním způsobem – léky, operacemi – léčit. Rád cituji britskou studii z roku 2001, která ukázala, že nejméně u 40 procent pacientů se vůbec nepodařilo objektivně zjistit, co jim je. Prošli všemi možnými vyšetřeními, jež nic neodhalila, a jim přesto bylo pořád zle. Ze závěrů té studie vyplynulo, že choroby jsou somatizací neboli ztělesňováním složitých životních situací. Člověk má nějaké životní problémy, neumí je řešit a tělo to časem začne dělat za něj – nemocí. Už dál prostě nemůže.

**Máte konkrétní příklad?**

Pacient přijde za specialistou, že má žaludeční potíže, pálí ho žába. Následuje řada vyšetření, mimo jiné ultrazvuk a gastrokopie, a závěr zní, že trpí gastroesofageálním refluxem. Prosim pěkně, on přišel →

## ROZHOVOR

„JE DNEŠ  
MLUVÍME, ŽE JSME  
NA POKRAJI VELKÉ  
EKONOMICKÉ KRIZE,  
TAK TO JE TAKOVÁ  
SPOLEČENSKÁ  
RAKOVINA.“



**MUDr. JAN HNÍZDIL (1958)** je internista a rehabilitační lékař. Vedle lékařské praxe hodně publikuje, píše články do Lidových novin a na svůj blog na serveru Aktuálně. Je spoluautorem několika publikací i populárních knih, jeho postřehy o nemocech a jejich léčeni vyšly souborně pod názvem *Mým marodům* (Nakladatelství Lidové noviny). Je propagátorem tzv. celostní medicíny a kritizuje systém zdravotnictví, zejména propojení lékařů a farmaceutických firem. V poslední době je také stále silnějším kritikem společenských poměrů a politiky jako takové. Publicity se mu před časem dostalo jako osnovátoru údajného „spiknutí“ proti prezidentu Klausovi, jehož se měl dopustit tím, že s kolegy elektronickou poštou diskutovali o tom, jak by ho bylo možné zbavit svéprávnosti. Působí v Centru komplexní péče v Dobříšovicích u Prahy.

k lékaři s tím, že ho pálí záha, a odchází s papírem, kde je latinsky napsáno totéž. Nezmiňuju se o tom, kolik to stálo času, energie a samozřejmě peněz. Ta samotná diagnóza mu ale ani trochu nepomůže. Je třeba nejdřív odstranit příčinu, proč ho záha pálí. Odpověď je přitom v lidové češtině: „Leze mu to krkem,“ něco nebo někoho „nemůže strávit“. To je vtipné, tahle souvislost mě nenapadla.

V češtině je takových krásných diagnóz ukrytých v jazyce víc. Jen si to poslechněte. Pacienta bolí hlava, „má toho plnou hlavu“. Bolesti zad, „naložil si víc, než unese“. Bolesti nebo bušení srdce, „leží mu to na srdci“. Jazyk prozrazuje, že

Jsou takoví! Mám mladého pacienta, který žil několik let obrovsky stresujícím způsobem života. Řekl mi tady v ordinaci: „Pane doktore, já jsem věděl, že si pro tu rakovinu jdu.“ Pochopil to jako šanci, udělal v životě ten obrat. Odešel z reklamní společnosti a začal žít novým životem. Desetkrát míň stresujícím a běžnou optikou dnešní společnosti taky desetkrát míň úspěšným. A mně k tomu řekl: „Já té rakovině děkuju. Otevřela mi oči.“ A jestliže dnes mluvíme, že jsme na pokraji velké ekonomické krize, tak to je taková společenská rakovina. My to buď pochopíme jako šanci, uděláme obrat a budeme se modlit, abychom se uzdra-

se, zamyslet se a změnit způsob života.

**To nemůžete myslet vážně.**

Samozřejmě se krize bojím. Jako každý člověk. Nikdo nejásá, když onemocní rakovinou. Nevím, co nás čeká. Ale vidím v tom velkou šanci. Buď ten obrat bude vědomý a pokorný, anebo nevědomý, spontánní a násilný. Málokdo si uvědomuje, v jak hrozně křehkém světě žijeme. Že stačí málo. Podívejte se, když třeba někde ve městě nejde několik dní elektřina. Nebo jen nevyvázejí odpadky. Najednou zjistíte, jak málo stačí, aby se civilizace sypala a hodnoty zhroutily.

