



moje práce —

## Jak Londýn přivedl Slávku Kubátovou k jejímu poslání?

VE 24 LETECH odešla Slávka Kubátová z Prahy. Cítila, že od života čeká víc než práci v reklamní agentuře a že potřebuje opustit známé prostředí a zjistit, kdo je a co chce v životě dělat. Jako svou školu života si zvolila Londýn.

Jediná česká absolventka britského vysokoškolského programu homeopatie pod záštitou Middlesex University dnes, dvě dekády poté, sdílí zkušenosti s objevováním své ojedinělé životní dráhy, během níž si vybudovala mezinárodní praxi nevázanou na místo, kde právě žije. Právě tento měsíc jí vychází kniha Homeopatie v moderní době, která mimo jiné otevírá téma propojení tradičních léčebných přístupů s moderní medicínou.

„Jednoho dne přestanou věci fungovat tak jako dřív a vy musíte zaujmout ke svému zdraví a životu jinou perspektivu,“ říká v úvodu svého vyprávění.

**Pod vysokým tlakem.** K homeopatii, alternativě vůči západní medicíně, se vědecká komunita staví přinejmenším chladně. Například expertní rada evropských akademií EASAC, do níž patří i Akademie věd ČR, konstatuje, že neexistují konkrétní vědecké dů-

kazy, že jsou homeopatické produkty účinné.

Na druhé straně globální trh s nimi a s doplňkovými službami a konzultacemi loni podle výzkumné agentury Precedence Research dosáhl velikosti 15,5 miliardy dolarů a každý rok roste o dalších 12 až 16 procent. Jeho největší díl leží v Evropě a nejvýznamnější výrobci homeopatik sídlí ve Francii a v Německu, kde také tato léčebná metoda na počátku 19. století vznikla.

Slávka Kubátová se k homeopatii dostala blíž právě v Londýně, a to kvůli zdravotním problémům, jež u ní propukly v 27 letech. „Měla jsem v takhle brzkém věku velmi vysoký a obtížně zvládnutelný krevní tlak, který pro mě představoval vážné zdravotní riziko. Můj život byl najednou velmi omezený, a hlavně jsem měla o sebe strach.“

Potíže začala řešit s lékaři jednak v Británii, kde poznala neprostopnost tamního systému, kdy je pro pacienta nesmírně složité probírat se přes praktického lékaře ke specialistovi, a jednak doma v Česku. Přístup tradičních lékařů ji zklamal. „Přehazovali si mě jako horký brambor a jediné, co jsem kde dostala, byly léky.“ Ty však měly nemálo vedlejších

TEXT  
MARTIN  
FILIP  
FOTO  
MICHAELA  
SZKANDEROVÁ  
MUA  
ZORA  
IANTCHEV

účinků. V britském systému trvalo skoro dva roky, než se vůbec dostala ke kardiologovi. Ale ani tam jí neuměli pomoci.

„Po nějakých čtyřech letech různých vyšetření a braní léků jsem si řekla, že je potřeba hledat i jiné přístupy. Paradoxem bylo, že se nikdo z lékařů se mnou nebavil o mém životním stylu ani o širších souvislostech toho, co jsem v té době prožívala. Když jsem se snažila tyto věci otevřít, většinou to nepovažovali za relevantní součást léčby,“ popisuje. Řekla si, že bude hledat odpovědi po vlastní ose, a její první volbou bylo najít si v Londýně homeopatku.

Proč? Protože se s homeopatií setkala už v dětství. Její maminka pediatrička brzy po revoluci začala homeopatickou léčbu aplikovat vedle své praxe. I pro své děti. „Od mých jedenácti let byla homeopatie součástí léčby různých mých problémů. Byla jsem ten typ dítěte, které je často nemocné, takže jsem užívala homeopatika při akutních potížích, jako jsou opary nebo záněty dutin. Homeopatie pro mě byla norma, vůbec jsem nehodnotila, co to je.“

Konzultace s londýnskou homeopatkou byla prvním případem, kdy mohla své zdravotní problémy s někým opravdu probírat a hledat jejich původ. A překvapením byly pozitivní výsledky, jež se dostavily velice brzy.

„Homeopatie operuje nejen na akutní rovině, kdy si vezmete něco na kašel a rýmu, ale soustředí se hlavně na konstituční, celostní léčbu, kdy si s vámi homeopat převypráví celý váš příběh: kde to začalo, co se dělo, jaká jste osobnost, jaké máte zdravotní potíže. Moje homeopatika pro mě na základě těchto skutečností vytipovala léčbu a po první nebo druhé preskripci se začaly dít věci,“ říká Kubátová.

