

Absolventi Bez frází: Lucie Machová

3.6.2024 - | Univerzita Palackého v Olomouci

Studovat fyzio byl můj sen.

Už jako malá jsem dělala gymnastiku. Tenkrát nás trénovala sportovní lékařka, která ve mně probudila zájem o propojení sportu a medicíny. Moc dobře věděla, jak lidské tělo funguje. Pracovala s námi tak, aby nám neublížila.

Abychom se vyvíjeli správně.

Od prváku na gymnáziu jsem věděla, že chci studovat fyzioterapii, směřovala jsem tam. A ten směr jsem si udržela až do čtvrtáku, bylo tedy jasno. Půjdu studovat fyzio.

Rodiče byli pro.

Dokonce se mnou ochotně navštěvovali dny otevřených dveří různých škol. Až jsme jednou přijeli do Olomouce. Cink. To bylo ono. Univerzita si mě získala už v okamžiku, kdy jsem se blížila. To okolí, ta atmosféra. Nádhera. Teď je to tam ještě mnohem hezčí, ale mě ten prostor dostal už tenkrát.

Chtěla jsem do Olomouce.

A tatínek mé přání podpořil: „Jdi do toho. Zkoušky uděláš v předtermínu a pak můžeš být dva měsíce na horách. A studentský život? Užiješ si to.“ Moc dobře věděl, o čem mluví. Sám studentský život kdysi okusil, podobné zážitky chtěl dopřát i mně.

Podala jsem přihlášku.

Na Fyzioterapii jsem se hned nedostala, byl tam velký nátřesk. A já na gymnáziu zrovna procházela pubertou. Náročným obdobím. Vzduchovala jsem mnoha věcem, třeba literatuře nebo dějepisu. Proč bych se to učila, když to stejně potřebovat nikdy nebudu? Znáte to. Také jsem se bála maturity z chemie.

To nikdy.

Zpětně moc nechápu, proč jsem se tomu tak bránila. U přijímaček na Fyzioterapii bych byla ve výhodě. Ale to už je teď jedno. Všechno se děje tak, jak má. A já jsem ráda, že mým prvním oborem na FTK byla nakonec Aplikovaná tělesná výchova.

Studentský život byl super.

Přesně tak, jak tatínek sliboval. Moc ráda vzpomínám na spolužáky, na kolej i na brigády v Kauflandu. Na to, jak jsme celou noc rovnali zboží a pak dostali suché rohlíky. Stmelilo nás to.

A dokonce i na ty hory došlo. Na těláku jsem většinu zkoušek zvládla v předtermínu a odjela jako instruktorka lyžování do Jeseníků. Tam to bylo skvělé, prostě hory. Ty já miluju. A víte co? Já se do těch Jeseníků nakonec i provdala.

S horami se mi pojí ještě jeden zážitek. Se školou mě tehdy čekal lyžařský kurz a o slovo se opět přihlásil tatínek: „Běžky kupovat na ten týden nebudu, to zvládneš odjet v mých,” rozhodl. Tak jo, zvládnou. Sbalila jsem tátovy 20 let staré běžky a vyrazila vstříc dobrodružství.

Bylo to šílený.

Strašně jsem se nadřela, sáhla jsem si na dno. Po třech dnech jsem se už vážně vztekala: „Já ty starý hrůzy hodím do lesa,” řekla jsem tehdy Michalovi Šafářovi. Ten jen stroze podotkl: „Já bych to už dávno udělal. V půjčovně máš tři dny domluvené normální běžky, na kterých se dá jezdit. Tak si pro ně dojdi.”

Dodnes se tomu směju.

Co ho k tomu vedlo? Možná testoval mou odolnost, možná mě chtěl dostat z komfortní zóny, možná se jen dobře bavil. Netuším. Jediné, co vím, je to, že právě tento kurz ve mně probudil lásku k běhkování. Jezdím moc ráda.

Všichni profesori, včetně Michala Šafáře, byli výborní. Líbil se mi jejich osobní přístup, cítila jsem, že nám chtějí do života něco předat. A ne nás vyhazovat od zkoušek. Když mi nedávno přistála pozvánka na letošní ples, neváhala jsem. Jedu.

Další výhoda těláku byla ta, že mě vytáhl ven z tělocvičny. Na hory, do vody, do lesa. Díky gymnastice jsem získala výborný pohybový základ, ale získala jsem ho uvnitř. V halách. Až univerzita mi odhalila kouzlo, které přináší pohyb venku. Ty zážitky byly super.

