

DNES ORDINUJE DOKTOR Google

Internet je dobrý sluha, ale zlý pán – snad nejvíc to platí u zdraví. Čím dál víc lidí totiž nevidí důvod, proč se pachtit k lékaři, když mají vyhledávač. Obracují se na něj, ať už je trápí pupínky, nebo rakovina. Jenže samoléčba nesmysly, které dr. Google leckdy vyplivne, může být hazard se životem.

text: Linda Kholová / foto: Profimedia.cz



Hypochondr je mrtev, ať žije kyberchondr, chce se říct při nahlednutí do oceánu internetových diskuzí. Rochnit se ve vygooglovaných informacích o rozličných nemocech je oblíbená kratochvíle tisíců lidí. „Je přirozené, že milujeme napínavé příběhy, takže nás i v tomto ohledu přitahují výjimečné nebo přímo katastrofické scénáře,“ vysvětlila před časem v britském magazínu Mirror praktická lékařka Helen Webberley, proč pak při takovém surfování propadáme nervozitě. Paranoidnější natury jsou přímo v panice: bolest hlavy? Jasný mozkový tumor. Flíček na obličejí? Pomoc, rakovina kůže!

Na druhé straně je neuvěřitelné, s jakými zdravotními neduhy a zbytečným strachem chodí někteří kyberchondři – třeba i léta – po světě. „Našel jsem si pod kůží několik pevných a s ostatní ‚hmotou‘ nesouvisěj-



▼ **Panebože, četla jsem, že se to nedá léčit a bude z toho rakovina!**

Tři kroky proti paranoie

Pokud člověk na internetu vyčte domnělou spojitost mezi svými problémy a nějakou vzácnou chorobou, lehce propadá panice. Proto:

Nepřehánějte, ale ani nezlehčujte Uvědomte si, že vzácné choroby jsou opravdu vzácné a je velmi nepravděpodobné, že by poctily zrovna vás. Na druhou stranu není dobré přehlížet a bagatelizovat své potíže, protože ty se pak mohou zhoršit a rozvinout v další chorobu.

Vydejte se do lékárny Lékárníci umějí rozpoznat, kdy už je potřeba navštívit doktora a kdy stačí léky nebo masti bez předpisu.

Ptejte se Pokud jste i po lékařském vyšetření přesvědčení, že máte nemoc, o které jste četli na internetu, nestyďte se doktora zeptat, proč si to on nemyslí. Nebo vyhledejte jiného lékaře, aby vám jeho závěr potvrdil.



▼ Svůjím se bolestí. Mám pít brusinky? K doktorovi se mi nechce.



cích výrostků, největší na stehně má přes dva cm, ty ostatní jsou menší. O tom velkém vím už pár let. Může se jednat o nádory?“ ptá se ostatních pisálků na webu Doktorka.cz jakýsi Zdenek27. „Dobrý den. Již asi pátým rokem mám na horních víčkách oranžové fleky. Z čeho to může být a co to signalizuje?“ pátá zase Bára. V diskuzi na téma Pupínky na genitáliích u ženy pro změnu hořkuje Klára: „Pane bože, já jsem četla, že se to nedá léčit, a už jsem si všimla, že jednu má ode mě i přítel, a prý z toho může být rakovina!“

Stovky, možná tisíce takových lidí se tak samovyděsí, že místo aby utíkali na kontrolu, odkládají návštěvu doktora, co to dá. Podle výzkumu britské zdravotnické organizace Natural Hydration Council s ní otálí až třicet procent populace. Místo toho zasedají k monitoru a svěřují své útrapy klávesnicí.

Porodní e-báby

Nejenom ve světě, i u nás má „internetová medicína“ žně. Potenciální pacient z webu často zjistí, že stačí, aby vlezl do špajzu, a tam na něj čeká nějaký ten „přírodní lék“. Což se týká i těžce nemocných. „Často podcení takzvanou diabetickou nohu a chodí ke

mně až s černým prstem, protože se doma koupou v řepíku a posypávají framykoinem, aniž bych tušila, kdo jim ta antibiotika předepisuje,“ říká Michala Pelikánová, vedoucí lékařka diabetologie z pražské Polikliniky Budějovická.

