

## Abstrakt

Bakalářská práce je zaměřena na hlavní dietní chyby u pacientů s těžkou farmakorezistentní arteriální hypertenzí. Teoretická část se zabývá vymezením pojmu arteriální hypertenze, shrnuje rizikové faktory spojené s hypertenzí, epidemiologii a léčbu hypertenze. Poslední část práce je věnována nefarmakologickým léčebným postupům zejména dietním opatřením, která mají nezastupitelný význam v léčbě hypertenze.

Praktická část byla vytvořena na základě anonymní dotazníkové akce. Dotazník obsahoval otázky týkající se životního stylu, stravovacích návyků a informovanosti o vhodné dietě při hypertenzi. Cílem práce bylo tedy zjistit, zda pacienti dodržují doporučené dietní intervence, popřípadě jakých nejčastějších chyb se dopouštějí.

Celkem bylo osloveno 55 farmakorezistentních hypertoniků (převážně mužů), průměrného věku  $52 \pm 13$  let a BMI  $32 \pm 5$  kg/m<sup>2</sup>. Stravovací režim byl nepravidelný s častou absencí snídaně. Nedostatečný byl příjem ovoce, zeleniny a ryb. V jídelníčku se častěji vyskytovaly nežádoucí uzeniny, máslo, tučné sýry a smetanové výrobky. Vzhledem k charakteristice souboru byl zaznamenán nevhodně vysoký příjem sladkých nápojů a potravy, ať již ve formě jemného pečiva nebo cukrovinek. Nepříznivým výsledkem byla také podprůměrná fyzická aktivita sledovaného souboru.

Práce ukazuje, jaké dietní chyby jsou časté u těžkých hypertoniků. Pomáhá tak identifikovat hlavní problémy, na které je třeba se soustředit při edukaci nemocného, neboť komplexní edukace může zlepšit nejen stravovací návyky, ale i snížit kardiovaskulární a metabolické riziko nemocného a zlepšit kvalitu života.

Klíčová slova: arteriální hypertenze, dieta, tlak krve, léčba, stravovací návyky.