

POSUDEK VEDOUCÍHO DIPLOMOVÉ PRÁCE

Název: **Aktivní přístupy v sekundární prevenci pánevního dna po porodu**

Autor: Bc. Markéta Zahořová

Vedoucí práce: Mgr. Markéta Krivánková

Rozsah: 78 stran textu, 4 strany příloh

Literatura: 61 zdrojů.

Obsah práce: Autorka ve své práci podrobně rozpracovala téma pánevního dna, anatomii pánve, fyziologii, vliv a funkční vztahy PD, dále se zabývá tématy těhotenství, porodu a následnými komplikacemi PD po porodu. V další části jsou rozebrány vybrané metody aktivního přístupu v terapii PD. V praktické části práce autorka zhotovuje zásobník funkčních cvičení a jejich modifikací s využitím pomůcek.

Hodnocení:

Diplomantka Bc. Markéta Zahořová zpracovala téma pánevního dna, jemuž je v současné době věnována zvýšená pozornost, ať již z pohledu gynekologických obtíží, či v souvislosti s jeho stabilizační funkcí. Přístupů v prevenci poruch pánevního dna je nepřehledné množství a předkládaná diplomová práce vytváří přehledný edukativní souhrn, který velmi odbornou, ale zároveň srozumitelnou formou třídí jednotlivé poznatky a metody. Z textu práce je znát, že znalosti autorky k dané problematice jsou na velmi vysoké úrovni a práce má místy charakter až medicínské publikace.

V praktické části autorka zpracovává zásobník cviků složený z několika přístupů, které spojuje komplexní zapojení stabilizačních svalů v různých posturálních pozicích. Jednotlivé cviky jsou náležitě popsány a vyobrazeny na fotkách a dále jsou zmíněny nejčastější chyby. Vytvořený zásobník cviků považuji za vhodně navržený dle moderních poznatků, nejedná se zde o klasický přístup kontrakce svěračů, ale jde o komplexní zapojení všech svalů PD ve stabilizační funkci. V práci vidím velký potenciál a určitě ji vnímám jako zajímavý podklad pro další výzkum.

Provedená kontrola podobnosti práce je < 5%.

Dotazy k obhajobě:

- 1) V diskuzi zmiňujete, že 25% žen PD místo vtahování vytlačuje, dle konceptu DNS, který v práci taktéž zmiňujete, by naopak PD mělo být pomoci nitrobršního tlaku vytlačováno. Jaký je Váš názor k těmto dvěma přístupům?
- 2) Jak brzy po přirozeném porodu byste doporučila začít s cviky na PD?

Závěr:

Autorka Bc. Markéta Zahořová své téma zpracovala samostatně. Práce splňuje požadavky kladené na vypracování diplomové práce, a proto ji **doporučuji k obhajobě.**