„Jedna moje pacientka měla na hýždí drobný furunkl – lidově řečeno beďar. Na internetu si našla, že na zánět je výborné aplikovat česnek. Nenapadlo ji nic lepšího než oloupaný stroužek česneku přilepit nepro-



▼ **Díky radě z internetu pupínek zmizel. Zato se ale objevil velký zánět kůže.**

dyšnou náplastí na postižené místo asi na tři dny. Výsledek se dostavil – furunkl byl pryč, bohužel spolu asi s třemi centimetry odumřelé kůže a podkoží, v okolí byl rozsáhlý zánět. Následná léčba trvala více než čtyři týdny,“ líčí podobnou zkušenost vedoucí lékařka oddělení jednodenní chirurgie z pražské Polikliniky Vysočany Jiří Fencel. Často nás od počítačů do ordinace nevyšťve ani bolest. Na facebookové stránce

Alterna se Jana Mařková ptá dalších pisatelů, pro které je lékař zákeřným zjištěním lhářem a jeho léky pastí na důvěřivé nebožáky, co se zánětem močového měchýře. „Hodně pít brusinky? Urologické čaje? Ač nechci, mohla bych sáhnout i po nějakém prášku pro zklidnění toho pálení? Ne dnes, ale zítra mě toho dost čeká a nechci se zbláznit bolestí,“ píše a pak vysvětluje, že má zkoušku a brigádu, takže potřebuje fungovat. A navíc: „Jsem v Praze na studiích a nikam do nemocnice se mi nechce, protože to tu neznám a hlavně neznám doktory.“ Ostatní přispěvatelé mají pochopení. Doporučují lichořeřišnici, žlutý meloun, zlatobýl. Hanka Janišová pak – se smutným smajlíkem v závěsu – vzdychne: „I když jsem dělala všechno možné, jedla a pila, co mi kdo poradil, tak mě antibiotika neminula.“

Jiná dáma jménem Markéta Plokolná se diví, že ji nesnesitelně bolí kosti a klouby, načež bezelstně přiznává, že má Crohnovu chorobu a před časem vysadila všech osm předepsaných léků. „Poradíte mi někdo, co na tuto bolest? U lékaře jsem ještě nebyla a popravdě se mi tam ani nechce z důvodu, co zase uslyším.“ A ani nemusí. „Je potřeba



▼ **„Bála bych se trombózy!“ varuje nastávající maminku rádkyně. Za chvíli je na světě zdravý kluk.**

se zaměřit na ledviny. Léky je dost oslabily,“ nabídne jí způsob, jak se neduhu zbaví, jakýsi Josef Vrba.

„Od rána do večera mě pálí, řezou oči. Nevím, co s tím,“ vzdychá Monika na portálu Doktorka.cz, načež Libor pohotově radí a zároveň se již těší na výdělek: „Pomáhá aloe vera. Pokud máte zájem, napište mi e-mail.“ Najdou se i vzkazy tak neuvěřitel-

né, že připomínají provokaci nějakého vtipálka. Peťulka Nováková se na Facebooku svěřuje, že je v sedmatřicátém týdnu svého třetího těhotenství a nechápe, proč má od rána bolesti „do stehén, které jdou od bříška“. Místo aby jednoduše zvedla telefon a zavolala svému porodníkovi, sonduje od žen zapálených do alternativní léčby, co by to tak mohlo být. „Bála bych se trombózy!“ píše jí jedna z nich. O pár hodin později Peťulka hlásí: „Je to kluk a má 3,360 kg.“

Dusíte se? Tak super!

