

Abstrakt

Název: Efekt zdravotně-tělovýchovného programu u mladých jedinců s ortopedickými vadami nohy

Cíle: Cílem bakalářské práce bylo zkoumat vliv cvičení na tvar a funkci nohy u mladých jedinců s ortopedickými vadami nohy, a to konkrétně s deformitami hallux valgus a kladívkové prsty.

Metody: V rámci kvalitativní studie byl s pomocí kazuistik zkoumán efekt 4týdenního zdravotně-tělovýchovného (ZTV) programu u 3 osob s ortopedickými vadami nohy. Jednalo se o 1 muže a 2 ženy (věk 17-24 let) s ortopedickými vadami nohou (hallux valgus, kladívkové prsty, vysoká noha), vzniklými u všech zhruba kolem 10. roku. Cvičení ZTV programu trvalo 28 dní, probíhalo každý den v délce 15 minut a zahrnovalo senzorická i motorická cvičení. Metodami sběru dat při vstupním a výstupním vyšetření byly hodnocení aspekci, palpaci, funkční testy a vyšetření podoskopem, které bylo zopakováno i po 2 měsících po dokončení ZTV programu. Průběžné změny zaznamenávali probandi do deníku včetně vizuální analogové škály (VAS).

Výsledky: Po 28denní intervenci došlo u 2 ze 3 probandů při sledování na podoskopu ke zmírnění koncentrace tlaku do přednoží, a tedy ke zlepšení rozložení váhy po celé plošce chodidla. Po 2 měsících od intervence došlo opět ke zhoršení nálezu. Podle deníkových záznamů ZTV program ovlivnil vnímání bolesti na VAS. Bolest se ve 2 ze 3 případů snížila.

Klíčová slova: hallux valgus, kladívkové prsty, vysoká noha, cvičení, rehabilitace