

Abstrakt

Název: Využití pravidelného cvičení vycházejícího z prvků vývojové kineziologie u jedinců s vertebrogenním algickým syndromem

Cíle: Cílem diplomové práce bylo sledovat efekt skupinového pohybového programu vycházející z principů vývojové kineziologie na funkci pohybového systému u klientů s vertebrogenním algickým syndromem.

Metody: Teoretická část diplomové práce byla zpracována metodou literární rešerše z odborné literatury, článků a studií. Pro praktickou část byl vybrán experiment, konkrétně kvazi – experiment, který byl doplněn metodou kvalitativního výzkumu, přesněji osobní případovou studií. V práci jsou tedy zpracovány dvě klinické kazuistiky.

Během výzkumu byly použity následující metody sběru dat: kineziologický rozbor zaměřený na anamnézu, vyšetření aspekcí, palpační vyšetření a funkční testování (dynamické vyšetření páteře, diagnostické testování hlubokého stabilizačního systému). Dalšími použitými metodami bylo hodnocení bolesti pomocí vizuální analogové škály a polostrukturované interview. Pre-testy a post-testy během výzkumu byly totožné.

Výzkumu se zúčastnilo 10 probandů mající chronický vertebrogenní algický syndrom v oblasti krční či bederní části páteře (5 klientů s vertebrogenním algickým syndromem v oblasti bederní páteře a 5 klientů v oblasti krční páteře). Těchto 10 probandů pravidelně navštěvovalo skupinové cvičení vycházející z principů vývojové kineziologie. Výzkum probíhal od začátku ledna 2016 do konce dubna 2016. Celkem se jednalo o dvanáct šedesátiminutových skupinových lekcí pod vedením fyzioterapeuta s průpravou v oblasti vývojové kineziologie.

Výsledky: Výzkumem se podařilo potvrdit, že intervence skupinové pohybové aktivity korelující s polohami v raném motorickém vývoji dítěte, má u klientů s vertebrogenním algickým syndromem pozitivní efekt na funkci pohybového systému a snížení bolesti. Účastníci studie se po intervenci pohybového programu zlepšili téměř

ve všech testovacích charakteristikách a subjektivně všichni testovaní probandi udávali snížení výskytu a intenzity bolestí.

Klíčová slova: vývojová kineziologie, vertebrogenní algický syndrom, dynamická neuromuskulární stabilizace, hluboký stabilizační systém páteře