
Bolest zad? Je třeba zjistit příčinu

Bolest zad? Je třeba zjistit příčinu



26.11.2010, rubrika: Zdraví - příloha, strana: 3, autor: Kamila Hudečková

Medicína se staví do role opraváře, chybí účast pacienta a to je špatně, říká Pavel Kolář. Pokud se nezjistí pravé důvody potíží, nemůže být léčba úspěšná, říká.

Pavel Kolář je nejvyhledávanější fyzioterapeut v zemi. Jako přednosta Kliniky rehabilitace a tělovýchovného lékařství 2. lékařské fakulty Univerzity Karlovy a Fakultní nemocnice Motol v Praze se zasadil o zavedení oboru rehabilitace na lékařskou fakultu. Stará se o mnoho sportovců, léčil i Václava Havla.

* V čem je díky vám dnes rehabilitace jiná?

Když jsem začínal tento obor studovat, byl otevřen pouze na fakultě tělesné výchovy a sportu. Dnes je studium otevřeno i na řadě dalších fakult. Snažím se, aby tento obor byl více akceptován v medicíně. Studium vyžaduje hodně praktické výuky, student musí vidět rozmanité spektrum pacientů a na nich si trénovat dovednosti.

* Zavedl jste nové metody. Z čeho vycházejí?

Rehabilitace je poměrně nový obor. Kořeny moderního přístupu je možno hledat na neurologické klinice akademika Hennera, jehož koncepce neurologie byla velmi široká, zahrnovala cévní onemocnění i onemocnění pohybové soustavy a zabývala se i neurologickými příznaky. Z jeho školy vzešla řada tuzemských odborníků známých i ve světě, například Janda, Lewit, Vojta či Jirout. Za hranicemi se jejich metody nazývaly Pražská škola a já měl tu možnost na ni navázat. Se všemi profesory jsem spolupracoval, učil se od nich a snažil se posunout obor dál.

* Co tedy děláte jinak než ostatní?

Když člověk přijde k lékaři s pohybovým problémem, tak je většinou řešena diagnóza, ale už se nepátrá, proč se to stalo. Já se snažím odstranit příznak, ale zajímá mě i příčina. Je třeba respektovat, že lidský život probíhá za konkrétních podmínek biologických, psychologických, sociálně psychologických, materiálně ekonomických a ekologických. V tomto kontextu jsou zařazena i onemocnění a úrazy a zásadně je jimi ovlivněna léčba a rehabilitace.

* Můžete uvést příklad?

Například pacient si přivodí úraz. Na ten velmi často druhotně nasedá pacientova neadekvátní emotivní reakce, jako je třeba nadměrné prožívání bolesti nebo úzkost. Emoce spouští i neadekvátní vegetativní, hormonální nebo imunitní reakci organismu. Tato reakce pak komplikuje a prodlužuje průběh nemoci a vede i k negativním sociálním dopadům. Nebo opačně - sociální problémy, jako je ztráta trpělivosti partnera nebo problémy v zaměstnání, mohou spustit do té doby skrytá onemocnění, jako jsou bolesti zad nebo zažívací obtíže. Jestliže nepochopíme diagnózu v tomto kontextu, nemůžeme být úspěšní v léčbě.

* Strávíte s pacientem dost času a musíte s ním více komunikovat...

Ano, v některých případech to považuji za nezbytné. A také vyžadují, aby pacient spolupracoval, aby se stal součástí léčby. Jinak to nemůže fungovat. Musí být aktivní, ne jen pasivní příjemce. To je problém dnešní medicíny, která se staví do role opraváře a nepočítá v léčbě tolik s účastí pacienta. Medicína by mu měla také dát klíč k tomu, co dělat a přimět ho k tomu, aby se léčby také sám účastnil.

* Staráte se o mnoho významných sportovců - Šebrleho, Štěpánka, Jágra, Špotákovou. V čem jsou jiní než ostatní pacienti?

Sportovci umějí líp analyzovat pohyb a rozebrat příčinu potíží. Jsou pro mě také cennou inspirací pro ostatní pacienty. Ale jinak je to s nimi jako s každým jiným. Obzvlášť u nich je potřeba zjistit příčinu. Většina zranění ve sportu nevznikla jako úraz, ale třeba kvůli špatné metodice tréninku nebo špatně prováděné technice. To je třeba změnit.

* Jezdíte ještě se sportovci?

Dříve jsem jezdil více, nyní to omezují. Dělán to jako koníčka. Rád někdy změním prostředí, protože v nemocnici je hrozný tlak od rána do večera. Když odjedu, mám čas i na ostatní své aktivity, třeba na sportovních cestách jsem napsal svou poslední knihu Rehabilitace v klinické praxi, což je takový první pokus o učebnici v tomto oboru.

* Jak se změnila klinika v pražském Motole poté, co jste tam nastoupil jako přednosta?

Nastupoval jsem na kliniku dětské rehabilitace. Nová část ještě nestála. Když se otevřela, měli jsme dostat dvě lůžková oddělení a velkou ambulantní část, ale nakonec z toho byla jen malá chodba s pár vyšetřovny. Pak se mi podařilo sehnat peníze od sponzora, za které se vybavily další prostory, kde jsme vytvořili ergoterapii, posluchárny a další ambulance. Za další takto sehnané peníze vzniklo lůžkové oddělení. Poté jsme otevřeli spinální jednotku pro pacienty s poraněním míchy.

* Od mládí trpíte Bechtěrevovou chorobou, což je dost bolestivé, nevyléčitelné onemocnění kloubů. Jak se s touto nemocí perete?

Určitý handicap to je, protože je nemoc doprovázená bolestí. Ale není to nepřekonatelné. Velmi záleží na tom, jak se k tomu postavíte, jak s tím bojujete. Naučil jsem se vnitřně relaxovat, pracovat na tom po stránce mentální, a to mi hodně pomáhá.

* Jaké své úspěchy byste vyzdvihl?

Nejsem náročný, jsem rád, že vše dobře funguje. Jsem rád, že se nám podařilo dát dohromady nový diagnostický a terapeutický koncept pohybového systému, který rozšiřujeme dál do zahraničí. Dnes už školíme lékaře a fyzioterapeuty v řadě zemí, například USA, Austrálii, Malajsii, Singapuru, Japonsku či na Novém Zélandu. Učíme hodně i v Česku, kde v současné době chceme dělat více kurzů.

* A jaké máte plány do budoucna?

Poslední dva roky se snažím investovat více času do výuky a vzdělávání a chci se tomu věnovat i nadále.

* Máte kromě motolské nemocnice i soukromou praxi?

Soukromé aktivity mám. Spoluvybudoval jsem nemocnici na Malvazinkách, stavím centrum pohybové medicíny na Chodově a pomáhám při dalších projektech. Baví mě budovat věci, aby dobře systémově fungovaly.

FAKTA Kdo je Doc. PaedDr. Pavel Kolář Český fyzioterapeut, který je mezi laickou veřejností znám díky péči o vrcholové české sportovce. Byl i v lékařském konziliu, které pečovalo o Václava Havla. Od roku 2000 je přednostou Kliniky rehabilitace a tělovýchovného lékařství UK 2. lékařské fakulty v nemocnici v Motole. Je také proděkanem této fakulty. Je ženatý, s manželkou vychovávají tři děti. Sám trpí Bechtěrevovou chorobou, bolestivou nevyléčitelnou nemocí, která napadá klouby. Metoda léčebné rehabilitace, kterou vyvinul, vychází z vývojové kineziologie.