

Kdo se nechce změnit, nemůže se uzdravit

Na medicínu MUDr. Martin Zahradník jít vůbec nechtěl, ale když ji vystudoval, stala se mu koníčkem. Dnes bývalý primář ortopedie a úrazovky v Příbrami tráví důchodový věk jako ambulantní specialista v Sedlčanech. Zkušenost, že choroba se má léčit dřív, než nastane, se mu nakonec propojila s čínskou a fyziologickou regulační medicínou.

„Jako kluk jsem se chtěl žít muzikou, ale když jsem doma řekl, že půjdu na konzervatoř, rodiče trvali na maturitě. Tak jsem se octl na humanitní větví gymnázia, kde ve třídě byli kromě mě jen tři kluci, a protože všichni šli na medicínu, rozhodl jsem se, že půjdu s nimi. Do té doby jsem měl na vysvědčení spoustu čtyřek, takže ve ‚svatáku‘ jsem se učil 20 hodin denně, vytáhl to na tři jedničky a dvojku z češtiny a po přijímačkách mě na pražskou medicínu vzali,“ popisuje svůj vstup mezi „bílé pláště“ dr. Zahradník.

Začínal na chirurgii v rakovnické nemocnici, ale brzy začal sondovat možnosti, jak se dostat na ortopedii na Bulovce, kde v 70. letech minulého století vzniklo špičkové pracoviště. Když jednou dorazil za buloveckými kamarády, zdejší ortopedická ikona prof. MUDr. Miroslav Slavík, CSc., právě slavila habilitaci. Dr. Zahradník, jenž celý život hraje v několika amatérských kapelách, vzal do rukou housle, a když dozněly, oslavenec usoudil, že ten, kdo suverénně zvládá slavný Montiho čardáš, má dost šikovné ruce, aby mohl dělat špičkovou ortopedickou operativu.

Té se dr. Zahradník na Bulovce věnoval devět let, nějaký čas ve funkci zástupce vedoucího sportovní traumatologie. Z Bulovky přešel na několik let do tzv. Sanopzu, po „sametu“ vyhrál konkurs na post primáře ortopedie a úrazovky příbramské nemocnice. Vedl si tak, že mu letos byla udělena Čestná medaile Františka Kadeřábka za zásluhy o nemocnici a zdravotnictví na Příbramsku.

Od skalpelu k akupunktuře

V Příbrami v letech 1995–2000 ortopedická kariéra dr. Zahradníka vyvrcholila. „Já byl spokojený, když jsem mohl stát od rána do večera na sále. Operovali jsme desetkrát víc než dřív, bylo zde ARO a chirurgie, tak jsme tady ještě dlouho dělali velice široké spektrum výkonů, z toho zhruba padesát totálních kyčelních náhrad ročně. Všechno fungovalo a nikdy jsme neměli žádný odborný průšvih,“ vrací se do doby, kdy míval i 150 hodin přesčasů za měsíc, jedl jednou denně, vyspal se jednou za týden a ještě stihl vychovat z pěti čerstvých absolventů erudované ortopedy, kteří do jednoho atestovali s vyznamenáním a z nichž jeden příbramský primariát převzal.

Jeden z jeho příbramských kolegů, s nímž i muzicíroval, posléze vyrukoval na dr. Zahradníka s nápadem, že otevrou-li si jednou týdně na dvě hodiny ortopedickou ambulanci v Sedlčanech, kde bydlí, budou mít aspoň čas zajít na pivo a popovídat si. Jenže brzy z toho byly dva

dny v týdnu, hodin také začalo přibývat, k tomu ještě pojišťovna od roku 1993, kdy se začaly masově zakládat soukromé praxe, začala tlačit – buď zůstanete pod státem, nebo jděte do soukroma.

