

Lavička a babička

Jak nápad jednoho afrického psychiatra zmírnil utrpení statisíců

PETR TŘEŠŇÁK / KRESBA PAVEL REISENAUER

ZAfriky se trendové novinky v oblasti léčby duševního zdraví do světa obvykle nešíří. O kontinentu se mluví hlavně v souvislosti s kritickým nedostatkem odborníků schopných pomoci zástupcům obyvatel sužovaných globální epidemií deprese, kterou Světová zdravotnická organizace považuje za jedno z největších zdravotních rizik dneška.

O Zimbabwe tohle ještě před pár lety platilo beze zbytku. Ve zdravotnictví čtrnáctimilionové země působili pouze dva psychiatři. A pak jeden z nich dostal geniálně jednoduchý nápad, jak tuhle nepříznivou matematiku duševního utrpení změnit.

Nejcennější zdroj

Celé to začalo nevesele. V roce 2005 zavonil Dixonu Chibandovi, psychiatrovi státní kliniky v zimbabwské metropoli Harare, telefon a pohnutý hlas mu oznámil, že jeho šestadvacetiletá pacientka Erica před třemi dny spáchala sebevraždu. Oběsila se na mangovníku v rodinné zahradě.

Lékař byl v šoku. Nedávno se přece domlouvali, že za ním Erica do ordinace přijede co nejdříve, aby mohli upravit medikaci, kterou užívala na své těžké depresi. „Proč jste nedorazily?“ zeptal se tehdy Chibanda do telefonu Eričiny matky a odpověď, kterou uslyšel, měla záhy změnit osudy dalších podobných pacientů: „Protože jsme neměly patnáct dolarů na lístek na autobus.“

Mladý lékař – mimochodem absolvent bratislavské univerzity – dnes vypráví, že takhle událost otrásla jeho životem. Původní kariéerní plán, tedy co nejrychleji nasbírat zkušenosti a otevřít si privátní praxi pro bohaté, jak to dělají téměř všichni jeho kolegové z oboru, pokud rovnou neodejdou pracovat někam do Evropy či USA, dal Chibanda k ledu. A místo toho začal usilovně přemýšlet, jak by mohl své zemi pomoci.

Řádící epidemie deprese v zemích třetího světa podle výzkumů přímo souvisí s chudobou, infekcí HIV, klimatickými problémy, násilím a dalšími faktory strastiplné reality. Chibandovi bylo jasné, že standardní západní postupy tady nepomohou, protože hrstka studovaných psychiatrů a terapeutů nemá šanci takhle masivní problém zvládnout. A pak dostal nápad. Zapojit do jeho řešení „jeden z nejcennějších zdrojů, jaké moje země má“, jak s oblibou říká. Totiž staré ženy.

Babičky se v Africe stále těší ve svých komunitách velké autoritě, slouží tu jako rádkyně, porodní asistentky nebo

bylinářky, a svěřit jim roli terapeutek se takjevilo jako přirozené rozšíření kompetencí. Prvních čtrnáct senierek prošlo pod Chibandovým vedením třítydenním terapeutickým školením, které mělo k jejich životním zkušenostem přidat špetku odborného know-how.

A nedlouho poté se před poliklinikou v Harare ve stínu stromu objevila první dřevěná lavička podle Chibandovy vize. Seděla na ní stará žena, místo vedle zůstalo volné pro toho, kdo si bude chtít přisednout. Africká revoluce v léčbě deprese mohla začít.

Jazykem ulice

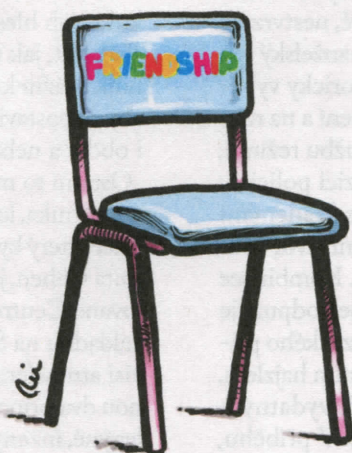
Slovo revoluce v tomto případě není přehnané. Projekt Dixonu Chibandy brzy získal důvěru kapitánů zimbabwského zdravotnictví, takže během jedné dekády příslušným školením prošly stovky dalších senierek. Namísto dvou beznadějně přeplněných psychiatrických ordinací tak dnes depresivní pacienti v Zimbabwe usedají k proškoleným babičkám na speciální lavičky na sedmdesáti místech v zemi. Armáda starých žen takhle obslouží každý rok kolem třiceti tisíc nešťastných lidí.

A funguje to až nečekaně dobře. Kombinaci přirozené autority, empatie a životních zkušeností babičky ještě doplnily o schopnost mluvit s lidmi o jejich potížích přirozeným jazykem. Hned na začátku tak dámy například Chibandovi rozmluvily název projektu „lavička duševního zdraví“ s tím, že na něco takového si lidé nikdy nesednou. Navrhly „lavička přátelství“ a stejně tak si upravily řadu dalších klinických termínů do běžné řeči ulice.

První studie publikovaná v prestižním lékařském žurnálu ukázala mimořádnou úspěšnost téhle formy lavičkové terapie, která se obvykle ordinuje po šesti sezeních. Svěřit se se svými potížemi vrásčitým stařenkám přináší podle výzkumů dlouhodobé zlepšení depresivních symptomů a Dixon Chibanda dnes na základě sebraných dat konstatuje, že v africkém kontextu dokážou babičky pomoci svým pacientům lépe než psychologové.

Nejde přitom o pouhé popovídání, autor projektu bedlivě hlídá kvalitu. Babičky dostávají odbornou podporu i odměnu, při práci se drží pevně daného postupu a jsou proškolené rozpoznat, kdy jsou symptomy vážnější, a mají pacienta poslat k profesionálnímu psychiatrovi, kterých je v Zimbabwe dnes už dvanáct.

Lavička přátelství se postupně rozšířila a dnes podobný model zkoušejí třeba Tanzanie, Zanzibar, Malawi, ale i město New York. A Dixon Chibanda? Muž, který si chtěl užívat pohodlí soukromé praxe, tráví život na cestách a sní o vytvoření globální sítě babiček, které by se ve svých komunitách postavily do čela boje proti smutku a depresi. Západní novináři jej popisují jako člověka, který se nikdy nezastaví – pohání jej touha, aby už nikdo nemusel zemřít vlastní rukou jenom proto, že mu chybí patnáct dolarů na autobus. ●



WWW.RESPEKT.CZ/AUDIO