Štefan Zakuťanský oprášil metódu samoliečenia

NA CHRONICKÉ ZÁPALY ODPORÚČA MASÁŽ

Medicína nemá liek na chronický zápal, ale naši predkovia poznali metódu, ktorou sa liečili aj bez tabletiek. Rady ako na to, prenášali celé generácie ústnym podaním. Ich skúsenosti oprášil a po prvý raz aj popísal Štefan Zakuťanský z Bardejova. Metódu aplikoval na sebe, keď mu lekári nevedeli pomôcť medicínsky a radami pomáhal ďalším tisíckam ľudí celých 20 rokov. Vynašiel dokonca aj masážnu pomôcku a prototyp dal posúdiť expertovi.

Štefan Zakuťanský
Popísal pre chronicky chorých účinnú samoliečbu. FOTO: AKO

PREŠOV. Považuje sa síce za liečiteľa, ale nie šarlatána. Skôr osvetára, ktorý nechce dovoliť, aby sa na dobré metódy našich predkov zabudlo v čase modernej medicíny, lebo aj tá občas zlyháva.

O metóde napísal knihu Samoliečba zápalových chorôb, do ktorej vložil všetky získané skúsenosti.

Princíp je v hĺbkovej masáži zápalových ložísk. Zmapoval ich a opísal, lebo zo svojich skúseností aj od množstva pacientov vie, že moderné diagnostické prístroje ich nevedia odhaliť.

„Dajú sa zistiť iba hmatom. Metódou hĺbkovej masáže zápalových ložísk sa vyliečili už tisícky ľudí, ktorí mali dýchacie, interné, pohybové aj alergické chronické choroby, ktoré sa liekmi nedali liečiť," povedal nám Zakuťanský.

Budú metódu praktikovať aj nemocnice?

Zhruba od roku 1992 opakovane kontaktoval Ministerstvo zdravotníctva (MZ) SR s požiadavkou, aby experti posúdili tradičnú slovenskú metódu a zaviedli ju do praxe. Odpovede sa však nedočkal. Až tohto roku.

Zo stanoviska vyplynulo, že MZ SR nepodporuje jednotlivcov v ich vedecko-výskumnej činnosti. Predseda Vedeckej rady MZ SR Dušan Dobrota mu preto odporučil, aby sa zapojil do grantovej výzvy na rok 2012 a našiel si partnera zo zdravotníckeho zariadenia alebo vzdelávacej inštitúcie, ktorej svoju metódu predstaví a zároveň ju presvedčí o potrebe tejto metódy v praxi.

Následne by mali spoločne vypracovať projekt a žiadosť o grant. S týmto postupom súhlasil aj generálny riaditeľ Sekcie zdravia MZ SR Mario Mikloši. „Toto stanovisko som dostal 17. mája a 31. mája končil termín podávania projektov, takže som to nestihol," vysvetlil nám.

Nemieni sa vzdať. Počká na ďalšiu výzvu a medzitým si bude hľadať partnera.

Zostrojil masážnu pomôcku

Svoju pomôcku dal posúdiť expertovi. Konkrétne primárovi oddelenia akupunktúry Fakultnej nemocnice v Bratislave Jozefovi Šmiralovi, ktorý bol v tom čase aj hlavný odborník pre akupunktúru na MZ SR.

Ako v posudku uviedol, výhodou pomôcky je to, že trvanie a intenzitu tlakovej masáže si dávkuje pacient sám podľa vlastných pocitov.

„Pomôcka je pevná, praktická, ľahko používateľná a cenovo dostupná," usudzuje expert.

Testovali ju aj klinicky na pacientoch, ktorí trpeli bolesťami chrbtice v hrudnej, driekovej a bedrovej oblasti, ale aj pacient s koxalgiou. Pacienti si po inštruktáži sami vykonávali masáž a podľa primára Šmirala ošetrovali si priemerne 15 bolestivých miest.

Výsledky klinického testovania boli dobré. „U všetkých pacientov dochádzalo k ústupu bolesti, k zmenšeniu až ústupu svalových spazmov a k zlepšeniu hybnosti. Vedľajšie či nežiaduce účinky sa nevyskytli," uvádza expert v stanovisku.