**Studium v Londýně.** Po čtyřech letech užívání konvenčních léků, které stoupání tlaku zabránit nedokázaly, byla překvapená změnou. „Ten efekt jsem

vnímala plošně – na tom, jak se cítím, jak vypadám...“ To odstartovalo její novou životní cestu, kdy se začala do hloubky zajímat o své zdraví, změnila životosprávu, zapojila doplňky stravy a cítila se čím dál lépe. „Vyvinula jsem si pro to velkou vášeň a rozhodla jsem se homeopatii studovat.“

V Anglii si naplno potvrdila to, co o sobě dříve tušila: že má dyslexii. V té době už ale úspěšně studovala angličtinu v systému Cambridge English Qualifications: „Zjistila jsem, že mi to akademicky jde, ale musím se učit trochu jiným způsobem než většina ostatních.“ V Cambridge English dosáhla nejvyšší úrovně Proficiency a to ji motivovalo přihlásit se ke studiu jediného univerzitního programu homeopatie v Evropě v londýnském Centru homeopatického vzdělávání.

„Na školu jsem se dostala a byla jsem nesmírně šťastná. Studovali jsme v prostorech Královské londýnské nemocnice pro integrovanou medicínu, což je původní Londýnská homeopatická nemocnice, kterou v 19. století založil lékař Frederick Hervey Quin. Naši lektori byli velké kapacity a do toho jsme absolvovali praktickou část v homeopatické lékárně Ainsworths, která zásobuje i královskou rodinu,“ vypráví.

Kvůli dyslexii si vytvořila vlastní systém, jak pracovat s látkou, postavený více na vizuální složce: „U zkoušek jsem měla informace v hlavě téměř jako v katalogu. Věděla jsem, kde mám kterou informaci uloženou, a byla jsem schopná si ji vybavit.“

Při denním studiu musela zároveň pracovat, aby zvládla drahý život v Londýně, navíc v situaci, kdy už nechtěla žít ve sdílených bytech, ale bydlet sama. „Po škole a práci jsem se učila třeba do tří do čtyř hodin do rána. Vůbec nevím, jak jsem to přežila. Ale můžu říci, že jsem nikdy nežila tak intenzivně jako tehdy.“

Školu dokončila s červeným diplomem a ještě před koncem studia si otevřela vlastní homeopatickou praxi v Londýně i v Česku, kterou po



Za Slávkou Kubátovou se fotografa vypravila do jejího bytu na pražské Letné. Příště bude autorka knihy Homeopatie v moderní době k zastížení možná až na druhé straně světa.

několik let rozvíjela pod supervizí tří renomovaných londýnských homeopatů, svých učitelů a mentorů.

Už během studia mohla postupně, pod dozorem lékařů, vysadit léky na vysoký tlak. „Bylo to pro mě velmi formující období. Studovala jsem něco, co mě opravdu bavilo, a zároveň se můj zdravotní stav postupně stabilizoval. Když jsem školu dokončila, byla jsem zdravá a bez léků. Tenhle silný příběh pro mě tehdy byl obrovskou motivací pokračovat v téhle práci.“

**Nevaříme lektvary.** Po dokončení studia se jí podařilo získat práci v „Mekce homeopatie“, londýnské lékárně Helios Homeopathy na Covent Garden. Strávila tam osm let. „Homeopatická lékárna není místo, kde se vaří lektvary. Její provoz spadá pod ještě přísnější pravidla než provoz standardní lékárny. Vždy je pod dohledem farmaceuta. Pravidelně jsme absolvovali školení, která se zaměřovala na pracovní postupy a standardy, a lékárna procházela opakovanými kontrolami ze strany britských regulačních orgánů,“ popisuje.

Své působení v Helios Homeopathy líčí jako velmi praktickou školu každodenní práce s klienty: „Za těch osm let mi prošly rukama tisíce lidí, se kterými jsem konzultovala osobně, po telefonu nebo i po e-mailu.“ Vedle homeopatie poskytovala v lékárně poradenství o doplňcích stravy a přibrála si do praxe další diagnostický nástroj, vlasové analýzy.

Zároveň pracovala pro několik různých klinik, za nimiž přejížděla do jiných částí Londýna. Každé dva tři měsíce cestovala do Čech, kde postupně rozvíjela svoji vlastní klientskou praxi. „Nikdy jsem nikde neinzerovala, všechno to byli lidé, kteří ke mně přišli na doporučení od jiných klientů. Pravidelně jsem přijížděla na několik dní do Prahy, kde jsem měla naplánované konzultace. Postupně se pobyty prodlužovaly a v poslední fázi jsem během několika dní zvládla i 40 klientů.“

