

Bakalárska práca „Systémová arteriálna hypertenzia a záťaž“ sa zaoberá hypertenziou a záťažou. V prvých častiach pojednáva o fyziológii srdca, o regulácii kardiovaskulárneho systému a meraní krvného tlaku. V ďalšej časti je popísaná definícia hypertenzie, jej klasifikácia a rozdelenie do podtypov. Ďalej práca rozoberá liečbu hypertenzie z hľadiska medikamentózneho a nefarmakologického. Hlavná časť práce je venovaná fyzickej záťaži a jej vzťahu ku krvnému tlaku a hypertenzii. Diskutuje sa o reakcii tlaku na záťaž ako možnom diagnostickom prostriedku budúcej hypertenzie. Navyše, popisuje záťaž a fyzickú aktivitu ako terapeutický prostriedok v znižovaní tlaku. Porovnáva a určuje intenzitu, frekvenciu a dobu trvania vytrvalostného a odporového tréningu k dosiahnutiu optimálneho zníženia tlaku. Posledná časť sa venuje mechanizmom účinku záťaže na krvný tlak.