

Abstrakt

Tato práce zkoumá kompenzační mechanismy pohybového aparátu vzniklé v důsledku hry na housle. Cílem práce je shrnutí poznatků vlivu hry na housle na posturu houslistů a navržení kompenzačního cvičení podle metody DNS.

V teoretické části je popsáno „ideální“ držení houslí a vlivu ergonomických pomůcek, kineziologie hry, anatomie ramenního pletence, a nakonec kompenzační mechanismy z držení a hraní na housle vsedě a s tím i předpokládané zdravotní potíže.

V experimentální části jsou prezentovány výsledky kazuistik 8 probandů, neprofesionálních houslistek/houslistů ve věku 18 až 30 let, zhodnocení postury a obtíží na pohybovém aparátu, a navržené kompenzační cvičení dle metody DNS. Anamnestické údaje jsou zjištěné formou anketního šetření, a zdravotní stav na pohybovém aparátu je popsán formou kineziologického vyšetření (aspekční a palpační vyšetření, antropometrické měření a specifické testy na hluboký stabilizační systém a lopatku). Aspekční a palpační měření nelze objektivně změřit, proto jsou získaná měření využita v rámci celého vyšetření pouze orientačně. Největší zatížení obecně bývá v oblasti krční páteře a pletence ramenního. Práce se tedy zaměřuje na cvičení podle metody DNS a jeho vlivu na fixátory lopatek, kde jsou očekávány TrPs kvůli vynucené pozici houslí, a na hluboký stabilizační systém (HSS). Nakonec je zde popsán vliv kompenzačního cvičení u poloviny probandů zaznamenaný v průběhu 3 měsíců od začátku terapie, kde jsou porovnány rozdíly mezi začátkem a koncem terapie, a také rozdíly mezi cvičící a necvičící skupinou.