

Fasciální tkáň tvoří celotělovou kontinuální trojrozměrnou síť pronikající všemi částmi lidského těla. Zahrnují veškerou vazivovou pojivovou tkáň, která se významně podílí jak na integritě organismu a fungování tělesných systémů, tak na somestetickém vnímání. Fascie jsou totiž bohatě osídleny nociceptivními a proprioceptivními mechanosenzitivními nervovými zakončeními. Přestože je strečink rutinní metodou využívanou ve sportu i v rehabilitaci, jeho přesný mechanismus působení a účinky na organismus nejsou dosud zcela objasněny. Strečinková cvičení ovlivňují mechanický stav myofasciálních tkání a prostřednictvím alterace jejich předpětí mají vliv na kvalitu propriocepce a nocicepce. Jsou prokázány určité odlišnosti v mechanických vlastnostech těchto tkání mezi pohlavími a u hypermobilních jedinců. Práce hodnotí efekt statického protahování m. QF na somestetické vnímání pomocí zjišťování prahu tlakové bolesti (PPT) tlakovou algometrií a kvality propriocepce goniometrickým měřením, přičemž zohledňuje interindividuální rozdílnost kvality pojivových tkání. Výzkum byl proveden na souboru 29 zdravých probandů (14 žen a 15 mužů) a prokázal signifikantní vliv intervence na zvýšení PPT a překvapivě i zlepšení propriocepce.