

UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE  
FAKULTA TĚLESNÉ VÝCHOVY A SPORTU

**Vliv pohybové a nutriční intervence na fyzickou zdatnost  
a kvalitu života jedinců v prvním roce po transplantaci ledviny**

Abstrakt disertační práce

Zpracovala: Mgr. Klára Švagrová

Školitel: Prof. Ing. Václav Bunc, CSc.

Školící pracoviště:

Laboratoř sportovní motoriky

Praha, 2012

## ABSTRAKT

Transplantace ledviny je nejkvalitnější metodou léčby chronického selhání ledvin, přesto přináší mnoho zdravotních komplikací. V prvním roce po transplantaci ledviny dochází vlivem samotné transplantace ke zlepšení fyzické zdatnosti i kvality života pacientů, které jsou oproti běžné populaci snižené. Toto zlepšení podporuje vhodná pohybová a nutriční intervence, bez kterých po prvním roce po transplantaci opět dochází ke zhoršení fyzické zdatnosti i kvality života pacientů.

Cílem práce je ověřit pozitivní efekt dlouhodobé pohybové a nutriční intervence na zdravotně orientovanou zdatnost a úroveň kvality života podmíněné zdravím u reprezentativního vzorku jedinců v prvním roce po transplantaci ledviny. Zároveň je cílem ověřit, zda je možné realizovat takto zaměřený experiment v českých socio-kulturních podmínkách a podmínkách českého zdravotnictví.

**Metody:** Předkládaná prospektivní randomizovaná studie je experimentem ověřujícím dva experimentální faktory. Výzkumný soubor: jedinci po transplantaci kadaverózní ledviny, jejichž zdravotní stav umožnil diagnostickou a terapeutickou intervenci (N=103), s rozdělením do 4 skupin: CVIČENÍ - pohybová intervence (kondiční nebo kompenzační cvičení, minimálně 2 × týdně, alespoň 20 minut, po dobu 6ti měsíců), NUTRICE – selektivní nutriční (denní příjem proteinů < 1,2g/kg hmotnosti a energie < 30kcal/kg hmotnosti), CVIČENÍ+NUTRICE – pohybová i nutriční intervence, skupina NIC - běžná péče bez přidané intervence. Hlavní sledované proměnné: zdravotně orientovaná zdatnost (Senior Fitness Test, Handgrip test) a kvalita života podmíněná zdravím (KDQOL-SF<sup>TM</sup>). Vedlejší sledované proměnné: BMI, funkce transplantovaného štěpu, metabolická adaptace a kyslíková kapacita krve, habituální denní pohybová aktivita a soběstačnost v běžných denních činnostech. Statistické metody: deskriptivní statistika, analýza rozptylu (ANOVA), neparametrické testy (Wilcoxon a Kruskal-Wallis test), korelační analýza (Pearsonova korelace) a mnohonásobné porovnání rozdílů (Tukey test);  $p < 0,05$ .

**Výsledky:** Největší zlepšení ve zdravotně orientované zdatnosti a kvalitě života podmíněné zdravím v prvním roce po transplantaci ledviny je spojeno s kombinací pohybové intervence a selektivní nutriční. Jako nejúčinnější pohybová intervence se ukázalo kompenzační cvičení a cvičení kombinující aerobní a kompenzační aktivity 2 - 3 × týdně.

**Praktický výstup:** Za spolupráce transplantčního centra je v českých podmínkách možné realizovat pohybovou a nutriční intervenci časně po transplantaci ledviny tak, aby byla zaručena její jednoznačná účinnost (a adherence).