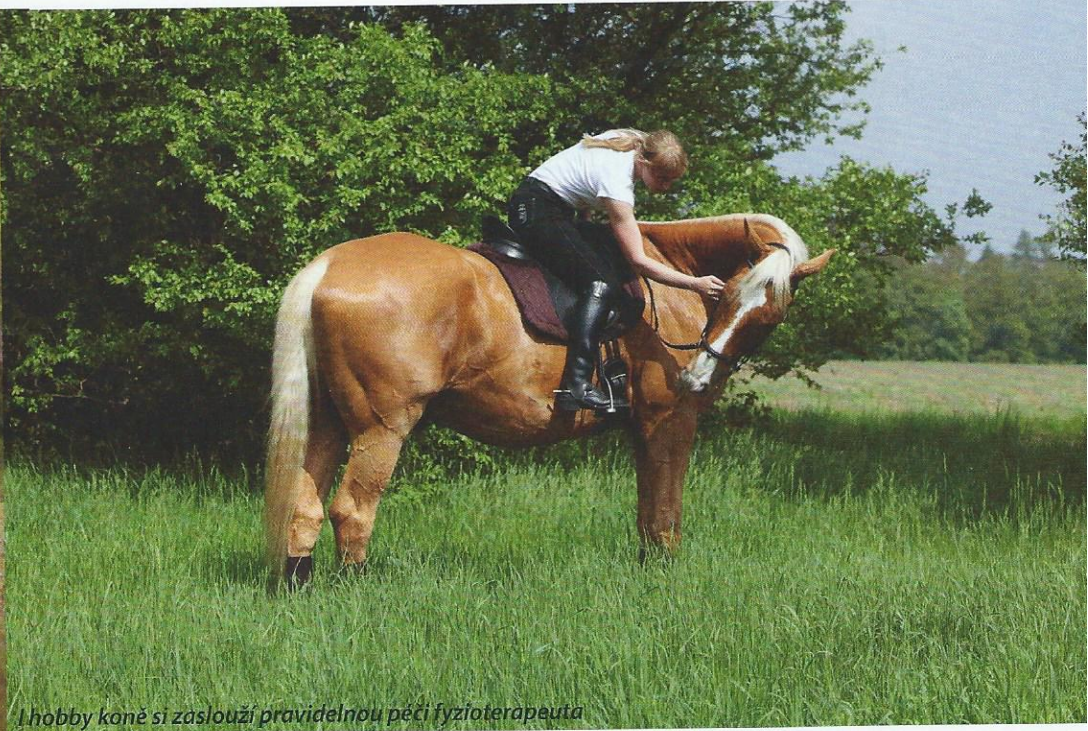




*Ve výběhu můžeme koně sledovat, jak se pohybuje, a případnou ztuhlost či bolestivost ihned řešit*



*Hobby koně si zaslouží pravidelnou péči fyzioterapeuta*

## Na slovíčko s Monikou Plachou EBW

Studovala jste u společnosti Equinology a stala jste se prvním certifikovaným EBW – Equine Body Worker v ČR. Jak jste se k této společnosti dostala, a co vás vedlo ke studiu fyzioterapie?

Ke studiu fyzioterapie mě před více než dvanácti lety přivedlo pořízení vlastního koně a potíže s nepadnoucím sedlem. Stalo se mi to, co spouště mých klientů, kdy jsem si ze sportovní stáje přivezla koně, který nebyl zvyklý na pastvu a znal jen kolbiště a stáj. Při přechodu na kariéru rekreačního koně a pohybem ve výběhu jsme během několika málo měsíců přešli na o více než jedno

