

FAKULTA ZDRAVOTNICKÝCH STUDIÍ

Studijní program: Ošetrovatelství B5341

**Tereza Andrášiková**

Studijní obor: Všeobecná sestra 5341R009

**Aplikace léčebných metod alternativní medicíny v praxi  
všeobecných sester**

**Bakalářská práce**

Vedoucí práce: Mgr. Stanislava Senderáková

PLZEŇ 2017

POZOR! Místo tohoto listu bude vloženo zadání BP s razítkem. (K vyzvednutí na sekretariátu katedry.) Toto je druhá číslovaná stránka, ale číslo se neuvádí.

## **Prohlášení**

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci vypracovala samostatně a všechny použité zdroje jsem uvedla v seznamu literatury a použitých zdrojů.

V Plzni dne

.....

vlastnoruční podpis

## **Poděkování**

Děkuji Mgr. Stanislavě Senderákové za odborné vedení práce, poskytování rad a také za velkou trpělivost. Dále chci poděkovat svým nejbližším, kteří mi po celou dobu studia byli velkou oporou.

## **Anotace**

Příjmení a jméno: Andrášiková Tereza

Katedra: Ošetřovatelství a porodní asistence

Název práce: Aplikace léčebných metod alternativní medicíny v praxi všeobecných sester

Vedoucí práce: Mgr. Stanislava Senderáková

Počet stran – číslované: 87

Počet stran – nečíslované: 8

Počet příloh: 6

Počet titulů použité literatury: 40

Klíčová slova: alternativní medicína – fytoterapie – homeopatie – léčebné metody – všeobecné sestry

### **Souhrn:**

Bakalářská práce se zabývá léčebnými metodami alternativní medicíny v praxi všeobecných sester, především fytoterapií a homeopatií. Skládá se ze dvou částí – teoretické a praktické.

V teoretické části je popsána alternativní medicína, její léčebné metody, homeopatie a fytoterapie a využitelnost těchto metod v praxi, a to konkrétně v gynekologii a porodnictví, v pediatrii, urologii, geriatrici, dermatologii a ve stomatologii.

V praktické části je popsána metodika, organizace šetření a výběr vzorku respondentů. Následně jsou jednotlivé výsledky šetření uvedeny v tabulkách a v grafech. Výstupem práce jsou informační brožurky, které se zaměřují na možné využití homeopatie a fytoterapie v praxi všeobecných sester na odděleních, kde bylo šetření provedeno. Diskuze obsahuje komentáře výsledků šetření. Závěr se zabývá shrnutím celé práce.

## **Annotation**

Surname and name: Andrášiková Tereza

Department: Nursing and midwifery

Title of thesis: Application of treatment methods of alternative medicine in practice of nurses

Consultant: Mgr. Stanislava Senderáková

Number of pages – numbered: 87

Number of pages – unnumbered: 8

Number of appendices: 6

Number of literature items used: 40

Keywords: alternative medicine – phytotherapy – homeopathy – treatment methods – nurses

### Summary:

My thesis deals with treatment methods of alternative medicine in practice of nurses, especially phytotherapy and homeopathy. It consists of two sections - theoretical and research parts.

The theoretical part describes alternative medicine and its treatment methods, homeopathy and phytotherapy, and applicability of these methods in practice, especially in gynecology, midwifery, pediatrics, urology, geriatrics, dermatology and stomatology.

The practical part describes the methodology, organization of surveys and sampling of respondents. Subsequently, individual results of the survey are presented in the tables and in the graphs. Outcome of this thesis are information brochures, aimed at possible practical use of homeopathy and phytotherapy for the nurses on the department, where the research was executed. The discussion includes comments on the survey results. The conclusion presents a summary of the whole thesis.

# OBSAH

ÚVOD.....	9
TEORETICKÁ ČÁST .....	11
1 ALTERNATIVNÍ MEDICÍNA.....	11
1.1 Poválečná historie alternativní medicíny v ČR.....	11
1.2 Zásady alternativní medicíny .....	12
1.3 Léčebné metody alternativní medicíny .....	13
2 HOMEOPATIE .....	14
2.1 Historie homeopatie .....	14
2.2 Homeopatie v České republice a ve světě .....	14
2.3 Výroba a ředění homeopatických léků .....	15
2.4 Dávkování a užívání homeopatických léků .....	15
2.5 Skladování homeopatických léků .....	16
2.6 Využití homeopatických léků .....	16
2.7 Dostupnost homeopatických léků .....	16
3 FYTOTERAPIE .....	17
3.1 Historie fytotherapie .....	17
3.2 Využití fytotherapie .....	18
3.3 Základní zásady fytotherapie .....	18
3.4 Základní obsahové látky rostlin .....	18
3.5 Přípravky z bylin.....	20
4 VYUŽITELNOST HOMEOPATIE V PRAXI .....	22
4.1 Homeopatie v gynekologii a porodnictví.....	22
4.2 Homeopatie v urologii .....	24
4.3 Homeopatie v pediatrii.....	25
4.4 Homeopatie ve stomatologii .....	27
4.5 Homeopatie v dermatologii .....	28
4.6 Homeopatie v geriatrii .....	30
5 VYUŽITELNOST FYTOTERAPIE V PRAXI .....	31
5.1 Fytotherapie v gynekologii a porodnictví.....	31
5.2 Fytotherapie v urologii.....	33
5.3 Fytotherapie v pediatrii .....	34
5.4 Fytotherapie ve stomatologii .....	36
5.5 Fytotherapie v dermatologii.....	37
5.6 Fytotherapie v geriatrii.....	38

PRAKTICKÁ ČÁST .....	39
6 FORMULACE PROBLÉMU .....	39
7 CÍL VÝZKUMU .....	40
7.1 Dílčí cíle a předpoklady .....	40
8 OPERACIONALIZACE POJMŮ .....	42
9 CHARAKTERISTIKA SOUBORU .....	43
10 METODA SBĚRU DAT .....	44
11 ORGANIZACE VÝZKUMU .....	45
12 ANALÝZA ZÍSKANÝCH ÚDAJŮ .....	46
13 DISKUZE .....	75
ZÁVĚR .....	80
SEZNAM LITERATURY A POUŽITÝCH ZDROJŮ .....	82
SEZNAM TABULEK .....	85
SEZNAM GRAFŮ .....	86
SEZNAM PŘÍLOH .....	87
Příloha 1, Dotazník .....	88
Příloha 2, Žádost o poskytnutí informací ve FN Plzeň .....	90
Příloha 3, Povolení sběru informací ve FN Plzeň .....	92
Příloha 4, Brožury – I. část .....	93
Příloha 5, Brožury – II. část .....	94
Příloha 6, Brožury – III. část .....	95

# ÚVOD

Alternativní medicína je tématem, na které by se dalo vést mnoho diskuzí. Nemá jednotnou definici, dá se chápat jako přírodní léčba, která obsahuje mnoho léčebných metod. Má po celém světě velké množství příznivců a odpůrců v řadách odborníků i laiků. Existuje také neutrální přístup, kdy je alternativní medicína respektována, ale není využívána.

Tématem bakalářské práce je aplikace léčebných metod alternativní medicíny v praxi všeobecných sester. Vybrala jsem si toto téma, jelikož mě jako budoucí sestru zajímá, jaký je postoj všeobecných sester k aplikaci léčebných metod alternativní medicíny v ošetrovatelské praxi, neboť i sestry jsou nedílnou součástí péče o pacienta. Práce je zaměřená především na homeopatii a fytoterapii, a to z toho důvodu, že by se z mého pohledu daly právě tyto dvě léčebné metody nejlépe využít ve prospěch pacienta v běžné praxi všeobecných sester, v podmínkách a prostředí nemocnice. Homeopatie by se mohla kombinovat s klasickými léky a napomáhat tak k rychlejšímu uzdravení. Pozitivem homeopatických léků je, že se účinnost těchto léků navzájem s klasickými léky neovlivňuje. Fytoterapie by se mohla využívat ve formě bylinných čajů, mastí, olejů nebo tinktur.

Alternativní medicína v České republice leží mimo proud klasické medicíny, kdežto v některých zemích je brána jako součást klasické medicíny. Mnoho českých lékařů alternativní medicínu ve své praxi využívá. Alternativní medicína se dle mého názoru nesnaží klasickou medicínu nahradit. Domnívám se, že by léčebné metody alternativní medicíny mohly pozitivně doplňovat terapeutické postupy klasické medicíny. Alternativní postupy jsou pro organismus šetrnější a po finanční stránce méně náročné, ovšem co se týká homeopatických léčiv a jiných alternativ, tak ty u nás nejsou podporovány a hrazeny zdravotní pojišťovnou, kdežto v některých zemích ano.

Několik let se o alternativní medicínu zajímám a patřím mezi její příznivce. Moje praktická dětská lékařka se alternativní léčbou celý život velmi aktivně zabývá a praktikuje ji ve své praxi. Používá především homeopatika, akupunkturu a bylinky, tudíž jsem měla možnost na sobě některé léčebné metody alternativní medicíny vyzkoušet. Jako dítě jsem velmi často trpěla na záněty hrtanu a angíny. Na záněty hrtanu mi pomáhaly homeopatické léky a během angíny mi paní doktorka napichovala akupunkturální body na uších pomocí malých jehliček, což zlepšovalo průběh i dobu léčby.

Je nutno brát na vědomí, že ne vždy je možné tuto přírodní léčbu použít. Pokud se jedná o závažná onemocnění, úrazy nebo život ohrožující stavy, je nutné primárně postupovat dle klasické medicíny. Alternativní medicína se u akutních stavů dá aplikovat pouze jako podpurná léčba. Běžně se využívá i u chronických nemocí. Vhodná je také jako preventivní opatření před onemocněním či jako pomocník na zvýšení obranyschopnosti a podporu imunity.

# TEORETICKÁ ČÁST

## 1 ALTERNATIVNÍ MEDICÍNA

Alternativní medicína, též termín komplementární medicína, nemá jednotnou definici. Může být chápána jako zdravotní péče, která leží mimo hlavní proud klasické medicíny. Alternativní medicína je souborem nejrůznějších diagnostických a terapeutických metod. Jejich spektrum je v dnešní době velmi rozmanité a stále se rozšiřuje. Patří mezi ně jak metody lidové, přírodní, tak i nově vymyšlené metody. Počet metod se nedá přesně stanovit, některé publikace uvádějí desítky metod, jiné až stovky. (Heřt 2011, str. 13)

### 1.1 Poválečná historie alternativní medicíny v ČR

V období po 2. světové válce až do roku 1989 se stala vědecká medicína jediným oficiálním modelem zdravotní péče, ale i přesto laické formy péče lidového léčitelství nikdy nevytizely. Dlouhou tradici v některých oblastech České republiky má bylinkářství, kde jsou znalosti a poznatky předávány z generace na generaci. Soukromé léčitelství nebylo dovolené, ale státní moci se nikdy nepodařilo lidové léčitele v jejich působení omezit. Po revoluci v roce 1989 se cesta alternativní medicíně otevřela. Populární se stala především homeopatie. Dále se začala uplatňovat tradiční čínská medicína, ájurvéda (zahrnuje indické učení), aromaterapie, Bachova květová terapie, léčba dotykem a jiné. (Křížová 2011, str. 25 – 29)

První polovina 90. let byla značně aktivní pro rozšíření a oficiální uznání alternativních forem. V září roku 1991 v Praze proběhlo 1. mezinárodní homeopatické sympozium pod ochranou MZČR. V říjnu téhož roku byla homeopatie uznána jako komplementární léčebně-preventivní metoda. Vědecká rada České lékařské společnosti schválila v roce 1993 homeopatii za léčebnou metodu, kterou může vykonávat každý, kdo má oprávnění léčit. (Křížová 2015, str. 41)

Alternativní medicína se ve druhé polovině 90. let stala předmětem výzkumného šetření, kdy byla provedena šetření pomocí dotazníků mezi lékaři, pacienty, mediky i léčiteli. Byly zjištěny spíše pozitivní zkušenosti, načež na tyto výsledky vznikaly různé publikace či studie. Knižní trh je v současné době zahlcen informacemi o tom, jak o své zdraví správně pečovat, jak využívat alternativní léčebné postupy v praxi a také přibývá českých

i zahraničních internetových portálů o alternativní medicíně a jejích léčebných metodách. (Křížová 2011, str. 25 – 29)

V posledních 20 letech mezi odpůrci a příznivci alternativní medicíny probíhala různorodá diskuze, kdy se neprojevovala snaha o porozumění a pochopení. V průběhu posledních 10 let byly zaznamenány různé názory, argumenty pro i proti alternativní medicíně a ze všech pohledů – pohledem vědy, nemocných, laiků i lékařů. (Křížová 2011, str. 25 – 29)

## 1.2 Zásady alternativní medicíny

Zásad je několik, jsou uvedeny jen ty nejzákladnější. Bez jejich pochopení a hlavně dodržování není možno dosáhnout významných výsledků.

- *Každý člověk má svou nemoc* – neexistují dvě stejné nemoci, proto se u některých postupů musí určit individuální přístup.
- *Nemoci nejsou* – někteří lidé neonemocní ani za epidemie, jiní zase onemocní při objevení jedné bakterie. Proto je důležité jako první krok v alternativní medicíně posílit organismus.
- *Zákon rovnováhy* – zákonem rovnováhy se řídí veškerý život v přírodě. Příklady jsou všude kolem nás, např. odpočinek a práce.
- *Nemocem je třeba předcházet* – nemoci je třeba léčit ve stádiu, kdy se ještě navenek neprojevují.
- *Brát v úvahu stav člověka* – brát v úvahu věk, kondici, odolnost i pohlaví nemocného.
- *Léky přírodního původu* – přípravky jsou čistě přírodního původu.
- *Množství léčiv* – užívá se minimálních dávek léčiv.
- *Dostupnost léčiv a postupů* – léčivé látky jsou obecně snadno dostupné a v porovnání s náklady na současnou medicínu téměř zadarmo.
- *Znalosti* – vše se opírá o znalosti, které jsou k užívání alternativních metod důležité.

(Janča 1990, str. 12 – 17)

### **1.3 Léčebné metody alternativní medicíny**

Léčebné metody alternativní medicíny mají velmi rozmanité spektrum. Mezi nejnámější léčebné metody patří homeopatie, fytoterapie, akupunktura, akupresura, aromaterapie, hydroterapie, masáže, různé směry v psychoterapii a další.

Zaměřila jsem se na dvě léčebné metody alternativní medicíny – homeopatii a fytoterapii, které by se z mého pohledu daly využít ve prospěch pacienta, a to v běžné praxi všeobecných sester, v podmínkách a prostředí nemocnice.

## 2 HOMEOPATIE

Homeopatie se řadí mezi přírodní léčebné metody, vnímá a léčí pacienta jako celek. Termín homeopatie je složený ze dvou slov řeckého původu, „*homeo*“ znamená stejný či podobný a „*pathos*“ strast a útrapy. Základním pravidlem homeopatické léčby je princip „*podobné se léčí podobným*“. Názorným příkladem tohoto principu je například bodnutí včely do ruky. Vytvoří se otok a na ten působí homeopatický lék vyrobený ze včely medonosné *Apis mellifica*. Pokud má člověk alergickou reakci (např. po aplikaci nevhodné kosmetiky) a příznaky jsou podobné jako u bodnutí včelou (otok, pálení, svědění, dochází ke zlepšení studenými obklady), tak i zde bude aplikován homeopatický lék *Apis mellifica*. (www.homeoplzen.cz, 2017)

### 2.1 Historie homeopatie

Homeopatie je 200 let stará metoda, která začala objevy německého lékaře Samuela Hahnemanna (1755 – 1843), který je považován za zakladatele homeopatie. Principem podobnosti se už ve 4. století před n. l. zabýval Hippokrates, který používal léky s podobnými účinky k léčbě nemocí. Následně se tímto principem zaobíral ve středověku lékař a alchymista Paracelsus. Během 19. století se homeopatie postupně objevovala i ve Spojených státech, v Indii, v Rusku a v Africe. Vznikaly školy se zaměřením na homeopatii a v některých se homeopatie stala součástí výuky na univerzitách. V současné době je homeopatie využívána ve sto zemích světa. (www.boiron.cz, 2016, Čehovský 2007, str. 19)

### 2.2 Homeopatie v České republice a ve světě

V současné době v České republice působí 2 lékařské homeopatické společnosti: Homeopatická lékařská asociace a Česká lékařská homeopatická společnost. Homeopatie je uznaná Českou lékařskou komorou od roku 1993. „*Vědecká rada považuje homeopatii za léčebnou metodu, kterou může vykonávat a homeopatické léky předepisovat každý, kdo má oprávnění léčit*“, stojí v zápisu Vědecké rady České lékařské komory se sídlem v Olomouci. V České republice je homeopatie stále více používaná lékaři a lékárníky, u mnoha rodin se homeopatické léky staly nezbytnou součástí domácí lékárničky. Homeopatii mohou praktikovat také nelékaři, kteří absolvují například tříleté studium na Homeopatické akademii v Praze. (www.homeopatie.cz, 2014, www.boiron.cz, 2016)

V každé zemi je přístup k homeopatii odlišný. Například ve Francii, v Itálii nebo ve Španělsku mohou homeopatii praktikovat pouze lékaři, zatímco v Německu, ve Velké Británii nebo v USA ji mohou využívat i nelékařské profese, které mají odpovídající kvalifikaci. (Čehovský 2007, str. 15, [www.boiron.cz](http://www.boiron.cz), 2016)

Ve Švýcarsku bude homeopatie od května 2017 na základě referenda plně proplácená ze zdravotního pojištění. ([www.apatykar.info](http://www.apatykar.info), 2016)

### **2.3 Výroba a ředění homeopatických léků**

Principem výroby homeopatických léků je mnohonásobné ředění a protřepávání účinných látek. K výrobě je potřeba základní látka, která je z rostlinného (např. Chamomilla vulgaris, heřmánek pravý) nebo živočišného původu (např. Apis mellifica, včela medonosná), z minerálů (např. kovy: Aurum metallicum, zlato) a z chemických sloučenin (např. Natrum muriaticum, kuchyňská sůl). (Čehovský 2007, str. 44)

Nejprve se musí připravit *roztoky* (tzv. *matečné tinktury*), které obsahují účinné léky pro budoucí homeopatický lék. Pokud je základní látka z rostlinného či živočišného původu, tak se tento roztok připraví pomocí *macerování v alkoholu*. V případě látky z minerálů nebo chemických sloučenin se roztok připravuje pomocí *tření* (tzv. *trituratione*). Dalším krokem je *ředění*, v České republice je nejpoužívanější ředění s označením CH u výrobků BOIRON. Ředění probíhá v poměru 1 dílu matečné tinktury ku 99 dílům rozpouštědla (70 % alkohol), poté následuje *prudké protřepání* (tzv. *dynamizace*). Takto vznikne roztok prvního ředění s označením 1 CH. Pokud je třeba vytvořit vyšší ředění, tak se tento postup zopakuje. To znamená, pokud je například homeopatický lék Arnica montana 9 CH, tak byl lék ředěn 9x tímto stejným postupem. Závěrečnou částí je *nanášení* (tzv. *impregnace*) připraveného roztoku na granule (malé kuličky), které jsou vyrobeny ze sacharózy a laktózy. Homeopatický lék má vždy latinský název (např. vyrobený lék z včely medonosné má název Apis mellifica). ([www.boiron.cz](http://www.boiron.cz), 2016)

### **2.4 Dávkování a užívání homeopatických léků**

Jedna dávka obecně znamená 5 granulí. Čím je stav akutnější, tím častěji se lék podává. Pokud potíže odeznívají, tak se interval dávkování snižuje. V případě, že potíže vymizí úplně, pak se homeopatické léky vysazují. Homeopatické léky se podávají i preventivně. Vhodné je například preventivní podání homeopatických léků, které podporují

hojení ran, před plánovanou operací, před porodem nebo před stomatologickým vyšetřením. (Holub 2012, str. 22)

Léky se rozpouštějí v ústech, tak se dostávají do kontaktu s ústní sliznicí. Při užití homeopatických léků by v ústech neměly být potraviny, ústní voda, žvýkačka nebo zubní pasta, aby nedošlo k narušení účinku léku. Podání léku by mělo mít určitý časový odstup od jídla (cca 15 – 20 minut). (Stumpf 2009, str. 24, www.boiron.cz, 2016)

## **2.5 Skladování homeopatických léků**

Homeopatické léky by se měly skladovat v suchém prostředí mimo dosah dětí. Neměly by se vystavovat přímému slunečnímu záření nebo vlivu elektromagnetických polí. Rovněž by se neměly skladovat v blízkosti mobilního telefonu, počítače nebo televize. (Holub 2010, str. 21)

## **2.6 Využití homeopatických léků**

Homeopatické léky pomáhají ve všech akutních stavech, u stavů život ohrožujících se mohou použít jako podpůrná léčba. Dále se používají taktéž jako léky u chronických nemocí nebo jako prevence. Homeopatické léky nejsou toxické, nemají vedlejší účinky a nevzniká na ně závislost. Jsou vhodné pro všechny věkové skupiny včetně těhotných žen a dětí. (Formánková a kol. 2008, str. 18, 19)

## **2.7 Dostupnost homeopatických léků**

Homeopatické léky jsou volně prodejné téměř v každé lékárně, pouze některé jsou na recept. V některých zemích (např. ve Francii, Německu a Švýcarsku) jsou homeopatické léky částečně hrazeny zdravotní pojišťovnou, kdežto u nás v České republice hrazeny zdravotní pojišťovnou nejsou. (Čehovský 2007, str. 15, Holub 2012, str. 20)

### 3 FYTOTERAPIE

Fytoterapie, bylinná léčba neboli bylinkářství, je nejrozšířenější léčebná metoda na světě. Užívají se různé části rostliny od kořene až po květy, a to jednotlivě nebo ve směsích. Fytoterapie využívá soubor všech látek obsažených v rostlině. (Alther 2010, str. 76)

#### 3.1 Historie fytoterapie

Fytoterapii využívají nejrůznější odvětví tradiční medicíny a je také základem lidového léčitelství. Léčení bylinkami je staré jako lidstvo samo. Znalosti o bylinkách lidstvo shromažďuje a využívá už přinejmenším 6 000 let. Všechny starověké civilizace znaly léčebné využití rostlin (např. Egypt, Čína, Řecko, Řím a další). (Alther 2010, str. 76)

K nejstarším popisům znalostí o léčivých rostlinách patří Ebersův papyrus, který byl sepsán v Egyptě, 1500 let před n. l. (Alther 2010, str. 76)

Zakladateli staročínské medicíny jsou dva císaři, kteří mezi sebou soupeřili, Chuang III. a Šen-nung. Ti už ve 27. století před n. l. sbírali léčivé rostliny a léčili pomocí bylinných čajů. (Dugas 2012, str. 5)

Ve starém Řecku ve 12. století před n. l. působil řecký léčitel Asklépios. Asklépiova hůl obtočená hadem se stala symbolem lékařství, který přetrval do dnešní doby. Po něm přišel Hippokrates „otec lékařství“ (460 až 370 před n. l.). I dnes platí jeho zásada, že neléčí lékař, ale příroda. Ve svých spisech uvedl přes 230 bylin. (Dugas 2012, str. 5)

Ve starověkém Římě se obraceli na bohy léčení. Tady byly léčivé rostliny popsány římským historikem Pliniusem. (Dugas 2012, str. 5, Allardice 2009, str. 178)

Ve středověku mezi znalkyně léčivých bylin patřily kořenářky a porodní báby. Měla je každá vesnice a byly vysoce ceněné. Duchovenstvo a šlechta je ovšem nechala pronásledovat a šířila o nich pověsti o čarodějnicích. Velký rozmach byl také v klášterní medicíně, kdy si kláštery pěstovaly léčivé rostliny ve svých zahradách. (Iburg 2010, str. 8 – 14)

Do současné doby je třeba zařadit významné osobnosti fytoterapie, a to především Jiřího Janču, pátera Františka Ferdu ze Sušice, léčitelku západních Čech Boženu Kamenickou (známou pod jménem bába Radnická) a bylináře Josefa Zentricha.

