

ABSTRAKT BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Autor: Matylda Řiháková

Vedoucí práce: Mgr. Soňa Marečková

Oponent práce:

Název bakalářské práce:

Kompenzační cvičení u jednostranně zaměřených profesí

Podtitul: Zdravotník patolog

Abstrakt bakalářské práce:

Tato bakalářská práce pojednává o možnosti aplikace autoterapie u vybrané skupiny pracovníků, jejichž práce je prováděna ve vynucených pozicích. Práce je rozdělena na část teoretickou a praktickou.

V teoretické části je detailněji probrána problematika patologie páteře včetně anatomie, kineziologie a ergonomie práce vsedě a vestoje. Jsou zde též uvedeny základní charakteristiky terapeutických metod, z nichž je čerpáno v praktické části.

Praktická část zahrnuje kazuistiku pacientky zastupující kategorii zdravotníků patologů, pro které byl podle zjištěných informací zhotoven cvičební plán. Po dvouměsíční terapeutické intervenci došlo ke zhodnocení aplikovatelnosti tohoto typu terapie na daný okruh pracovníků.

Cílem bakalářské práce je vytvoření edukačního materiálu k využití v rámci prevence či ke kompenzaci již vzniklých zdravotních potíží u dané skupiny zdravotníků v důsledku pracovní zátěže. Zároveň bude vytvořený materiál publikován ve fakultním bulletinu.

Klíčová slova: kompenzační cvičení, pracovní zátěž, prevence, zdravotník, autoterapie