**Charing Cross na konci civilizace.** Jako vyvrcholení téhle velmi intenzivní fáze života si naplánovala, že se odstěhuje do Thajska, kam dosud jezdila každý rok odpočívat. Jenže přišel covid. „Dva týdny před mým odletem se zavřely hranice a začalo období, které všechno obrátilo vzhůru nohama. V Londýně byl covid hodně nepříjemný. Lékárna Helios zůstala otevřená, takže jsem jezdila do práce, a to prázdným vlakem přes úplně prázdný Londýn. Na všech jindy rušných místech jako Charing Cross, Trafalgar Square a Covent Garden bylo ticho a prázdno. Opuštěné ulice dávaly městu opravdu postapokalyptickou atmosféru.“

Začala se cítit nepříjemně a rozhodla se vrátit do Čech, i když to původně vůbec neplánovala. „Bylo to pro mě velké trauma, protože všechny věci, které jsem znala, zmizely: práce, známí, jazyk, město.“ Thajsko neotevřelo hranice rok a půl a ona od plánu přesunout se tam natrvalo nakonec ustoupila. „Věřím ale, že to tak mělo být,“ říká dnes.

**Léčit odkudkoli.** Spřádat může jiné plány. „Už dva roky předtím, než jsem se rozhodla přestěhovat, jsem v Londýně celou svou praxi přesunula do online prostředí. V homeopatii nevyšetřujete klienta fyzicky, ptáte se a to, co z rozhovoru vycítíte, dovedu vycítit i přes obrazovku. Do Čech jsem stále dojížděla, tady byli lidé víc konzervativní, ale pandemie tento způsob práce výrazně urychlila a i tady už praktikuji výhradně online,“ vysvětluje. Výjimkou zatím zůstává práce v pražské soukromé klinice, kde se setkává s klienty osobně.

Nastavení její praxe jí tak umožňuje být homeopatkou nezávisle na místě, kde právě žije. Pražskou Letnou se chystá brzy zaměnit za jiný kout světa. Ostatně její klienti žijí na nejrůznějších místech planety.

Patří mezi ně například hudebníci z britské kapely Morcheeba. „Pracovala jsem s nimi a jejich rodinou asi rok a půl, kdy jsme měli každé

## CO JE HOMEOPATIE

Léčebná metoda alternativní medicíny zvaná homeopatie používá vysoce ředěné látky, jež ve vyšší dávce u zdravého člověka vyvolávají příznaky podobné těm, jaké má léčená choroba. Stupeň zředění je často tak vysoký, že se v přípravku pravděpodobně nevyskytuje ani jedna molekula dané látky. Účinnost metody nebyla spolehlivě vědecky prokázána.

tři měsíce sezení. Doteď jsme skvělí přátelé. Jsou to lidé, kteří do toho šli opravdu naplno a velmi rychle se někam posunuli. Stali se například na půl roku vegetariány, aby účinek léčby ještě zesílili.“

Klientům se často snaží předat strukturovaný návod, jak se svým zdravím dál pracovat a jak zbavit tělo zátěží. „Někdy společně nastavujeme krátkodobé režimy nebo experimenty, například období bez lepku, bez kávy nebo bez alkoholu. Občas zařazujeme také devítidenní jaterní protokol, který pomáhá tělu nastavit rovnováhu a podpořit regeneraci,“ dává příklady.

Do obhajoby homeopatie vůči jejím odpůrcům a skeptikům se obvykle nepouští. „Homeopatie se obtížně testuje standardizovanými metodami, protože je vždy individualizovaná a léčba probíhá v čase,“ říká například k takzvaným zaslepeným studiím, kdy pacient, případně ani lékař nevědí, zda se podává lék, či placebo. „Tam, kde se tyto metodiky použít dají, existují studie s pozitivními výsledky, jejichž interpretace je však v odborné literatuře stále předmětem debaty. Vedle toho existuje velké množství observačních studií, které sledují individualizovanou homeopatickou léčbu v běžné praxi a rovněž ukazují pozitivní výsledky, i když tento typ výzkumu není v medicíně považován za nejvyšší standard důkazu,“ vysvětluje.

Přesvědčení o pozitivním efektu homeopatie staví na své praxi, ale nejen na ní. „Opírám se také o zkušenosti, se kterými jsem se setkala během studia ve studentské klinice, při práci s mentory, v londýnské homeopatické lékárně i v každodenní práci s kolegy.“

A do téhle mozaiky vkládá Slávka Kubátová i svůj vlastní příběh. „Homeopatie mi pomohla vyřešit problém, s nímž jsem dlouho žila a na který klasická medicína nedokázala uspokojivě odpovědět. Dnes to vnímám jako velké štěstí. Tato zkušenost mě přivedla k oboru, který mě naplňuje, ve kterém cítím, že mám talent, a díky němuž mohu pomáhat dalším lidem.“ —