
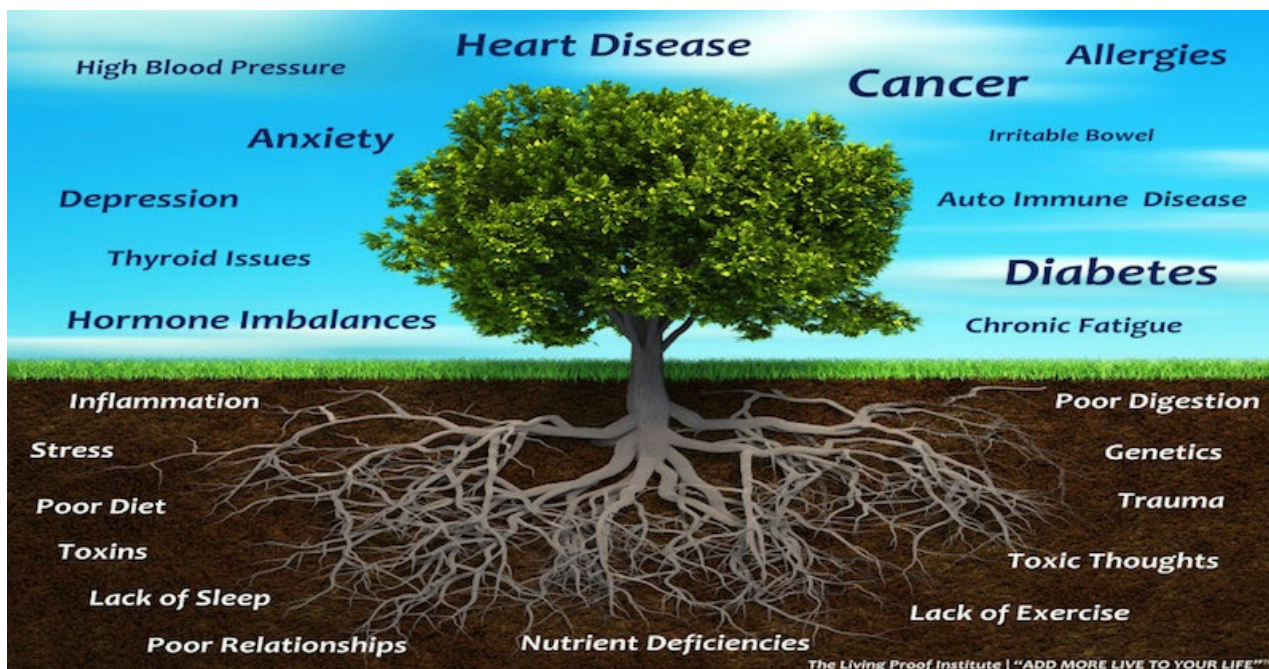


# Funkčná medicína: Spoznajte nový prístup v liečbe pacientov

 [badatel.net/funkcna-medicina-spoznajte-novy-pristup-v-liecbe-pacientov/](http://badatel.net/funkcna-medicina-spoznajte-novy-pristup-v-liecbe-pacientov/)

redakcia

February 14,  
2018



Cestou k uzdraveniu je aktívny proces zmeny človeka. Avšak, súčasné postupy liečenia sú založené na pasivite a to nielen zo strany pacienta, ale bohužiaľ aj lekára.

Čím viac informácií o svojom zdraví a ochoreniach získavame, tým viac sme zmätení z toho, čo je pre nás vlastne prospešné a čo na nás skutočne funguje.

Každý deň sa či už prostredníctvom médií, okolia, zdravotníkov či kníh narážame na množstvo spôsobov, ako bojovať s rozličnými ochoreniami, pričom mnohokrát si tieto publikované postupy odporujú a dostávajú nás do nesprávneho konania. Nehovoriac o tom, aké negatívne dôsledky to má na našu psychiku.

Tým sa spúšťa celý kolotoč zdravotných problémov, s ktorým si náš organizmus, ale aj lekári nevedia dať rady celé týždne, mesiace, roky, ba aj po celý náš život.

