

Abstrakt

Název: Vliv stabilizačních cvičení pletence ramenního na svalovou aktivitu při přímém impaktu u hráčů ragby se subakromiálním impingement syndromem

Cíle: Komparace svalové aktivity pomocí amplitudové analýzy elektromyografického signálu (EMG) při přímém impaktu během skládky do skládacího pytle a do hráče před a po intervenčním programu u hráčů se subakromiálním impingement syndromem (SIS). Aplikování intervenčního programu zahrnujícího stabilizační cvičení pletence ramenního a aktivaci hlubokého stabilizačního systému páteře.

Metody: Teoretická část vymezuje problematiku týkající se ramenního pletence, ragby a úrazů v ragby, pozornost je věnována zejména subakromiálnímu impingement syndromu a elektromyografii. Zmíněná problematika je do práce začleněna na základě rešerše aktuálních poznatků zejména ze zahraničních zdrojů. Výzkumná část se zabývá aplikací tříměsíčního intervenčního programu pro osm hráčů ragby na reprezentační juniorské úrovni splňující kritéria SIS, kterému předchází a který uzavírá klinické testování a měření amplitudy EMG.

Výsledky: Intervenční program postačil u diagnózy SIS u některých ragbyových hráčů na změnu hodnot EMG amplitudy, vyjádřené v procentech maximální volní kontrakce (MVC) v případě některých svalových skupin, výsledky byly velmi individuální. Hypotéza týkající se porovnání skládek do pytle a do hráče se nepotvrdila, nenastal zde markantní rozdíl při měření EMG amplitud při skládkách. Hypotéza týkající se přiblížení měřených hodnot EMG u vybraných dynamických stabilizátorů k zónám optima se potvrdily pouze v případě m. trapezius dolní části. Ke zlepšení stabilizace ramenního kloubu prokazatelně došlo z klinického hodnocení SIS a z individuálního porovnání jednotlivců.

Klíčová slova: Ramenní pletenec, Ragby, Subakromiální impingement syndrom, Skládka, Elektromyografie, Stabilizační cvičení.