## 3.2 Využití fytoterapie

Fytoterapie je využitelná pro léčbu většiny běžných onemocnění:

- neurovegetativní potíže (úzkost, poruchy spánku, křeče)
- oběhové potíže (cévní problémy, vysoký krevní tlak, zadržování vody)
- potíže trávení, dýchání
- kožní problémy (akné, kopřivka, ekzém, lupénka)
- problémy močových cest (záněty močového měchýře)
- gynekologické potíže (bolesti při menstruaci, menopauza)
- virové infekce, migréna, atd.

(Alther 2010, str. 77)

## 3.3 Základní zásady fytoterapie

- Léčivá část bylin se musí sbírat v období, kdy je obsah účinných látek nejvyšší.
- Nať se sbírá v její maximální síle, u každé byliny je doba sběru individuální.
- Musí se dodržovat zásady správného sušení a skladování bylinek.
- Měly by se sbírat a užívat pouze ty byliny, které člověk opravdu zná.
- Na bylinné směsi je optimální používat maximálně 5 druhů bylin, vyšší počet bylin bývá spíše na škodu.
- Léčba bylinami bývá dlouhodobá a vyžaduje více času.
- Mnohé byliny jsou toxické, některé i prudce jedovaté, proto se musí dodržovat předepsané dávkování.

(www.lecivapriroda.cz, 2016, Alther 2010, str. 77))

## 3.4 Základní obsahové látky rostlin

Rostliny obsahují tisíce různých fyziologicky aktivních chemických látek a stále se objevují nové. (Allardice 2009, str. 185)

**Alkaloidy** – mají velký vliv na lidský organismus, někdy toxický či silně až smrtelně jedovatý. Například mák setý – morfin, kodein či atropin a skopolamin z rulíku zlomocného.

**Bílkoviny** – základní stavební jednotka živých organismů. Rostlinné bílkoviny a živočišné bílkoviny jsou základem naší potravy.

**Esenciální oleje (silice)** – velmi aromatické a silně těkavé látky. Dodávají rostlinám charakteristickou vůni. Například levandule, máta peprná, bazalka, jsou často zmiňovány jako součást základní výbavy bylinné medicíny.

**Flavonoidy** – důležité pro životní funkce organismu. Někdy působí podobně jako vitamíny, mají antioxidační vlastnosti a podporují pevnost cévních stěn. Patří mezi ně žlutá barviva.

**Glukoniny** – dusíkaté látky podobné inzulinu. Snižují cukr v krvi a léčí cukrovku II. typu.

**Hořčiny** – hořké látky, které mají dobrý vliv na trávicí ústrojí. Obsaženy jsou např. v pelyňku, zázvoru, benediktu.

**Oleje** – obsaženy jsou hlavně v semenech a v plodech.

**Organické kyseliny** – jsou kyselé a vyskytují se především v ovocných plodech.

**Pryskyřice** – má protizánětlivý a antiseptický účinek.

**Sacharidy** – hlavní složka rostlinných šťáv.

**Saponiny** – používají se k rozpouštění hlenů, pro snadnější vykašlávání. Jsou například v plicníku a divizně.

**Slizy** – nestravitelná vláknina, která při vazbě s vodou bobtná a nabývá na objemu či tvoří gely. Mají blahodárné účinky na trávicí systém a zabraňují zánětům. Např. plicník, lněné semeno, kostival.

**Třísloviny** – mají schopnost srážet roztoky bílkovin a alkaloidů. Mají dobrý účinek při léčení průjmu, zástavě krvácení nebo při léčení zánětů. Jsou obsaženy např. v růži. Celosvětově nejužívanější rostlinou, která obsahuje třísloviny je čaj. Pokud vypijeme šálek čaje, který se dlouho louhoval, lze ucítit jeho vysušující a svíravý účinek na rtech, jazyku i dásních.

**Vitamíny** – vitamínů je mnoho, jsou děleny dle jejich rozpustnosti ve vodě či v tucích.

(Gato 2013, str. 24 – 26, Allardice 2009, str. 185)

### 3.5 Přípravky z bylin

Existuje mnoho léčivých přípravků, které jsou vyrobeny z bylin. Nejčastěji využívané jsou čaje, tinktury, masti, sirupy, koupele nebo i obklady či zábaly. Čím je jednodušší příprava, tím je léčivý přípravek účinnější a přirozenější.

**Bylinné čaje** – nejběžnější a nejjednodušší způsob léčení pomocí bylinek. Čaje obvykle mívají 2 roky záruční dobu od okamžiku balení. Čaj by se měl pít neslazený a vlažný. Pokud se pije nalačno, má silnější účinek, než když se pije po jídle. Některé čaje, především na zažívání či hůře stravitelné, je lepší pít naopak po jídle. (www.bylinkyprovsechny.cz, 2015)

Můžeme rozlišit 4 druhy bylinných čajů:

**Macerát** – nevaří se, je to pouze výluh. Bylinka se zalije studenou vodou a nechá se alespoň 6 hodin vyluhovat. Přecedí se a podává se studený. Hodí se k přípravě lesních plodů.

**Nálev** – sušená nebo čerstvá bylinka se vloží do hrnku a přidá se vroucí voda. Doba louhování je obvykle 5 – 10 minut. Poté se čaj scedí a pije se. Nálevy se obtížně skladují, je vždy lepší si připravit pro každé použití čerstvý nálev.

**Odvar** – připravuje se tak, že se bylinka povaří ve vodě. Používá se k získání co největšího množství účinných látek rozpustných ve vodě. Do konvice se vloží sušená či čerstvá bylinka, přilije se určité množství vody, asi 500 ml studené vody. Vaří se na mírném ohni (pod pokličkou) cca 10 minut. Poté se scedí a vypije.

**Bylinářský čaj** – do konvice se vloží bylinka, přilije se studená voda a nechá se několik hodin vyluhovat. Poté se nechá krátce povařit.

(Gato 2013, str. 16, Allardice 2009, str. 190)

**Tinktury** – bylinka, která je vyluhovaná v čistém lihu. Nejlepší je tinktura z čerstvých bylin. Tinktury jsou obecně účinnější než čaje. Při zakoupení tinktury se musí dávat pozor na obsah alkoholu. Nesmí být nižší než 40 %. K výrobě tinktur je ideální líh, který má koncentraci kolem 50 až 60 %. Vysoká koncentrace může být na škodu, protože může bylinku „spálit“. Tinktura se uchovává v lednici po dobu 6 – 12 měsíců. Měla by být mimo dosah dětí. Vyrábí se např. šalvějová tinktura, která se používá jako kloktadlo, dále tinktura z lichořeřišnice, která se používá jako přírodní antibiotikum. (Gato 2013, str. 19)

**Sirupy** – používají se především ke zmírnění kašle a bolesti v krku. Mají je v oblibě především děti. Jsou to výluhy z léčivek v koncentraci s cukrem a medem. U skladovaných sirupů může docházet ke kvašení, z tohoto důvodu se doporučuje příprava menšího množství a rychlá spotřeba. Při dávkování je nutné brát vždy novou lžící a nikdy ho nepít přímo z láhve. Tím se zabrání nežádoucímu kvašení. (Allardice 2009, str. 193, Gato 2013, str. 18, 19)

**Masti** – základem je mast'ový základ nebo sádlo či máslo. Sádlo se rozpustí v hrnci a do něj se vmíchá bylinka. Tato směs se nechá povařit a pak vystydnout. Druhý den se směs rozeřeje a přefiltruje se přes plátno. Dokud je ještě teplá, tak se do ní může vmíchat například včelí vosk, tinktura nebo aromatický éterický olej. V chladu mast vydrží zhruba rok i více. Pro výrobu mastí a olejů jsou upřednostňovány sušené byliny, jelikož čerstvé bylinky obsahují vodu a ta může olej či mast zkazit. (Gato 2013, str. 19, Gladstar 2012, str. 19)

**Bylinné koupele** – doba lázně by se měla pohybovat kolem 15 až 45 minut a obvykle by se během ní měl pít i bylinný čaj. Tělo může na bylinnou koupel zareagovat přechodným zhoršením stavu. (Gato 2013, str. 20)

**Obklady** – tkanina se namočí do nálevu a přiloží se na kůži. Obklady se využívají ke zmírnění bolesti hlavy, k čistění ran nebo k uklidnění unavených očí. (Allardice 2009, str. 194)

**Zábaly** – lokální aplikace, používá se k léčení zhmožděných svalů a kostí, k odstranění například třísky z kůže nebo mohou urychlit zrání vřídka. (Allardice 2009, str. 194)

## 4 VYUŽITELNOST HOMEOPATIE V PRAXI

Tato kapitola je rozdělena na možnost využití homeopatie v praxi na konkrétních odděleních, kde bylo provedeno dotazníkové šetření. Je nutné brát na vědomí, že dávkování, které je zde uvedeno, je pouze doporučené, záleží na akutnosti potíží. Čím je problém akutnější, tím častěji se homeopatické léky užívají (např. u akutních stavů se běžně cucá nebo se dá pod jazyk 3 – 5 granulí každých 20 minut). Se zlepšením stavu se interval dávkování prodlužuje (např. 5 granulí 1x – 3x denně) až do úplného vysazení.

### 4.1 Homeopatie v gynekologii a porodnictví

#### Výtok z pochvy

*Mercurius solubilis* (kapalná rtuť) 9 CH – žlutavý, dráždivý výtok, zhoršuje se večer a v noci. Páchnoucí dech, zvýšené slinění. Léčí také kvasinkové infekce.

*Kalium bichromicum* (dvojchroman draselný) 9 CH – výtok žlutozelené barvy, táhnoucí se, hustý výtok. Tento lék je účinný na bakteriální i kvasinkové záněty.

*Arsenicum album* (oxid arzenitý) 9 CH – čirý, páchnoucí výtok, pálivé bolesti břicha v oblasti vaječníků. Může se vyskytnout únava, úzkost.

**Dávkování:** u těchto homeopatických léků se doporučuje 5 granulí 1x – 3x denně.

(Formánková a kol. 2008, str. 70)

#### Bolestivá menstruace

*Cuprum metallicum* (kovová měď) 9 CH – křečovitě stahy dělohy a křeče v celém břiše.

*Belladonna* (rulík zlomocný) 9 CH – intenzivní pulzující bolest s náhlým nástupem.

(Formánková a kol. 2008, str. 74, 75, [www.homeopathytoday.net](http://www.homeopathytoday.net), 2017)

#### Těhotenství

*Sepia officinalis* (sépiový inkoust) 9 CH – nejzákladnější lék pro těhotnou ženu, zlepšuje těhotenské nevolnosti. **Dávkování:** 5 granulí každé ráno.

*Ipecacuanha*, *Ipeca* (hlavěnka dávivá) 9 CH – napomáhá proti zvracení, jazyk je čistý, chuť k jídlu je zachována. **Dávkování:** 5 granulí 1x – 3x denně.

*Arnica montana (arnika horská) 9 CH* – navrácí pružnost cévních stěn, ovlivňuje krvácení, modřiny, otoky u dolních končetin a krevní tlak. **Dávkování:** 5 granulí 1x – 3x denně.

(Formánková a kol. 2008, str. 78, 79)

### **Porod**

*Caulophyllum thalictroides (kohoš žlutuchovitý) 9 CH* – dokáže uvolnit děložní hrdlo, pomáhá při nepravidelných kontrakcích.

*Actaea racemosa (ploštičník větevnatý) 9 CH* – pomáhá odlišit poslíčky od porodních stahů.

(Formánková a kol. 2008, str. 79)

**Doporučené dávkování** těchto homeopatických léků dle Mgr. Stanislavy Senderákové: Po odtoku plodové vody se osvědčila kombinace obou homeopatik formou „homeo koktejlu“. V PET láhvi s neperlivou vodou, půl litru, se rozpustí po 5 granulích obou léků a rodička upíjí nebo ucucává brčkem po cca 20 minutách. Před upitím roztok protřepe. Po vypití si nechá připravit nový koktejl.

### **Po porodu - vyčerpanost, únava**

*Arnica montana (arnika horská) 9 CH* – hojení nastřižené hráze, zmírňuje krvácení, urychluje svinování dělohy. Kombinovat se může i se *Staphysagria 9 CH*, ta pomáhá hojit rány a používá se po císařském řezu. **Dávkování:** 5 granulí 1x – 3x denně.

*China rubra (chinovník žlutočervený) 9 CH* – vhodný při ztrátě tekutin, udržuje rovnováhu tekutin v organismu matky a působí proti únavě. **Dávkování:** 5 granulí 1x – 3x denně.

(Formánková a kol. 2008, str. 80)

### **Mastitida (prsni zánět)**

Dle Mgr. Stanislavy Senderákové se na mastitidu užívají nejčastěji tyto homeopatické léky:

*Belladonna (rulík zlomocný) 9 CH* – tepavá bolest v prsou, náhle zduření, vyzařující teplo s pocitem pálení, zarudlá napnutá kůže.

*Apis mellifica (včela medonosná) 15 CH* – kůže je méně lesklá, zarudnutí je menší, edém doprovází bodavá bolest, zlepšuje se studenými obklady.

**Dávkování:** v akutních případech se doporučuje 5 granulí každou hodinu.

## 4.2 Homeopatie v urologii

### Infekce močových cest

*Arnica montana* (arnika horská) 9 CH – podává se u traumatických cystitid, objevuje se krvácení při močení.

*Belladonna* (rulík zlomocný) 9 CH – léčí močový zánět, který má prudký nástup příznaků (pocení, horečka, žízeň). Tepavá bolest, zhoršení v noci.

*Apis mellifica* (včela medonosná) 15 CH – tlaková bolest v oblasti močového měchýře, pálivá bolest při močení, bez žízně, moč vytéká po kapkách.

(Karhan 2011, str. 144, 145)

### Inkontinence moči

*Apis mellifica* (včela medonosná) 15 CH – inkontinence při zakašlání, nucení na močení, moč odtéká po kapkách, pacient nemá pocit žízně, otoky a zadržování vody v těle.

*Arsenicum album* (oxid arsenitý) 9 CH – pocit neklidu až strachu, zhoršení vždy po půlnoci, zlepšení teplem, při močení vytéká moč jen v malém množství.

*Staphysagria* (bylina stračka) 9 CH – pálení v okolí močového měchýře, od kterého uleví pouze močení, noční pomočování, časté nucení na moč.

*Pulsatilla vulgaris* (koniklec obecný) 9 CH – unikání moči zakašláním a v době těhotenství. Při močení pocit pálení, křečovitě bolesti v močovém měchýři, plačtivá povaha pacienta.

(Holub 2014, str. 69, 70)

### Potíže s prostatou

*Staphysagria* (bylina stračka) 9 CH – pacient si stěžuje na časté močení, nedochází k úplnému vyprázdnění. **Dávkování:** 5 granulí 2x denně.

*Aurum metallicum* (zlato) 15 CH – bolesti při močení a časté močení. Stav se zhoršuje v noci, brzy ráno a chladem. **Dávkování:** 5 granulí 2x denně.

*Conium maculatum* (bolehlav plamatý) 9 CH – bolestivé přerušované močení, překážka v močových cestách, nejčastěji zduření prostaty. **Dávkování:** 5 granulí 2x denně.

(www.svethomeopatie.cz, 2016)

### 4.3 Homeopatie v pediatrii

U kojenců je nejvhodnějším způsobem podávání homeopatických léků kojení, kdy homeopatické léky, které jsou předepsané dítěti, užívá maminka. (Holub 2012, str. 24)

Malým dětem se nejčastěji rozpustí 5 granulí v 1 dcl kojenecké vody a podává se 2x denně 1 čajová lžička. Dle doporučení je možné podávat i častěji. Poté s odstupem potíží se interval dávkování snižuje až do úplného vyzazení. (Karhan 2011, str. 9)

#### Průjem

*Chamomilla vulgaris* (heřmánek pravý) 9 CH – během růstu zubů, páchnoucí a zelené stolice. **Dávkování:** 5 granulí či 1 lžička roztoku po každé stolici. (Formánková a kol. 2008, str. 94)

*Arsenicum album* (oxid arsenitý) 9 CH – okolí konečníku zarudlé, pomáhá v hojení, pálivé bolesti, zhoršuje se v noci a chladem. **Dávkování:** 5 granulí 3x po půl hodině, se zlepšením interval dávkování prodlužovat. (Stumpf 2009, str. 253)

#### Zácpa

*Opium* (mák setý) 9 CH – neústupná zácpa, černé tuhé kousky i po mechanickém odstranění stolice.

*Nux vomica* (kulčiba dávivá) 9 CH – střídání řídké stolice se zácpou, dítě ublinkává a funí.

*Silicea terra* (oxid křemičitý) 9 CH – tvrdé kousky stolice, které špatně odcházejí.

(Karhan 2011, str. 15)

#### Opruzeniny

*Calcium carbonicum* (uhličitan draselný) 9 CH – zvýšená tendence k pocení. Pot a stolice páchnou kysele.

*Arsenicum album* (oxid arsenitý) 9 CH – opruzeniny u vyhublého a zimomřivého dítěte.

*Apis mellifica* (včela medonosná) 15 CH – růžové místo, vlhko u genitálu a řitního otvoru.

*Belladonna* (rulík zlomocný) 9 CH – mokvavé, rudé plochy. Sálá z nich horkost.

(Holub 2010, str. 119, Karhan 2011, str. 29)

## **Plané neštovice**

*Rhus toxicodendron* (škumpa jedovatá) 9 CH – základním lékem neštovic, podává se do zaschnutí pupínek.

*Daphne mezereum* (lýkovec jedovatý) 9 CH – podávání společně s předchozím homeopatickým lékem, s odstupem 15 minut a každý lék zvlášť.

*Antimonium crudum* (sírnik antimonitý) 9 CH – prevence vzniku jizviček po planých neštovicích, pokud si dítě neštovičky škrábe.

(Karhan 2011, str. 83)

## **Příušnice**

*Belladonna* (rulík zlomocný) 9 CH – horké, rudé, zduřelé tváře, vysoká horečka, bleskové bolesti, které vystřelují.

*Phytolacca decandra* (ličidlo obecné) 9 CH – bolest u kořene jazyka, polykací potíže.

*Rhus toxicodendron* (škumpa jedovatá) 9 CH – zánět obvykle na levé straně, masivní otok, studené obklady nepomáhají, typickým příznakem je opar na rtu.

(Karhan 2011, str. 87, 88)

## **Prořezávání zoubků**

*Belladonna* (rulík zlomocný) 9 CH – dásně i obličej jsou červené, rozšířené zorničky.

*Chamomilla vulgaris* (heřmánek pravý) 9 CH – dítě je neklidné, ufnukané. Objevuje se průjem, který páchne po zkažených vejcích.

*Apis mellifica* (včela medonosná) 15 CH – vodnatě růžové oteklé dásně, neklid.

(Holub 2010, str. 129, Karhan 2011, str. 43)

## 4.4 Homeopatie ve stomatologii

Homeopatie ve stomatologii může při potížích výrazně pomoci a ulevit od bolesti, ale není vhodné odkládat návštěvu zubního lékaře.

### Bolest zubů

*Belladonna (rulík zlomocný) 9 CH* – pulsující nebo tepavé bolesti. Vystřelující bolest až do ucha. Tvář je červená a oteklá. **Dávkování:** 5 granulí opakovat každých 15 minut do úlevy.

*Chamomilla vulgaris (heřmánek pravý) 9 CH* – nesnesitelná bolest, agresivita až zuřivost. **Dávkování:** 5 granulí 3x denně do odeznění potíží.

*Mercurius solubilis (kapalná rtuť) 9 CH* – přípravek, který je osvědčený při hnisání v dásních a na kořenech zubů. **Dávkování:** 5 granulí 3x denně.