Občas jsou to historky k pousmání, ale ve skutečnosti je slepá důvěra v leckdy bizarní medicínu dr. Googla nebezpečný fenomén, který bude podle odborníků jen sílit. Proč? V některých oborech – například v praktickém lékařství – je už dnes nedostatek lékařů, takže jsou špatně dostupní. Mají přeplněné čekárny nebo dlouhé objednací lhůty. A pokud už jsou na dosah ruky, nemocný se před nimi stydí nebo mu připadají nedůvěryhodní. Internet je dobrý zdroj informací – bohužel je jich tolik, že si vždycky můžeme vygooglovat zrovna ty, které odpovídají našemu podezření nebo názoru.

INZERCE

PRÁVĚ TĚD

DĚTI ZDARMA A SUPER SLEVY NA DOSPĚLÉ

Vyladíme vám dovolenou

S NÁMI MÁTE VŽDYCKY VÍC!

- ZDARMA změna termínu a destinace **TÝDEN** před odletem
- Symbolická **ZÁLOHA POUZE 1 500 Kč/os.**
- **PARKOVÁNÍ** u letiště za skvělou **FIRST MINUTE CENU**
- **CROCO CLUB** – zábava pro děti a relax pro dospělé
- **HOTELY POUZE PRO DOSPĚLÉ** – dovolená bez dětí

...a ještě víc na www.blue-style.cz

1. dítě zcela zdarma a 2. dítě ubytování a stravování zdarma (počet dětí zdarma je kapacitně omezen), doporučujeme včasnou rezervaci. Všechny výše uvedené nabídky jsou časově omezeny a kompletní informace naleznete na www.blue-style.cz.

NOVINKA

ŘECKO | TURECKO | BULHARSKO | ŠPANĚLSKO | TUNISKO | EGYPT | MAROKO | ITÁLIE

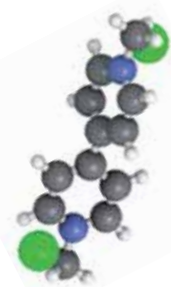
Blue Style
Travel Agency

226 036 036
www.blue-style.cz

C E S T O V N Í K A N C E L Á Ř

S různými internetovými diskuzními fóry v zádech si tak snadno obhájíme třeba i přesvědčení, že všelékem, směšně levným, ale farmaceutickými firmami utulávaným, je Savo. To zabere třeba i na nádor nebo AIDS. Mnoho evropských států, včetně Česka, už před pitím chemické směsi, která se běžně používá i jako bělidlo, varovalo. Přesto jsou tisíce lidí, kteří se v ní dokonce koupou nebo ji inhalují. „Ano, dneska je v módě být antisystémový. Ale pokud vám veřejní zdravotníci říkají, že nemáte pít čistič bazénů, tak je třeba je zkrátka poslouchat, a to hlavně v případě, že máte zdravý rozum utopený v modrém facebookovém moři,“ píše kolektiv slovenských lékařů, který se na webu Lovcisarlatanov.sk snaží prostřednictvím mnoha vysvětlujících článků s vědeckými argumenty „skoncovat se záplavou medicínských nesmyslů na internetu“.

V době supermoderních medicínských výzkumů se plno lidí nechá přesvědčit, že všechny nemoci způsobuje „překyselení organismu“, blíže nespecifikovaní „paraziti“, a že všechno se dá léčit za pomoci vitamínu C, sody bikarbony, iontů stříbra nebo zmíněného bělidla, kterému láskyplně říkají Miracle Mineral Solution (MMS), tedy záračné minerální řešení. Bohužel to už pro



▼ Proč brát léky? Na Facebooku píší, že na všechno stačí bělidlo!

několik lidí bylo řešení konečné. Podle zdravotnických kazuistik bylo v jednom případě příčinou otravy, která způsobila selhání ledvin, a lékaři z již zmíněného projektu Lovci šarlatánů upozorňují i na případ, kdy žena zemřela dvanáct hodin po užití MMS jako prevence malárie.