Avšak k rozhodnutí definitivně opustit Příbram a začít se cele věnovat ambulanci v Sedlčanech dospěl o dva roky později jinou cestou. „Když bylo mému synovi 17 let, popadla ho dramaticky záda, tak jsem mu nechal udělat CT vyšetření, a byl to ploténkový výhřez, který byl téměř k operaci. Vytáhnul ho z toho jeden z mých příbramských kamarádů akupunkturou. Onemocnění nás oba poznamenalo. Honza pak začal cvičit a dnes má největší studio jógy v Praze, no a já si řekl: Sakra, když to funguje, tak proč to nedělám? Přitom do té doby jsem byl typický materialistický produkt – co nešlo operovat, to jsem neuznával za chorobu.“

Sebezpytnou otázku záhy následovala rázná odpověď – dr. Zahradník absolvoval většinu u nás dostupných akupunkturistických školení, vystudoval např. školu tradiční čínské medicíny, s ní paralelně školu MUDr. Michala Strnada v Hradci Králové a poté ještě TCM Bohemia:



Pro procházky s přítelkyní je Sedlčansko, kde se dr. Zahradník usadil, ideální.

„Pak mi nabídli lektorství akupunktury, tak jsem to asi 15 let na první zmíněné škole čínské medicíny dělal, dnes už mám raději volný čas. Avšak tohle mi změnilo pohled na život i medicínu, po akupunktuře jsem ještě studoval tarot a i-ting, Knihu proměn, která mne fascinuje. Na základě toho všeho jsem dospěl k názoru, že choroba se má léčit dřív, než nastane,“ vzpomíná.

Kolagenové injekce aplikuji k akupunkturním bodům. Vycházím z ověřeného předpokladu, že akupunkturní body vykazují vyšší komunikační aktivitu s okolím, dále že určité body mají určitou specifiku, kdy jsou body specifické pro šlachy, pro cévy a jsou také otevírací body hlavních drah. Když se např. aplikuje do jednoho z bodů na patě a do jednoho na ruce, otevírá se tím celá dráha, takže kolagen lze aplikovat nejen na potřebná místa, ale také komplexněji do organismu.

MD kolagenové injekce pozměnily skladbu pacientů

„Východně laděný postgraduál“ měl za následek, že do ortopedické ambulance dr. Zahradníka vstoupila celostní medicína a s ní často také nemocní, jejichž obtíže kolegy ortopedy, kteří za něj během dovolené zaskakovali, přiváděli do lehkých rozpaků: „Člověče, včera přišla holka, že má alergii na psí chlupy, po ní nějaká ženská, že nemůže mít děti a zítra má přijít jiná s poruchami menstruace...“ referovali po jeho návratu, koho všeho posílají k příslušnému specialistovi.

Zlom přinesla jeho záliba v sebevzdělávání. Před několika lety se octl na kongresu o farmakologii bolesti, kde zazněl údaj, že jen v USA umírá ročně 200 000 lidí na nežádoucí účinky léčiv; odhad pro Evropu činil 80 tisíc. Vzápětí se zúčastnil symposia o léčbě bolesti, kde poprvé slyšel o existenci MD kolagenových injekcí, u nichž nebyl dosud zaznamenán ani jeden případ nežádoucích účinků, což souvisí s jejich složením z prasečího kolagenu a přidaných fytoláték. Aby jejich účinky poznal v praxi, navštívil nejprve jednu ze svých žaček z doby lektorování akupunktury, veterinářku z Milevska, která MD injekce aplikuje psům s artritickými klouby. Viděl, jak zvířata, která do té doby jen ležela, po jejich aplikaci vstala a začala normálně chodit, přičemž efekt placebo je vyloučen. Tak s nimi začal pracovat.

Tímto krokem se dr. Zahradník vrátil do hájemství ortopedie a dnes se takřka výhradně věnuje pacientům s obtížemi pohybového aparátu. Celostní orientace se však z jeho ordinace úplně nevytratila, neboť využívá nabyté zkušenosti, např. tak, že kolagenové injekce aplikuje k akupunkturním bodům. Vychází z ověřeného předpokladu, že akupunkturní body vykazují vyšší komunikační aktivitu s okolím, dále že určité body mají určitou specifiku, kdy jsou body specifické pro šlachy, pro cévy a jsou také otevírací body hlavních drah. Když se např. aplikuje



Dr. zahradník je opravdu zanícený muzikant.

do jednoho z bodů na patě a do jednoho na ruce, otevírá se tím celá dráha, takže kolagen lze aplikovat nejen na potřebná místa, ale také komplexněji do organismu.

