

## **Abstrakt**

**Název:** Vliv léčebně tělovýchovného programu u diabetiků 2. typu

**Cíle:** Cílem diplomové práce bylo zkoumat vliv 12týdenního léčebně tělovýchovného programu na rozložení plantárního tlaku, svalovou sílu v plantární flexi, rozsah pohybu hlezenního kloubu a fyzickou zdatnost pacientů s onemocněním diabetes mellitus 2. typu a syndromem diabetické nohy.

**Metody:** Jednalo se o kvantitativní výzkum s prvky randomizované kontrolované studie. Pro výzkum bylo vybráno 10 diabetiků 2. typu se syndromem diabetické nohy. Probandi byli rozděleni do 2 skupin, v každé byli 4 muži a 1 žena ve věku 54 – 73 let. První skupina plnila LTV program, kontrolní skupina neměla žádnou pohybovou intervenci. Intervence probíhala 5 – 7x týdně a skládala se ze 2 typů tréninkových jednotek. Jedna obsahovala 11 cviků, druhá automobilizaci kloubů nohy a chůzi. Celková vyšetření byla celkem 2. Před započítáním LTV programu a ihned po jeho 12týdenním plnění. U probandů byly zjišťovány základní antropometrické údaje – hmotnost, výška, obvod pasu/boků (pásová míra, váha), rozsah pohybu hlezenního kloubu (goniometr), svalová síla plantární flexe (dynamometr), rozložení zatížení nohy ve stoji (MobileMat) a fyzická zdatnost (Senior fitness test). Výsledky byly zpracovány do tabulky a statisticky vyhodnoceny.

**Výsledky:** Po 12 týdnech došlo u diabetiků výzkumné skupiny ke statisticky významnému rozdílu ve svalové síle v plantární flexi a rozložení zatížení oproti kontrolní skupině. Statisticky významné změny se neprokázaly v rozsahu pohybu hlezenního kloubu a fyzické zdatnosti.

**Klíčová slova:** syndrom diabetické nohy, pohybová intervence, biomechanika nohy