*Arnica montana (arnika horská) 9 CH* – bolest s otokem po zubním zákroku. Podává se i před plánovaným zákrokem. **Dávkování:** 5 granulí 3x denně.

(Holub 2010, str. 58, 59, Formánková a kol. 2008, str. 113, 114)

### Paradontóza – zánět dásní

*Belladonna (rulík zlomocný) 9 CH* – jasně rudý zabarvení a otok sliznice. Bolest tepavého charakteru, kolísání tělesné teploty.

*Mercurius solubilis (kapalná rtuť) 9 CH* – krvácení z dásní, otoky, silné slinění, z úst zapáchá.

**Dávkování:** 5 granulí každou hodinu, se zlepšením postupně vysazovat.

(Holub 2010, str. 64, 65)

### Strach z ošetření

*Arnica montana (arnika horská) 15 CH* – podporuje hojení a působí jako prevence komplikací.

*Gelsemium sempervirens (jasmín virginický) 15 CH* – pocení, pocit paralýzy, strach, bušení srdce před návštěvou lékaře.

**Dávkování:** 5 granulí večer před ošetřením, 5 granulí ráno v den návštěvy ordinace.

(Formánková a kol. 2008, str. 112)

## 4.5 Homeopatie v dermatologii

### Bradavice

*Thuja occidentalis* (zerav západní) 15 CH – základní homeopatický lék při terapii bradavic, používá se u jakéhokoli vzhledu bradavice. **Dávkování:** 10 granulí 1x týdně.

*Antimonium crudum* (sírnik antimonitý) 15 CH – bradavice jsou shluklé v tvrdý, květákovitý tvar. **Dávkování:** 5 granulí 1 – 2x denně, alespoň měsíc.

*Dulcamara solanum* (potměchuť popínavá) 15 CH – přenášejí se v bazénech, průsvitné a béžové papuly. **Dávkování:** 5 granulí 1x denně, alespoň měsíc.

(Formánková a kol. 2008, str. 52, [www.svethomeopatie.cz](http://www.svethomeopatie.cz), 2016)

### Popáleniny 1. stupně

*Apis mellifica* (včela medonosná) 15 CH – popálení, které je podobné úpalu, růžová a matná kůže, pomáhá mírný chlad, podobné jako u píchnutí včelou.

*Urtica urens* (kopřiva žahavka) 9 CH – vzhled jako u Apis, ale studené obklady nepomáhají.

*Belladonna* (rulík zlomocný) 9 CH – zarudnutí, kůže je napnutá a leskne se. Pomáhá teplo, bolest při dotyku.

### Popáleniny 2. stupně

*Rhus toxicodendron* (škumpa jedovatá) 9 CH – tvoří se malé puchýřky, které obsahují zakalenou tekutinu, červené okolí, uleví teplý obklad.

*Cantharis vesicatoria* (španělská muška, puchýřník lékařský) 9 CH – léčí puchýřky, které jsou větší a obsahují čirou tekutinu.

*Ranunculus bulbosus* (pryskyřník hlíznatý) 9 CH – puchýřky, které obsahují příměs krve.

**U popálenin 3. stupně** je nutná neodkladná lékařská péče! Homeopatické léky mohou pomoci jako podpůrná léčba. Např.:

*Aconitum napellus* (oměj šalounek) 30 CH – homeopatický lék šoku.

**Doporučené dávkování** dle Mgr. Stanislavy Senderákové: 5 granulí ve 3 dávkách s odstupem 1 hodiny.

(Karhan 2011, str. 71, 72)

## Opary

*Oscillococcinum* – doplněk při léčbě oparů, lék zvyšuje obranyschopnost těla vůči virům.

**Dávkování:** lék je ve formě tuby, 1 tuba obsahuje 1g granulí. V preventivním podání se má užívat tuba 1x týdně, v případě prvních příznaků užít 1 tubu co nejdříve, poté 1 tubu alespoň 3x denně po dobu 3. dnů.

*Apis mellifica* (včela medonosná) 15 CH – oteklé rty, především horní ret, oteklý je i herpes rtu, který je plný vodnaté tekutiny s bodavou bolestí. Na otok pomáhá studený obklad. Opary při nachlazení či nadměrném slunění. Jazyk je rudý a horký.

*Rhus toxicodendron* (škumpa jedovatá) 9 CH – opary od horečky, herpes kolem úst nebo na bradě. Jazyk je bolestivý, potažený, špička jazyka je rudá, oteklé uzliny nebo obličej, apatie, úzkost, ospalost, závratě. Zlepšení teplými zábaly, zhoršení při studeném vzduchu.

(www.vilcakul.extra.hu, 2017)

## Sluneční kopřivka – fotodermatóza

*Belladonna* (rulík zlomocný) 15 CH – zarudlé plochy, svědění, suchá kůže vyzařující teplo, pocit žízně, běžné spálení sluncem. **Dávkování:** 5 granulí každých 15 min do úlevy.

*Apis mellifica* (včela medonosná) 15 CH – kůže je prosáklá, růžový otok, svědivá vyrážka, pocit žízně není.

*Urtica urens* (kopřiva žahavka) 9 CH – léčba pupenů, zlepšuje se teplem.

(Bartlová 2015, str. 4, Karhan 2011, str. 74, 75)

## Hnisavé kožní procesy

*Mercurius solubilis* (kapalná rtuť) 15 CH – hnisavé záněty, svědění, dráždivá sekrece, zhoršování v noci. **Dávkování:** 5 granulí 3x denně, se zlepšením postupně vysazovat.

*Kalium bichromicum* (dvojchroman draselný) 9 CH - urychlí hojení, vhodný na hlubší popáleniny nebo na bércové vředy. **Dávkování:** 5 granulí 2x denně.

*Hepar sulfur* (směs sirného květu a vápence z ústřic) 15 CH – dokáže zastavit hnisání kůže. Současně se s tímto lékem nejčastěji užívá *Pyrogenium* 9 CH. **Dávkování:** 5 granulí 2x denně.

(Váňová 2012, str. 38)

## 4.6 Homeopatie v geriatrii

Staří lidé mívají problémy zpravidla s pamětí, se spánkem, s vylučováním nebo s pohybovým aparátem. I na tyto problémy je možná homeopatická léčba.

### Zhoršená paměť

*Ambra grisea (vorvaň obrovský)* 15 CH – pozitivně působí na zhoršenou paměť. Tento lék je na lékařský předpis. **Dávkování:** 5 granulí 1x denně. (www.svethomeopatie.cz, 2016)

### Nespavost

*Arnica montana (arnika horská)* 9 CH – pomáhá spánku po fyzické námaze nebo po operaci.

*Arsenicum album (oxid arzenitý)* 9 CH – pro úzkostné, neklidné pacienty. Časté noční buzení.

*Ignatia amara (kulčiba hořká)* 9 CH – nespavost ze zklamání či zármutku, časté vzdychání. (www.svethomeopatie.cz, 2016)

### Hemeroidy

*Arnica montana (arnika horská)* 9 CH – akutní hemeroidy s bolestí a se sklonem ke krvácení. **Dávkování:** 5 granulí každou hodinu, při zlepšení interval užívání prodlužovat.

*Sepia officinalis (sépiový inkoust)* 9 CH – bolestivé mokvající hemeroidy, lepší se chůzí.

*Arsenicum album (oxid arzenitý)* 9 CH – bodavá bolest během chůze, sezení i ve spánku. Zlepšuje se teplem.

(Formánková a kol. 2008, str. 68, 69)

### Prevence osteoporózy

*Calcarea carbonica (uhličitan vápenatý)* 9 CH – únava, neklid, zimnice, oteklé klouby. Zhoršení chladem a vlhkem. **Dávkování:** podává se obden, 5 granulí 1x denně dlouhodobě, alespoň 3 měsíce v roce.

*Silicea terra (oxid křemičitý)* 9 CH – noční pocení, úrazy se hojí pomalu, nízká odolnost vůči infekcím.

(www.svethomeopatie.cz, 2016)

## 5 VYUŽITELNOST FYTOTERAPIE V PRAXI

Tato kapitola je rozdělena na možnost využití fytotherapie neboli léčivých rostlin v praxi na konkrétních odděleních, kde bylo provedeno dotazníkové šetření. Fytotherapie by mohla být v praxi využívána především ve formě bylinných čajů, mastí, olejů nebo tinktur.

### 5.1 Fytotherapie v gynekologii a porodnictví

#### Gynekologické záněty, výtoky

*Řebříček obecný* – vhodný na záněty pochvy, zabraňuje nepříjemnému svědění, využívá se především ve formě sedací koupele. (www.bylinkyprovsechny.cz, 2014)

*Kontryhel* – vhodný na výtoky a jiné gynekologické problémy. Využívá se společně s řebříčkem při ženských zánětech. **Dávkování:** tinkturu užívat 3x denně 30 kapek nebo pít čaj alespoň 3 šálky denně. (Gato 2013, str. 110)

#### Bolestivá menstruace

*Kontryhel, hluchavka, šalvěj* – směs ze stejných dílů těchto bylinek je vhodná na bolestivou menstruaci. **Dávkování:** pít 1x denně šálek nálevu. (Janča a Zentrich 1999, str. 154)

*Měsíček zahradní* – vhodný na silnou a bolestivou menstruaci. **Dávkování:** užívání nejčastěji ve formě čajů, pít 3 šálky denně. (Janča a Zentrich 1999, str. 89)

*Šalvěj lékařská* – vhodná na menstruační bolesti a emocionální neklid. Šalvějový esenciální olej při léčbě premenstruačního syndromu patří k nejoblíbenějším, má i antidepresivní a protistresové účinky. U někoho může vyvolat bolesti hlavy a neměl by se používat, pokud má člověk sklony k dermatitidě. **Dávkování:** ke zmírnění menstruační bolesti použít olej, který se připraví z 1 kapky šalvějového, 1 kapky růžového a 2 kapek levandulového esenciálního oleje do 5 ml mandlového oleje, dle potřeby se vmasíruje do břicha nebo do dolních partií zad. (Allardice 2009, str. 231)

#### Regulace menstruace

*Kontryhel* – reguluje menstruaci a tlumí krvácení. **Dávkování:** užívání formou tinktury 3x denně 30 kapek a ve formě čajů alespoň 3 šálky denně. (Gato 2013, str. 110)

*Měsíček, kontryhel, jeřáb ptačí* – směs ze stejných dílů těchto bylinek vytváří kvalitní regulaci, vhodná také na silné krvácení. **Dávkování:** 2 šálky denně, pouze v době mimo menstruaci! (Janča a Zentrich 1999, str. 154)

*Třezalka, kontryhel, mateřídouška* – směs ze stejných dílů těchto bylinek je vhodná na nepravidelnou a slabou menstruaci. **Dávkování:** pít alespoň 1 šálek denně. (Janča a Zentrich 1999, str. 154)

### **Těhotenství**

V těhotenství jsou bylinky vhodné, ale s mírou. Při dlouhodobém užívání nebo v nadměrném množství mohou vyvolávat vedlejší účinky. Ke konci těhotenství jsou bylinky vítané, především ty, které podporují děložní činnost a připravují porodní cesty na porod.

*Maliník obecný (listy)* – doporučuje se pít od 36. týdne. Snižuje riziko porodního krvácení a stimuluje dělohu.

(www.kouzlo-bylin.cz, 2017, Gato 2013, str. 139)

*Měsíček lékařský* – vhodný na popraskané bradavky, užívá se i po porodu na hojení trhlin nebo jizev po císařském řezu. **Dávkování:** 3x denně měsíčkový krém nanášet na postižené místo. (Allarice 2009, str. 236)

### **Problémy s otěhotněním**

*Kontryhel* – při potížích s otěhotněním se doporučuje pít čaj z kontryhelu, příznivě napomáhá hormonům a močovým cestám. Dále upravuje poruchy menstruačního cyklu, působí na gynekologické záněty či výtoky a v těhotenství se podává na prevenci potratů. (Sládková 2011, str. 37)

*Maliník obecný (listy)* – podporuje otěhotnění. **Dávkování:** maliníkový čaj pít 2x denně po dobu 3 měsíců, účinná je i maliníková tinktura. (www.bylinkyprovsechny.cz, 2015)

### **Tvorba mateřského mléka**

*Kmín, fenykl, anýz* – působí na tvorbu a kvalitu mléka. **Dávkování:** ve formě čaje v poměru 1:1:1, popíjet celý den po doušcích.

*Kopřiva* – doporučuje se pít čaj z kopřivy alespoň 2x týdně.

(Procházková 2011, str. 7, 8)

## 5.2 Fytoterapie v urologii

### Záněty močového měchýře

*Lichořeřišnice* – vhodná k léčbě zánětů močového měchýře a vaječnicků. Je vhodná také v těhotenství a při kojení. **Dávkování:** užívá se zpravidla ve formě tinktury 2x denně. (www.bylinkyprovsechny.cz, 2014)

*Brusinka* – chrání před zánětem močového měchýře, vhodná při opakovaném zánětu. **Dávkování:** užívá se ve formě tablet, čaje nebo tinktury. (Allardice 2009, str. 232)

*Jehlice trnitá* – využívá se při zánětlivých procesech v ledvinách a při zánětech v dolních močových cestách. Tuto bylinu měl v oblibě známý homeopat a léčitel Jiří Janča. **Dávkování:** využívá se ve formě tinktury nebo ve formě čaje. (časopis Meduňka 6/2009, str. 9)

### Pomočování

*Dubová kůra* – odvar z cca 10 g až 20 g dubové kůry a 250 ml vody. **Dávkování:** po doušcích vypít denně 1 šálek tohoto odvaru.

*Řebříček obecný* – z řebříčku je vhodné připravit nálev. **Dávkování:** pít 1 šálek 2x až 3x denně.

*Třezalka tečkovaná* – nálev z cca 30 g na 1 litr vody. **Dávkování:** popíjet 2 až 3 šálky denně. (Janča 2002, str. 159, 160)

### Zvětšení prostaty, záněty prostaty

*Celík zlatobýl, vrbovka malokvětá, vřes obecný, komonice lékařská* – bylinná směs z těchto bylinek ve formě bylinného čaje. **Dávkování:** 3x denně vypít šálek teplého čaje.

*Kopřiva dvoudomá* – vhodná na zvětšenou prostatu, využívá se její kořen. **Dávkování:** 3x denně vypít šálek teplého čaje.

*Celík zlatobýl, heřmánek pravý, přeslička rolní, třezalka tečkovaná, růže šípková, truskavec ptačí, řebříček obecný, máta peprná a semena fenyklu obecného* – bylinná směs z těchto bylinek je vhodná na léčbu zánětu prostaty. **Dávkování:** 3x denně pít šálek teplého čaje.

(www.bylinkyprovsechny.cz, 2015)

### 5.3 Fytoterapie v pediatrii

Fytoterapie se u dětí využívá od 3. měsíce života, ze začátku ve formě koupelí, díky kterým se účinky dostávají do celého těla. Bylinné čaje by se měly podávat až od 14. měsíce, některé se mohou podat i dříve. Pro děti nejsou vhodné tinktury, jelikož obsahují alkohol.

#### Průjem

Na průjem jsou vhodné například tyto bylinky:

*Ostružiník křovitý* – prolít jednu polévkovou lžící listů vařící vodou a nechat vyluhovat.

**Dávkování:** vypít alespoň 1 šálek denně.

*Třezalka* – nálev z 30 g v 1 l vody, pít po doušcích. **Dávkování:** 1 – 2 šálky denně.

*Cesmína ostrolistá* – užívá se odvar z listů, cca 15 až 20 g na půl litru vody. **Dávkování:** 2x denně pít šálek čaje.

*Kuklík městský* – vytvoří se odvar, 10 g v půl litru vody. **Dávkování:** pít v dávce 3 až 4 polévkových lžic denně.

(Janča a Zentrich 1999, str. 206)

#### Zácpa

Na zácpu jsou vhodné například tyto bylinky:

*Fenykl obecný* – doporučuje se povařit 10 g v šálku mléka asi 10 minut a podávat ještě horké.

*Zeměžluč* – vytvoří se čaj z 20 g natě na litr vody. **Dávkování:** pít denně 1 šálek čaje, nejlépe před jídlem.

*Vlaštovičník* – je vhodné užívat čerstvou šťávu (cca 1 až 4 g) v medu nebo cukru. **Dávkování:** alespoň 1x denně.

(Janča a Zentrich 1999, str. 256)

#### Opruzeniny

*Levandule* – vhodná ve formě levandulového oleje, opruzeniny vyčistí a zmírní svědění.

**Dávkování:** postižená místa natírat 2x denně.

*Měsíček lékařský* – regenerační a hojivé účinky na pokožku, nejvhodnější je měsíčková koupel, může se užívat i ve formě masti.

(Procházková 2011, str. 17, 18)

### **Plané neštovice**

*Levandulový olej* – 100% levandulovým olejem se můžou pupínky natírat, olej zmírní svědění a vyčistí je. **Dávkování:** 2x – 3x denně.

(Procházková 2011, str. 77)

### **Bolesti břicha, křeče**

*Fenyklový čaj* – 1 lžičku drcených semen z fenyklu je třeba zalít vroucí vodou, nechat cca 10 min louhovat, poté přecedit a dávat dítěti po lžičkách.

*Zázvorový čaj* – ½ lžičky nastrohaného zázvoru je třeba zalít vroucí vodou, může se přidat med a citronová šťáva. Podává se dítěti po lžičkách.

*Žaludeční čaj* – heřmánek, meduňka a máta v poměru 1:1:1. Vše se proleje vroucí vodou, nechá se cca 10 min louhovat, poté se přecedí a podává se dítěti po lžičkách po celý den.

(Procházková 2011, str. 39, 40)

## 5.4 Fytoterapie ve stomatologii

### Bolest zubů

*Šalvěj lékařská, máta peprná* – bolavý zub nebo jeho okolí je dobré potírat olejem z těchto bylinek. Olej se připraví tak, že se dá máta nebo šalvěj do výše jedné třetiny sklenice a zalije se olejem z hroznových zrníček. Může se použít i olivový olej. Dva týdny se nechá vyluhovat a poté se podává.

(www.bylinkyprovsechny.cz, 2015)

### Paradontóza - zánět dásní

*Šalvěj, přeslička polní, máta peprná* – promíchají se dva díly šalvěje, jeden díl přesličky polní, jeden díl máty a připraví se odvar, cca 20 minut nechat louhovat, poté přecedit a vlažným odvarem 5x denně vyplachovat ústa.

*Heřmánek a řepík* – účinné kloktadlo pro léčbu zánětu dásní a dutiny ústní.

*Třapatka nachová* – po vyčištění zubů se doporučuje vypláchnutí dutiny ústní nebo vtírat do dásní. **Dávkování:** alespoň 2x denně.

*Propolis* – na zánět dásní se doporučuje žvýkat nebo cucat kousky propolisu.

(časopis Meduňka 4/2009, str. 13,14, Janča a Zentrich 1999, str. 64, Janča 2002, str. 57)

### Vytržení zubu

*Kozlík lékařský, divizna, šalvěj, jitrocel* – z těchto bylinek se udělá silný odvar (1 díl kořenu kozlíku, 1 díl květu divizny, 1 díl šalvěje, 1 díl jitrocele). Odvar se nechá chvíli v ústech a pak se může spolknout.

*Bez, měsíček lékařský, heřmánek* – z těchto bylinek se vytvoří bylinkový obklad (1 díl květu bezu, 1 díl květu měsíčku, 1 díl květu heřmánku). **Dávkování:** vlažné bylinky se nasypají do čisté gázy, gáza se položí na bolestivé místo a nechá se několik hodin působit.

(časopis Meduňka 4/2009, str. 14)

## 5.5 Fytoterapie v dermatologii

### Bradavice

*Vlaštovičník větší* – na bradavice je osvědčená šťáva z vlaštovičníku většího. Čaj z vlaštovičníku lze využít také na otírání míst, která jsou postižená ekzémem nebo plísněmi. (Zentrich II. 2009, str. 98)

*Lichořeřišnice větší* – na posílení imunitního systému je osvědčené popíjet tinkturu z česneku medvědího a lichořeřišnice větší. **Dávkování:** 3x denně nakapat 15 kapek do vody a vypít. (www.bylinkyprovsechny.cz, 2015)

*Rozchodník velký* – doporučuje se stáhnout tenká krycí vrstva z listu, která se přiloží na bradavici.

*Ricinovník (ricinový olej)* – doporučuje se 4x denně bradavici potírat tímto olejem.

(Janča 2002, str. 51)

### Popáleniny

*Aloe vera* – dobře hojí, chladivý gel tlumí bolest a chrání před infekcí. **Dávkování:** 3x denně natřít postižené místo ve formě gelu, masti nebo spreje. (Allardice 2009, str. 220)

*Měsíček zahradní* – zmírňuje bolest. Nejvhodnější je obklad z nálevu měsíčku. Cca 30 g květů se prolíje půl litrem vody, nechá se alespoň půl hodiny odstát, poté se precedí. (Janča 2002, str. 161)

### Opary

*Meduňka lékařská* – účinná bylina na opary, dokáže zkrátit dobu hojení, brání jim v rozšíření a snižuje jejich příznaky. **Dávkování:** nálev aplikovat formou obkladu nebo ve formě masti na postižené místo. (Allardice 2009, str. 219)

*Lichořeřišnice, řepík, tymián, měsíček, heřmánek* – na opary pomáhá odvar z těchto bylinek. Bylinky by měly být ve stejném poměru. **Dávkování:** popíjet cca ¾ litru denně a omývat jím postižená místa. (časopis Meduňka 1/2010, str. 9)

## 5.6 Fytoterapie v geriatrici

### Paměť a soustředění

*Jinan dvoulaločný* – dokáže oddálit rozvoj demence, posiluje paměť, zlepšuje prokrvení končetin, zlepšuje projevy Parkinsonismu, vhodný na závratě a k léčbě proleženin.

