

# Antropozofická medicína

Antropozofická medicína predstavuje komplementárny, integrujúci medicínsky systém, ktorý rozširuje poznatky a postupy konvenčnej medicíny o výsledky duchovnej vedy. Nejedná sa o “alternatívnu” medicínu, ktorá by chcela nahradiť akademickú medicínu. Naopak, antropozofická medicína používa všetky výsledky rigorózneho vedeckého výskumu, ktoré sú prospešné pre individuálneho pacienta. Každý antropozofický lekár absolvoval bežné všeobecné a špecializačné medicínske vzdelanie, ktoré rozšíril o štúdium antropozofického pohľadu na človeka a svet.

Antropozofická medicína je vysoko individualizovaná – zohľadňuje človeka v celej jeho osobnosti. Chorého neredukuje iba na chorobu, ale vidí konkrétneho pacienta v chorobe. Vyhýba sa rutinným a štandardizovaným postupom. Aj keď sú obrazy choroby u rôznych ľudí podobné, dostáva každé ochorenie jedinečný výraz u individuálneho človeka. Pre antropozofického lekára tvorí telesný a duševný život spolu s individualitou človeka jednotu, ktorej zložky sa vzájomne ovplyvňujú. U pacienta skúma nielen telesné, ale aj psychické a osobnostné dispozície, ktoré otvorili cestu ku vzniku ochorenia. Tieto dispozície sa snaží rozpoznať a terapeuticky využiť. Lekár sa necháva viesť vedeckými poznatkami, svojou skúsenosťou, vlastnou schopnosťou úsudku a intuíciou.

Antropozofická medicína terapeuticky využíva na jednej strane liečebné postupy, pri ktorých je pacient pasívnym objektom (operácie, masáže, konvenčná farmakologická liečba). K nim pridáva metódy, ktoré vyžadujú aktívne individuálne zapojenie sa chorého ako subjektu do liečebného procesu (napríklad rôzne formy umeleckej terapie, liečebná eurytmia, psychoterapia, úprava výživy, fyzioterapia a iné).

Medikamentózna liečba spočíva v podávaní antropozofických liečiv na prírodnej báze, ktorých zloženie je určené typickým charakterom konkrétneho ochorenia. Okrem toho sú podávané lieky, ktoré sú vyberané podľa individuálnej konštitúcie pacienta. Jedná sa väčšinou o homeopatické lieky a bylinné prípravky, ktoré podnecujú vnútornú aktivitu organizmu, podporujú samoliečivé a regeneračné sily.

Pacienti sú vždy podporovaní, liečení a vedení so snahou pomôcť im získať individuálne a samostatné bytie. Antropozofická medicína stavia individualitu človeka do stredu pozornosti.

## II. História a súčasnosť

Antropozofická medicína vznikla začiatkom 20-tich rokov minulého storočia. Na jej začiatku stála holandská lekárka Ita Wegman (1876-1943) a ďalší lekári, ktorí spolupracovali s Dr. Rudolfom Steinerom. Od začiatku bolo dôležité, aby antropozofickí lekári boli vždy svojimi vedomosťami na úrovni vedeckých znalostí svojej doby. Na tomto základe chceli medicínu rozšíriť o duchovnovedné poznatky antropozofie.

Už v roku 1921 vznikli v Arlesheime pri Bazileji (Švajčiarsko) a v Stuttgarte (Nemecko) prvé, vtedy ešte skromné kliniky, v ktorých sa nový lekársky spôsob uvádzal do praxe. Z nich sa v priebehu desaťročí antropozofická medicína rozšírila do celého sveta. Udomácnila sa vo vyše 60 štátoch sveta.

V súčasnosti je certifikovaných niekoľko tisíc antropozofických lekárov (všeobecných a špecialistov). Väčšina z nich sú členmi národných asociácií antropozofických lekárov, ktoré združuje Medzinárodná federácia antropozofických lekárskejších asociácií. Antropozofické liečivá sú predpisované viac než 10000 lekármi s rôznym stupňom vzdelania v antropozofickej medicíne v 21 zo všetkých 27 štátov EÚ (Belgicko, Bulharsko, Česká republika, Dánsko, Estónsko, Fínsko, Francúzsko, Holandsko, Írsko, Litva, Lotyšsko, Nemecko, Maďarsko, Poľsko, Portugalsko, Rakúsko, Rumunsko, Španielsko, Švédsko, Taliansko, Veľká Británia) a tiež v Nórsku, Švajčiarsku a Chorvátsku. Pobočky a predajne výrobcov antropozofických liečiv sú zastúpené vo väčšine európskych štátov, podobne ako v Severnej a Južnej Amerike, Japonsku, Rusku, Juhoafrickej republike, Egypte, Austrálii a na Novom Zélande.

### **III. Terapia**

Antropozofická medicína so svojim integrujúcim prístupom kombinuje konvenčné liečebné postupy, homeopatiu, fytoterapiu, liečbu špecifickými antropozofickými liečivami a terapeutickými postupmi. Je používaná vo všetkých oblastiach liečebnej starostlivosti – zahŕňajúc akútnu, intenzívnu starostlivosť alebo liečbu chronických ochorení.

Medzi špecifické terapeutické prístupy patrí liečebná eurytmia, rytmické masáže, umelecká terapia, psychoterapia, práca s biografiou, ošetrovateľstvo, fyzioterapia.

### **IV. Výskum:**

Od svojho vzniku bola antropozofická medicína založená na vedeckom prístupe. Základný výskum, observačné a klinické štúdie sú piliermi, na ktorých stojí hodnotenie účinnosti antropozofickej terapie. Jedná sa o jednotný, postupne sa vyvíjajúci vedecký systém. Ako to bolo pri konvenčnej medicíne, aj tu sa vyvíjali postupom času metodologické prístupy – od popisov ojedinelých prípadov, retrospektívnych štúdií skúmaním dokumentácie a jednoduchých kohortných štúdií, až po zložité prospektívne, randomizované, kontrolované štúdie. Súčasná antropozofická medicína používa široké spektrum štúdiových dizajnov.

V konvenčnej medicíne je skúsenosť lekára metodologicky vyčlenená z výskumu. Randomizované, placebom kontrolované, dvojito zaslepené štúdie nahrádzajú vo výskume rozhovor medzi pacientom a lekárom a znemožňujú svojim zovšeobecňujúcim experimentálnym charakterom skúmať prirodzené podmienky, v ktorých sa odohráva liečba. Antropozofická veda preto hľadá nové možnosti, ako dôjsť k zhodnoteniu účinnosti liečby. Hľadá a rozvíja nové vedecké metódy, ktoré lepšie zodpovedajú reálnej situácii liečby a jej individuálnemu charakteru v praxi lekára.

Vzdelávanie prebieha formou seminára. Je zážitkové – vrátane diagnostiky, vyhľadávania potrieb a terapie pre konkrétneho prítomného pacienta.