Přestože neexistují žádné vědecké důkazy, že může mít MMS i nějaké pozitivní důsledky, tisíce lidí se k tomuto očividnému nesmyslu kloní jako k novému náboženství. „Minulou sobotu po inhalaci, kloktání a při koupeli mě přepadl zvláštní kašel a nějak to nešlo ani tam, ani ven, jako bych měla ucpaný průduch, a když jsem začala panikařit, vytlíl ze mě větší kus hlenu,“ píše na Facebooku Naděžda Mravcová a dostane se jí hned

Luděk Hrdlička: Na termín „detoxikace organismu“ jsem už alergický

Vedoucí lékař gastroenterologického oddělení Polikliniky Budějovická Luděk Hrdlička o tom, co všechno může způsobit internetové kurýrování a jestli dát na webové recenze lékařů.

Jak často za vámi chodí pacienti, kteří si své potíže vygooglovali?

V podstatě denně. Někdy to může být prospěšné, pacient se na seriózních zdravotně orientovaných stránkách snaží dozvědět, co by mohlo být příčinou jeho obtíží, a pomoci si sám – v našem případě nejčastěji úpravou jídelníčku nebo zařazením volně prodejných potravinových doplňků. Často pak takto z větší části odstraní své obtíže i bez návštěvy ordinace. Takový postup nejčastěji volí zaneprázdnění lidé nebo k tomu některé nemocné vede stud z diskuze nad tématem, které jim připadá intimní – problémy s vyprazdňováním, stolicí, plynatostí, říháním a zápchem z úst.

Pak je tady ale řada neseřízných webových stránek...

Některé předkládají zcela nesmyslné nebo neexistující diagnózy a léčebná doporučení. Nejmenším zlem je, když pacientovi nepomohou, horší situace nastává, když mohou poškodit jeho zdraví nebo způsobit prodlevu ve stanovení správné diagnózy. Nejčastěji se setkáváme s pochybnými diagnózami, jako jsou plísně ve střevěch nebo chlamydie v žaludku, zákazy přijímat jakékoli cukry, zákazy jíst mouku bez náležitého předchozího vyšetření tolerance lepku, nebo s pochybnými procedurami typu kompletní výplachy střev. Na termín „detoxikace organismu“ jsem již doslova alergický!



FOTO: BARBORA ČEKA

Setkal jste se ve své praxi s pacientem, kterému rady z internetu ublížily?

Nejsmutnějším příkladem je případ muže, kterému byl v jeho padesáti letech proveden praktickým lékařem test na skryté krvácení do stolice, jehož výsledek byl pozitivní, a následně byl odeslán ke kolonoskopickému vyšetření tlustého střeva. Několik dní před jeho termínem se chtěl na internetu informovat o tom, jak vyšetření probíhá, a narazil v diskuzi na někoho, kdo měl špatný zážitek. Na vyšetření se proto nedostavil a odkládal ho další čtyři roky, než ho k absolvování přemluvila jeho manželka. Vyšetření proběhlo hladce, bezbolestně, sám pacient byl překvapen. Bohužel byl při něm nalezený malý zhoubný nádor vzestupného tračníku a při dalším dovýšetřování byly nalezeny jaterní metastázy. I přes

agresivní onkologickou léčbu pacient rok po stanovení diagnózy zemřel. Pokud by bylo vyšetření provedeno o čtyři roky dříve, pravděpodobnost úplného uzdravení by se blížila jistotě.

Pokud už navštívíme odborníka, často si ho vybereme podle internetových recenzí. Děláme dobře?

Považuji to za přínosnou možnost. Bohužel někdy – a týká se to těch nejhorších lékařů – nepíší recenze pacienti, ale sám lékař, jeho zdravotní sestra nebo rodina. Ověřil jsem si to návštěvou jednoho takového webu a prozkoumáním referencí na kolegu, na kterého mám od kolegů i pacientů ty nejhorší informace. Polovina z recenzí byla vyloženě záporných, druhá polovina nadšených, odeslaných však pod různými jmény z jednoho počítače – měly stejnou odesílací IP adresu!

potlesku a povzbuzení vytrvat: „Naděždo, to je super! Takový krásný detox dýchacích cest, o tom se lidem může zdát! Čím víc toho z tebe půjde ven, tím lépe. Představ si, že dostáváš z těla něco, co ti za deset let mohlo přivést rakovinu,“ básní uživatel Lukáš Sehnal.

