ABSTRAKT

Název práce: POLYELEKTROMYOGRAFICKÁ STUDIE OVLIVNĚNÍ AKTIVACE BŘIŠNÍHO SVALSTVA METODOU PILATES U PACIENTŮ S NESPECIFICKÝMI BOLESTMI BEDERNÍ PÁTEŘE

A Polyelectromyographic Study – The Affection of The Abdominal Muscle Activation by The Pilates Method in Patients With Non-Specific Lumbalgy

Cíl práce: Vícepřípadová studie má za úkol zhodnotit změny zapojování břišních svalů při specifickém flekčním pohybu trupu u pacientů s nespecifickými bolestmi bederní páteře, pravidelně cvičících metodou Pilates.

Metody: 5 pacientů s chronickými bolestmi bederní páteře v anamnéze bylo zařazeno do kondičního cvičení Pilates a utvořilo sledovanou skupinu. Ta po dobu 6 týdnů cvičila pravidelně 2x týdně pod vedením certifikovaného instruktora - fyzioterapeuta a každý den doma dle instrukcí. Předmětem vyšetření bylo polyelektromyografické vyšetření břišních svalů a svalů pomocných při flekčním pohybu trupu, vyšetření stabilizace bederní páteře specifickými testy a subjektivní hodnocení bolesti. Naměřené hodnoty jsme srovnali mezi jednotlivými probandy a pokusili se nalézt společné tendence.

Výsledky: U sledované skupiny probandů nedošlo dle výsledků elektromyografie k žádným společným tendencím, specifické testy ukázaly zlepšení stabilizace bederní páteře a dle dotazníků bolesti došlo ke zmírnění intenzity bolesti nebo jejího vlivu na běžné denní činnosti.

Klíčová slova: Pilates, bolesti bederní páteře, břišní svalstvo, povrchová EMG