číslo širší komoru. To samozřejmě provázela bolest hřbetu. Zároveň jsem v tu dobu četla článek v nějakém časopise, už si přesně jeho název nepamatuji, že lze studovat v zahraničí obor fyzioterapie koní, i když člověk nemá veterinární vzdělání. Proces je to delší, dražší, obecně trnitější, ale lze ho uskutečnit. Vzhledem k tomu, že mám zdravotní vzdělání a anatomie mi nebyla cizí, ba naopak mě na škole velmi bavila, sedla jsem k internetu a hledala. Způsobem vzdělávání, kvalitou výuky a v neposlední řadě i lokalitou ve Velké Británii mě

oslovila společnost Equinology. Dala jsem si téměř rok na přípravu, a to hlavně jazykovou, a poté jsem vyrazila na svou první vzdělávací misi do zahraničí. Brala jsem lekce angličtiny, najala si soukromého učitele, odebírala v angličtině psané jezdecké časopisy a těšila se.

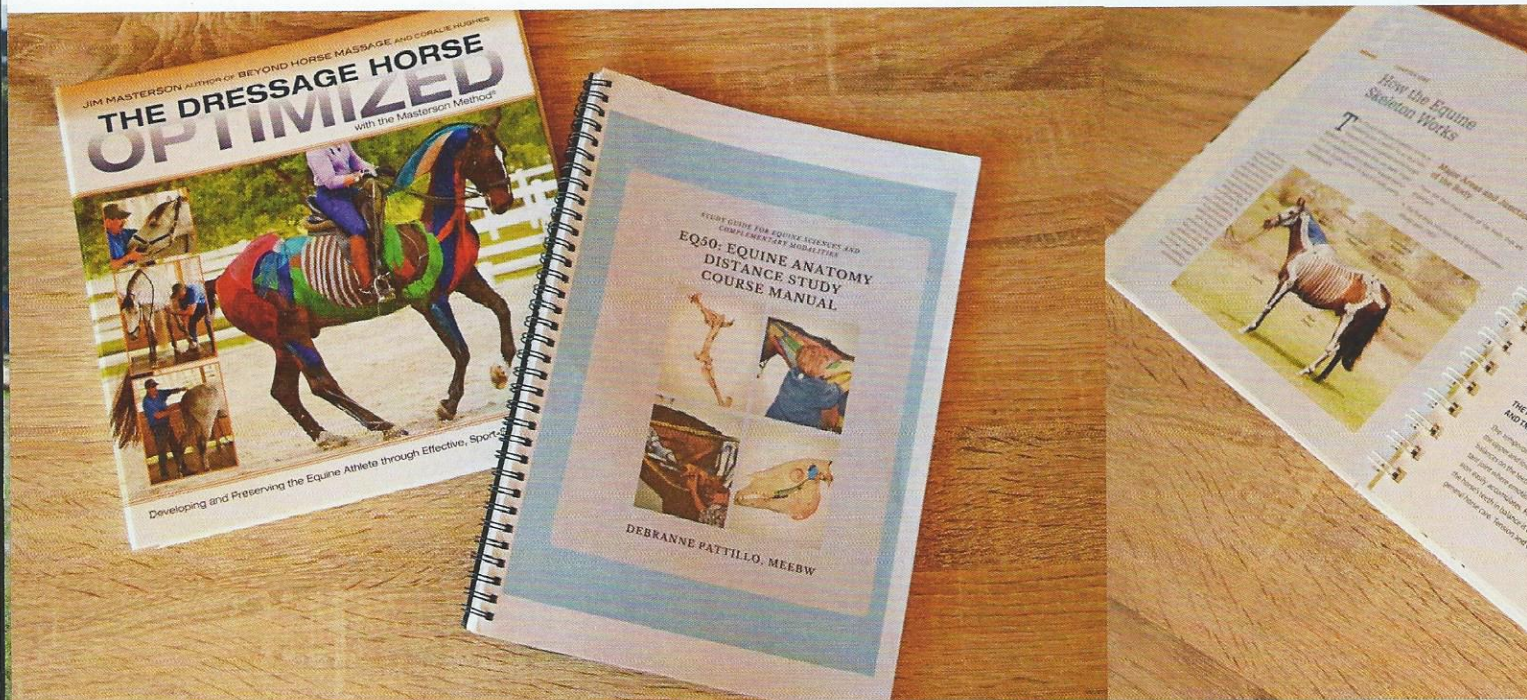
**Jak hodnotíte celé studium Equinology a mohla byste ho ve zkratce nějak popsat?** Studium bylo velmi náročné, co do množství podkladů, objemu studia a zároveň i podkladů pro obhájení práce, případových studií a získání mezinárodně uznávaného titulu EBW, což znamená Equine Body Worker.