**Dobře, stanovil jste diagnózu. Zkuste tedy navrhnout léčbu.**

lykání prášků a ekonomická krize se netýká toho, že potřebujeme víc peněz. To je potlačování příznaků, ale ne řešení podstaty problému. Řešením je změnit postoj k životu a změnit chování. Nemoc je doporučený dopis s černým pruhem. Píše se v něm: Otrávil jsi vzduch a teď ho dýcháš. Znečistil jsi vodu a teď ji piješ. Zničil jsi mezilidské vztahy a teď v nich musíš žít. Tak už se, proboha, zastav, nebo tady končíš. Tak je potřeba rozumět i krizi společenské. **Mluvíte hodně politiky. Máte chuť do politiky vstoupit?**

Loni za mnou přišel poslanec Parlamentu, jestli bych se nechtěl stát jeho poradcem pro zdravotnictví. Že ho zaujaly moje názory a že bychom je mohli společně prosazovat. A hned se mě zeptal, co bych mu poradil. Řekl jsem mu: „Sežeňte si semtex, opásejte se a na první schůzi se odpalte.“ Stranický politický systém je tak prolezlý korupcí, že se reformovat vůbec nedá. Vstoupit do něj rozhodně nehodlám. **Uhýbáte z otázky. Neptal jsem se, jestli byste nechtěl dělat někomu poradce, ale zda nemáte ambici být sám politikem. Z některých odpovědí ten pocit mám.**

Tak je ten pocit špatný. Dostal jsem teď nabídku kandidovat v podzimmích senátních volbách. Nemyslím si o sobě, že jsem normální, ale snad ne úplný magor. Jít do politiky v její dnešní podobě je nesmysl. Věřím hodně na občanské iniciati-

## „REFORMA ZDRAVOTNICTVÍ JE V SOUČASNÉ DOBĚ STEJNĚ MARNÁ, JAKO KDYŽ SE SNAŽÍTE UŠÍT NOVÝ KABÁT MRTVOLE.“

lidé intuitivně znají příčiny svých problémů už staletí. Jen moderní medicína to celé komplikuje a chce na všechno najít prášky.

**Jak se tedy tito lidé mají léčit?**

Nemoc je informace o tom, jaký člověk je, jakým způsobem a v jakých podmínkách žije. Aby se uzdravil, musí informaci správně pochopit a svoje chování změnit. Musí udělat zásadní obrat. Ten obrat může být nesmírně těžký. Ale jde to. Mám třeba pacienty, již jsou vděční za to, že dostali rakovinu. **To se mi zdá přitažené za vlasy.**

vili. Jako ten můj pacient. Anebo to nepochopíme a tuhle šanci propásneme.

**Mám pocit, jako byste se na ekonomickou krizi těšil.**

Ale já se na ni opravdu těším! Mě děsí každá zpráva o tom, že se povedlo znovu nastartovat ekonomiku. Je to, jako by nám říkali: „Po přechodném otupení se nám zase podařilo nabrousit pilu, abychom si pod sebou mohli ještě chvíli podfézávat větev.“ Proboha, jenom to ne! Už žádný exponenciální růst. Jediná šance je zastavit

Nemoc je informace pro pacienta, že dělá ve svém životě chybu. A zrovna tak je společenská krize informací o tom, že tu chybu děláme společně. Vy musíte té informaci porozumět. V medicíně v tomhle došlo za poslední roky k velkému pokroku. Když jsem před sedmi lety dělal na klinice, pacienti za mnou chodili: „Doktore, jsem nemocný, dejte mi prášky.“ Dnes je to naopak. „Doktore, už nechci brát prášky. Vysvětlete mi, proč jsem nemocný. Co mohu udělat pro to, abych se uzdravil?“ Nemoc není voláním po po-

vy, jež v několika posledních letech začaly růst jako houby po dešti. A věřím tomu, že každý musí obrat nejdřív udělat sám v sobě, ve svém životě, v profesi. Moje politika je působit na lidi kolem sebe.

#### Myslete na své pacienty?

Mimo jiné. Ale já teď hodně jezdím i po republice a snažím se vysvětlovat lidem, co je to komplexní medicína. Odezva je fantastická. Volají mi lidé, kteří díky komplexní medicíně přišli na to, proč stůňou. Říkají mi: „Přestali jsme chodit po doktorech, vysadili jsme léky na cholesterol ... a je nám dobře!“ **Takže by vás nelákalo být řekněme ministrem zdravotnictví?**

