

Fokální dystonie aneb co může potkat každého hudebníka

Napsal uživatel P. S.
Úterý, 21 Červen 2011 20:25

V roce 2005 se stala smyslem mého života hra na kytaru. Následovalo rozhodnutí naučit se perfektně hrát. Začínám pilovat stupnice, sekvence, techniku pravé a levé ruky, licky, rytmy, v pomalém tempu, bez chyb, pečlivě. Stahování nahrávek, dřina s metronomem, okoukávání techniky na koncertech a na videích. Posléze radikální změna techniky. Důvod? Chci hrát precizně, perfektně, časem v rychlém tempu a bez chyb. Rok několikahodinové dřiny denně. Pak pocit, že se něco děje s mou pravou rukou, jakoby neposlouchala, dělala něco jiného než po ní chci. Čím to? Cvičím ještě více, s větší chutí po perfektním tónu, dokonalé technice, rytmičnosti apod. Jenže čím více cvičím, tím méně mě ruka poslouchá. Zápěstí se během hry nekontrolovatelně vzdaluje od strun. Když se na ruku nedívám, myslím si, že je u strun, ale když se na ni podívám, je pod strunami. Co to? Asi jak se ve mě tluče stará a nová technika, říkám si. Zvyšuji dávku cvičení. Ruka začíná nekontrolovatelně "odpadávat" od strun, nemám nad jejími pohyby už skoro žádný vliv. Různě ji zapírám na kobylce či zvedám rameno, jen, aby ruka neodpadla a podařilo se mi do strun alespoň nějak, jakkoliv, strefit. Alespoň při doprovodu. Co se to děje? Nechápu. Ruka začíná trochu bolet, svaly jsou zatuhlé, ale není to nějaká silná bolest. Asi dělám chybu v technice, říkám si a zkusím vyhledat jednoho z našich nejlepších kytaristů, kteří učí. Chodím k němu 1,5 roku. Ruka je střídavě lepší a horší. Když je horší, brečím, propadám depresi, protože nedokážu ani přejet trsátkem přes prázdné struny, netrefím se. Pořád mi nedochází, že se děje něco moc, moc špatného. Mému učiteli to po čase dojde, už neví co s tím dál. Věci, které jsem skvěle hrála najednou neumím, netrefím se (ani při doprovodu) do strun. O sólech už vůbec nemluví. To už ruku pořádně neovládám nejen v pohybu na kytáře, ale i při jídle či držení předmětů. Můj učitel si zve na pomoc přítele z německé konzervatoře. Dívá se na mě a říká: "je to nemoc, přestaň hrát a jdi k doktorovi!!" Od té doby uběhlo 3,5 roku. Od té doby nehraji na kytaru vůbec, běhám po doktorech, nemocnicích. Dostanu mnoho různorodých diagnóz, které s mým problémem (jak zjistím po 3,5 letech léčení doktorem), nemají vůbec nic společného. Zánět šlach, přetížení ruky, tenisový loket, přetížená krční páteř, špatné vedení nervů. Snad všechny diagnózy mi přiřknou, ovšem léčba nikam nevede, problém se trochu zlepší, ale stále trvá. Říkají: "cvičte, chodte plavat, na jógu, hlavně už nikdy nehraje na kytaru". Najděte si nového koníčka. Posílají mě i k psychologovi, protože mají pocit, že si neschopnost pohybu vymýšlím. Končím s doktorem. Ruka je trochu lepší. Odpočala si. Přesto je na kytáře stále ochrnutá. Položím ji na kytaru a neovládám ji. Zkouším tedy hrát na jiný nástroj. 3 roky se mi to daří. Než nemoc udeří znovu i na tomto nástroji. Zoufalství, deprese. Já muziku potřebuji!! Je to moje seberealizace, mám ji v každé své buňce, nedokážu ji nedělat. Hledám zoufale po internetu téma-muzikanti a jejich nemoci. Až se to stane. Nacházím maďarský film Sándora Mestera a Ester Haidu Demon hands. Vidím v něm sebe a svou ruku!! Dozvídám se o Fokální dystonii hudebníků. Věci nabírají rychlý spád. Jdu za skvělým doktorem, kterého nacházím na doporučení. O fokální dystonii muzikantů už slyšel-první ze zhruba patnácti lékařů, kteří mě vyšetřovali !!!! O tom, jak ji léčit ovšem neví nic. Vyhledávám několik nocí na internetu vše o této nemoci a zjišťuji, že muzikantů s touto nemocí jsou na světě stovky. Zjišťuji, že ji měl i R.Shumann. Domlouvám si setkání s maďarským kytaristou Sándorem Mesterem, který se sám dokázal uzdravit léty nekonečné píle a také díky štěstí. Začínám se léčit jeho metodou, učím mozek zapomenutý pohyb. Zjišťuji, že malé procento muzikantů se dokázalo samo vyléčit, že skutečný lék však zatím nebyl objeven a že tato nemoc je popsána teprve pár let, lékaři ji většinou neznají. V Čechách už vůbec ne. V Německu a Španělsku jsou napřed - mají zde specializované kliniky i výzkumná centra. Není to porucha ruky, či prstů - jak se projevuje, ale problém je v mozku-v bazálních gangliích a vzniká často razantní změnou techniky hraní na nástroj či častým opakováním určitého obtíženého

Fokální dystonie aneb co může potkat každého hudebníka

Napsal uživatel P. S.

Úterý, 21 Červen 2011 20:25

partu, určitého pohybu. V mozku se cosi naruší a muzikant ztratí koordinaci nad svým prstem, paží, ale u dechových nástrojů to může být i na rtech apd. Může to potkat každého z vás, muzikantů, kteří hodně cvičí a nebo náhle změní techniku hraní. O této nemoci se u nás mezi muzikanty naprosto nic neví, proto píšu tento článek. Nechci, aby další muzikanti trpěli depresí a nechápali proč jejich ruka nebo prsty nefungují. Nabízím odkazy, které mě pomohly. Nabízím i kontakt na sebe: [fokalni.dystonie\(a\)centrum.cz](mailto:fokalni.dystonie(a)centrum.cz) A přeji všem hodně zdraví.

Další informace o fokální dystonii: <http://www.demonhands.blogspot.com/>
<http://www.focaldystonia.net/>
<http://www.dystonia-bb.org/forums/mwd/>
<http://www.billymclaughlin.com/dystonia.php>
<http://www.davidleisner.com/FocalDystonia.html>
http://www.solen.sk/index.php?page=pdf_view&pdf_id=876&magazine_id=3