Z předmětů mě nejvíc bavila fyziologie a anatomie. Studium mi dalo pevné základy a to se mi pak v životě hodilo. Dokonce jsem občas studovala i se spolužáky z vyšších ročníků. Chtěla jsem jít do hloubky. Všechno pochopit. A nesmím zapomenout ani na vývojovou psychologii, tu jsem pak ocenila i při výchově vlastních dětí.

Studium Fyzioterapie probíhalo de facto ve spodním prádle. Všechno jsme si zkoušeli na sobě, byla to sranda. Stmelilo nás to tak moc, že naše přátelství drží dodnes. A i tady byli skvělí vyučující. Ale teda od zkoušek už se občas vyhazovalo.

Bylo to náročné a zároveň krásné.

Někdy jsme studovali třeba nad skleničkou vína. Ale když se blížila zkouška, víno už nepřicházelo v úvahu. Pacient se nesmí ohrozit ani imaginárně. Zkoušky byly teoretické i praktické, což nás skvěle připravilo na praxi po ukončení studia. Mohli jsme mít svůj názor, ale museli jsme si ho dokázat obhájit. To se mi také líbilo.

Když jsem nastoupila do své první práce, téměř nikoho jsem se nemusela na nic ptát. Ba naopak. Ostatní se ptali mě. V Olomouci nás důkladně seznámili s elektroterapií a novinkami v těchto přístupech. Často se stávalo, že v ambulancích se nás absolventů personál ptal, jak mají parametry nastavit.

Co si tak vybavuji, téměř všichni moji spolužáci z Fyzioterapie našli uplatnění. Obecně si myslím, že v České republice je fyzioterapie na špičkové úrovni. A úspěšnost metod pana profesora Koláře, profesora Lewita, profesora Vojty a paní Mojžíšové to jen dokazuje.

Aktuálně provozuji soukromou praxi v Praze, jmenujeme se Rehaspiro. Klienti chodí a čekací doby se nám neskutečně prodlužují. Lidé si nás mezi sebou doporučují.

Můj splněný sen.

Vždy hledáme důvod, proč bolest vznikla. Kde se skrývá klíčový problém. Každému nasloucháme a snažíme se ho pochopit. Někdy si stačí popovídat, někdy pomůže dotek. Právě ten uvolní emoci,

která z těla odejde. Člověku se pak uleví.

Že má dotek obrovskou sílu nás učili i na fakultě. Fyzioterapeut by měl pracovat srdcem a svou práci vnímat jako poslání.

Mé životní motto zní: „Pokud nám byla dána možnost snít, byla nám dána síla si naše sny plnit.“

U mě to vážně platí. Pamatuji si, jak jsem jednou byla s rodiči ve Španělsku. Společně jsme tehdy navštívili stadion v Barceloně a mě to úplně uchvátilo. Ten okamžik, kdy jsem tam vstoupila, rozhlédla se a nasála atmosféru. Rozbušilo se mi srdce a hlavou mi prosvíštěla myšlenka: „Kéž bych mohla jednou zažít olympiádu naživo. To je můj sen.“

Sen, který se mi o několik let později splnil.

V roce 2013 jsem začala spolupracovat s reprezentací sportovní gymnastiky mužů i žen a v roce 2015 jsem se stala fyzioterapeutkou české reprezentace juda.

Pak přišly Olympijské hry v Rio de Janeiru. Ty, ze kterých Lukáš Krpálek přivezl zlato. Byla jsem u toho, byla jsem součástí olympijského medical teamu. Nepopsatelný zážitek. A stejně tak o čtyři roky později v Tokiu.

Aktuálně se v Rehaspiru specializujeme kromě sportovní fyzioterapie i na rehabilitace chronických bolestí, dechové rehabilitace a respirační tréninky. To je úplně jiný typ práce než se sportovci. U dechové fyzioterapie musíte pracovat jemně, dopřát dechu prostor, citlivě vnímat.

U sportovců se musíte zaměřit na detail. A jednat rychle. Hodně rychle. Je to obrovská zodpovědnost. V jednu chvíli jste to vy, kdo rozhoduje o tom, jestli zraněný sportovec může pokračovat. Nebo už ne.

Právě při práci se sportovci se mi vyplatilo, že jsem prvně studovala tělák. Dokázala jsem se do nich lépe vcítit. Lépe jsem je chápala. Navíc jsem moc dobře věděla, jak lidské tělo funguje v zátěži.

Všechno se děje tak, jak se dít má. Já to říkám pořád.

A pořád mám ty své sny. Teď to vypadá, že se mi jeden z nich zase splní. Ale je to čerstvé, zatím si to nechám pro sebe. Tím vám chci jen říct, ať se nebojíte snít, ukáže vám to cestu a dodá sílu. Stejně jako mně.

<https://www.ftk.upol.cz/nc/zprava/clanek/absolventi-bez-frazi-lucie-machova>