Příznám se, že jsem si po prvních pár dnech myslela, že to ani nezvládnu a zbytek pobytu budu chodit na procházky a čekat na odlet. Trochu jsem si poplakala a ve studiu pokračovala.

Pro nás studenty, kteří nemají angličtinu jako mateřský jazyk, bylo náročné se anatomické pojmy učit v angličtině a zároveň v latině. Studium se skládá z domácí přípravy, kdy každý zúčastněný obdrží tzv. pre-study book, který je třeba se naučit a na kurz se připravit, a pak z absolvování odborného kurzu. Studium probíhá v poměrně rychlém tempu, není čas se zdržovat tím, že některý student nemá potřebné anatomické znalosti. Navíc v mém turnusu bylo i hodně veterinářů, takže bylo třeba se tempu výuky přizpůsobit. Výuka byla rozdělena každý den na teoretickou část ve studovně a pak na praktickou u koní ve stáji.



*U sportovních koní bývá péče fyzioterapeuta v posledních letech obvyklejší záležitostí*



Poté přichází na řadu zpracování podkladů pro zkoušku, které se skládá z případových studií a videí – množstvím obsahu se rovná diplomové práci na VŠ. Rozhodně neplatí, že když si student kurz zaplatí, titul dostane automaticky. Na přípravu a získání titulu jsme měli půl roku od posledního dne kurzu. Podklady jsem posílala balíčkem do USA, do sídla společnosti Equinology.

Z absolvování tohoto kurzu čerpám dnes a denně, i když od získání titulu už uplynulo více než 11 let. Budoucí zájemce o studium musím ale upozornit, že absolvování tohoto kurzu vám pro práci fyzioterapeuta rozhodně nebude stačit, ale je to velmi slušný základní kámen pro další studia.

#### Co dalšího byste doporučila studentům, kteří by se rádi vydali touto cestou?

Především praxi u koní, dobrou jazykovou přípravu a odhodlání pro studium. Velmi často se mě zájemci dotazují na způsob studia, cenovou relaci a další informace. Poté dochází většinou k rozčarování, protože u nás lidé dosud nejsou zvyklí za vzdělání platit

a jsou velmi překvapeni, že se kurz pohybuje v řádu desítek tisíc korun, je třeba odletět na více než víkend a dobře umět jazyk.

Je potřeba si dále uvědomit, že v dnešní době, kdy je obor fyzioterapie velmi populární, tento kurz jako jediný stačit nebude a je třeba si rozmyslet, jakým směrem se vydat dál.

#### Kromě Equinology jste ale studovala další zaměření v oblasti fyzioterapie, řeknete nám ke každému studiu pár slov?

Ano, Equinology bylo mou první vzdělávací misí. Poměrně dlouho mi trvalo, než jsem na trhu prorazila, protože oblast fyzioterapie koní byla u nás novou službou. Spousta koňáků se na mě dívala s úsměvem a stájové kolegyně se mi smály, že „masíruju koním zádíčka“.

V momentě, kdy mi práce začalo přibývat, mi zkušenostmi získanými v praxi došlo, že s masážemi a péčí o svalovou soustavu si v rehabilitaci nevystačím.

