

ABSTRAKT

Název: Vliv skupinového cvičení na subjektivní vnímání bolesti a pohyblivost páteře u jedinců s ankylozující spondylitidou

Title of thesis: The effect of group exercise on the perception of pain and spinal mobility of individuals with ankylosing spondylitis

Cíle práce: Zjistit vliv cíleného skupinového cvičení na vnímání bolesti, držení těla a pohyblivost páteře u jedinců s ankylozující spondylitidou (AS).

Metoda: Pro studii bylo vybráno 30 jedinců s AS v I. – III. stadiu (průměrný věk = $27,17 \pm 4,57$). Tato skupina byla rozdělena na experimentální soubor (účastníci pohybového programu ($n=15$)) a kontrolní soubor [$n=15$]). Pohybový program probíhal 2x týdně 30 min po dobu 5 měsíců. Vnímání bolesti bylo hodnoceno pomocí vizuální analogové škály před každou cvičební jednotkou a po ní. Před programem a po jeho skončení byly hodnoceny tyto parametry: statické držení těla (metodou podle Kleina a Thomase modifikované Mayerem), rozvíjení bederního a hrudního úseku páteře a obvodu hrudníku.

Výsledky: Z výsledků vyplynulo, že u skupiny s cílenou pohybovou léčbou ve formě skupinového cvičení došlo k významnému snížení intenzity bolesti (stav se zlepšil o 32,2 %), zlepšení držení těla ($p<0,001$), zvýšení pohyblivosti páteře (rozdíl byl statisticky významný u Schoberovy, Stiborovy a Thomayerovy distance i záklonu trupu [$p<0,05$] a zvětšení obvodu hrudníku [$p<0,001$]). U skupiny kontrolní došlo u většiny sledovaných parametrů pouze k nevýznamným změnám.

Klíčová slova: Ankylozující spondylitida, skupinové cvičení, bolest, držení těla, pohyblivost páteře