

Abstrakt

Název diplomové práce

Diagnostika přetížení anteriorní části ramenního kloubu u vrcholových plavců a možnosti kompenzace

Cíle práce

Cílem této diplomové práce je vyšetřit skupinu vrcholových plavců se specifickou bolestí v anteriorní části ramenního kloubu, zjistit příčinu bolesti a následně vytvořit plán kompenzace.

Metody

Diplomová práce byla vědecko – výzkumnou kvantitativní studií, která měla charakter experimentu. Té se zúčastnilo 14 probandů ve věku 15 – 30 let různých plaveckých způsobů ze sportovního odvětví „plavání“. Podstatou bylo zjištění příčiny bolesti v anteriorní části ramenního kloubu pomocí aspekčního a palpačního vyšetření, vyšetření kloubní vůle a speciálních testů na instabilitu ramenního kloubu, testů na šlachy dlouhé hlavy m. biceps brachii, testů na rotátorovou manžetu a testů na m.pectoralis major. Závěrem byl sestaven kompenzační program, který bude bolestem předcházet.

Výsledek

Hypotézy, které jsem si na začátku výzkumu stanovila, se potvrdily jen ve dvou případech. Příčinou bolesti v anteriorní části ramenního kloubu u plavců se nedá přesně určit s ohledem na plavecký způsob. U prsařů se jedná o svalové přetížení svalů rotátorové manžety, u ostatních způsobů převládá svalové přetížení v podobě impingement syndromu. Intenzivní tříměsíční kompenzační program měl vliv na snížení bolesti v anteriorní části ramenního kloubu a u jeho vynechání na více jak 7 dní nedošlo k výraznému snížení bolesti u vyšetřovaných probandů. Bolest v anteriorní části ramenního kloubu vzniká bez ohledu na dominanci horní končetiny.

Klíčová slova

Ramenní kloub, bolest, plavání, kompenzace, speciální testy.