Zrno od plev

Pak jsou tady rebelové, kteří sice k lékaři chodí, ale – poučení svými internetovými rádci – se jeho doporučeními neřídí a dávají to „dábloví v bílém plášti“ najevo. „Někteří mají pocit, že mají moc léků, většinou jsou to ti, co užívají například jen dva – i to je přece moc, léky jsou pro ně chemie, která otravuje tělo. Ti velmi často chodí na kontroly, padesát procent přiznává, že lék vůbec nebere,“ říká diabetoložka Michala Pelikánová. Až když jde do tuhého, začnou poslouchat. „To jsou potom ti nejvzornější diabetici,“ dodává lékařka.

Dost je i pacientů, kteří se vydávají do ordinace poučení z virtuální encyklopedie a diktují si léčbu. „Přibližně čtvrtina pacientů přichází s tím, že si na internetu četli o svých příznacích, a ty jim ‚daly dohroma-



▼ Nová doba: pacient podle vyčtených informací radí lékaři, co mu má předepsat.

dy tuto vzácnou nemoc‘. Přijdou s hotovou diagnózou a diskutují, co chtějí za léčbu a kam je máme poslat na vyšetření. Někteří jsou pak dokonce smutní, že to ta vzácná nemoc není,“ popisuje denní realitu praktická lékařka Ludmila Mazylkinová z Moje ambulance. A její kolega, chirurg Jiří Fencl, v nadsázce dodává: „Je až s podivem, že můžeme ještě psát léky podle našeho odborného názoru.“

Odborníci spatřují největší kámen úrazu ve faktu, že v internetových informacích je naprostý chaos. Oddělit relevantní informace od zcestných blábolů se už na Googlu snaží – bohužel zatím to funguje jen v USA. Díky šikovnému programu se jako první výsledky hledání zobrazují serióznější zdroje, včetně rad, které sepisují týmy lékařů. Možná už v tomto roce bude program dostupný i v některých evropských státech.

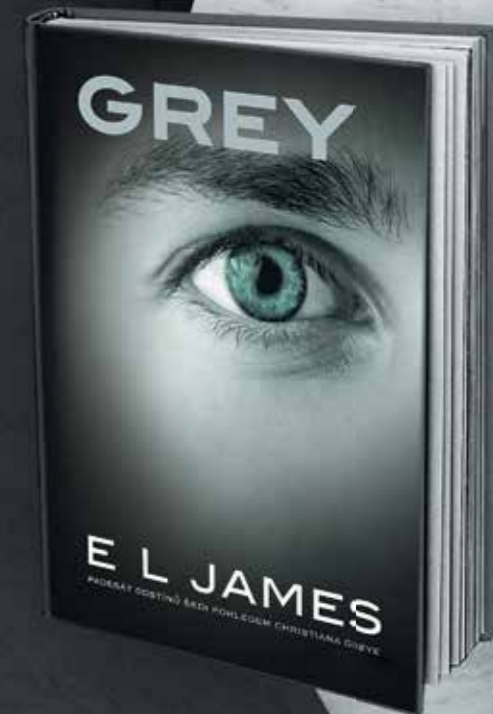
Pozitivní je i to, že se rozrůstají internetové poradny vedené odborníky. Vyděšený pacient se sice bez řádné osobní prohlídky nedozví diagnózu, může však získat alespoň varování, kdy je vážně zle a je čas k doktorovi vyrazit.

Přes veškeré absurdní dopady internetové medicíny se mnoho doktorů shoduje na tom, že lidé jsou díky internetu lépe informovaní o svých nemocech, a když s těmito informacemi zacházejí rozumně, ušetří čas v ordinaci, kde mají lékaři obvykle velmi napilno. Nicméně skutečného doktora internet nenahradí nikdy, alespoň mimo žánr vědecko-fantastických filmů. ■

kholova@instinkt-online.cz

INZERCE

dostaň se do jeho
HLAVY



Padesát odstínů šedi
pohledem Christiana Greye