S MD kolagenovými injekcemi se začala měnit také skladba jeho pacientů. „Dřív jsem pacienty nerozmazloval, také proto, že jsem jich měl moc. Při první návštěvě jsem se jim naplno věnoval a vysvětlil jim, co všechno mají dělat. Když přišli za půl roku a já zjistil, že nic z toho nedělají, nezhubli ani necvičili, tak jsem jim natvrdo sdělil, že nebudeme vzájemně ztrácet čas, protože já nejsem údržbář, ať už ke mně nechodí. Kdo se nechce změnit, nemůže se uzdravit. No a dnes lidi chodí opakovaně, i po týdnu, objednávat je většinou co dva měsíce. Fakt, že obtíže mizí až po sérii několika kolagenových injekcí, že u opravdu těžkých artróz se kúra zhruba po roce opakuje, ke mně přivádí ten typ pacientů, kteří si svého zdraví přece jen více hledí,“ popisuje, jak to dnes v jeho ordinaci chodí, dr. Zahradník.

Řídím se pacientovou zakázkou

Pacienti na MD kolagenových injekcích tvoří zhruba třetinu jeho dnešní klientely. Nejedna z nich si do kúry pro účinnější odstranění obtíží nechá přidat přípravky fyziologické regulační medicíny, jako jsou zánět moderující **Guna-Flam** či k detoxikaci a drenáži orgánů určené **Guna-Lympho**, **Guna-Kidney**, **Guna-Liver** apod. Nejde však rozhodně o masovou záležitost, protože praxe v Sedlčanech má svá specifika: „Jsem limitován mimo jiné kupní silou místních lidí, kteří berou průměrně okolo 10 000 měsíčně, což se podepisuje na skutečnosti, že je zde jen málo pacientů, kteří se k terapii staví aktivně a chtějí sami pro sebe něco udělat. Proto se vždycky řídím tím, jaká je pacientova zakázka.“

Dr. Zahradník často sáhne i po kortikoidové terapii. S tímto tradičním terapeutickým nástrojem se naučil optimálně zacházet ještě v letech, kdy jako mladý ortoped pracoval v Nemocnici na Bulovce a zabýval se sportovní traumatologií. Dle jeho zkušeností kortikoid, když se píchne ve správném množství a ne často na správné místo, pomůže, i když nejde o kauzální léčbu. Například u dekompenzované artrózy nejde o nic špatného, protože i samotná dekompenzace působí chrupavkám škodu. Má svůj postup, kdy to udělá jednou, maximálně dvakrát. Když pacient přijde potřeť, nabídne mu jinou léčbu.

S příchodem do Sedlčan si dr. Zahradník také uvědomil význam psychické komponenty nemoci, s níž se při operační praxi v nemocnici téměř nesetkal. V ambulanci najednou začal slyšet pacientské nářky na trable doma či v práci, na tlaky, pod nimiž se lidé hrouťí a které jejich organismus „řeší“ chorobou.

Ona nabídka pak sestává ze sofistikovanějších a bezpečných postupů, jejichž součástí bývá i změna životosprávy. „Měl jsem dnes v ordinaci mladou ženu, která v práci celý den sedí u počítače, což si vynahrazuje tím, že běhá nesmyslně dlouhé tratě bez kompenzačních cvičení. Zjistil jsem, že má úplně vyčerpanou tzv. krev jater (termín tradiční čínské medicíny). Úpony šlach podle této koncepce s jaterním systémem souvisejí, takže není divu, že ji začaly zlobit entezopatie. V Číně by ji zavřeli na kliniku, kde by ji půl roku léčili pouze změnou stravy a vyléčili by ji. Strava jako lék funguje bezvadně, protože je to v podstatě fytotherapie. Já se také snažím změnit její jídelníček a přidávám aplikace **MD-Small joints** a **MD-Matrix**, jež fyto složky obsahují. Tyto injekce na achillovku skvěle fungují,“ přibližuje jeden ze svých případů.

