

## **Abstrakt**

**Autor:** Bc. Veronika Viktorová

**Vedoucí práce:** Mgr. Jitka Buriánková

**Katedra:** Katedra zdravotní tělesné výchovy a tělovýchovného lékařství

**Název práce:** Postoj pacientů s bolestmi zad ke zdravému životnímu stylu

**Cíle:** Cílem této práce je zjistit postoj pacientů s chronickou bolestí zad ke zdravému životnímu stylu. Získané poznatky budou následně shrnuty pro jejich využití ve fyzioterapeutické praxi, zejména na ambulancích se snahou posílit komplexní léčebný přístup v rámci terapie pacientů s bolestmi zad.

**Metody:** Výzkum byl realizovaný s pomocí on-line dotazníkového nástroje Survio. Pro získání dat byl sestaven dotazník, který měl dvě části. V první části byly otázky vytvořeny pro odebrání charakteristických znaků respondentů a v druhé části se otázky zabývaly faktory životního stylu a jejich vlivů na pacienta. V dotazníku jsou obsaženy 4 faktory, které jsou tvořeny 5 až 6 otázkami. U každé otázky měly odpovědi hodnotou 1 až 5. Dotazník byl odeslán přes ambulantní zařízení REHAB – centrum medicíny pohybového systému v Českých Budějovicích. Následně byly data zpracovány do tabulky v programu Microsoft Excel a zpracovány statistickou analýzou. Celkem se výzkumu účastnilo 132 respondentů.

**Výsledky:** Na základě výsledků dotazníkového šetření provedeného u souboru pacientů s bolestmi zad, vyšly statisticky významné rozdíly pouze u analýzy vlivu subjektivního hodnocení bolesti zad. Mezi skupinami byl nalezen rozdíl u tří faktorů. V případě faktoru bolesti zad a jejího vlivu byla odlišnost nalezena mezi všemi třemi skupinami. Skupina, která hodnotila svou bolest zad jako minimální až mírnou (0 až 3) hodnotila její vliv jako nejmenší. Nejvyšší vliv uváděla skupina se závažnou až nesnesitelnou bolestí (7 až 10).

Pro faktor pohybová aktivita byla zaznamenána odlišnost mezi skupinou se závažnou až nesnesitelnou bolestí (7 až 10) a ostatními dvěma skupinami. Odpovědi této skupiny byly více negativní. Poslední faktor, u kterého byla nalezena odlišnost, byly zdravotní a stravovací návyky. Zde se pomocí post-hoc testů nepodařilo identifikovat konkrétní dvojice odlišných skupin, ale nejbližší statistické významnosti byl rozdíl mezi skupinou se závažnou až nesnesitelnou bolestí (7 až 10) a skupinou se středně závažnou bolestí zad (4 až 6). V průměru více pozitivní odpovědi byly zaznamenány u skupiny se závažnou až nesnesitelnou bolestí zad.

U analýzy vlivu pohlaví byl zjištěn statisticky významný rozdíl mezi muži a ženami pouze u faktoru *pohybové aktivity*, kde muži dosáhli vyššího průměrného skóre (3.54) oproti ženám (3.35) ( $p = 0.029$ ). V případě ostatních faktorů nebyly mezi pohlavími zjištěny statisticky významné rozdíly.

**Klíčová slova:** Bolest zad, zdravý životní styl