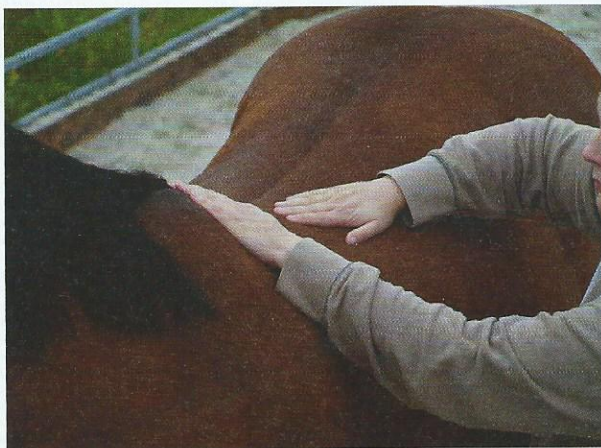
Vždy mě fascinovala osteopatie a chiropraxe a možnost uvolňovat blokace v rámci kloubů. Svaly se někde na svém začátku a někde končí. Pokud se pohne kloubní spojení, či kost, sval se někde patologicky natáhne, přetíží. Proto je třeba začít ve fyzioterapii od nejhrouběji uložené soustavy, a tou je kostra. Poté můžeme pokračovat se svaly či fascií.

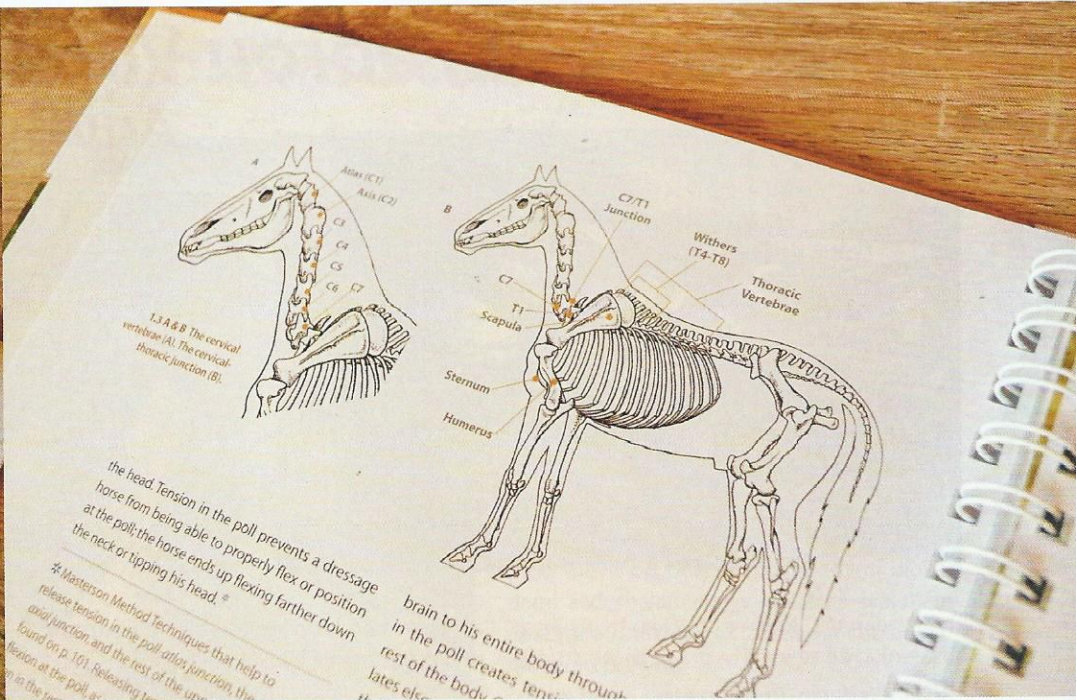
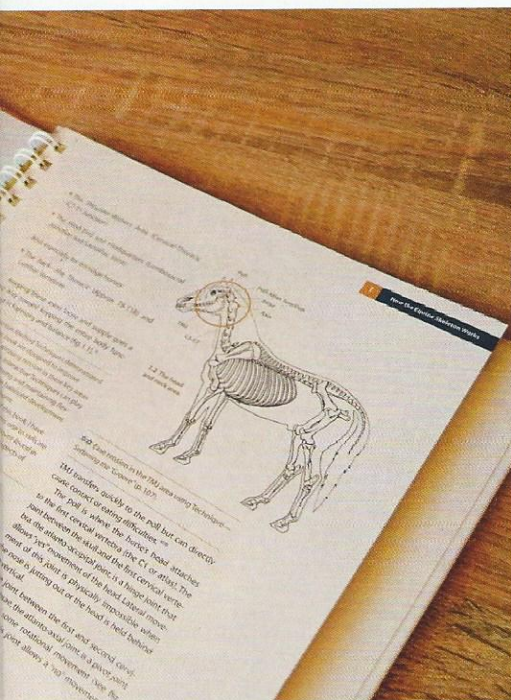
V momentě, kdy jsem začala pokukovat po chiropraxi, do UK přiletěl přednášet Bill Hampton, dvorní chiropraktik Pata Parelloho. Odborný kurz

