

UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE

Fakulta tělesné výchovy a sportu

DIPLOMOVÁ PRÁCE

2016

Šimon Zajíc

UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE
Fakulta tělesné výchovy a sportu

Zvyklosti osob s diabetem mellitem

Diplomová práce

Vedoucí diplomové práce:

PhDr. Pavel Hráský, Ph.D.

Vypracoval:

Šimon Zajíc

Praha, březen 2016

Prohlašuji, že jsem závěrečnou diplomovou práci zpracoval samostatně a že jsem uvedl všechny použité informační zdroje a literaturu. Tato práce ani její podstatná část nebyla předložena k získání jiného nebo stejného akademického titulu.

V Praze, dne

.....

podpis diplomanta

Evidenční list

Souhlasím se zapůjčením své diplomové práce ke studijním účelům. Uživatel svým podpisem stvrzuje, že tuto diplomovou práci použil ke studiu a prohlašuje, že ji uvede mezi použitými prameny.

Jméno a příjmení:

Fakulta / katedra:

Datum vypůjčení:

Podpis:

Poděkování

Rád bych poděkoval všem, kteří mi pomáhali s vypracováním mé diplomové práce, především pak mému vedoucímu za pomoc a čas který mi věnoval a Petře Kostřížové za ochotu a užitečné rady.

Abstrakt

Název: Zvyklosti osob s diabetem mellitem

Cíle: Primárním cílem je zjistit zvyky a postupy diabetiků před, během a po pohybové aktivitě. Dále pak znalosti postižených osob o onemocnění samotném. Hodlám tedy zaznamenat, jak se tito lidé dokážou s touto nemocí sami vyrovnat, a jak dokážou svoji nemoc regulovat. Například jak dlouho se věnují pohybové aktivitě, jak často a kdy si kontrolují hladinu krevního cukru a podobně.

Metody: V mé práci jsem ke sběru dat využil metodu ankety.

Výsledky: Pomocí ankety jsem zjistil, že míra selfmonitoringu je ve většině případů nedostatečná, a z toho vyplývá, že i míra prevence komplikací je nedostačující. Ovšem i tak většina diabetiků jednoznačně potvrzuje různé pozitivní změny, které se u nich projeví díky pohybové aktivitě v jejich dlouhodobé kompenzaci diabetu.

Klíčová slova: Diabetes mellitus, pohybová aktivita, inzulin, selfmonitoring

Abstract

Title: Habits of people with diabetes mellitus

Objectives: The primary aim of this thesis is to determine the habits and practices of diabetics before, during and after physical activity. Furthermore, the knowledge of people affected by the disease itself. So I am going to record how people with this disease are able to cope by themselves and how they can regulate their illness. For example, how long they are engaged in some kind of physical activity, how often and when they control their blood sugar and the like.

Methods: In my thesis I have used the polls method to collect data.

Results: Using the survey, I have found that the rate of self-monitoring is in most cases insufficient and out of it results that the rate of prevention of complications is insufficient. But even so, most diabetics have clearly shown various positive changes, which they manifested through physical activity in their long-term diabetes control.

Keywords: Diabetes mellitus, physical activity, insulin, self-monitoring