Zároveň však upozornil, že nemali prototyp s čím porovnať, keďže zdravotníctvo nemá podobné výrobky. Odporučil pomôcku schváliť pre používanie v špecializovaných zdravotníckych zariadeniach rehabilitácie a akupunktúry a tiež v domácej samoliečbe. Podľa Šmiralu je jej používanie vhodné aj v rekondičnej a športovej medicíne.

To bolo v roku 1996 a odvtedy sa znova stretol len s odmietaním. „Myslím si, že sme zbytočne zmeškali 20 rokov. Pritom, zápalové ložiská tu boli veky a funkčnosť aj výsledky masáže sú rokmi overené. Nemocnice by ňou mohli pomôcť stovkám ľudí, ale ministerstvo žiada, aby bola metóda vedecky overená. Popísal som už objavenú a fungujúcu tradičnú slovenskú liečbu, ktorou sa nezaoberá nikto na svete. Stačí ju len vedecky overiť, ale ako jednotlivec to nemôžem urobiť," dodal Zakuťanský.

ANNA KOŠUTHOVÁ

V čom spočíva zázrak tejto metódy?

Štefan Zakuťanský netvrdí, že má nadprirodzené či iné výnimočné schopnosti. Mnohé postupy si vyskúšal aj na sebe, keď si roky liečil po úraze chrbticu.

Zdôrazňuje, že pri každom pokuse o samoliečbu je nutná konzultácia s odborným lekárom.

„Masáž spôsobuje mechanické rozrušenie zápalu a zlepšuje prekrvenie. To odplavuje rozrušené častice a spätne dopravuje nové častice, ktoré sa tam predtým nemohli dostať, lebo zápal im blokoval prístup. Staré chronické zápaly sa niekedy liečia týždne, niekedy mesiace aj roky, ale ak človek vie, čo má robiť a chce, dokáže ich odstrániť samoliečbou. Stačí, ak sa tomu venuje denne pár minút a nič ho to nestojí," hovorí Zakuťanský.

Nabáda ľudí, aby si boli sami lekármi, len čo im odborníci zistia diagnózu či ložisko zápalovej choroby. Vtedy by mala prísť na rad hĺbková masáž.

„Touto metódou môže laik ovládať liečenie až 80 percent chorôb. Napríklad aj zápal trojklanného nervu, hrdla, priedušiek, steny žalúdka, kĺbu, žlčníka, pankreasu, ale aj obličiek či maternice. Zápal môže byť v hociktorej časti, ale cez obvod tela máme prístup k dýchaciemu ústrojenstvu, pohybovému aparátu, cez brušný sval je prístup na interné orgány, cez sliznice a dýchacie cesty aj k odstraňovaniu alergických reakcií," dodáva Zakuťanský.

Zjednodušene povedané, masírujete to, čo vás bolí.

(ak)

VEDELI STE?

Ako sa dá liečiť srdce

Medzi srdcové choroby patrí okrem krvného tlaku arytmia, zápal srdcového svalu a jeho nervstva, upchávanie, praskanie ciev a infarkt.

■ **Ľudia pri nich** trpia závratmi, slabosťou, zahmlieva sa im pred očami. Mávajú bolesti hlavy, opuchy na končatinách, páli ich v hrdúniku, tŕpnu im končatiny a podobne.

■ **„Zistil som, že zápal** dvanásťhlavého blúdivého nervu má vplyv na činnosť srdca aj pľúc. Tento nerv prechádza z hlavy do hrudného priestoru nie po mieche v chrbtici, ale po prednej časti krku medzi dýchacou trubicou a svalom kývača hlavy. Priamy prístup k srdcu nemáme, ale máme ho k hrudníku a krku, cez ktoré môžeme srdcu masírovaním pomáhať. Masírujú sa nájdené bolavé miesta pod bradou, na krku a na prednej strane hrudníka," vysvetlil Zakuťanský. **(ak)**