Teď už je tam šestnáctý a stejně jako všichni jeho předchůdci mluví o reformě zdravotnictví. Ale zdravotnictví je jen forma, kterou se expeduje medicína. Problém je v obsahu. Už jsme o tom několikrát mluvili. Spousta vyšetření a léků je úplně zbytečná. Je třeba na to jít opačně. Komplexní medicína lidem pomáhá vysvětlit, jak způsob jejich života souvisí se zdravím. Doplatky, poplatky, pojišťovny ... to je jen nadstavba. Když se nezmění obsah, je forma k ničemu. Reforma zdravotnictví je v současné době

stejně marná, jako když se snažíte ušít nový kabát mrtvole. Můžete ho upravovat a vylepšovat, ale mrtvola pořád víc páchne. Nemyslím si, že by všichni bývalí ministři byli pitomci. I když i těch tam bylo dost. Ale našli se ti, kteří nebyli hloupi, a stejně neprosadili nic. Jednoduše proto, že to nejde.

#### Hloupý nebyl ani David Rath. Sledoval jste jeho případ?

Tak to víte, že mi není lhostejné, že mi zatýkají kolegy a spolužáky. (Směje se.) Někteří už jsou v klepetech, třeba Rath a Barták, a jiní se teprve klepou. A podle mě v těch klepetech taky jednou skončí, anebo by aspoň měli. Myslím tím Ouzkého a Cabrnocha, kteří jsou za miliardovým průšvihem jménem IZIP.

#### Překvapil vás pád Davida Ratha?

Nepřekvapil. Jen jsem nečekal, že bude tak rychlý a hluboký. Několikrát jsme se v médiích sešli ve veřejných diskusích. Byli jsme v rozhlase v besedě o korupci, kde jsem tvrdě odsuzoval, jak farmaceutický průmysl korumpuje lékaře. Třeba tím, že jim kupuje cesty na kongresy v exotických zemích. On se proti tomu tvrdě ohradil, odmítl to označit za korupci a tvrdil, že se jedná

## „NEMOC JE INFORMACE O TOM, JAKÝ ČLOVĚK JE.“

o běžný „jev“. David Rath ve své celé kariéře vynikal neskutečnou drzostí, arogancí a bezohledností. Typický „syndrom hybris“, jak ho v knížce *Nemocní u moci* popisuje neurolog a bývalý britský ministr zahraničí David Owen. „Syndrom hybris“ je, zjednodušeně řečeno, politickou nákazou zpupnosti. Projevuje se vírou ve vlastní výjimečnost a ztrátou soudnosti. Ve starém Řecku označovalo „hybris“ chování smrtelníka, jenž nezná míru. Ale vždy nakonec dojde trestu od bohyně Nemesisy. Což se taky Davidu Rathovi stalo.

#### Vy rád diagnostikujete politiky. Před lety jste se proslavil tím, že jste chtěl zbavit svéprávnosti Václava Klause.

My jsme tehdy s kolegy v uzavřeném kruhu diskutovali o tom, jestli jeho neobvyklé chování nemá nějaké medicínské důvody. Část této diskuse pronikla formou e-mailů ven a jakýsi Adam Bartoš o tom na-

psal článek, jež mimo jiné otiskl i Reflex. Hlavní teze byla zdánlivě šokující: „Chtějí dostat prezidenta do blázince.“ Ale my jen pojmenovali to, o čem si dnes cvrlikají vrabci na střeše. Tentýž Bartoš pak na mě podal trestní oznámení pro podezření z pokusu o vlastizradu ve stadiu přípravy. Na základě toho si mě k podání vysvětlení předvolala kriminální policie. Řekli mi: „Popište nám, jak jste chtěli dostat prezidenta do blázince.“ A já jim odpověděl, že to bych taky hrozně rád věděl. Ať už mně někdo konečně prozradí, jak to udělat. My jsme na nic nepřišli. **Celý rozhovor přemýšlím, jestli z vás vyzaruje spíš skepse, anebo naděje. Pomůžete mi to zjistit?**

Odpovím jinak. Loni jsem měl úžasný zážitek. Byl jsem v Šáreckém údolí venčit psa. Seděl jsem na lavičce a četl si Lidové noviny. Přišla ke mně úplně cizí paní, asi tak kolem pětácti let. Povídá mi: „Nezlobte se, já mám strašnou depresi a krizi, nemohl byste mě na chvíli obejmout?“ A my se tam, dva dospělí lidé, několik minut objímali. Pak řekla: „Děkuju, moc mi to pomohlo,“ a už jsem ji nikdy neviděl. Teď mi řekněte vy: Je v tom skepse, anebo naděje? ■

▼ INZERCE



# PRESTIŽNÍ MĚSÍČNÍK