**Dávkování:** užívat 6 až 12 týdnů přípravky s obsahem jinanu od uznávané firmy, nekonzumovat nezpracované listy jinanu. (Zentrich I. 2009, str. 46, 47)

*Bělotrn kulatohlavý* – napomáhá paměti a mimo jiné snižuje krevní tlak a obnovuje činnost některých center. (Janča 2002, str. 154)

### Nespavost

*Kozlík lékařský* – klinicky prokázané přírodní sedativum. **Dávkování:** 3 g oddenku kozlíku prolít vroucí vodou a vypít hodinu před spánkem. Měl by být užíván každou noc po několik týdnů. (Allardice 2009, str. 214)

*Chmel otáčivý* – navozuje spánek, má dezinfekční a zklidňující účinky. **Dávkování:** 1 g sušeného chmele prolít vroucí vodou a vypít hodinu před spánkem. (Allardice 2009, str. 214, Zentrich I. 2009, str. 58)

### Hemeroidy

*Krtičník* – doporučuje se prášek z kořene krtičníku, který se smíchá s čerstvým máslem na konzistenci masti a maže se na postižené místo.

*Lnice květel* – z této bylinky je vhodné vytvořit odvar, cca z 5 g kořene lnice na litr vody.

**Dávkování:** 1x denně vypít šálek čaje.

*Vlaštovičnick větší* – doporučuje se přikládat pomačkanou čerstvou vlaštovičnickovou nat' na bolestivá místa.

(Janča 2002, str. 82)

### Posílení imunity

*Kozinec blanitý* – posiluje imunitu při chronických potížích, je považován za plicní tonikum, vhodný pro obnovení energie a životní síly. **Dávkování:** vypít 2 šálky odvaru denně nebo užívat ve formě tablet dle výrobce.

(Allardice 2009, str. 202)

# PRAKTICKÁ ČÁST

## 6 FORMULACE PROBLÉMU

Termín alternativní medicína se dnes a denně skloňuje snad ve všech pádech. Léčebných směrů alternativní medicíny je široké spektrum, řadí se sem například homeopatie, fytoterapie, akupunktura, akupresura, hydroterapie, aromaterapie a jiné metody. Dalo by se o nich opravdu dlouze a vášnivě diskutovat, a to z různých stran. Někteří lidé v nich najdou zalíbení, jiní léčebné metody alternativní medicíny zavrhnou. Existují případy, kdy klasická medicína selhala a k nápravě došlo právě pomocí alternativní medicíny. Stejně tak v případech, kdy tomu bylo přesně naopak. Je nutné brát na vědomí, že v urgentních případech je klasická medicína nezbytná, ale v oblastech prevence či dlouhodobější léčby by alternativní medicína mohla doplňovat klasickou léčbu a vzájemně s ní více spolupracovat.

Téma aplikace léčebných metod alternativní medicíny v praxi všeobecných sester, a to konkrétně fytoterapie a homeopatie, jsem si vybrala z toho důvodu, abych zjistila, jaký je postoj sester k aplikaci těchto léčebných metod alternativní medicíny v ošetrovatelské praxi, jelikož i sestry jsou nedílnou součástí péče o pacienta.

Proto si pokládám hlavní výzkumnou otázku: *Jaký je postoj všeobecných sester k aplikaci léčebných metod alternativní medicíny v ošetrovatelské praxi, a to konkrétně k fytoterapii a homeopatii?*

## 7 CÍL VÝZKUMU

Zjistit, jaký je postoj všeobecných sester k aplikaci léčebných metod alternativní medicíny v ošetrovatelské praxi, a to konkrétně k fytoterapii a homeopatii.

### 7.1 Dílčí cíle a předpoklady

**Cíl 1:** Zjistit, zda sestry mají povědomí o alternativní medicíně a o jejích léčebných metodách.

**Předpoklad 1:** Předpokládám, že většina sester bude vědět, co je to alternativní medicína a bude znát její léčebné metody. (kritérium pro většinu je 70%)

Otázka č. 5, 6, 7

**Cíl 2:** Zjistit, zda sestry mají možnost se ve své praxi setkat s léčebnými metodami alternativní medicíny.

**Předpoklad č. 2:** Předpokládám, že sestry, které pracují na gynekologicko-porodnické klinice, mají větší možnost využívat ve své praxi léčebné metody alternativní medicíny, než sestry, které pracují na ostatních mnou zkoumaných odděleních.

**Předpoklad 3:** Předpokládám, že sestry, které pracují na gynekologicko-porodnické klinice, mají větší možnost se ve své praxi setkat s homeopatií a fytoterapií, než sestry, které pracují na ostatních mnou zkoumaných odděleních.

Otázka č. 3, 9, 10, 11

**Cíl 3:** Zjistit, zda sestry mají osobní zkušenost s léčebnými metodami alternativní medicíny, a to konkrétně s fytoterapií a homeopatií.

**Předpoklad 4:** Domnívám se, že sestry, které pracují na gynekologicko-porodnické klinice, budou mít větší osobní zkušenost s homeopatií a fytoterapií, než sestry, které pracují na ostatních mnou zkoumaných odděleních.

Otázka č. 3, 12, 13, 14, 15, 16

**Cíl 4:** Zjistit, zda sestry mají zájem se ke své specializaci vzdělávat v oblasti fytotherapie a homeopatie.

**Předpoklad 5:** Předpokládám, že sestry v rozmezí věku od 21 let do 40 let budou mít větší zájem se ke své specializaci vzdělávat v oblasti fytotherapie a homeopatie, než sestry, kterým je 41 a více let.

Otázka č. 1, 18, 19

**Cíl 5:** Zjistit, zda by sestry uvítaly, aby se alternativní metody, a to konkrétně fytotherapie a homeopatie, užívaly společně s klasickými metodami v oblasti ošetrovatelské péče o pacienta.

**Předpoklad 6:** Domnívám se, že sestry, které mají osobní zkušenost s fytotherapií a homeopatií by uvítaly, aby se tyto metody užívaly společně s klasickými metodami v oblasti ošetrovatelské péče o pacienta, než sestry, které osobní zkušenost s fytotherapií a homeopatií nemají.

Otázka č. 12, 14, 20, 21

**Cíl 6:** Vytvořit informační brožury pro všeobecné sestry, které pracují na odděleních, kde bylo výzkumné šetření provedeno. Brožury se budou zabývat informacemi o fytotherapii a homeopatii a o možnostech využití těchto metod v praxi všeobecných sester na konkrétních odděleních.

## 8 OPERACIONALIZACE POJMŮ

Alternativní medicína = soubor nejrůznějších diagnostických a terapeutických metod. Patří mezi ně metody lidové, přírodní, tak i nově vymyšlené metody. Mezi nejznámější patří například fytoterapie, homeopatie, akupunktura, akupresura, hydroterapie, aromaterapie a další.

Fytoterapie = léčebná metoda, při které jsou k léčbě člověka využívány léčivé rostliny, tzn. především byliny ve formě bylinných čajů, mastí, tinktur, olejů, koupelí a jiných.

Homeopatie = léčebná metoda, která využívá přírodní látky, rostliny, minerály i živočišné produkty, které jsou ředěny na co nejmenší dávku léku.

## **9 CHARAKTERISTIKA SOUBORU**

V dotazníkovém šetření byl využit záměrný výběr respondentů, a to všeobecné sestry, které pracují na lůžkovém oddělení nebo klinice ve Fakultní nemocnici v Plzni. Dotazníky byly rozdány na gynekologicko-porodnické klinice, dětské klinice, urologické klinice, dermatovenerologické klinice, stomatologické klinice a na geriatrickém oddělení. Předpokladem je, že právě na těchto odděleních či klinikách by mohla být homeopatie a fytoterapie nejvíce využívána a sestry by s těmito metodami mohly mít bohaté zkušenosti.

## 10 METODA SBĚRU DAT

Ke sběru informací byl zvolen kvantitativní výzkum, metoda dotazníkového šetření. Strukturovaný dotazník celkem obsahuje 21 otázek, z toho 17 uzavřených otázek a 4 otevřené otázky. Otázky s čísly 1 až 4 jsou demografické, zjišťují věk, délku praxe, oddělení, kde sestry pracují a jaké mají nejvyšší dosažené vzdělání. Otázky s čísly 5 až 7 jsou spíše znalostní, ptají se, zda sestry vědí, co to alternativní medicína je, co si pod pojmem alternativní medicína představují a zda znají alespoň 3 léčebné metody alternativní medicíny. Otázky s čísly 8 až 11 zjišťují, kde sestry čerpají informace o léčebných metodách alternativní medicíny, jestli mají možnost některé z metod na svém pracovišti využívat nebo zda se ve své praxi s homeopatií a fytoterapií setkaly. Otázky značené čísly 12 až 15 se ptají na to, zda sestry mají osobní zkušenost s homeopatií a s fytoterapií a v jakých případech tyto metody použily. Otázka číslo 16 se ptá na to, v jaké formě sestry fytoterapii nejčastěji využívají. Otázka číslo 17 zjišťuje, co by sestry přimělo k tomu, aby podstoupily alternativní léčbu. Otázky s čísly 18 a 19 zjišťují, zda by sestry měly zájem absolvovat semináře o homeopatii a fytoterapii a zda by uvítaly, aby své získané vědomosti ze seminářů měly možnost aplikovat ve své praxi. Poslední otázky s čísly 20 a 21 mají zjistit, jestli by sestry uvítaly, aby se v nemocnicích využívala fytoterapie a homeopatie společně s klasickou medicínou.

## 11 ORGANIZACE VÝZKUMU

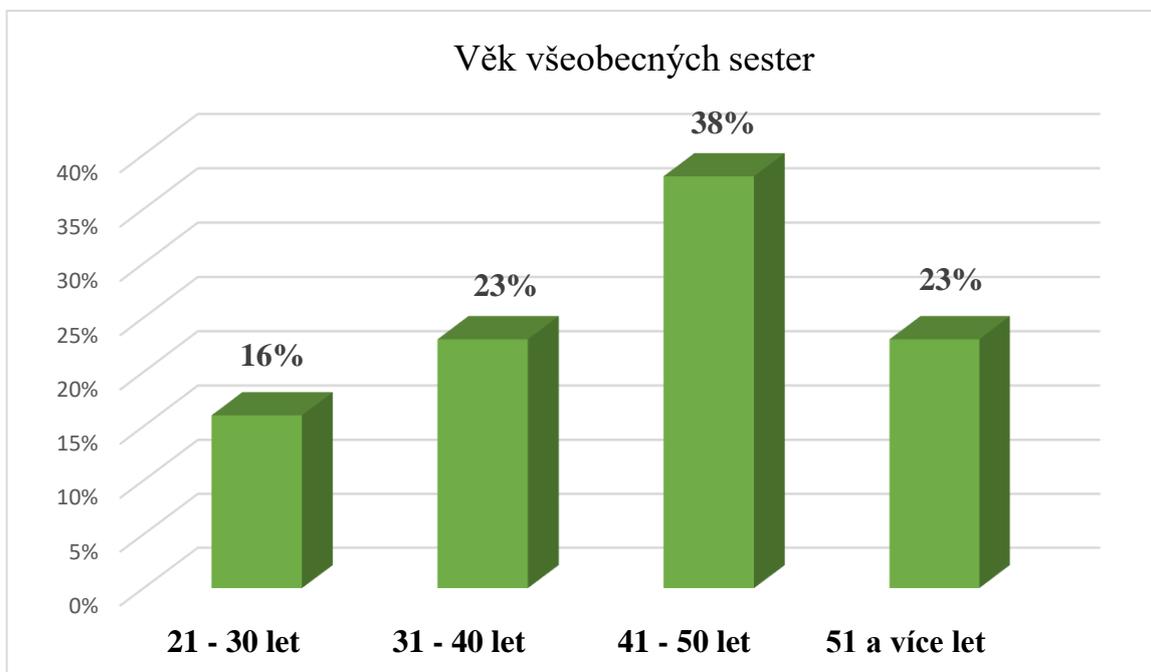
Výzkumné šetření proběhlo v období povinné odborné praxe od 10. 10. 2016 do 2. 12. 2016. Dotazníky byly rozdány v tištěné podobě na konkrétní oddělení a kliniky ve Fakultní nemocnici v Plzni, a to na gynekologicko-porodnické klinice, dětské klinice, urologické klinice, dermatovenerologické klinice, stomatologické klinice a na geriatrickém oddělení. V příloze je doložena žádost o poskytnutí informací ve FN Plzeň a povolení sběru informací ve FN Plzeň. Rozdáno bylo 129 dotazníků, z toho se jich 90 vrátilo. Návratnost tedy činila  $69,7\% = 70\%$ .

## 12 ANALÝZA ZÍSKANÝCH ÚDAJŮ

### Demografické otázky (1. – 4. otázka)

Otázka č. 1: Jaký je Váš věk?

Graf č. 1, Věk všeobecných sester

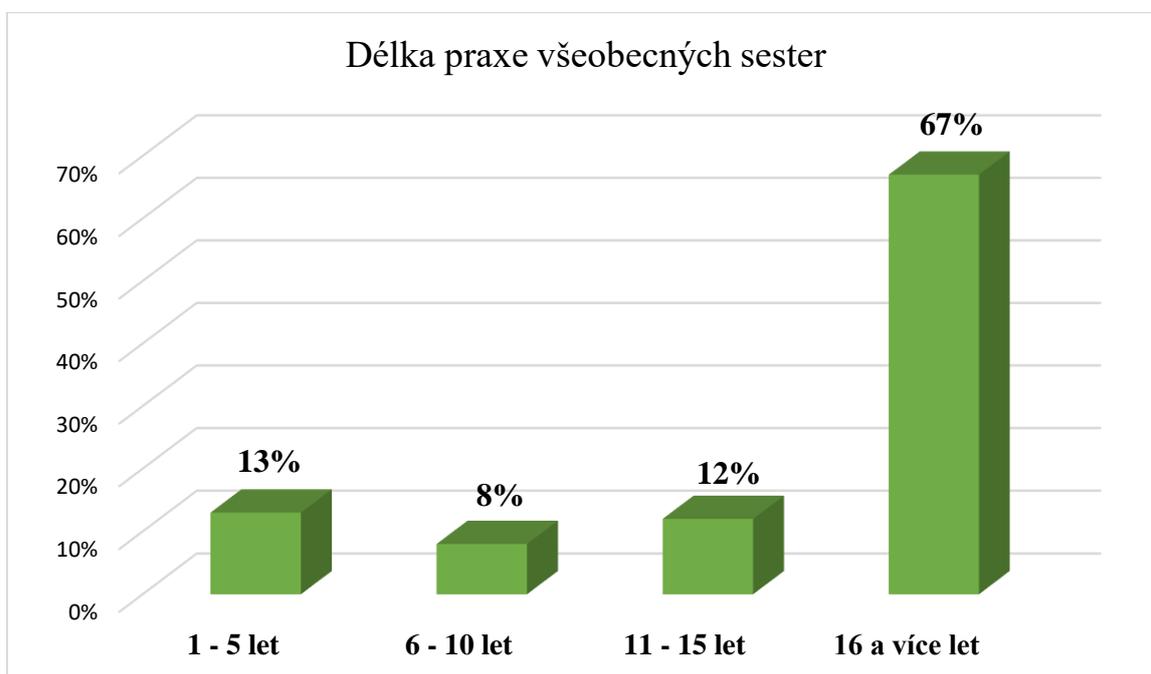


Zdroj: vlastní

Na otázku č. 1 celkem odpovědělo 90 (100%) všeobecných sester. Nejvyšší zastoupení respondentek je ve věku 41 – 50 let, konkrétně 34 (38%) všeobecných sester. Dále odpovědělo 21 (23%) sester ve věku 31 – 40 let, dalších 21 (23%) sester je ve věku 51 let a více. Nejnižší zastoupení měly sestry ve věku 21 – 30 let, a to konkrétně 14 (16%) všeobecných sester.

## Otázka č. 2: Délka Vaší praxe?

Graf č. 2, Délka praxe všeobecných sester

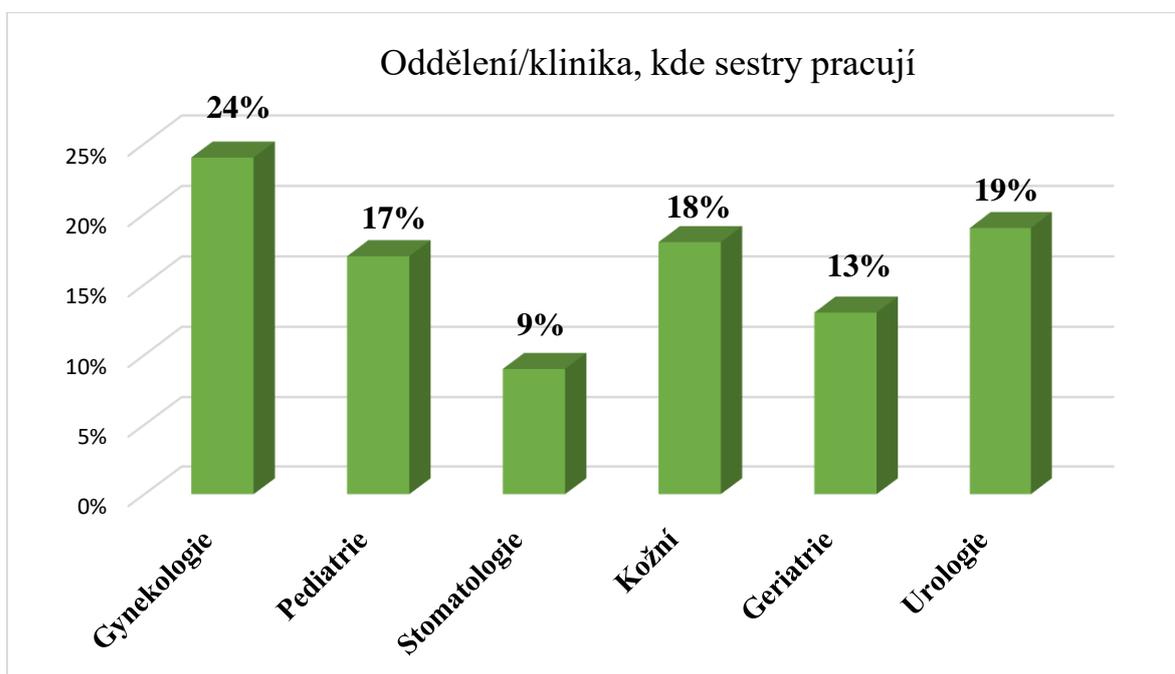


Zdroj: vlastní

Na otázku č. 2 celkem odpovědělo 90 (100%) všeobecných sester. Z toho 12 (13%) všeobecných sester má praxi dlouhou v rozmezí 1 – 5 let, 7 (8%) všeobecných sester má délku praxe 6 – 10 let, 11 (12%) všeobecných sester má praxi 11 – 15 let a nejvíce sester, tedy 60 (67%) všeobecných sester odpovědělo, že jejich délka praxe činí 16 a více let.

### Otázka č. 3: Na jakém oddělení/klinice pracujete?

Graf č. 3, Oddělení/klinika, kde sestry pracují



Zdroj: vlastní

Tabulka č. 1, Oddělení/klinika, kde sestry pracují

Možnosti	Počet odpovědí	% z 90 sester
Gynekologicko-porodnická klinika	22	24%
Dětská klinika	15	17%
Stomatologická klinika	8	9%
Dermatovenerologická klinika	16	18%
Geriatrické oddělení	12	13%
Urologická klinika	17	19%

Zdroj: vlastní

Na otázku č. 3 celkem odpovědělo 90 (100%) všeobecných sester. Tato tabulka byla vytvořena pro přehlednější vyhodnocení výsledků. Výzkumné šetření bylo provedeno pouze na těchto odděleních/klinikách ve FN v Plzni. Jak je patrné z grafu č. 3 a z tabulky, 22 (24%) sester pracuje na gynekologicko-porodnické klinice, 15 (17%) sester pracuje na dětské klinice, 8 (9%) sester pracuje na stomatologické klinice, 16 (18%) sester pracuje na dermatovenerologické klinice, 12 (13%) sester pracuje na geriatrickém oddělení a 17 (19%) sester pracuje na urologické klinice.

Otázka č. 4: **Jaké je Vaše nejvyšší dosažené vzdělání?**

**Graf č. 4,** Nejvyšší dosažené vzdělání sester



Zdroj: vlastní

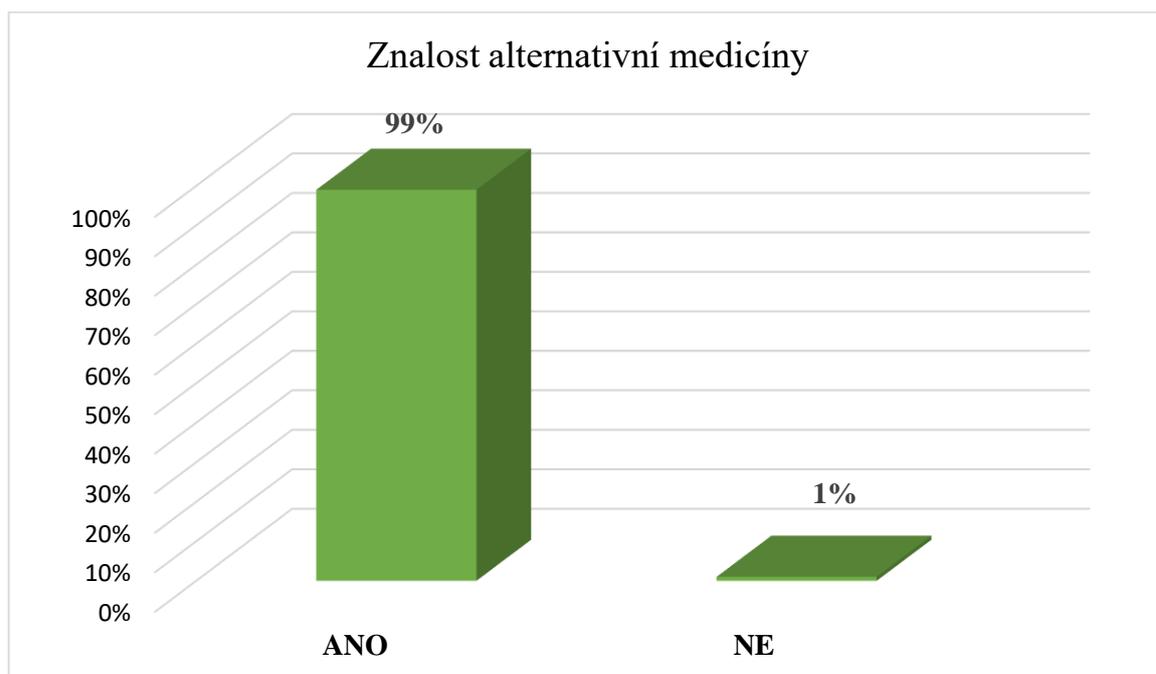
Na otázku č. 4 celkem odpovědělo 90 (100%) všeobecných sester. Z grafu je patrné, že nejvíce sester, konkrétně 41 (46%) má vysokoškolské vzdělání, 36 (40%) sester má pouze středoškolské vzdělání a 13 (14%) sester má vyšší odborné vzdělání.