FAKTY

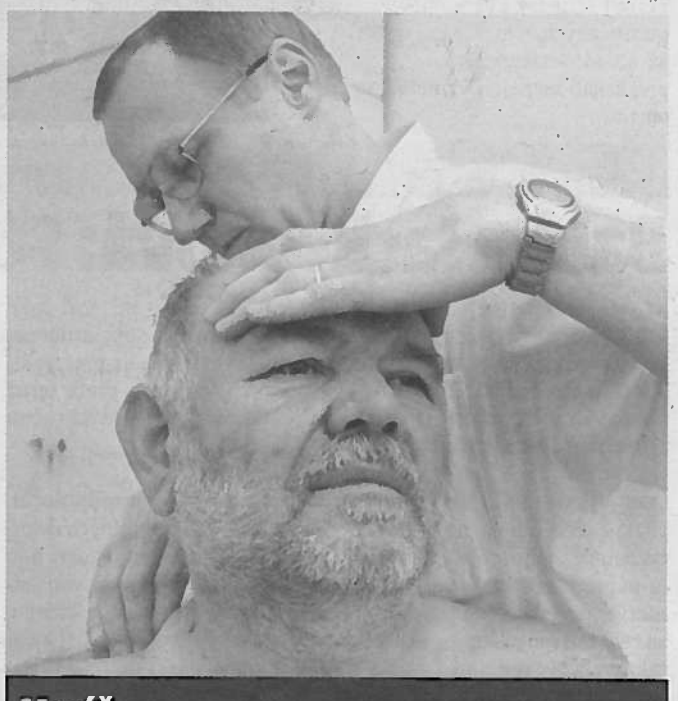
Z listov pacientov, ktorí metódu vyskúšali

■ **A. J. z Bardejova** sa od 14 rokov trápila so silnými zápalmi vaječníkov a neznesiteľnými bolesťami pri menštruácii. Neskôr chcela otehotnieť, ale nemohla. Absolvovala rôzne vyšetrenia, liečila sa v nemocnici aj v kúpeľoch, ale zlepšenie nenastávalo. „Vďaka vašej metóde som sa vyliečila za štyri mesiace a preventívne ju aplikujem stále. Vydala som sa a narodila sa mi zdravá dcérka," popísala svoju skúsenosť.

■ **J. M. z Popradu** desať rokov trpel silnými bolesťami žalúdka. Mal vred, zápal dvanástnika a pankreasu. Ako vodič prežíval muky, keď ho chytil kŕč a bál sa nielen o seba. „Som šťastný, že som nemusel ísť na operáciu a po roku a pol liečenia podľa vašich rád som v poriadku. Môžem jesť všetko a cítim sa dobre," napísal s poďakovaním.

■ **G. Š. z Bratislavy** je fyzioterapeutka, ale keď ju začala bolieť chrbtica, nevedela si pomôcť. „To, čo som sa naučila v škole, je mi nanič a keďže som sa dostala k vašej knihe, začala som skúmať všetky bolavé body na svojom tele, masírovala a zistila, že to funguje. Teraz je mi ľúto, že túto metódu nemôžem oficiálne používať aj na svojich pacientoch," napísala.

■ **M. Š. zo Zvolena** sa tiež roky trápil s bolesťami ľavého kolena a chrbtice. Bolesti raz ustúpili, inokedy boli intenzívne a medicínska liečba nepomáhala. Najprv bol odkázaný na barly, potom už len ležal. „Nemohol som ani chodiť, ani sedieť. Manželky sa pýtali, či ešte žijem, že ma nevidno v kostole, ani v meste. Potom mi jedna dobrá duša doniesla vašu knihu a ja som sa začal liečiť podľa vášho návodu. Po ôsmich mesiacoch bolesti prestali a mohol som chodiť, dokonca aj bez palíc," popísal svoju skúsenosť. (pozn. red. – v redakcii máme celé mená pisateľov, kvôli zachovaniu anonymity ich neuverejňujeme) **(red.)**



Masáž
Zvládnete ju aj sami. ILUSTRAČNÉ FOTO: ČTK

Pripravujeme na pondelok

Viac zo mzdy zaplatia nielen milionári

Od januára mnohí z nás dostanú menej na účet. Najviac to pocítia živnostníci