## Čo znamená spojenie funkčná medicína?

Funkčná medicína sa vyvíjala od 90.rokov 20.storočia v Amerike a neskôr aj v Európe po boku klasickej medicíny. Vychádza zo zásad tradičnej čínskej medicíny a ayurvédy, no nie je alternatívnou medicínou.

Prvým aspektom z ktorého vychádza je skutočnosť, že ku každému pacientovi pristupuje ako k unikátnej bytosti s originálnym nastavením svojich fyziologických a psycho-sociálnych vlastností.

Aby sa k tomuto aspektu mohlo dostať, je potrebné mať na pacienta a jeho príbeh čas. To je prvý obrovský rozdiel oproti starostlivosti klasickej medicíny, kde nie je čas na nikoho.

Funkčná medicína vyšetruje človeka ako komplexnú bytosť.

Od západnej klasickej medicíny sa líši už v spomínanom prístupe k pacientovi, k chorobe, a z celkovej podstaty uvažovania o zdraví.

---

**Náš tip:** Túžite po pevnom zdraví? Vyskúšajte jedinú spirulinu na našom trhu, ktorá sa suší niekoľko rokov, vďaka čomu má najvyššiu kvalitu. **[Viac informácií tu](#)**

---

Je praktikovaná rovnako študovanými lekármi, využíva moderné prístrojové diagnostiky, krvné testy, zobrazovacie metódy, atď. No namiesto liečenia následkov ochorení, sa zameriava na jeho príčiny a preto musí pátrať po pôvode vzniknutých problémov.

Docieli to jedine personalizáciou a v osobnom, empatickom a ľudskom prístupe ku každému človeku. Človek jednoducho musí pochopiť, prečo vlastne ochorel! Od jednoduchého slovíčka **PREČO** sa odvíja totiž celá liečba.

Funkčnú medicínu môžeme preto chápať aj ako **renesanciu klasickej medicíny**, návrat ku koreňom, ale v modernej podobe.

## Môže byť anamnéza najdôležitejšia?

---

Liečba spočíva predovšetkým zmenou životného štýlu a často taktiež aj v systéme presvedčenia a chovania daného pacienta.

Dôležité je pritom zistiť „históriu“ celého problému, s ktorým pacient do ordinácie prichádza, a následne nastaviť individuálny liečebný plán.

**Choroba je len signál poukazujúci na nerovnováhu vo fungovaní organizmu** na rôznych úrovniach. Funkčná medicína hľadá zdroj tohto signálu. Preto je možné z pohľadu komplexnej medicíny považovať dnešné civilizačné choroby len za ilúzie.

Skutočná príčina sa rozvíja dlhodobo našimi každodennými zlovykmi, nesprávnymi stravovacími návykmi, hektickým životným štýlom, stresom a dnešným životným prostredím, ktoré nám nedovoľuje ani len na chvíľu sa zastaviť, upokojiť svoju myseľ a investovať všetku svoju energiu do nášho vlastného tela.

## Prečo klasická medicína „nefunguje“ vo všetkom?

---

Hlavným nedostatkom liečby a prevencie ochorení postupmi klasickej medicíny je fakt, že sa zameriavajú na príznaky, ktoré sú už len dôsledkom toho, že v našom tele niečo nefunguje správne.

Táto liečba ich dokáže odstrániť rôznymi typmi terapií či liekov, ktoré síce môžu byť aj na

prírodnej báze, no samotný problém len zmiernujú, zakrývajú alebo len odďaľujú.

Pôvod nepohody nášho organizmu však často zostáva neodhalený.

Áno, žijeme možno dlhšie ako v minulých storočiach, ale za akú cenu? Za cenu brania práškov, žitia bez energie, úsmevu, životného elánu, s bolesťami pohybového aparátu...

Stačí, keď sa len pozrieme na svoje okolie. Koľko ľudí je skutočne zdravých fyzicky i duševne a dokáže sa tešiť z každého prežitého dňa, čo by mal byť úplne prirodzený stav?

Ľudia takto začínajú hľadať iné možnosti. Ich bezmocnosť v prekonávaní gradujúcich zdravotných problémov ich napriek materiálnemu komfortu privádza do pocitov ľudskej prázdnoty.

