

Abstrakt

Název: Pohybová edukace pacientů s diabetes mellitus 2. typu

Cíle: Cílem práce je zhodnotit efekt pohybové edukace zaměřené na nordic walking u kompenzovaných pacientů s DM 2. typu léčených v diabetologické ambulanci Všeobecné fakultní nemocnice v Praze (MUDr. Tomáš Vařeka).

Metody: K výzkumu bylo lékařem vybráno 8 pacientů diabetologické ambulance. Pacienti absolvovali vyšetření u lékaře zahrnující měření antropometrických parametrů (hmotnost, výška, obvod pasu) a odběr krve k posouzení biochemických parametrů (glykémie, glykovaný hemoglobin). K posouzení fyzické zdatnosti byl zvolen dvouminutový step test. Probandi vyplnili Dotazník kvality života SF36 a Mezinárodní dotazník pohybové aktivity IPAQ.

Výsledky: Jednorázová pohybová edukace pacientů s T2DM nezvyšuje množství pohybové aktivity u všech jedinců. Pohybová aktivita jedinců s diabetes mellitus je spíše nízká stejně jako adherence k pohybu. Pohybová intervence zaměřená na nordic walking může přinést zlepšení antropometrických i biochemických parametrů u pacientů s diabetes mellitus 2. typu. Nižší kvalita života z pohledu fyzického a psychického stavu pacientů s diabetes mellitus 2. typu se u našich probandů nepotvrdila.

Klíčová slova: nordic walking, pohybová aktivita, kompenzace diabetu, nefarmakologická léčba diabetu 2. typu, glykovaný hemoglobin, HbA1c