**Cíl 1:** Zjistit, zda sestry mají povědomí o alternativní medicíně a o jejích léčebných metodách.

Otázka č. 5, 6, 7

Otázka č. 5: **Víte, co je to alternativní medicína?**

**Graf č. 5,** Znalost alternativní medicíny



Zdroj: vlastní

Na otázku č. 5 celkem odpovědělo 90 (100%) všeobecných sester. Z grafu je jasné, že skoro všechny sestry, konkrétně 89 (99%) vědí, co je to alternativní medicína, pouze 1 (1%) sestra nemá o alternativní medicíně povědomí.

Otázka č. 6: **Co si pod pojmem alternativní medicína představujete?** (Otevřená otázka)

**Tabulka č. 2,** Představa sester pod pojmem alternativní medicína

Nejčastější odpovědi	Počet odpovědí
Neklasická, netradiční, nelékařská medicína	30
Přírodní léčba, léčba přírodními prostředky	28
Bylinky	10
Jiná léčba než klasická	9
Doplňková, podpůrná medicína	9
Náhrada farmak za přírodní produkty	6
Vědecky nepodložená medicína	5
Víra v uzdravení	1
Léčba bez ATB	1
Léčba duše, nejen těla	1
Okultismus	1
Pojímá člověka jako celek	1

Zdroj: vlastní

Na otázku č. 6 celkem odpovědělo 83 (92%) všeobecných sester. Jednalo se o otevřenou otázku, kde se sestry měly možnost rozepsat. Nejčastější odpovědi jsou shrnuty v tabulce. Sestry nejčastěji odpovídaly, že si pod pojmem alternativní medicína představují neklasickou, netradiční a nelékařskou medicínu. Dále si pod tímto pojmem představují přírodní léčbu, která využívá přírodní prostředky.

Otázka č. 7: **Uved'te alespoň 3 léčebné metody alternativní medicíny** (Otevřená otázka)

**Tabulka č. 3,** Léčebné metody alternativní medicíny uvedené všeobecnými sestrami

Nejčastější odpovědi	Počet odpovědí
Homeopatie	60
Fytoterapie, bylinky	48
Akupunktura	46
Aromaterapie	29
Akupresura	13
Masáže	7
Muzikoterapie	6
Čínská medicína	6
Reiki	5
Ajurvéda	4
Baňkování	3
Meditace, relaxace	3
Jóga	3

Zdroj: vlastní

Na otázku č. 7 celkem odpovědělo 84 (93%) všeobecných sester. Tato otázka byla také otevřená, tudíž se sestry mohly rozepsat. Všechny odpovědi jsou shrnuty v tabulce. 60 (71%) sester z celkového počtu, které odpověděly na tuto otázku, uvedly homeopatii, dále byla nejčastěji uvedena fytoterapie, akupunktura, aromaterapie a akupresura.

### **Filtrující otázka (Otázka č. 8)**

Otázka č. 8: **Kde čerpáte informace o léčebných metodách alternativní medicíny?**

**Tabulka č. 4,** Čerpání informací o léčebných metodách alternativní medicíny

<b>Možnosti odpovědí</b>	<b>Počet odpovědí</b>
Internet, televize	66
Odborná literatura, časopisy	50
Přátelé, rodina	28
Pracoviště	15
Nezajímám se o alternativní medicínu	8
Jiné: např. odborné semináře	7

Zdroj: vlastní

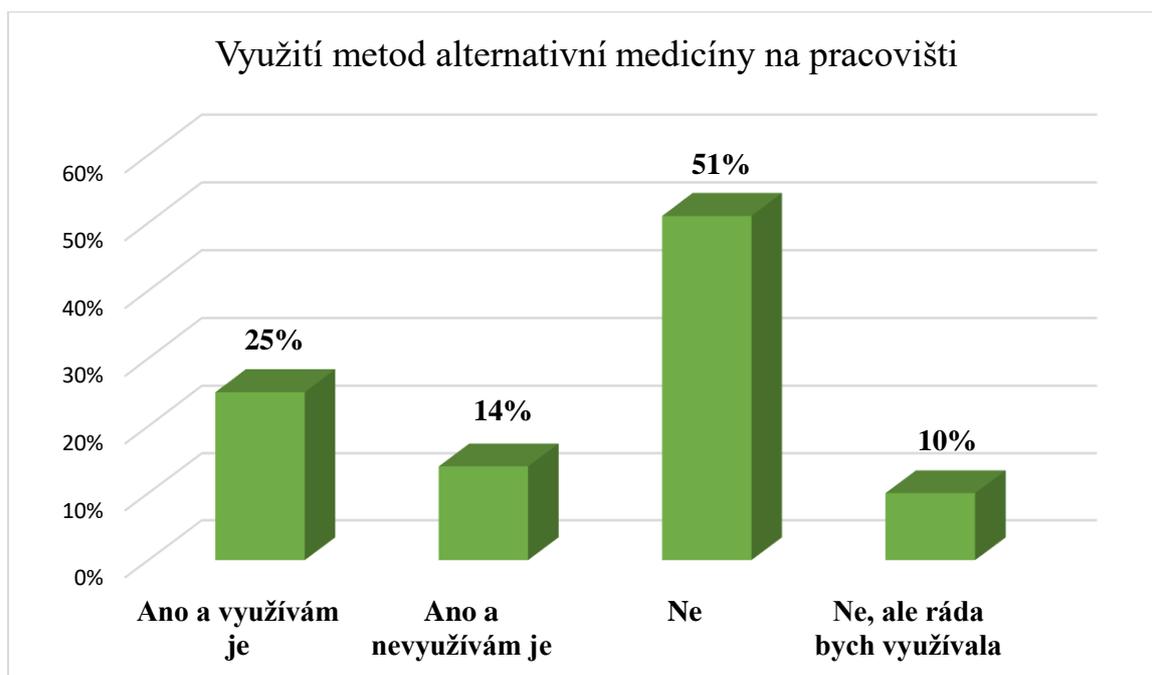
Na otázku č. 8 celkem odpovědělo 90 (100%) všeobecných sester. Otázka byla uzavřená, bylo možné si vybrat z více odpovědí. Výsledky byly zpracovány do tabulky pro přehlednější a lepší vyhodnocení. 66 (73%) z dotazovaných sester využívá pro získání informací internet a televizi, zatímco pouze 7 (8%) sester má informace z odborných seminářů.

**Cíl 2:** Zjistit, zda sestry mají možnost se ve své praxi setkat s léčebnými metodami alternativní medicíny.

Otázka č. 3, 9, 10, 11

Otázka č. 9: **Máte možnost využívat na Vašem pracovišti některé z metod alternativní medicíny v rámci ošetrovatelské péče o klienty?**

**Graf č. 6,** Využití metod alternativní medicíny na pracovišti

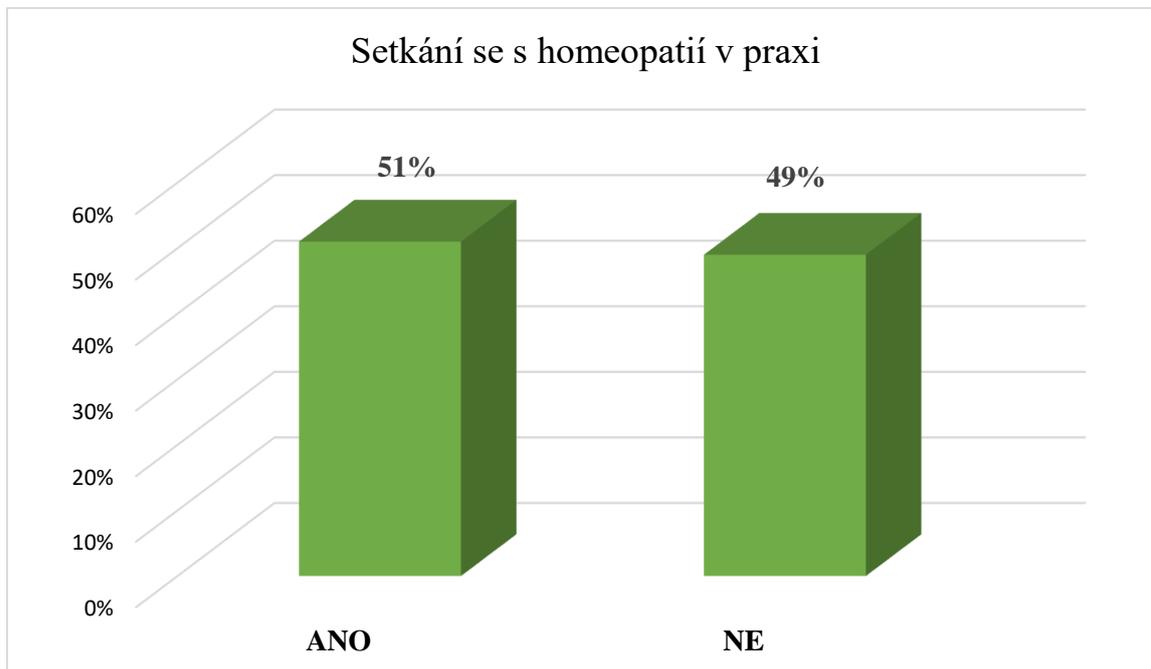


Zdroj: vlastní

Na otázku č. 9 celkem odpovědělo 90 (100%) všeobecných sester. Z grafu je patrné, že 46 (51%) sester odpovědělo, že na svém pracovišti nemají možnost metody alternativní medicíny využívat, dalších 9 (10%) sester by metody alternativní medicíny na svém pracovišti rády využívaly. 22 (25%) sester na svém pracovišti metody alternativní medicíny využívají a 13 (14%) sester má možnost na svém pracovišti metody alternativní medicíny využívat, ale nevyžívá je.

Otázka č. 10: **Setkala jste se ve své praxi s homeopatií?**

**Graf č. 7,** Setkání se s homeopatií v praxi

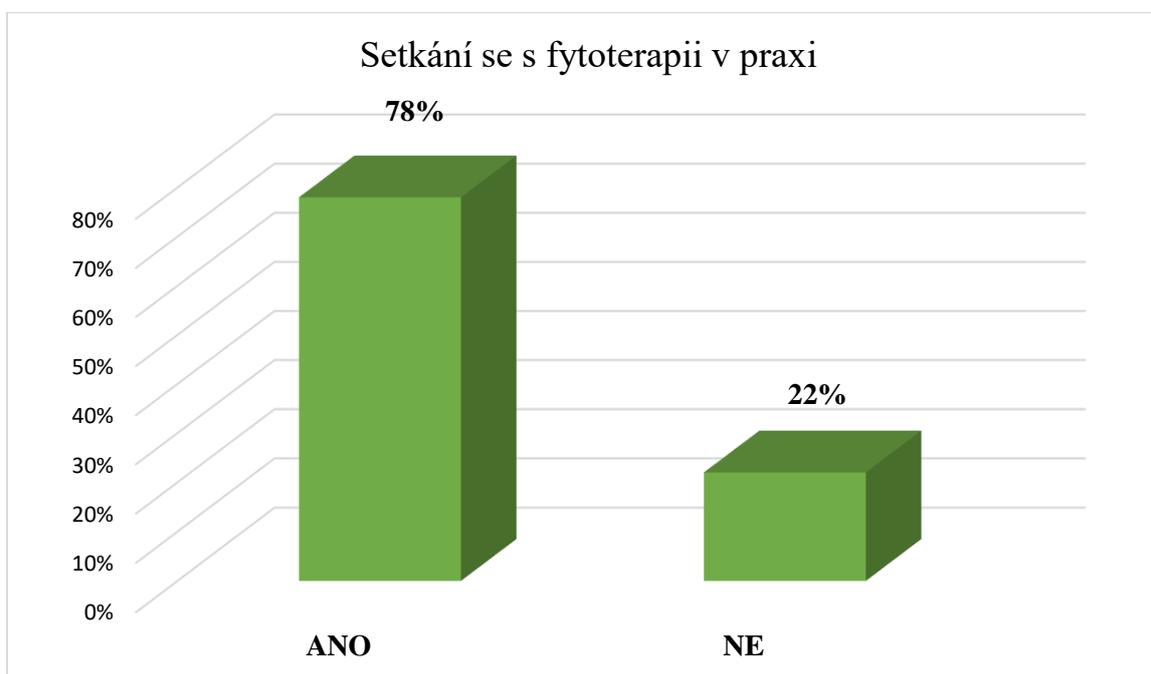


Zdroj: vlastní

Na otázku č. 10 celkem odpovědělo 90 (100%) všeobecných sester. Z grafu se dají vyčíst velmi vyrovnané výsledky. 46 (51%) sester se ve své praxi s homeopatií setkala a 44 (49%) všeobecných sester se ve své praxi s homeopatií nesetkala.

Otázka č. 11: **Setkala jste se ve své praxi s využitím léčivých rostlin neboli s fytoterapií?**

**Graf č. 8,** Setkání se s fytoterapií v praxi



Zdroj: vlastní

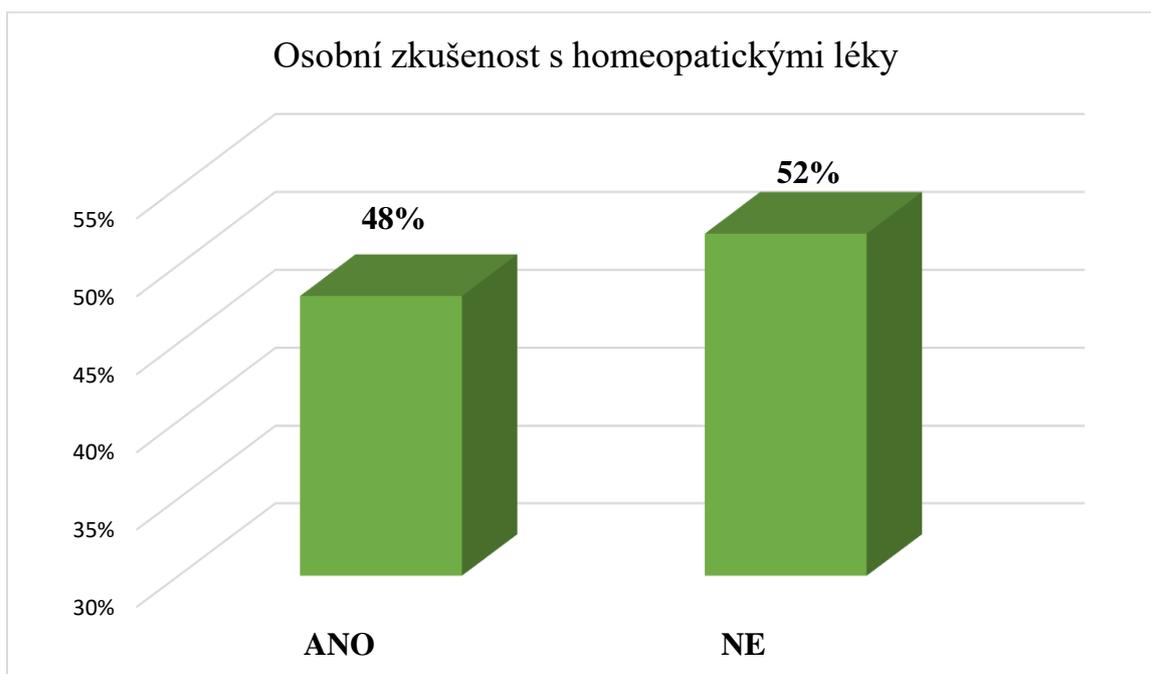
Na otázku č. 11 celkem odpovědělo 90 (100%) všeobecných sester. Z grafu je viditelné, že většina sester se s fytoterapií ve své praxi setkala, konkrétně 70 (78%) sester a 20 (22%) sester se ve své praxi s fytoterapií neseťkalo.

**Cíl 3:** Zjistit, zda sestry mají osobní zkušenost s léčebnými metodami alternativní medicíny, a to konkrétně s fytoterapií a homeopatií.

Otázka č. 3, 12, 13, 14, 15, 16

Otázka č. 12: **Máte osobní zkušenost s homeopatickými léky?**

**Graf č. 9,** Osobní zkušenost s homeopatickými léky



Zdroj: vlastní

Na otázku č. 12 celkem odpovědělo 90 (100%) všeobecných sester. Výsledek je velmi vyrovnaný, 43 (48%) všeobecných sester má osobní zkušenost s homeopatickými léky a 47 (52%) všeobecných sester s homeopatickými léky osobní zkušenost nemá.

Otázka č. 13: **Pokud osobní zkušenost máte, v jakých případech jste homeopatika použila?** (Otevřená otázka)

**Tabulka č. 5,** V jakých případech sestry homeopatika používají/použily

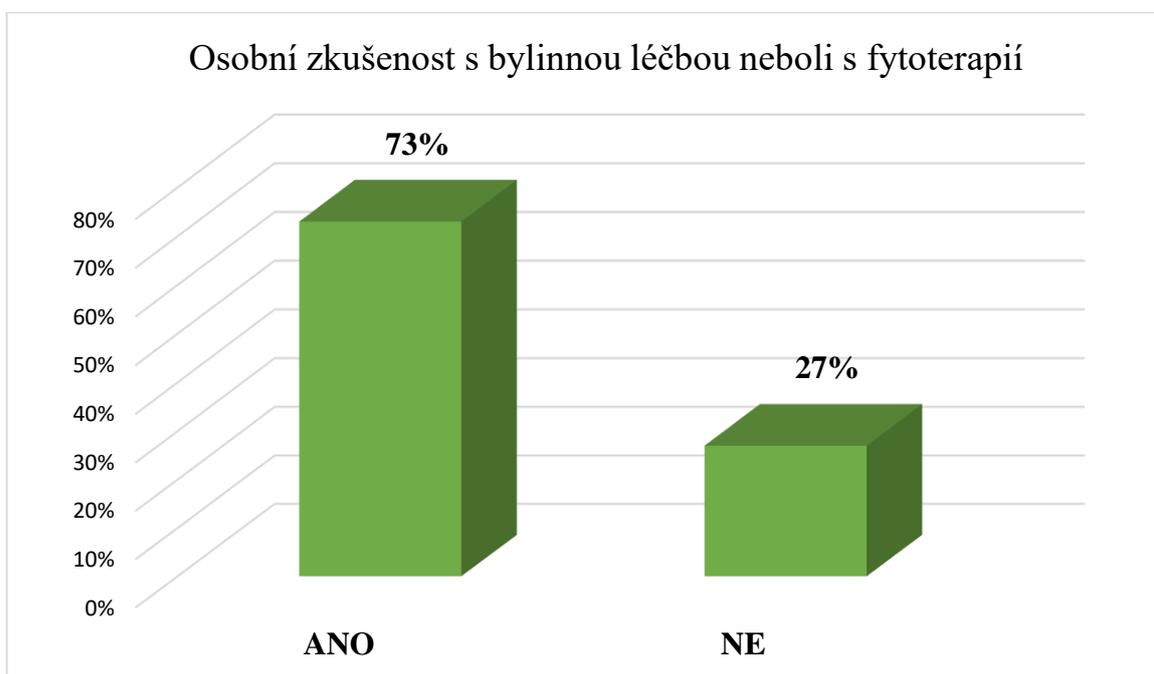
Nejčastější odpovědi	Počet odpovědí
Prevence, imunita	18
Nachlazení, viróza	13
Alergie	7
Záněty (průdušky, hlasivky)	4
Bolest v krku, angína	4
Po operaci	3
Střevní potíže u dětí	2

Zdroj: vlastní

Na otázku č. 13 odpovědělo 43 (48%) sester z celkového počtu dotazovaných, a to všeobecné sestry, které mají osobní zkušenost s homeopatií. Jednalo se o otevřenou otázku, tudíž se sestry mohly rozepsat. Nejčastější odpovědi jsou shrnuty v tabulce. Z tabulky je patrné, že sestry nejčastěji používají homeopatické léky na prevenci a podporu imunity, dále při nachlazení, virózách a alergiích.

Otázka č. 14: **Máte osobní zkušenost s bylinnou léčbou neboli s fytoterapií?**

**Graf č. 10,** Osobní zkušenost s bylinnou léčbou neboli s fytoterapií



Zdroj: vlastní

Na otázku č. 14 celkem odpovědělo 90 (100%) všeobecných sester. Většina sester, konkrétně 66 (73%) sester má osobní zkušenost s fytoterapií. 24 (27%) všeobecných sester s bylinnou léčbou neboli s fytoterapií osobní zkušenost nemá.

