

Abstrakt

Název: Srovnání účinnosti manuální terapie a terapie s využitím cvičení ve svalových posturálních zřetězeních při bolestivých syndromech šíjové oblasti.

Cíle: Hlavním cílem této práce je porovnání běžně užívaných, fyzioterapeutických technik, léčebné tělesné výchovy a měkkých a mobilizačních, popř. manipulačních technik při chronických, bolestivých syndromech šíjové oblasti.

Metody: Studie se zúčastnilo celkem 30 probandů s chronickými bolestmi šíje, kteří byli náhodně rozděleni do třech skupin po 10. V první skupině byla náplní léčebná tělesná výchova, ve druhé skupině terapie měkkými a mobilizačními technikami (manipulacemi) a ve třetí skupině šlo o kombinaci obou terapií. Probandi byli individuálně ošetřeni v pěti návštěvách po půl hodině. Hodnotícími metodami byly NRS, NDI a goniometrie. Data byla vyhodnocena v programu Microsoft Office Excel.

Výsledky: Výsledky ukázaly, že po 5 terapiích dochází ke statisticky významnému snížení bolestí na škále NRS u všech 3 skupin. V rámci dotazníku NDI došlo k velmi malým změnám ve směru zlepšení u všech 3 skupin a pouze u skupiny TMT, nebyla prokázána statistická významnost. V goniometrii nedošlo ke statisticky významným změnám a změny v rozsahu byly velmi malé u všech 3 skupin.

Klíčová slova: chronické bolesti šíje, krční páteř, cvičení, mobilizace, NDI