Vtedy odmietajú pomoc v podobe chemicky spracovaných produktov, ale utiekajú sa skôr k pomoci na duševnej úrovni na a pátraním po tom, čo ich vlastne viedlo k prežívaniu tohto stavu a sami seba sa pýtajú:

*„Prečo som chytil nádchu, angínu, prečo aj napriek dodržiavaniu všetkých stravovacích zásad príberám, prečo som práve ja ochorel na rakovinu,..?“*



## Telo a myseľ

Je už dávno známe, že naše telo je s myslou prepojené omnoho viac, ako by sa na prvý pohľad mohlo zdať a sú dokonca štúdie, ktoré to dokazujú.

Psychoterapia je dnes stále viac využívaná medzi rôznymi zdravotnými špecialistami pri liečbe mnohých ochorení nevyliciteľných bežnými invazívnymi postupmi.

V zahraničí prebehol výskum, ktorý sa zamerlal na upratovačky hotelov, ktoré v rámci svojej profesie fyzicky zaťažujú celé telo, no svoju prácu bežne nespájajú s prospešným pohybom.

Polovici z nich bolo ukázané video, v ktorom im bolo vysvetlené, že ich práca spĺňa všeobecné odporúčania lekárov pre šport a zdravý každodenný pohyb a aký úžitok z toho môžu očakávať.

Pri kontrole po mesiaci mali tieto účastníčky výskumu omnoho pozitívnejšie parametre: nižšia hmotnosť, menej telesného tuku, nižší krvný tlak a celkovo väčšiu radosť z práce.

Je to krásny príklad toho, že naše prosté uvedomenie si, že v rámci svojej každodennej rutiny robíme niečo prospešné aj pre svoje telo, vedie k takým istým zmenám (ba ešte výraznejším), ako keby sme museli športovať za účelom redukcie svojej hmotnosti či jednoducho z povinnosti, aby sme nezleniveli.

Uvedené myšlienky môžeme zhrnúť i v nasledujúcom výroku známeho Buddha: **„Sme len výsledkom toho, o čom sme práve premýšľali.“**

## Čo máme teda robiť

---

Jedinou cestou ku skutočnému zdraviu je cielená zmena životného štýlu a uvedomenie si skutočných potrieb svojho organizmu.

Naša vlastná intuícia a počúvanie svojho tela sú tým najlepším lekárom.

Ak takto získame cenné informácie o tom, ako naše telo odpovedá na náš životný štýl a na faktory prostredia, v ktorom žijeme, môžeme zájsť do ordinácie lekára funkčnej medicíny.

**Odporúčame:** Prírodná liečba vysokého krvného tlaku

On vie, že narušenie našej vnútornej rovnováhy má korene v dvoch hlavných oblastiach – vo faktoroch vonkajších, ako je STRAVA, a vo faktoroch vnútorných, psycho-emocionálnych, v ktorých ide hlavne o KVALITU VZŤAHU SAMÝCH K SEBE.

Každý pacient by sa mal dozvedieť, kým skutočne je a čo naozaj v živote chce. Aj to je cesta ku zdraviu a prevencii mnohých zbytočne rozšírených chorôb.

Zdroje: [www.flowee.cz](http://www.flowee.cz), [www.flowee.cz](http://www.flowee.cz), [functionalmedicineuniversity.com](http://functionalmedicineuniversity.com)



---

O autorke

## Natália Marhefková

študentka 2.ročníka 3. LF Univerzita Karlova Praha



V rámci štúdia medicíny sa zaujímam o funkčnú medicínu, problematiku aktívneho životného štýlu a zdravého stravovania. Veľmi rada čerpám nové informácie z článkov a publikácií Dr. Axe, Dr. Mercola, ale inšpiráciou sú pre mňa aj úspešní odborníci z ČR, ako PharmDr. Margit Slimáková alebo MUDr. Ján Vojáček z pražskej kliniky funkčnej medicíny Endala.

Spracoval: Badatel.net

---

## Podobné články

---

- Vyrážky a akné na tvári, krku, čele či lícach prezradia chorobu
- Čínske hodiny sa nemýlia: Zistite, ktorý váš orgán nepracuje správne
- Jednoduchý spôsob, ako si za minútu skontrolujete svoje zdravie len s pomocou lyžičky
- Choroby podľa jazyka: Čo značí žltý, biely, čierny či hnedý povlak?