Otázka č. 15: **Pokud osobní zkušenost máte, v jakých případech jste fytoterapii použila?**  
(Otevřená otázka)

**Tabulka č. 6,** V jakých případech sestry fytoterapii používají/použily

Nejčastější odpovědi	Počet odpovědí
Nachlazení	23
Urologické potíže, zánět moč. měchýře	22
Zažívání	16
Detoxikace	12
Imunita, prevence	10
Kožní problémy	5
Poruchy spánku (nespavost, únava)	5
Zánět průdušek, hlasivek	5
Stres	4
Bolest zad, masáže	3

Zdroj: vlastní

Na otázku č. 15 celkem odpovědělo 66 (73%) sester z celkového počtu dotazovaných, a to všeobecné sestry, které mají osobní zkušenost s fytoterapií. Otázka byla otevřená, tudíž se sestry mohly rozepsat. Nejčastější odpovědi jsou zaznamenány v tabulce. Z tabulky je patrné, že nejvíce sester využívá fytoterapii při nachlazení, dále na urologické potíže, zažívání, detoxikaci a imunitu.

Otázka č. 16: **Pokud fytoterapii využíváte, v jaké formě nejčastěji?**

**Tabulka č. 7,** Nejčastější forma využití fytoterapie

Možnosti odpovědí	Počet odpovědí	% z 90 sester
Čaje	63	70%
Masti	31	34%
Tinkтуры	22	24%
Součást vaření	11	12%
Jiné: inhalace, koupele	4	4%
Nepoužívám je	22	24%

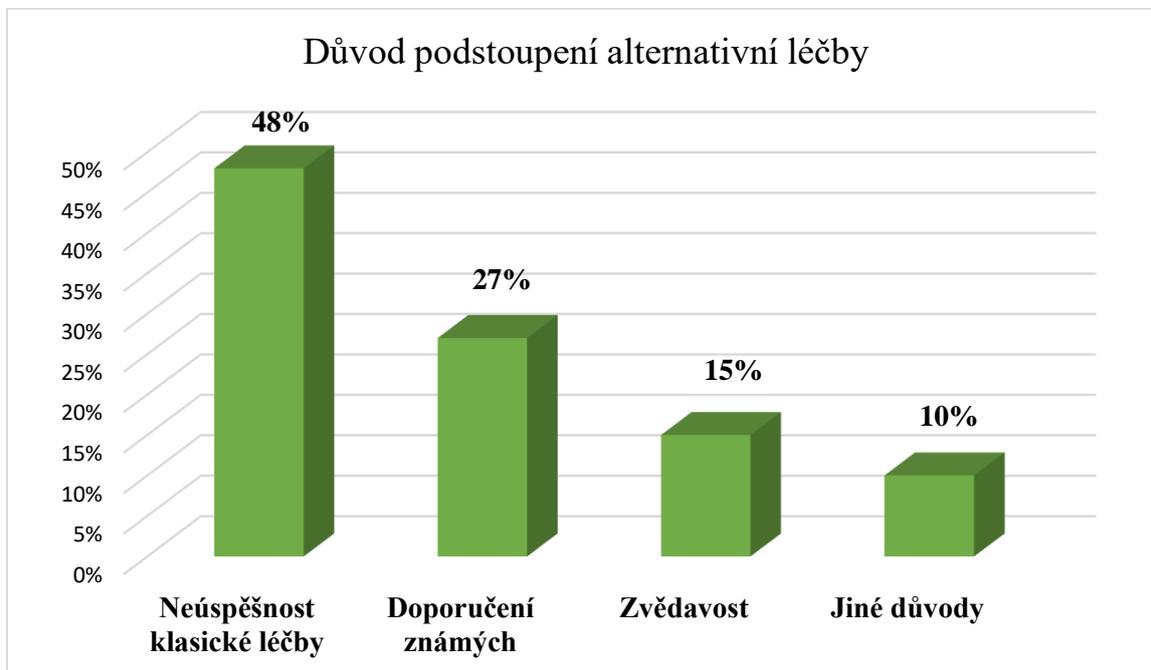
Zdroj: vlastní

Na otázku č. 16 celkem odpovědělo 90 (100%) všeobecných sester. Otázka byla uzavřená, bylo možné zvolit více odpovědí. Výsledky jsou zpracovány do tabulky pro přehlednější a lepší vyhodnocení. Lze tedy říci, že 63 (70%) sester z celkových dotazovaných sester nejčastěji používá čaje. Další nejvyužívanější formou fytoterapie jsou masti, které využívá 31 (34%) sester z celkového počtu dotazovaných. 22 (24%) sester nevyužívá žádnou formu fytoterapie.

### Filtrující otázka (Otázka č. 17)

Otázka č. 17: Co by Vás přimělo podstoupit alternativní léčbu?

Graf č. 11, Důvod podstoupení alternativní léčby



Zdroj: vlastní

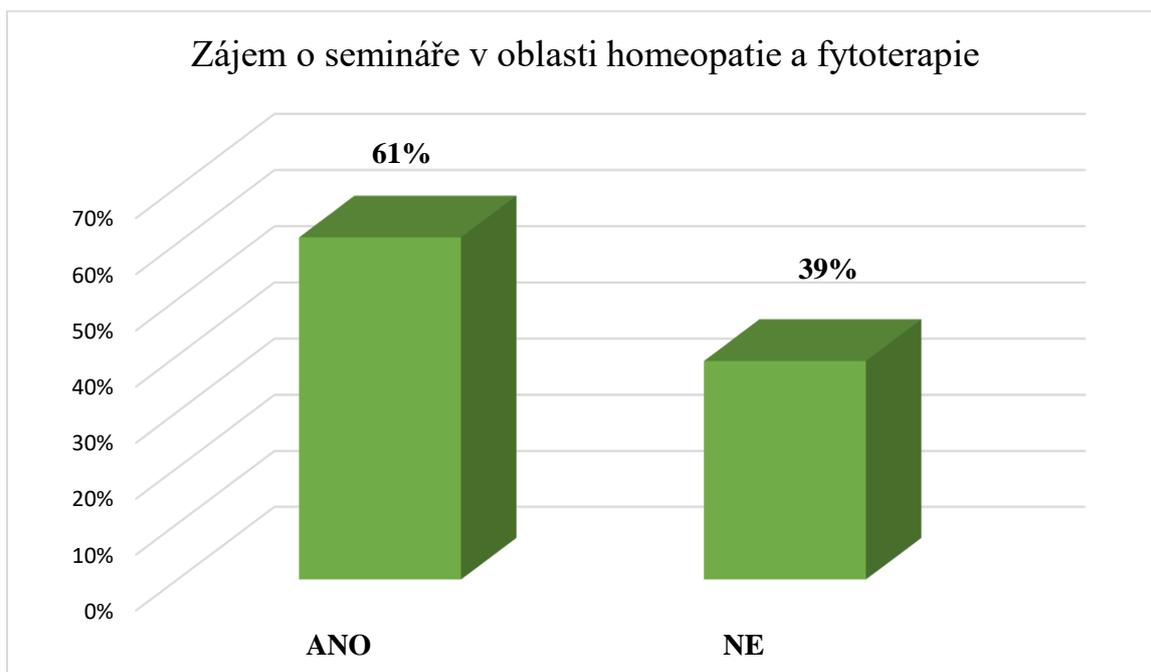
Na otázku č. 17 celkem odpovědělo 90 (100%) všeobecných sester. V případě neúspěšnosti klasické léčby by alternativní léčbu podstoupilo 43 (48%) všeobecných sester. 24 (27%) sester by ji podstoupilo na doporučení známých, 14 (15%) sester by k podstoupení alternativní léčby přiměla zvědavost a 9 (10%) sester by ji podstoupilo z jiných důvodů (např. 1. volba před klasickou léčbou, prevence, doporučení lékaře či šetření organismu).

**Cíl 4:** Zjistit, zda sestry mají zájem se ke své specializaci vzdělávat v oblasti fytotherapie a homeopatie.

Otázka č. 1, 18, 19

Otázka č. 18: **Měla byste zájem absolvovat semináře k Vaší specializaci v oblasti homeopatie a fytotherapie?**

**Graf č. 12,** Zájem o semináře v oblasti homeopatie a fytotherapie



Zdroj: vlastní

Na otázku č. 18 celkem odpovědělo 90 (100%) všeobecných sester. Zájem o semináře ke své specializaci v oblasti homeopatie a fytotherapie by mělo 55 (61%) všeobecných sester. 35 (39%) sester zájem o semináře nemá.

Otázka č. 19: **Pokud ano, uvítala byste možnost aplikovat získané vědomosti ze seminářů ve Vaší praxi?**

**Graf č. 13,** Aplikování získaných vědomostí do praxe



Zdroj: vlastní

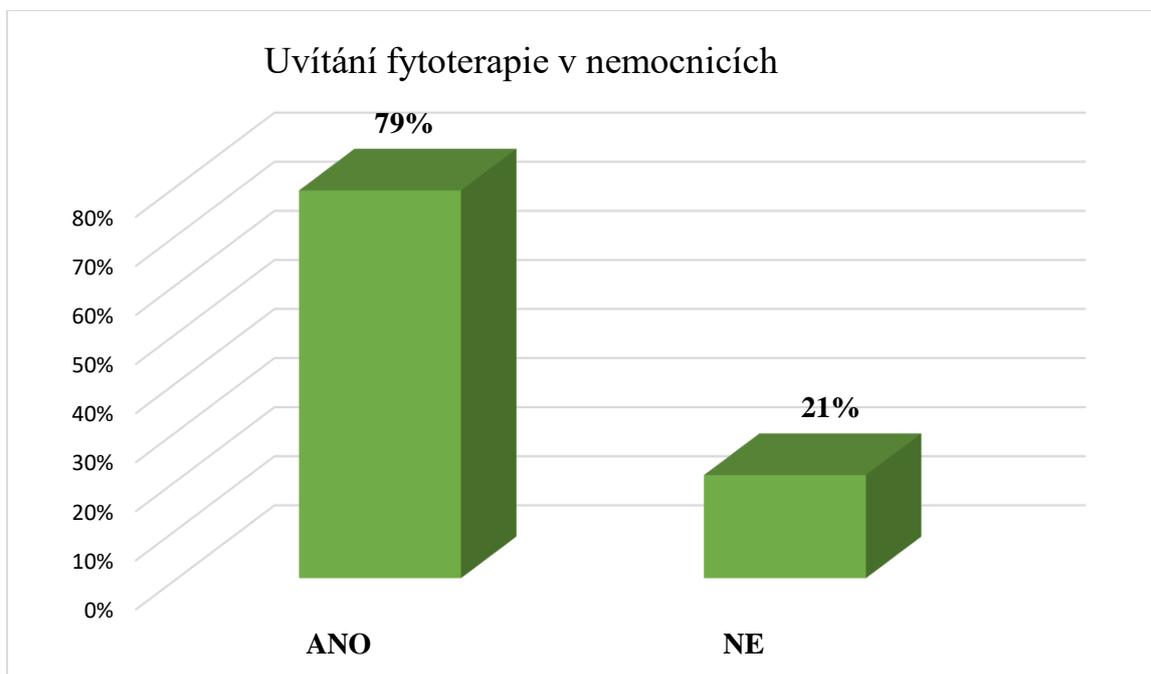
Na otázku č. 19 odpovědělo pouze 55 (61%) sester z celkového počtu dotazovaných, tedy sestry, které by měly zájem absolvovat odborné semináře. V tomto případě by uvítalo 49 (89%) sester tu možnost, aby své získané vědomosti ze seminářů mohly aplikovat ve své praxi. Dalších 6 (11%) sester by získané vědomosti ze seminářů nemělo zájem ve své praxi aplikovat.

**Cíl 5:** Zjistit, zda by sestry uvítaly, aby se alternativní metody, a to konkrétně fytoterapie a homeopatie, užívaly společně s klasickými metodami v oblasti ošetrovatelské péče o pacienta.

Otázka č. 12, 14, 20, 21

Otázka č. 20: **Uvítala byste, kdyby se v nemocnicích rovněž využívala fytoterapie (čaje, masti, tinktury, koupele) ve prospěch pacienta?**

**Graf č. 14,** Uvítání fytoterapie v nemocnicích

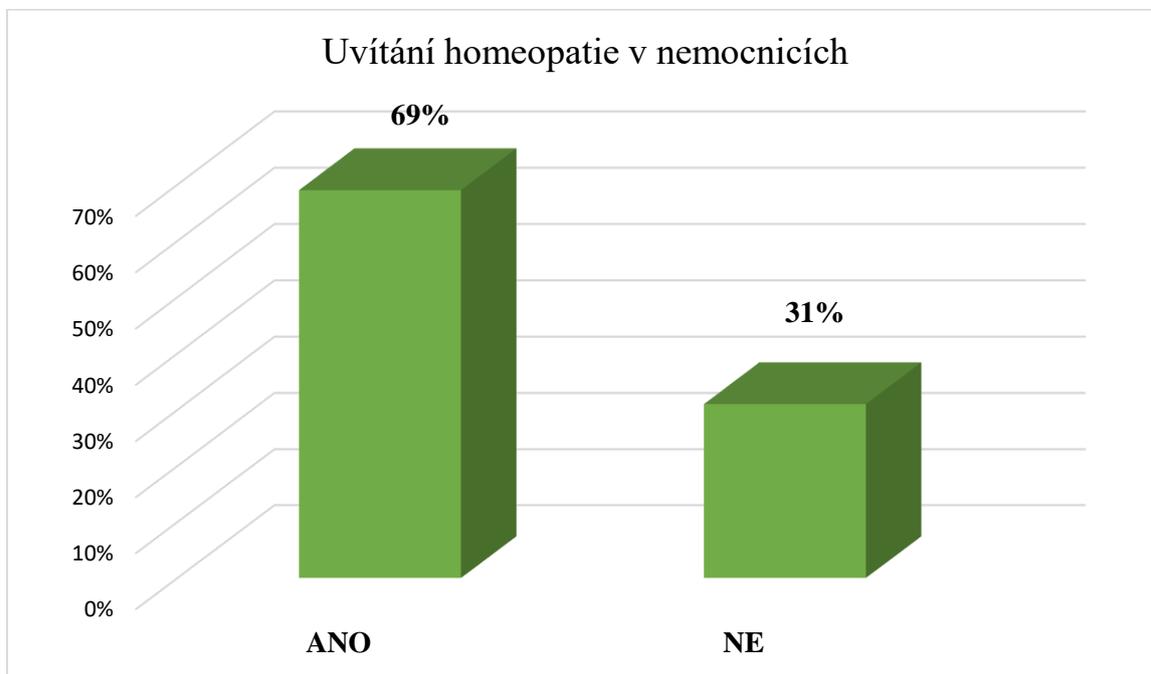


Zdroj: vlastní

Na otázku č. 20 celkem odpovědělo 90 (100%) všeobecných sester. 71 (79%) sester by uvítalo, kdyby se v nemocnicích rovněž využívala fytoterapie ve prospěch pacienta, dalších 19 (21%) sester by tuto možnost neuvítalo.

Otázka č. 21: **Uvítala byste, kdyby se v nemocnicích podávaly homeopatické léky společně s klasickými léky ve prospěch pacienta?**

**Graf č. 15,** Uvítání homeopatie v nemocnicích



Zdroj: vlastní

Na otázku č. 21 celkem odpovědělo 90 (100%) všeobecných sester. 62 (69%) sester by uvítalo, kdyby se v nemocnicích rovněž využívaly homeopatické léky společně s klasickými léky ve prospěch pacienta a 28 (31%) sester by tuto možnost neuvítalo.

**Předpoklad 1: Předpokládám, že většina sester bude vědět, co je to alternativní medicína a bude znát její léčebné metody. (kritérium pro většinu je 70%)**

**Tabulka č. 8, Znalost alternativní medicíny**

Znalost alternativní medicíny	Počet odpovědí	% z 90 sester
ANO	89	99 %
NE	1	1 %

Zdroj: vlastní

Tabulka č. 8 byla vytvořena na základě grafu č. 5. Na tuto otázku celkem odpovědělo 90 (100%) všeobecných sester. Z tabulky je patrné, že skoro všechny sestry 89 (99%) vědí, co je to alternativní medicína, pouze 1 (1%) sestra nemá o alternativní medicíně povědomí.

**Tabulka č. 9, Nejčastější léčebné metody alternativní medicíny uvedené sestrami**

Nejčastější odpovědi	Počet odpovědí
Homeopatie	60
Fytoterapie, bylinky	48
Akupunktura	46
Aromaterapie	29
Akupresura	13

Zdroj: vlastní

Tabulka č. 9 byla vytvořena na základě tabulky č. 3, kde byly shrnuty všechny odpovědi této otázky. Na tuto otázku odpovědělo 84 (93%) z 90 dotazovaných všeobecných sester. Jednalo se o otevřenou otázku, tudíž se sestry mohly rozepsat. Z tabulky je patrné, že nejčastěji sestry uvedly homeopatii, konkrétně 60 (71%) sester z celkového počtu sester, které odpověděly na tuto otázku. Na další pozici byla fytoterapie (bylinky), akupunktura, aromaterapie a akupresura.

**Předpoklad č. 2: Předpokládám, že sestry, které pracují na gynekologicko-porodnické klinice, mají větší možnost využívat ve své praxi léčebné metody alternativní medicíny, než sestry, které pracují na ostatních mnou zkoumaných odděleních.**

**Tabulka č. 10,** Využití metod alternativní medicíny na konkrétním oddělení/klinice

<b>Odd./klinika</b>	<b>Počet sester z odd/kliniky</b>	<b>Sestry využívající metody</b>	<b>% z odd.</b>
Gynekologie	22	11	<b>50 %</b>
Dětská klinika	15	6	<b>40 %</b>
Stomatologie	8	0	<b>0 %</b>
Kožní klinika	16	2	<b>13 %</b>
Geriatric	12	1	<b>8 %</b>
Urologie	17	2	<b>12 %</b>

Zdroj: vlastní

V tabulce č. 10 je zobrazené využívání metod alternativní medicíny na konkrétním oddělení/klinice, kde sestry pracují. To znamená, že dotazované sestry, které pracují na gynekologii, využívají metody alternativní medicíny v 50 %, zatímco sestry, které pracují na stomatologii, tak metody alternativní medicíny nevyužívají.

**Tabulka č. 11,** Porovnání s počtem sester, které metody alternativní medicíny využívají

<b>Oddělení/klinika</b>	<b>Sestry využívající metody</b>	<b>% z 22 sester</b>
Gynekologie	11	<b>50%</b>
Dětská klinika	6	<b>27%</b>
Stomatologie	0	<b>0%</b>
Kožní klinika	2	<b>9%</b>
Geriatric	1	<b>5%</b>
Urologie	2	<b>9%</b>

Zdroj: vlastní

V tabulce č. 11 je zobrazené využívání metod alternativní medicíny sester z jednotlivých oddělení v porovnání s celkovým počtem sester, které metody alternativní medicíny využívají, tedy z 22 sester. Zbylých 68 sester alternativní metody na svém pracovišti nevyužívá.

**Předpoklad č. 3: Předpokládám, že sestry, které pracují na gynekologicko-porodnické klinice, mají větší možnost se ve své praxi setkat s homeopatií a fytoterapií, než sestry, které pracují na ostatních mnou zkoumaných odděleních.**

**Tabulka č. 12,** Setkání se s homeopatií v praxi na konkrétním oddělení/ klinice

<b>Oddělení/klinika</b>	<b>Počet sester z odd./kliniky</b>	<b>Setkání se s homeopatií</b>	<b>% z odd.</b>
Gynekologie	22	16	<b>73%</b>
Dětská klinika	15	10	<b>67%</b>
Stomatologie	8	3	<b>38%</b>
Kožní klinika	16	4	<b>25%</b>
Geriatric	12	6	<b>50%</b>
Urologie	17	7	<b>41%</b>

Zdroj: vlastní

V tabulce č. 12 je zobrazené setkání sester s homeopatií v praxi na konkrétním oddělení nebo klinice. Z tabulky je patrné, že se s homeopatií setkaly nejčastěji sestry, které pracují na gynekologicko-porodnické klinice, 16 (73%) z 22 dotazovaných gynekologických sester. K nižšímu setkání s homeopatií dochází u sester, které pracují na kožní klinice, 4 (25%) z 16 kožních sester.

**Tabulka č. 13,** Porovnání s počtem sester, které se s homeopatií ve své praxi setkaly

<b>Oddělení/klinika</b>	<b>Setkání se s homeopatií</b>	<b>% ze 46 sester</b>
Gynekologie	16	<b>35%</b>
Dětská klinika	10	<b>22%</b>
Stomatologie	3	<b>6%</b>
Kožní klinika	4	<b>9%</b>
Geriatric	6	<b>13%</b>
Urologie	7	<b>15%</b>

Zdroj: vlastní

V tabulce č. 13 je zobrazené setkání sester s homeopatií v porovnání s celkovým počtem sester, které se s homeopatií ve své praxi setkaly, tedy ze 46 sester. Zbylých 44 sester se s homeopatií ve své praxi neseťkalo.

**Tabulka č. 14,** Setkání se s fytotherapií v praxi na konkrétním oddělení/klinice

(tabulka souvisí s předpokladem č. 3)

<b>Oddělení/klinika</b>	<b>Počet sester z odd/kliniky</b>	<b>Setkání se s fytotherapií</b>	<b>% z odd.</b>
Gynekologie	22	20	<b>91%</b>
Dětská klinika	15	13	<b>87%</b>
Stomatologie	8	6	<b>75%</b>
Kožní klinika	16	9	<b>56%</b>
Geriatric	12	9	<b>75%</b>
Urologie	17	13	<b>76%</b>

Zdroj: vlastní

V tabulce č. 14 je zobrazené setkání sester s fytotherapií v praxi na konkrétním oddělení nebo klinice. Z tabulky je patrné, že se s fytotherapií setkaly nejčastěji sestry, které pracují na gynekologicko-porodnické klinice, 20 (91%) z 22 gynekologických sester. K nejnižšímu setkání s fytotherapií dochází u sester, které pracují na kožní klinice, 9 (56%) z 16 kožních sester.

