

Abstrakt

- Název :** Pohybová edukace u jedinců s diabetes mellitus 2. typu
- Cíle:** Hlavním cílem bakalářské práce bylo prokázat pozitivní vliv edukace pravidelné a dlouhodobé fyzické aktivity na metabolické parametry a fyzickou zdatnost u jedinců s diabetes mellitus 2. typu.
- Metody:** Pro výzkum byli lékařem vybráni 4 probandi, kteří podstoupili dotazníkové šetření pomocí standardizovaného dotazníku IPAQ short version. Dále bylo provedeno testování fyzické výkonnosti pomocí chodeckého testu dle Stejskala, při kterém byla monitorována srdeční frekvence sporttesterem a hodnocení laboratorních parametrů dodaných diabetologickou ambulancí (glykémie, glykovaný hemoglobin, lipidové spektrum – HDL, LDL cholesterol, triacylglyceroly). Vypracování výsledků bylo provedeno pomocí statistického zpracování dat a znázorněno grafickou analýzou ve spolupráci s laboratoří sportovní motoriky UK FTVS, ostatní výsledky jsou zobrazeny formou tabulek.
- Výsledky:** Edukace pohybové aktivity má význam u DM2T a to zejména v oblasti zvýšení fyzické zdatnosti. Ve výstupním testu bylo dosaženo lepších výsledků než v testu vstupním u většiny probandů. Během tříměsíční pohybové intervence nebylo dosaženo podstatných změn v antropometrických parametrech. Taktéž nebylo dosaženo ani pozitivních změn v biochemických parametrech. Nízká úroveň pohybové aktivity před zahájením pohybové intervence se nepotvrdila.

Klíčová slova: Diabetes mellitus 2. typu, kompenzace diabetu, pohybová aktivita