jsem absolvovala u něj. Protože se mi styl v ukly velmi líbil a posunul mě v práci hodně kupředu, využila jsem snad po roce či dvou jeho přítomnosti v Norsku a na kurz vyrazila ještě jednou. O průběhu výuky jsem pak napsala reportáž do měsíčníku Jezdeckví, protože chiropraxe u nás byla tehdy v plenkách a klienty bylo třeba o této možnosti terapie informovat. Bill je Američan a způsob prezentace chiropraxe v jeho pojetí je specifický a když jsem ji začala aplikovat na našem trhu, občas jsem narazila na nepochopení – klienti byli zvyklí na způsob práce MVDr. Zuzany Žezulkové, která byla tehdy víceméně jedinou osteopatem u nás v ČR. Chiropraxe je zcela jiná metoda ve svém provedení, a tak jsem občas narazila na nepochopení ze strany klientů. Dnes po téměř deseti letech je situace jiná a trh je mnohem více edukovaný.

Další pobyt následoval v UK v Chelmsfordu na půdě Equinology učeben, kde jsem absolvovala odborný certifikovaný kurz kinesiologie a kinesiologie pod Mezinárodní asociací pro kinesiologie. Přednášejícím byl Lee Clark, fyzioterapeut britské jezdecké reprezentace. Kinesiologie využívám pod jmény pro urychlení léčby svalových spazmů, otoků po úrazech apod.

V praxi jsem se setkala s názorem, že chiropraxe je agresivní metoda, není pro každého koně apod... Toto v určitých případech může být pravda, například v momentě akutní úraze či velmi starých koní. Hledala jsem proto možnost, jak pečovat i o tyto koně. Šla jsem ji v myofasciální technice, tedy práce s fascií, a především v kraniosakrální terapii. Výuku jsem absolvovala u Angel Animal Holistic Centre a dále u Maureen Rogers a Evelyne Tune, které jsou průkopnice v této metodě. Kraniosakrální terapie je nejméně





manipulační technika ze všech známých. Pracuje s konceptem pohybu mozkomíšního moku od lebky (latinsky cranium) ke křížové kosti (latinsky sacrum) a zpět. Mozkomíšní mok je uváděn do pohybu třetí mozkovou komorou. Terapeut používá při své práci velmi jemný tlak asi pěti gramů, tlak je přirovnáván k hlazení pírkem po kůži a jemně aktivuje autoregulační mechanismy koňského těla k uvolnění spazmů, blokády a restrikcí v tělesných tkáních. Kraniosakrální osteopatie pracuje primárně s kostmi, ale jelikož se ke kostem upínají povázky (fascie) součástí terapie je i uvolnění fascií zejména v oblasti hrudníku, ramen a bederní části páteře.