**Tabulka č. 15,** Porovnání s počtem sester, které se s fytotherapií ve své praxi setkaly

(tabulka souvisí s předpokladem č. 3)

<b>Oddělení/klinika</b>	<b>Setkání se s fytotherapií</b>	<b>% ze 70 sester</b>
Gynekologie	20	<b>28,5%</b>
Dětská klinika	13	<b>18,5%</b>
Stomatologie	6	<b>8,5%</b>
Kožní klinika	9	<b>13%</b>
Geriatric	9	<b>13%</b>
Urologie	13	<b>18,5%</b>

Zdroj: vlastní

V tabulce č. 15 je zobrazené setkání sester s fytotherapií v porovnání s celkovým počtem sester, které se s fytotherapií ve své praxi setkaly, tedy ze 70 sester. Zbylých 20 sester se s fytotherapií ve své praxi neseťkalo.

**Předpoklad č. 4: Domnívám se, že sestry, které pracují na gynekologicko-porodnické klinice, budou mít větší osobní zkušenost s homeopatií a fytoterapií, než sestry, které pracují na ostatních mnou zkoumaných odděleních.**

**Tabulka č. 16,** Zkušenost sester s homeopatií dle oddělení/kliniky

<b>Oddělení/klinika</b>	<b>Počet sester z odd/kliniky</b>	<b>Zkušenost s homeopatií</b>	<b>% z odd.</b>
Gynekologie	22	14	<b>64%</b>
Dětská klinika	15	7	<b>47%</b>
Stomatologie	8	2	<b>25%</b>
Kožní klinika	16	7	<b>44%</b>
Geriatric	12	6	<b>50%</b>
Urologie	17	7	<b>41%</b>

Zdroj: vlastní

V tabulce č. 16 je zobrazená osobní zkušenost sester s homeopatií, výsledky jsou rozděleny dle klinik a oddělení. Zde je viditelné, že největší zkušenost s homeopatií mají sestry, které pracují na gynekologicko-porodnické klinice, konkrétně 14 (64%) sester.

**Tabulka č. 17,** Porovnání s počtem sester, které mají osobní zkušenost s homeopatií

<b>Oddělení/klinika</b>	<b>Zkušenost s homeopatií</b>	<b>% ze 43 sester</b>
Gynekologie	14	<b>33%</b>
Dětská klinika	7	<b>16%</b>
Stomatologie	2	<b>5%</b>
Kožní klinika	7	<b>16%</b>
Geriatric	6	<b>14%</b>
Urologie	7	<b>16%</b>

Zdroj: vlastní

V tabulce č. 17 je zobrazená osobní zkušenost sester s homeopatií v porovnání s celkovým počtem sester, které mají osobní zkušenost s homeopatií, tedy ze 43 sester. Zbýlých 47 všeobecných sester s homeopatií nemá žádnou osobní zkušenost.

**Tabulka č. 18,** Zkušenost sester s fytoterapií dle oddělení/kliniky

(tabulka souvisí s předpokladem č. 4)

<b>Oddělení/klinika</b>	<b>Počet sester z odd/kliniky</b>	<b>Zkušenost s fytoterapií</b>	<b>% z odd.</b>
Gynekologie	22	20	<b>91%</b>
Dětská klinika	15	11	<b>73%</b>
Stomatologie	8	6	<b>75%</b>
Kožní klinika	16	12	<b>75%</b>
Geriatric	12	6	<b>50%</b>
Urologie	17	11	<b>65%</b>

Zdroj: vlastní

V tabulce č. 18 je zobrazená osobní zkušenost sester s fytoterapií, výsledky jsou rozděleny dle klinik a oddělení. Z tabulky je patrné, že největší zkušenost s fytoterapií mají sestry, které pracují na gynekologicko-porodnické klinice, konkrétně 20 (91%) sester.

**Tabulka č. 19,** Porovnání s počtem sester, které mají osobní zkušenost s fytoterapií

(tabulka souvisí s předpokladem č. 4)

<b>Oddělení/klinika</b>	<b>Zkušenost s homeopatií</b>	<b>% z 66 sester</b>
Gynekologie	20	<b>30%</b>
Dětská klinika	11	<b>17%</b>
Stomatologie	6	<b>9%</b>
Kožní klinika	12	<b>18%</b>
Geriatric	6	<b>9%</b>
Urologie	11	<b>17%</b>

Zdroj: vlastní

V tabulce č. 19 je zobrazená osobní zkušenost sester s fytoterapií v porovnání s celkovým počtem sester, které mají osobní zkušenost s fytoterapií, tedy z 66 sester. Zbýlých 24 všeobecných sester s fytoterapií nemá žádnou osobní zkušenost.

**Předpoklad č. 5: Předpokládám, že sestry v rozmezí věku od 21 let do 40 let budou mít větší zájem se ke své specializaci vzdělávat v oblasti fytotherapie a homeopatie, než sestry, kterým je 41 a více let.**

**Tabulka č. 20, Zájem o odborné semináře dle věkové kategorie sester**

Věková kategorie	Počet sester	Zájem o vzdělání	v %
21 – 40 let	35	22	63%
41 – 51 a více let	55	33	60%

Zdroj: vlastní

V tabulce č. 20 je zaznamenán zájem o odborné semináře v oblasti homeopatie a fytotherapie dle věkové kategorie sester, které se zúčastnily dotazníkového šetření. Z tabulky je patrné, že se zúčastnilo více sester ve věkové kategorii od 41 do 51 a více let. U obou věkových kategorií má zájem o vzdělání v oblasti homeopatie a fytotherapie více jak polovina sester. Ve věkové kategorii 21 – 40 let má o odborné semináře zájem 22 (63%) sester z celkových 35 sester. U druhé věkové kategorie 41 – 51 a více let má o odborné semináře zájem 33 (60%) sester z celkových 55 dotazovaných sester.

**Předpoklad č. 6: Domnívám se, že sestry, které mají osobní zkušenost s fytotherapií a homeopatií by uvítaly, aby se tyto metody užívaly společně s klasickými metodami v oblasti ošetrovatelské péče o pacienta, než sestry, které osobní zkušenost s fytotherapií a homeopatií nemají.**

**Tabulka č. 21, Zkušenost s fytotherapií a zájem jejího využití v nemocnicích**

<b>Zkušenost s fytotherapií má</b>	<b>Zájem o využití fytotherapie v nemocnicích</b>	<b>v %</b>
66	60	<b>91%</b>
<b>Zkušenost s fytotherapií nemá</b>	<b>Zájem o využití fytotherapie v nemocnicích</b>	<b>v %</b>
24	11	<b>46%</b>

Zdroj: vlastní

Z tabulky č. 21 je patrné, že sestry, které mají osobní zkušenost s fytotherapií, tak ty mají vyšší zájem o využití fytotherapie v nemocnicích ve prospěch pacienta, než sestry, které osobní zkušenost nemají.

**Tabulka č. 22, Zkušenost s homeopatií a zájem jejího využití v nemocnicích**

<b>Zkušenost s homeopatií</b>	<b>Zájem o využití homeopatie v nemocnicích</b>	<b>v %</b>
43	33	<b>77%</b>
<b>Zkušenost s homeopatií nemá</b>	<b>Zájem o využití homeopatie v nemocnicích</b>	<b>v %</b>
47	29	<b>62%</b>

Zdroj: vlastní

Z tabulky č. 22 je patrné, že sestry, které mají osobní zkušenost s homeopatií, tak ty mají vyšší zájem o využití homeopatie v nemocnicích ve prospěch pacienta. U těchto výsledků je zajímavé, že i sestry, které osobní zkušenosti s homeopatií nemají, tak jejich zájem o využití homeopatie v nemocnicích je vysoký. Konkrétně tedy 29 (62%) sester má zájem o využití homeopatie v nemocnicích z celkových 47 sester, které osobní zkušenost s homeopatií nemají.

## 13 DISKUZE

Výzkumné šetření bylo zaměřeno na aplikaci léčebných metod alternativní medicíny v praxi všeobecných sester, a to především na homeopatii a fytoterapii. Ke zhodnocení výzkumného šetření byly využity mnou vytvořené dotazníky. Celkem bylo rozdáno 129 dotazníků, z toho se jich 90 vrátilo. Návratnost tedy činila  $69,7\% = 70\%$ . Hlavním cílem bylo zjistit, jaký je postoj všeobecných sester k aplikaci léčebných metod v ošetrovatelské praxi, a to především k homeopatii a fytoterapii. S hlavním cílem souviselo dalších šest dílčích cílů, ze kterých bylo stanoveno šest předpokladů. Do skupiny respondentů patřily pouze všeobecné sestry pracující na lůžkových odděleních či klinikách. Jednalo se o gynekologicko-porodnickou kliniku, dětskou kliniku, urologickou kliniku, dermatovenerologickou kliniku, stomatologickou kliniku a o geriatrické oddělení ve Fakultní nemocnici v Plzni. Tyto kliniky a oddělení jsem zvolila z důvodu předpokladu, že právě zde budou mít všeobecné sestry nejvíce zkušeností s homeopatií a s fytoterapií.

Prvním dílčím cílem jsem zjišťovala, zda sestry mají povědomí o alternativní medicíně a o jejích léčebných metodách. S tímto cílem souvisel **předpoklad č. 1**, kdy jsem se domnívala, že většina sester bude vědět, co je to alternativní medicína a bude znát její léčebné metody. Hodnotícím kritériem pro většinu bylo, že alespoň 70% všeobecných sester bude vědět, co je to alternativní medicína a bude znát její léčebné metody. S tímto cílem a s předpokladem souvisely otázky s čísly 5, 6 a 7. Nejdůležitější pro tento předpoklad byla otázka č. 5, ze které bylo zjištěno, že 89 (99%) sester ví, co je to alternativní medicína a pouze 1 (1%) sestra nemá o alternativní medicíně povědomí. Celkem na tuto otázku odpovědělo 90 (100%) sester. Otázka č. 6 byla otevřená, tudíž se sestry mohly rozepsat a odpovědělo na ní 83 (92%) z 90 dotazovaných sester. Z otázky č. 6 bylo patrné, že si sestry nejčastěji pod pojmem alternativní medicína představují neklasickou, netradiční a nelékařskou medicínu (30x), dále přírodní léčbu nebo léčbu přírodními prostředky (28x), viz tabulka č. 2. Otázka č. 7 zjišťovala, zda sestry uvedou alespoň 3 léčebné metody alternativní medicíny. Na tuto otázku celkem odpovědělo 84 (93%) z 90 dotazovaných sester, jednalo se opět o otevřenou otázku. Pomocí otázky č. 7 bylo zjištěno, že sestry nejčastěji uváděly homeopatii (60x), dále fytoterapii (48x) a akupunkturu (46x), viz tabulka č. 9. **Na základě zvoleného kritéria se předpoklad č. 1 potvrdil.**

Druhým dílčím cílem jsem zjišťovala, zda sestry mají možnost se setkat ve své praxi s léčebnými metodami alternativní medicíny. S cílem souvisely předpoklady č. 2 a č. 3 a otázky s čísly 3, 9, 10 a 11. Z otázky č. 9 bylo zjištěno, že 46 (51%) sester na svém pracovišti nemá možnost metody alternativní medicíny využívat, dalších 22 (25%) sester na svém pracovišti metody alternativní medicíny využívá, 13 (14%) sester má možnost metody využívat, ale nevyužívá je a 9 (10%) sester nemá možnost léčebné metody na pracovišti využívat, ale rády by je využívaly. Celkem na tuto otázku odpovědělo 90 (100%) sester. K této otázce bych si dovolila uvést srovnání s bakalářskou prací M. Froydové, která zkoumala vztah zdravotníků k alternativní medicíně a ve svém výzkumném šetření položila stejnou otázku. Výzkumné šetření M. Froydové bylo provedeno v roce 2014 v Klatovské nemocnici, Domažlické nemocnici a v Mulačově nemocnici v Plzni. Zajímavým zjištěním pro mě bylo, že M. Froydová měla podobný počet respondentů a naše výsledky této otázky byly velmi srovnatelné. Dle jejího výzkumu 35 sester nemá možnost využívat na svém pracovišti metody alternativní medicíny, dalších 33 sester na svém pracovišti léčebné metody využívá, 8 sester má možnost na svém pracovišti metody alternativní medicíny využívat, ale nevyužívá je a 6 sester nemá možnost metody využívat, ale rády by je využívaly. Otázkami č. 10 a 11 bylo v mém výzkumném šetření zjištěno, že 46 (51%) sester se ve své praxi setkalo s homeopatií a 70 (78%) sester se ve své praxi setkalo s fytoterapií. Na tyto otázky celkem odpovědělo 90 (100%) sester. Součástí druhého dílčího cíle byl **předpoklad č. 2**, kdy jsem se domnívala, že sestry, které pracují na gynekologicko-porodnické klinice, mají větší možnost využívat ve své praxi léčebné metody alternativní medicíny, než sestry, které pracují na ostatních mnou zkoumaných odděleních. Výsledky byly ovlivněné v závislosti na počtu respondentek z jednotlivých oddělení, kdy nejvíce sester pracuje na gynekologicko-porodnické klinice, konkrétně 22 (24%) z 90 sester (viz tabulka č. 1). I přesto bylo zjištěno, že jsou léčebné metody alternativní medicíny opravdu nejvyužívanější u gynekologických sester, 11 (50%) z 22 sester metody alternativní medicíny využívá (viz tabulka č. 11). **Předpoklad č. 2 byl na základě těchto výsledků potvrzen.** S tímto cílem souvisel i **předpoklad č. 3**, kdy jsem předpokládala, že sestry, které pracují na gynekologicko-porodnické klinice, mají větší možnost se ve své praxi setkat s homeopatií a s fytoterapií, než sestry, které pracují na ostatních mnou zkoumaných odděleních. S homeopatií se ve své praxi opět setkaly nejvíce gynekologické sestry, tedy 16 (35%) z celkového počtu 46 sester, které se s homeopatií ve své praxi setkaly (viz tabulka č. 13). I s fytoterapií se nejvíce setkaly ve své praxi gynekologické sestry, konkrétně

20 (28,5%) z celkového počtu 70 sester, které se s fytoterapií ve své praxi setkaly (viz tabulka č. 15). **Předpoklad č. 3 byl v tomto případě také potvrzen.**

Třetí dílčí cíl zjišťoval, zda sestry mají osobní zkušenost s léčebnými metodami alternativní medicíny, a to konkrétně s homeopatií a fytoterapií. S tímto cílem jsou spojeny otázky s čísly 3, 12, 13, 14, 15, 16. Z analýzy výsledků u otázek č. 12 a č. 13 bylo zjištěno, že osobní zkušenost s homeopatickými léky má 43 (48%) všeobecných sester z celkových 90 (100%) dotazovaných sester. Homeopatické léky využívaly především na podporu a prevenci imunity, při nachlazení a viróze nebo během alergie (viz tabulka č. 5). U otázek s čísly 14, 15 a 16 jsem zjistila, že osobní zkušenost s fytoterapií má celkem 66 (73%) sester ze všech 90 dotazovaných sester. Fytoterapii sestry využívaly nejčastěji při nachlazení, během urologických problémů, u problémů se zažíváním, jako detoxikaci nebo na podporu imunity (viz tabulka č. 6). Nejčastěji je fytoterapie využívána ve formě čajů, mastí nebo tinktur. Výsledky z těchto otázek byly důležité pro vyhodnocení předpokladu č. 4, který souvisel s tímto dílčím cílem. **U předpokladu č. 4** jsem se domnívala, že sestry, které pracují na gynekologicko-porodnické klinice, budou mít větší osobní zkušenost s homeopatií a fytoterapií, než sestry, které pracují na ostatních mnou zkoumaných odděleních. Jelikož je obecně známo, že se homeopatie a fytoterapie více užívá právě na gynekologickém oddělení, proto jsem si stanovila tento předpoklad s domněnkou, že právě sestry z gynekologie mohou mít větší osobní zkušenost s homeopatií a s fytoterapií, než sestry, které pracují na ostatních odděleních. I zde byly výsledky ovlivněné v závislosti na počtu respondentek z jednotlivých oddělení (viz tabulka č. 1). Z výsledků bylo patrné, že nejvyšší osobní zkušenost s homeopatií mají opravdu gynekologické sestry, konkrétně 14 (33%) sester z celkového počtu 43 sester, které mají osobní zkušenost s homeopatií (viz tabulka č. 17). Gynekologické sestry mají větší osobní zkušenost také s fytoterapií, tedy 20 (30%) sester z celkového počtu 66 sester, které mají osobní zkušenost s fytoterapií (viz tabulka č. 19). **Na základě analýzy potřebných výsledků byl předpoklad č. 4 potvrzen.**

Čtvrtý dílčí cíl zjišťoval, zda sestry mají zájem se ve své specializaci vzdělávat v oblasti fytoterapie a homeopatie. S cílem souvisely otázky č. 1, 18 a 19. U otázky č. 18 bylo zjištěno, že by o semenáře ve své specializaci v oblasti homeopatie a fytoterapie mělo zájem 55 (61%) všeobecných sester z 90 (100%) dotazovaných sester. Následující otázkou č. 19 bylo zjištěno, že z těchto 55 všeobecných sester by 49 (89%) sester uvítalo, kdyby měly možnost aplikovat získané vědomosti ze seminářů ve své praxi. Součástí čtvrtého dílčího cíle je **předpoklad č. 5**, kdy jsem předpokládala, že sestry v rozmezí věku od 21 let

do 40 let budou mít větší zájem se ke své specializaci vzdělávat v oblasti fytoterapie a homeopatie, než sestry, kterým je 41 a více let. Tento předpoklad jsem určila, jelikož si myslím, že pro sestry ve vyšším věku je vzdělávání složitější, hlavně i v případě, pokud mají rodinu a jiné závazky a povinnosti. Domnívám se, že mladší sestry mají přeci jen více elánu, sil a chuti k tomu, aby se dále vzdělávaly ve své specializaci. Dle analýzy výsledků bylo zjištěno, že se dotazníků zúčastnilo více sester ve věkové kategorii od 41 do 51 a více let, konkrétně 55 sester a z toho 33 (60%) sester má zájem o vzdělávání ve své specializaci v oblasti homeopatie a fytoterapie (viz tabulka č. 20). Do věkové kategorie od 21 do 40 let patřilo celkem 35 sester a z toho 22 (63%) sester má zájem o vzdělávání ve své specializaci v oblasti homeopatie a fytoterapie (viz tabulka č. 20). **Výsledky jsou v tomto případě velmi vyrovnané, tudíž nelze říci, zda byl předpoklad č. 5 potvrzen či vyvrácen.** Kladným zjištěním je, že i sestry ve starší věkové kategorii mají relativně značný zájem o vzdělávání v oblasti homeopatie a fytoterapie.

Pátým dílčím cílem jsem zjišťovala, zda by sestry uvítaly, aby se alternativní metody, a to konkrétně homeopatie a fytoterapie, užívaly společně s klasickými metodami v oblasti ošetrovatelské péče o pacienta. Součástí tohoto cíle byly především otázky č. 20 a 21. Z výsledků otázky č. 20 vyplývá, že 71 (79%) sester z 90 (100%) dotazovaných sester by uvítalo, kdyby se v nemocnicích rovněž využívala fytoterapie ve prospěch pacienta. Pomocí otázky č. 21 bylo zjištěno, že 62 (69%) sester z 90 (100%) dotazovaných sester by uvítalo, kdyby se v nemocnicích využívala také homeopatie společně s klasickými léky. K tomuto cíli patří **předpoklad č. 6**, kdy předpokládám, že sestry, které mají osobní zkušenost s fytoterapií a homeopatií by uvítaly, aby se tyto metody užívaly společně s klasickými metodami v oblasti ošetrovatelské péče o pacienta, než sestry, které osobní zkušenost s fytoterapií a homeopatií nemají. Co se týká otázek ohledně osobní zkušenosti s homeopatií a fytoterapií, tak výsledky na tyto otázky již byly rozebrány u třetího dílčího cíle. Osobní zkušenost s homeopatickými léky má 43 (48%) všeobecných sester z celkových 90 dotazovaných sester a z těchto 43 sester má zájem o využití homeopatie v nemocnicích 33 sester, což činí 77% (viz tabulka č. 22). Osobní zkušenost s fytoterapií má celkem 66 (73%) sester ze všech 90 dotazovaných sester a z těchto 66 sester má zájem o využití fytoterapie v nemocnicích 60 sester, což činí 91% (viz tabulka č. 21). **Předpoklad č. 6 byl potvrzen**, ale překvapilo mě, že i sestry, které nemají osobní zkušenost s homeopatií a s fytoterapií, tak i přesto mají poměrně velký zájem o využití těchto metod v nemocnicích (viz tabulka č. 21 a č. 22).

Šestým dílčím cílem bylo vytvoření informačních brožur pro všeobecné sestry, které pracují na odděleních, kde bylo výzkumné šetření provedeno. Celkem bylo vytvořeno 6 brožur (1 brožura = 1 výzkumné oddělení). Každá brožura se zabývá informacemi o homeopatii a fytoterapii a o možnostech využití těchto metod v praxi všeobecných sester na konkrétních odděleních. Vycházela jsem ze 4. a 5. kapitoly, které jsou součástí teoretické části. Brožury byly vloženy do příloh.

## ZÁVĚR

Tématem bakalářské práce byla aplikace léčebných metod alternativní medicíny v praxi všeobecných sester, zaměřila jsem se především na homeopatii a fytoterapii. Hlavním cílem této práce bylo zjistit, jaký je postoj všeobecných sester k aplikaci léčebných metod alternativní medicíny v ošetrovatelské praxi, a to konkrétně k fytoterapii a homeopatii.