Jiný reprezentuje 15 let trvající entezopatie u staršího právníka. Během této dlouhé doby vyzkoušel četné terapie včetně kortikoidů a jeden z lékařů mu dokonce poradil, aby si bolavá místa šlehal kopřivami. „To vůbec není špatný nápad, protože achillovky potřebují trochu prokrvit. Aplikoval jsem mu kombinaci tří injekcí, **MD-Small joints**, **MD-Matrix** a **MD-Tissue**, a výsledky se začaly objevovat až u osmého devátého podání. Pak chodil nějakou dobu na udržovací terapii, dnes už je bez problémů a zase hraje tenis. Achillovka je obecně špatně zásobená od přírody, což ukazují i studie. Když se v ní udělá zánět, krevní zásobení se ještě zhorší,“ říká dr. Zahradník.

Všechno má počátek v hlavě

Nejčastěji ho lidé vyhledávají s degenerativními kloubními onemocněními, bolestmi zad, šlachových úponů a bolestivými stavy obecně, často neurologického původu, kdy jde o uskrtnutý nerv. „S



Při přebírání Čestné medaile Františka Kadeřábka.

oropedickými chodorbami se vždycky dá něco dělat,“ komentuje one spektrum s humorem.

Synonymem onoho dělání je pro něj chiropraxe a dílo prof. MUDr. Karla Lewita, DrSc., jehož četné kurzy absolvoval. Bez lewitovské školy si ortopedii vůbec nedovede představit a je na Příbramsku jedním z mála lékařů, který z ní bohatě čerpá, přičemž ji tvořivě obohacuje o vlastní přístupy: „Když někdo přijde se zablokovaným krkem, zobnu mu dvě jehličky, posadím ho na chvíli na chodbu, za půl hodiny přijde, už skoro s hlavou hýbe, já mu to jen dokrúpnu a je to. Pak jde o to, poprat se s tím, proč to má.“

Samotné hledání příčin mu díky prof. Lewitovi problémy nedělá, ty opět začínají až s pacienty, kteří musí sami něco začít dělat, cvičit, upravit pohybové stereotypy i stravování. Nikdy nesáhá po myorelaxanciích: „Svalová křeč je obranný mechanismus nemocného segmentu, který v zájmu vyléčení člověka znehybní. Jenže když s tím bude chodit, jdu jako lékař s myorelaxancii proti přírodě.“

S příchodem do Sedlčan si dr. Zahradník také uvědomil význam psychické komponenty nemoci, s níž se při operační praxi v nemocnici téměř nesetkal. V ambulanci najednou začal slyšet pacientské nářky na trable doma či v práci, na tlaky, pod nimiž se lidé hrouťí a které jejich organismus „řeší“ chorobou. Také se často začal setkávat s jedinci, kteří jsou nemocní, ale ničeho se nebojí víc než uzdravení. Okolím by je pak přestalo litovat, museli by začít být za sebe odpovědní a starat se o sebe. Dennodenně ponořen do podobných situací si brzy uvědomil, že s pouhými kortikoidy a ibuprofenem v ambulanci nevystačí.

Tohle poznání jej přivedlo nejen k sofistikovanějším postupům, o nichž padla zmínka, ale také se postupně naučil „dostávat“ se lidem do hlavy. „Snažím se jim tyhle věci natuknout, aby si je vyřešili. Například spousta sportovců, co ke mně chodí, neumějí stárnout, jsou to šedesátníci, kteří se pořád chtějí měřit s dvacetiletými kluky a dopadají tak, že buď někde spadnou z kola, nebo je sklátí infarkt. Říkám jim věci, které nejsou populární, že například musí zpracovat skutečnost, že střed života je 35–40 let a pak už to jde rychleji nebo pomaleji dolů. Miluji Carla Gustava Junga, který říká, že do čtyřiceti má člověk bojovat a vítězit a od čtyřiceti se učit naslouchat potůčkům zurčícím z hor do údolí,“ říká ortoped Martin Zahradník.

PhDr. Pavel Taněv



Celý život hraje dr. Zahradník paralelně v několika amatérských kapelách.