

Abstrakt

Životní styl pacientky s DM 2. typu

Cíle práce: Cílem této práce je nastínit možnosti, jak zlepšit zdravotní stav pacientů s nemocí diabetes mellitus 2. typu pomocí nefarmakologické léčby. Dalším cílem je vytvoření a aplikace intervenčního pohybového programu. Dále je nutné zhodnocení naměřených hodnot tělesných parametrů před a po skončení intervence a formulace doporučení pro další postup u nemocných NIDDM.

Metody: V této diplomové práci byly nejdříve formou literární rešerše uvedeny současné poznatky o vztahu pohybových aktivit k nemoci diabetes mellitus 2. typu. Na základě těchto poznatků a dostupných možností byl vytvořen pomocí experimentu intervenční pohybový program, který trval 20 týdnů.

Výsledky: Sledovaná diabetička splnila intervenční program v plném rozsahu a bez výrazných problémů. Nefarmakologická léčba se zaměřila především na zvýšenou pohybovou aktivitu formou chůze a jízdy na domácím rotopedu, naopak nebyly upraveny dietní návyky. Ukázalo se, že pacientka vlivem téměř každodenní pohybové aktivity dosáhla po skončení intervence zlepšení v několika sledovaných tělesných parametrech, především v redukci hmotnosti (- 5 kg) a tělesného tuku (redukce o -4,2 kg), nebo ve zmenšeném obvodu pasu (- 5 cm).

Klíčová slova: diabetes mellitus, životní styl, chůze, obezita, pohybová aktivita