

ABSTRAKT

Tato diplomová práce se zabývá vztahem mezi kvalitou kostní hmoty a faktory životního stylu se zaměřením na výživu, užívání tabákových výrobků, konzumaci alkoholu a pohybovou aktivitu. V teoretické části práce jsou uvedeny obecné poznatky o kostech, jejich složení, stavba, dělení kostí a růst a vývoj kostí. Další dvě kapitoly popisují proces kostní remodelace a kalciofosfátového metabolismu. Práce podrobně popisuje faktory ovlivňující kvalitu kostní hmoty, především ty ovlivnitelné, jako je užívání tabákových výrobků, alkoholu, některých léků a dostatek pohybové aktivity. Samostatná kapitola je věnována vlivu stravy na kvalitu kostní hmoty. Popsány jsou také nejčastější poruchy kalciofosfátového metabolismu a jejich léčba. Poslední kapitola praktické části je věnována vyšetření kostního metabolismu.

Cílem praktické části diplomové práce bylo zmapovat stravovací návyky a další složky životního stylu (kouření, pohybová aktivita atd.) pacientů Osteocentra III. interní kliniky VFN a zjistit, jak tyto složky korelují s výsledky denzitometrického vyšetření pacientů. Sběr dat byl zajištěn pomocí dotazníkového šetření, které obsahovalo 25 otázek a výsledky denzitometrického vyšetření byly poskytnuty ze zdravotnické dokumentace. Data byla získána od 33 pacientek. Po zhodnocení dat bylo zjištěno, že přibližně polovina pacientek se stravuje racionálním způsobem. Většina pacientek konzumuje dostatek mléka a mléčných výrobků, masa, ovoce i zeleniny a dostatečně se věnuje pohybové aktivitě, a naopak omezují konzumaci uzenin, alkoholu, limonád a černé kávy. Problémem značné části pacientek je nedostatečná konzumace mořských ryb a dlouhodobé užívání tabákových výrobků. T-skóre většiny pacientek se pohybuje v rozmezí (-1) - (-2,5), což odpovídá osteopenii. Po srovnání výsledků dotazníkového šetření a vyšetření kostní hmoty bylo zjištěno, že pozitivní vliv stravy a dalších složek životního stylu na kvalitu kostní hmoty byl u pacientek Osteocentra prokázán pouze v malé míře.

klíčová slova: kost, kostní denzita, metabolismus, výživa