

Abstrakt

Úvod: Díky moderní medicíně se jedinci s chronickými formami onemocnění dožívají vyššího věku než dříve. V práci jsme se zabývali posledním stádiem chronického selhání ledvin, které je léčeno dialyzační léčbou nebo transplantací. Úspěšná transplantace ledviny vede ke značnému zlepšení kvality života pacientů, avšak i po transplantaci přetrvávají některé rizikové faktory, které mohou ovlivňovat zdravotní stav a fyzickou kondici jedince. Jednou z nefarmakologických možností, jak dále rizikové faktory eliminovat jsou intervenční programy pravidelné pohybové aktivity a nutriční intervence, které společně mohou opět pomoci získat či zvýšit pacientovu tělesnou kondici.

Hlavním předmětem výzkumu diplomové práce bylo zhodnocení fyzické kondice a objemu pohybové aktivity čtyř skupin pacientů po transplantaci ledviny s různou intervencí, a to pomocí baterie motorických testů „Senior Fitness Test Manual“.

Cíl práce: Vyhodnocení vlivu pravidelné pohybové aktivity, speciální nutriční a kombinace nutriční a pohybové aktivity na fyzickou kondici pacientů po transplantaci ledviny.

Metoda řešení: Výzkum této práce je součástí grantového projektu IGA MZ ČR 173 (NS-10518-3/2009). Pro naše hodnocení jsme použili skupinu 21 probandů, vybraných z řad pacientů Kliniky Nefrologie TC IKEM v Praze.

Testování fyzické kondice jsme provedli podle manuálu baterie Senior Fitness Testu, síly stisku ruky, doplňkově pro zjištění objemu pohybových aktivit v běžném denním režimu jsme použili formu anketního šetření a dotazník hodnotící aktivity běžného denního života – ADL. Vstupní testy jsme provedli cca 1 měsíc po transplantaci, kontrolní testy následovaly za 3 měsíce a výstupní testy za další 3 měsíce. Výsledky měření byly zpracovány formou deskriptivní statistiky a statistických metod.

Výsledky: Při vstupním testování před zahájením intervenčního programu, jsme zjistili, že výsledky pod hranicí normy běžné populace dosahovali většinově pacienti (n=18 z celkového počtu 21) v testu hodnotícím jejich aerobní výkonnost. Nejlepších výsledků, tj. v normě a nad normou, bylo dosaženo v testu hodnotícím dynamickou sílu horních končetin. Při výstupních testech zůstaly výsledky stejné, avšak počet probandů,

jejichž výsledky při testu na aerobní výkonnost skončily pod normou, se zmenšil na $n=10$, ale $n=7$ z nich se v rámci pásma „pod normou“ zlepšilo.

V rámci hodnocení intervenčních skupin při prvním testování (tedy před zahájením samotné intervence) dopadla ve výsledcích testů fyzické kondice nejlépe skupina pacientů zařazených k intervenci s pohybovým programem (C), nejhůře dopadla kontrolní skupina pacientů bez intervence, s výjimkou testů flexibility dolních a horních končetin. Při závěrečném testování dopadla také nejlépe skupina C, nejhůře dopadla skupina bez intervence, avšak opět s výjimkou testů flexibility dolních a horních končetin.

V rámci intraskupinového srovnání, v našem případě došlo ke zlepšení, které bylo nejvíce patrné u skupiny s pohybovou i nutriční intervencí, naopak skupina bez intervence nedosáhla významných zlepšení ve výsledcích testů fyzické kondice.

Závěr: Kombinace pohybové a nutriční intervence významně ovlivňuje fyzickou kondici pacienta. Aerobní zdatnost pacientů do 3 měsíců po transplantaci ledviny je ve srovnání se zdravou populací snížena. Během prvních 4-5 měsíců po transplantaci došlo ke zlepšení výsledků testů velmi podstatně, ale v dalších měsících již nebyl vidět tak veliký pokrok. Samotná pohybová intervence má pozitivní vliv na fyzickou kondici pacienta, avšak ne tak veliký, jak jsme čekali. Nedá se říci, že by samotná nutriční intervence měla nevýznamný vliv na fyzickou kondici pacienta.

Klíčová slova: fyzická kondice, fyzická aktivita, transplantace ledvin, Senior Fitness Test, pohybová intervence, nutriční