V teoretické části jsem popsala definici alternativní medicíny a její historii v České republice, poté jsem se zaměřila na zásady a léčebné metody alternativní medicíny. V další kapitole jsem se věnovala homeopatii, kde jsem rozepsala její historii a současnost v České republice a ve světě. Ostatní podkapitoly pojednávaly o výrobě, dávkování, skladování, využití a dostupnosti homeopatických léků. V další kapitole byla shrnuta fytoterapie včetně její historie a využití. Dále jsem popsala základní zásady fytoterapie a základní látky, které jsou obsaženy v rostlinách. V kapitole číslo 4 a 5 bylo rozepsáno využití těchto alternativních metod v praxi dle jednotlivých oddělení a klinik, kde výzkumné šetření probíhalo.

V praktické části jsem se věnovala kvantitativnímu výzkumnému šetření, které probíhalo pomocí dotazníkové metody. Dotazníky byly určeny pouze pro všeobecné sestry, které pracují ve Fakultní nemocnici v Plzni. Jednalo se o mnou vybraná oddělení nebo kliniky, a to konkrétně o gynekologicko-porodnickou kliniku, dětskou kliniku, urologickou kliniku, dermatovenerologickou kliniku, stomatologickou kliniku a o geriatrické oddělení. Hlavním cílem bylo zjistit, jaký je postoj všeobecných sester k aplikaci léčebných metod alternativní medicíny v ošetrovatelské praxi, a to konkrétně k fytoterapii a homeopatii. S tímto hlavním cílem souviselo dalších 6 dílčích cílů a 6 předpokladů. Výsledky šetření měly mé předpoklady potvrdit nebo naopak vyvrátit. Pomocí dílčích cílů bylo zjištěno, že všechny sestry, až na jednu, mají povědomí o alternativní medicíně. Dalším zjištěním bylo, že více jak polovina z dotazovaných sester nemá možnost se ve své praxi s léčebnými metodami alternativní medicíny setkat. Metody alternativní medicíny nejčastěji využívají ve své praxi sestry, které pracují na gynekologicko-porodnické klinice. Následně bylo zjištěno, že má s fytoterapií osobní zkušenost 66 (73%) sester a s homeopatií 43 (48%) sester z celkových 90 dotazovaných. Překvapilo mě, že více jak polovina sester by měla zájem o vzdělávání v oblasti homeopatie a fytoterapie a ocenily by možnost využití znalostí ve své praxi. Pátým dílčím cílem bylo zjištěno, že více jak 2/3 sester by uvítaly, kdyby se

homeopatie a fytoterapie užívala společně s klasickými metodami v oblasti ošetrovatelské péče o pacienta.

Z výsledků výzkumného šetření jsem zjistila, že sestry mají z velké části o homeopatii a fytoterapii zájem, proto jsem se na základě těchto výsledků rozhodla vytvořit celkem 6 informačních brožur pro každou kliniku a oddělení zvlášť. Každá brožura obsahuje základní informace o homeopatii a fytoterapii a o možnostech využití těchto metod v praxi všeobecných sester na konkrétních odděleních, kde bylo výzkumné šetření provedeno. V případě, že sestry nemohou ve své praxi metody alternativní medicíny využívat, mohou informace použít alespoň pro vlastní účely. Při zpracování brožur jsem vycházela především z obsahu 4. a 5. kapitoly, které jsou součástí teoretické části.

## SEZNAM LITERATURY A POUŽITÝCH ZDROJŮ

ALLARDICE, Pamela. *Velká kniha bylinek*. Praha: Reader's Digest Výběr, 2009. ISBN 978-80-7406-080-9.

ALTHER, Jean-Ernest. *Encyklopedie alternativní medicíny: praktický průvodce přírodními léčebnými postupy*. Praha: Reader's Digest, 2010. ISBN 978-80-7406-090-8.

APATYKÁŘ: 1. *český lékařský informační portál* [online]. 2016 [cit. 2017-03-07]. Dostupné z: <http://www.apatykar.info/kratke-zpravy-10170/>

BARTLOVÁ, Eliška MUDr. *Homeopatie na cesty: Informační brožura*. Praha: Homeopatická lékařská asociace, 2015, 20 s.

BOIRON CZ: *největší světový výrobce homeopatických léčivých přípravků*. [online]. [cit. 2016-10-30]. Dostupné z: <http://boiron.cz/cs/30-homeopatie-v-ceske-republice>

Bylinky pro všechny: *Bylinky a jiné poklady naší matičky přírody* [online]. MUDr. Zbyněk Mlčoch, ©2010 [cit. 2016-10-10]. Dostupné z: <http://www.bylinkyprovsechny.cz/>

ČEHOVSKÝ, Jiří. *Homeopatie - víc než léčba*. Praha: Alternativa, dotisk 2007. ISBN 978-80-85993-80-6.

DUGAS, Dionýz. *Bylinkový receptář: nejlepší recepty lidové medicíny*. Praha: Ottovo nakladatelství, 2012. ISBN 978-80-7451-062-5.

FORMÁNKOVÁ, Kateřina, Miriam KABELKOVÁ a Ilona LUDVÍKOVÁ. *Poznáváme homeopatii*. Praha: Grada, 2008. Zdraví & životní styl. ISBN 978-80-247-2736-3.

FREI, Jiří. *Zásady zpracování kvalifikačních prací pro nelékaře*. Plzeň: Západočeská univerzita, 2016. ISBN 978-80-261-0605-0.

FROYDOVÁ, Michaela. *Vztah zdravotníků k alternativní medicíně*. Plzeň, 2014. Bakalářská práce. Západočeská univerzita v Plzni. Fakulta zdravotnických studií. Vedoucí bakalářské práce Mgr. Alexandra BRAUNOVÁ

GATO. *Léčivé rostliny v praktickém bylinkářství, kosmetice a kuchyni*. 1. vyd. Olomouc: Rubico, 2013. Příroda (Rubico). ISBN 978-80-7346-156-0.

GLADSTAR, Rosemary. *Rosemary Gladstar's Medicinal Herbs: A Beginner's Guide: 33 Healing Herbs to Know, Grow, and Use*. United States: Storey Publishing, 2012. ISBN 978-1-91212-005-8.

HEŘT, Jiří. *Alternativní medicína a léčitelství*. V Praze: Věra Nosková, 2011. ISBN 978-80-87373-15-6.

HOLUB, J. T. *Jak se léčit pomocí homeopatie: praktický průvodce homeopatickou samoléčbou*. Brno: Computer Press, 2010. ISBN 978-80-251-3073-5.

HOLUB, J. T. *Jak léčit děti homeopatií*. Brno: CPress, 2012. ISBN 978-80-264-0088-2.

HOLUB, J. T. *Jak se léčit homeopatií ve středním a vyšším věku*. Brno: CPress, 2014. ISBN 978-80-264-0343-2.

HomeopathyToday. *Guide to homeopathy* [online]. ©2011-2017 [cit. 2017-02-16]. Dostupné z: <http://homeopathytoday.net/>

HomeoPlzeň: *Mgr. Stanislava Senderáková* [online]. ©2017 [cit. 2017-02-18]. Dostupné z: [http://www.homeoplzen.cz/?page\\_id=35](http://www.homeoplzen.cz/?page_id=35)

Homeopatie: *Informační server o homeopatii* [online]. ©1992-2005 [cit. 2016-10-5]. Dostupné z: <http://www.homeopatie.cz/co-je-homeopatie>

IBURG, Anne. *Přírodní medicína*. Vydání 7. Praha: Rebo Productions, 2010. ISBN 978-80-255-0259-4.

JANČA, Jiří. *Alternativní medicína: komplexní prevence a léčba přírodními prostředky*. Praha: Eminent, 1990. ISBN 80-900302-1-1.

JANČA, Jiří a Josef Antonín ZENTRICH. *Herbář léčivých rostlin*. Praha: Eminent, 1999. ISBN 80-7281-000-6.

JANČA, Jiří. *Velký receptář alternativní medicíny*. Praha: Eminent, 2002. ISBN 80-7281-121-5.

KARHAN, Tomáš. *Homeopatie a děti*. Praha: Grada, 2011. ISBN 978-80-247-3355-5.

Kouzlo bylin: *Bylinné čaje - objevte s námi kouzlo bylin*. [online]. Herbert & Theodor [cit. 2017-02-13]. Dostupné z: <http://www.kouzlo-bylin.cz/tehotenstvi-a-bylinky/seznam.html#.WMbO8DvhCUk>

KŘÍŽOVÁ, Eva. *Postavení komplementární a alternativní medicíny v České republice*. Praha: Národohospodářský ústav Josefa Hlávky, 2011. ISBN 978-80-86729-65-7.

KŘÍŽOVÁ, Eva. *Alternativní medicína v České republice*. Praha: Karolinum, 2015. ISBN 9788024624983.

Léčivá příroda: *Bylinky a jiné poklady naší matičky přírody* [online]. ©2010 [cit. 2016-10-29]. Dostupné z: <http://www.lecivapriroda.cz/lecebne-metody/fytoterapie>

Meduňka: *Měsíčník o alternativních cestách ke zdraví*. Praha: Ing. Květa Vtípilová, 2009, 5(4), str. 13-14. ISSN 1214-4932.

Meduňka: *Měsíčník o alternativních cestách ke zdraví*. Praha: Ing. Květa Vtípilová, 2009, 5(6), str. 9, 26, 28. ISSN 1214-4932.

Meduňka: *Měsíčník o alternativních cestách ke zdraví*. Praha: Ing. Květa Vtípilová, 2010, 6(1), str. 9. ISSN 1214-4932.

PROCHÁZKOVÁ, Simona. *Děti a bylinky*. Vyd. 1. Praha: Meduňka, 2011. Knihovnička Meduňky. ISBN 978-80-904750-1-4.

SLÁDKOVÁ, Zdeňka. *Bylinky a rady do každé rodiny, na každou nemoc*. České Budějovice: Nová Forma, 2011. ISBN 978-80-7453-151-4.

STUMPF, Werner. *Homeopatie*. Praha: Jan Vašut, 2009. ISBN 978-80-7236-691-0.

Svět homeopatie: *Rady lékařů, zkušenosti pacientů* [online]. ©2010 [cit. 2016-10-29]. Dostupné z: <https://svethomeopatie.cz/cs/>

VÁŇOVÁ, Hana MUDr. *Praktická homeopatie: Vzdělávací materiál určený pro odborníky ve zdravotnictví*. BOIRON, 2012.

Vilcakul: *Server homeopatie pro studenty homeopatie a praktizující homeopaty* [online]. ©2006-2017 [cit. 2017-02-18]. Dostupné z: <http://vilcakul.extra.hu/index.php>

ZENTRICH, Josef Antonín. *Veselé bylinky Pepy Zentricha I*. Praha: Meduňka, 2009. Knihovnička Meduňky. ISBN 978-80-7250-466-4.

ZENTRICH, Josef Antonín. *Veselé bylinky Pepy Zentricha II*. Praha: Meduňka, 2009. Knihovnička Meduňky. ISBN 978-80-7250-494-7.

## SEZNAM TABULEK

Tabulka 1, Oddělení/klinika, kde sestry pracují

Tabulka 2, Představa sester pod pojmem alternativní medicína

Tabulka 3, Léčebné metody alternativní medicíny uvedené všeobecnými sestrami

Tabulka 4, Čerpání informací o léčebných metodách alternativní medicíny

Tabulka 5, V jakých případech sestry homeopatika používají/použily

Tabulka 6, V jakých případech sestry fytoterapii používají/použily

Tabulka 7, Nejčastější forma využití fytoterapie

Tabulka 8, Znalost alternativní medicíny

Tabulka 9, Nejčastější léčebné metody alternativní medicíny uvedené sestrami

Tabulka 10, Využití metod alternativní medicíny na konkrétním oddělení/klinice

Tabulka 11, Porovnání s počtem sester, které metody alternativní medicíny využívají

Tabulka 12, Setkání se s homeopatií v praxi na konkrétním oddělení/ klinice

Tabulka 13, Porovnání s počtem sester, které se s homeopatií ve své praxi setkaly

Tabulka 14, Setkání se s fytoterapií v praxi na konkrétním oddělení/klinice

Tabulka 15, Porovnání s počtem sester, které se s fytoterapií ve své praxi setkaly

Tabulka 16, Zkušenost sester s homeopatií dle oddělení/kliniky

Tabulka 17, Porovnání s počtem sester, které mají osobní zkušenost s homeopatií

Tabulka 18, Zkušenost sester s fytoterapií dle oddělení/kliniky

Tabulka 19, Porovnání s počtem sester, které mají osobní zkušenost s fytoterapií

Tabulka 20, Zájem o odborné semináře dle věkové kategorie sester

Tabulka 21, Zkušenost s fytoterapií a zájem jejího využití v nemocnicích

Tabulka 22, Zkušenost s homeopatií a zájem jejího využití v nemocnicích

## SEZNAM GRAFŮ

Graf 1, Věk všeobecných sester

Graf 2, Délka praxe všeobecných sester

Graf 3, Oddělení/ klinika, kde sestry pracují

Graf 4, Nejvyšší dosažené vzdělání sester

Graf 5, Znalost alternativní medicíny

Graf 6, Využití metod alternativní medicíny na pracovišti

Graf 7, Setkání se s homeopatií v praxi

Graf 8, Setkání se s fytoterapií v praxi

Graf 9, Osobní zkušenost s homeopatickými léky

Graf 10, Osobní zkušenost s bylinnou léčbou neboli s fytoterapií

Graf 11, Důvod podstoupení alternativní léčby

Graf 12, Zájem o semináře v oblasti homeopatie a fytoterapie

Graf 13, Aplikování získaných vědomostí do praxe

Graf 14, Uvítání fytoterapie v nemocnicích

Graf 15, Uvítání homeopatie v nemocnicích

## **SEZNAM PŘÍLOH**

Příloha 1, Dotazník

Příloha 2, Žádost o poskytnutí informací v souvislosti s vypracováním bakalářské práce

Příloha 3, Povolení sběru informací ve FN Plzeň

Příloha 4, Brožury

**Dotazníkové šetření pro všeobecné sestry**

(součást bakalářské práce)

Vážené kolegyně,

jmenuji se Tereza Andrášiková a jsem studentkou bakalářského programu ošetrovatelství na Fakultě zdravotnických studií Západočeské univerzity v Plzni. Obracím se na Vás s prosbou o vyplnění dotazníku, který je podkladem pro moji bakalářskou práci s názvem *Aplikace léčebných metod alternativní medicíny v praxi všeobecných sester*. Dotazník je anonymní a dobrovolný. Skládá se převážně z uzavřených otázek. Výsledky budou použity ke statistickému zpracování pouze v rámci výzkumného šetření.

Děkuji Vám za spolupráci, ochotu a čas, který věnujete vyplnění dotazníku.

Tereza Andrášiková

*(zvolené odpovědi prosím zakroužkujte)*

---

**1. Jaký je Váš věk?**

- a) 21 – 30 let
- b) 31 – 40 let
- c) 41 – 50 let
- d) 51 a více let

**2. Délka Vaší praxe?**

- a) 1-5 let
- b) 6 -10 let
- c) 11-15 let
- d) 16 a více let

**3. Na jakém oddělení (klinice) pracujete?**

- a) Gynekologicko-porodnická klinika
- b) Dětská klinika
- c) Stomatologická klinika
- d) Dermatovenerologická klinika
- e) Geriatrické oddělení
- f) Urologická klinika

**4. Jaké je Vaše nejvyšší dosažené vzdělání?**

- a) Středoškolské
- b) Vyšší odborné
- c) Vysokoškolské

**5. Víte, co je to alternativní medicína?**

- a) ANO
- b) NE

**6. Co si pod pojmem alternativní medicína představujete?**

---

---

**7. Uveďte prosím alespoň 3 léčebné metody alternativní medicíny**

---

**8. Kde čerpáte informace o léčebných metodách alternativní medicíny? (můžete vybrat více možností)**

- a) Internetové stránky, televize
- b) Pracoviště
- c) Odborná literatura, časopisy
- d) Přátelé či rodina
- e) Jiné zdroje: \_\_\_\_\_
- f) Nezajímám se o alternativní medicínu





**FAKULTNÍ NEMOCNICE PLZEŇ**  
Útvar náměstka pro ošetrovatelskou péči  
Edvarda Beneše 13, 305 99 Plzeň - Bory  
alej Svobody 90, 304 60 Plzeň - Lochotín  
IČO 00669806 tel.: 377 401 111, 377 103 111

## ŽÁDOST O POSKYTNUTÍ INFORMACÍ V SOUVISLOSTI S VYPRACOVÁNÍM BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

– FN PLZEŇ

(určeno pro nelékařské zdravotnické pracovníky)

**Jméno a příjmení studentky/a:** Tereza Andrášiková

**Úplný název vysoké školy:** Západočeská univerzita v Plzni

**Fakulta / katedra:** Fakulta zdravotnických studií, katedra ošetrovatelství

**Studijní obor / ročník:** Všeobecná sestra / 3. ročník

**Název bakalářské práce:** Aplikace léčebných metod alternativní medicíny v praxi všeobecných sester

**Vedoucí práce:** Mgr. Stanislava Senderáková, Sokolovská 7, Plzeň

**Kontakt na vedoucího práce:** [info@homeoplzen.cz](mailto:info@homeoplzen.cz), 602 313 569

---

Nejsem v pracovním poměru.

**Cíl mé bakalářské práce** – Zjistit, jaký je postoj sester k aplikaci léčebných metod alternativní medicíny v ošetrovatelské praxi, a to konkrétně k fytoterapii a homeopatii.

**Termín přípravy ve FN Plzeň pro empirickou část práce** - 10.10.2016 – 2.12.2016

**Kontaktní pracoviště FN Plzeň pro empirickou část:**

Dětská klinika FN Lochotín – vrchní sestra: Mgr. Romana Sedláčková,  
email: sedlackovaro@fnplzen.cz

Gynekologicko-porodnická klinika FN Lochotín – vrchní sestra: Mgr. Bc. Marie Šedivá,  
email: sedivam@fnplzen.cz

Dermatovenerologická klinika FN Bory – vrchní sestra Jaroslava Ventová,  
email: ventova@fnplzen.cz

Geriatrické oddělení FN Bory – vrchní všeobecný ošetrovatel: Mgr. Jaromír Doležal  
Email: dolezal@fnplzen.cz

Stomatologická klinika FN Lochotín – vrchní sestra: Bc. Ingrid Ťupová  
Email: tupovai@fnplzen.cz

Urologická klinika FN Bory – vrchní sestra Mgr. et. Mgr. Zlata Kožíšková  
Email: koziskovaz@fnplzen.cz

---

## **Metoda empirické části práce**

### **Pomocí dotazníku - zaslat v příloze konkrétní obsah**

**Pro sběr informací, pomocí dotazníku oslovím:**

**Zdravotnické pracovníky FN Plzeň - všeobecné sestry**

**Plánovaný počet respondentů z FN Plzeň – 50 - 60 respondentů**

---

**Žádost podává studentka:**

*Tereza Andrášiková, tel. 775 945 730, email: tery.andrasikova@seznam.cz*

V Plzni dne: 3. 10. 2016

*Andrašiková*

---

5 / 2016 FN Plzeň



**FAKULTNÍ NEMOCNICE PLZEŇ**

Útvar náměstka pro ošetrovatelskou péči

Edvarda Beneše 13, 305 99 Plzeň - Bory  
alej Svobody 80, 304 60 Plzeň - Lochotín  
IČO 00669606 tel.: 377 401 111, 377 103 111

Vážená paní  
Tereza Andrášiková  
Studentka oboru Všeobecná sestra  
Fakulta zdravotnických studií - Katedra ošetrovatelství a porodní asistence  
Západočeská univerzita v Plzni

### **Povolení sběru informací ve FN Plzeň**

Na základě Vaší žádosti Vám jménem Útvaru náměstkyně pro ošetrovatelskou péči FN Plzeň **uděluji povolení** ke sběru dat pomocí dotazníku určeného všeobecným sestřám, pracujícím na níže uvedených pracovištích FN Plzeň:

- *Kliniky – dětská, dermatovenerologická, gynekologicko-porodnická, stomatologická, urologická.*
- *Oddělení – geriatrické, neonatologické.*

Vaše šetření budete provádět – za níže uvedených podmínek - v souvislosti s vypracováním Vaší bakalářské práce na téma „Aplikace léčebných metod alternativní medicíny v praxi všeobecných sester“.

Podmínky, za kterých Vám bude umožněna realizace Vašeho šetření ve FN Plzeň:

- Vrchní nelékaři oslovených pracovišť souhlasí s Vaším šetřením.
- Osobně povedete svoje šetření.
- Vaše šetření **nenaruší chod pracoviště** ve smyslu provozního zajištění dle platných směrnic FN Plzeň, **ochrany dat pacientů** a dodržování Hygienického plánu FN Plzeň. Vaše šetření bude provedeno za dodržení všech legislativních norem, zejména s ohledem na platnost **zákona č. 372/2011 Sb., o zdravotních službách a podmínkách jejich poskytování**, v platném znění.
- Po zpracování Vámi zjištěných údajů **poskytnete Útvaru náměstkyně pro ošetrovatelskou péči FN Plzeň** závěry Vašeho šetření na níže uvedený e-mail, nejpozději k datu vaší obhajoby a budete se aktivně podílet na případné prezentaci výsledků Vašeho šetření na vzdělávacích akcích pořádaných FN Plzeň.

Toto povolení nezakládá povinnost zdravotnických pracovníků s Vámi spolupracovat, pokud by spolupráce s Vámi narušovala plnění pracovních povinností zaměstnanců, jejich soukromí či pokud by spolupráci s Vámi zaměstnanci pociťovali jako újmu. Účast zdravotnických pracovníků na Vašem šetření je dobrovolná.

Přeji Vám hodně úspěchů při studiu.

Mgr. Bc. Světluše Chabrová  
manažerka pro vzdělávání a výuku NELZP  
zástupkyně náměstkyně pro oš. péči

Útvar náměstkyně pro oš. péči FN Plzeň  
tel.: 377 103 204, 377 402 207  
e-mail: [chabrovas@fnplzen.cz](mailto:chabrovas@fnplzen.cz)

6. 10. 2016

