

## **Abstrakt**

**Název:** Manipulace menstruačního cyklu u žen v bojových sportech

**Cíl:** Tato diplomová práce zkoumá metody, přínosy a zdravotní rizika manipulace s menstruačním cyklem u žen v bojových sportech, se zaměřením na hormonální zásahy za účelem optimalizace výkonnosti a zvládnutí váhové kategorie.

**Metody:** Byla použita narativní literární rešerše prostřednictvím rozsáhlého studia dostupných zdrojů. Umělá inteligence (ChatGPT-4.0) byla využita k úpravě jazyka a zvýšení akademické úrovně textu, což přispělo ke zlepšení srozumitelnosti a celkové soudržnosti práce.

**Výsledky:** Zjištění ukazují, že manipulace s menstruačním cyklem pomocí hormonální léčby může krátkodobě přinést výkonnostní výhody díky stabilizaci hladin hormonů a načasování soutěží do příznivějších fází menstruačního cyklu. Tyto postupy však s sebou nesou závažná zdravotní rizika, včetně amenorey, snížené kostní denzity, hormonální nerovnováhy a možného ohrožení plodnosti.

**Závěr:** Manipulace s menstruačním cyklem může dočasně přispět k optimalizaci výkonnosti a tréninkového režimu, nicméně její dlouhodobé užívání představuje vážná zdravotní rizika pro sportovkyně. Vzhledem k etickým, medicínským a fyziologickým aspektům nelze tyto zásahy univerzálně doporučit. Je důrazně doporučován individuální a důkazy podložený přístup ze strany trenérů, sportovních vědců a zdravotnických odborníků – zejména v kombinaci s extrémním snižováním tělesné hmotnosti před soutěžími.

**Klíčová slova:** bojové sporty, manipulace s menstruačním cyklem, amenorea, hormonální antikoncepce, rychlá redukce hmotnosti, optimalizace výkonnosti, syndrom ženského sportovce