

## **Abstrakt**

### **Název:**

Skupinové cvičení s prvky metody Pilates u jedinců s ankylozující spondylitidou - komparace s kontrolní skupinou

### **Cíl práce:**

Zjistit vliv skupinového vedeného pohybového programu s využitím prvků metody Pilates na pohyblivost axiálního systému, funkční stav, aktivitu onemocnění a celkový stav u jedinců s ankylozující spondylitidou. Tuto metodu porovnat s kompenzačním pohybovým programem při ankylozující spondylitidě vedeným skupinovou formou.

### **Metody:**

Pro studii bylo vybráno 26 nemocných ankylozující spondylitidou, průměrného věku ( $38,25 \pm 9,18$ ) navštěvující Revmatologický ústav v Praze. Probandi byli rozděleni do dvou skupin: experimentální skupiny, která absolvovala pohybový program s prvky metody Pilates ( $n=13$ ) a kontrolní skupiny absolvující kompenzační pohybový program při ankylozující spondylitidě vedený skupinovou formou ( $n=13$ ). Jednalo se o empirický kvantitativní výzkum, konkrétně komparativní kvaziexperiment, kde byly porovnávány jednotlivé skupiny mezi sebou (meziskupinově) a navíc nás zajímal vliv samotných pohybových programů (vnitroskupinově). Sběr dat byl uskutečněn celkem 2x, a to na začátku kvaziexperimentu (pretest) a na jeho konci (tj. po třech měsících - posttest). Vyšetřeny a hodnoceny byly následující parametry: pro oblast axiálního systému Bath Ankylosing Spondylitis Metrology Index a expanze hrudníku, pro funkční stav Bath Ankylosing Spondylitis Functional Index, pro aktivitu onemocnění Bath Ankylosing Spondylitis Daily Activity Index a pro celkový stav Bath Ankylosing Spondylitis Global Score Index.

**Výsledky:** Pravidelně vedené skupinové cvičení dle metody Pilates je účinným terapeutickým prostředkem ke zvýšení funkčních schopností, snížení aktivity onemocnění a pozitivnímu ovlivnění celkového stavu pohybového aparátu s důrazem na zlepšení pohyblivosti páteře a expanze hrudníku jedinců s ankylozující spondylitidou.

**Klíčová slova:** ankylozující spondylitida, aktivita onemocnění, funkční stav, pohyblivost axiálního systému, pohybový program s prvky metody Pilates