V povázce živých organismů, které se též nazývají externím mozkem, se ukládá trauma – fyzické i psychické. Díky uvolnění fascie pomocí kraniosakrální terapie se tak mohou uvolnit traumata z obou rovin. U zvířat i lidských pacientů tak dochází k úlevě od fyzických, ale i psychických problémů a traumat. Kurz jsem absolvovala i na malá zvířata, tedy psy.

Do kraniosakrální terapie jsem se vyloženě zamilovala a používám ji velmi často, i když třeba jen na úvodní hmat či seznámení s koněm, který má strach či je nedůvěřivý k cizím lidem. Takto se mi podařilo ošetřit mnoho bázlivých koní. Výše uvedené metody se snažím kombinovat podle potřeby, zdravotního stavu a obtíží koní.

**Vy sama se věnujete kurzům pro fyzioterapeuty a nejenom pro ně, řeknete nám o nich něco víc?**

V našem Centru holistické péče o zvířata se snažíme vzdělávat majitele koní, kteří mají zájem, v tomto případě jsou to jednodenní kurzy na různá odborná témata, například První pomoc u koní, Výživa, Homeopatie,

Strečink, Parazité u koní, Bachova květová terapie pro zvířata a další.

Po více než deseti letech v terénu jsem se také rozhodla pro výuku zájemců v oblasti fyzioterapie a na letošní rok máme naplánovány i odborné certifikované vícedenní kurzy.

Vnímám, že fyzioterapie u nás v ČR se začíná dělit na dva výrazné směry, tím prvním je používání různých přístrojů typu laser apod, a na druhý směr, a to jsou metody, kdy terapeut pracuje stále a pouze svými dlaněmi a tělem. Možná se zde vlastně rýsuje i třetí směr, a tím jsou různé u nás v ČR „alternativní nebo holistické metody“. Tímto směrem jsem se vydala i já a doufám, že nejsem trhem vnímána čistě jen jako chiropraktik, ale i terapeut nebo fyzioterapeut.

Plány s odbornými kurzy nám trochu posunula pandemie Covid 19, protože spuštění výuky jsme měli naplánováno již na podzim loňského roku. Vše jsme posunuli na letošní léto a doufáme, že se semináře již podaří uskutečnit.

Kurzy jsou určeny pro opravdu vážné zájemce o výuku a jsou realizovány ve velmi malém počtu lidí, protože můj cíl není zaplnit trh velkým množstvím terapeutů, ale spíše se důkladně věnovat malému množství studentů.

Odborné kurzy jsou zaměřeny na výuku kraniosakrální terapie, péči o fascii a práce s energetickými drahami koně. Velmi mě těší, že lidé mají zájem se dále vzdělávat a kurzy jsou vyhledávané. Kurzy probíhají u nás na

Jínově statku v Úbislavicích, kde sídlí naše firma a provozujeme zde Centrum holistické péče o zvířata. Pro výuku používáme naše čtyři koně.

**Představíte nám krátce svoji práci?**

Mám dojem, že jsem ji představila už v odpovědích na předchozí otázky :-), ale řekněme, že mým úkolem je péče o kosterní, svalovou soustavu a fascii koní, vyléčit a zrehabilitovat potíže výše uvedených soustav, ať už akutního, či chronického původu, případně preventivní předsezónní prohlídky, kontrola výstroje, jako je například sedlo a další.

Ke každému pacientovi se snažím přistupovat individuálně a metody ošetření kombinuji dle druhu potíží, stáří a kondice koně. Velmi ráda spolupracuji s veterináři a dalšími specialisty, jako jsou sedláři, specialisté na výživu, trenéři apod. Domnívám se totiž, že společná spolupráce je velmi důležitá, aby výsledkem byla spokojená, zdravá dvojice, tedy jezdec a jeho kůň, a vůbec nezáleží na tom, zda se jedná o rekreačního či sportovního koně.

