

OBSAH

ÚVOD – PŘEDMLUVA KE STUDIJNÍMU MATERIÁLU	6
SEZNAM A VYSVĚTLENÍ POUŽITÝCH IKON	7
1 PORANĚNÍ KOSTÍ A KLOUBŮ DOLNÍ KONČETINY – PŘÍČINY A MECHANIZMUS VZNIKU, PROJEVY, OŠETŘENÍ, PREVENCE	8
1.1 Kostra dolní končetiny.....	8
1.2 Poranění kostí.	9
2 PORANĚNÍ KOSTÍ A KLOUBŮ HORNÍ KONČETINY – PŘÍČINY A MECHANIZMUS VZNIKU, PROJEVY, OŠETŘENÍ, PREVENCE	20
2.1 Kostra horní končetiny	20
2.2 Zlomeniny horní končetiny	22
2.3 Poranění kloubů horní končetiny.....	25
3 PORANĚNÍ OSOVÉHO SKELETU – PŘÍČINY A MECHANIZMUS VZNIKU, PROJEVY, OŠETŘENÍ, PREVENCE	30
3.1 Páteř (columna vertebralis).....	30
3.2 Poranění páteře	33
3.3 Poranění hrudníku	35
4 PRACOVNÍ REŽIM SVALŮ – MECHANIKA, REGENERACE, ADAPTACE, PŘETÍŽENÍ, PORANĚNÍ, REPARACE.....	38
4.1 Kosterní svalstvo	38
4.2 Poranění svalů a šlach.....	43
4.3 Mikrotrauma.....	44
4.4 Regenerace kosterního svalu (hojení)	46
5 KOMPLEXNÍ PŘÍSTUP KE KLIENTŮM S NEUROLOGICKÝM ONEMOCNĚNÍM – CMP, ROZTROUŠENÁ SKLERÓZA, EPILEPSIE, DEMENCE, ALS, MYOPATIE, PORUCHY PERIFERNÍCH NERVŮ.....	49
5.1 Onemocnění centrálního nervového systému	49
5.1.1 Neinfekční onemocnění a poruchy CNS.....	49
5.1.2 Infekční onemocnění CNS.....	50
5.2 Onemocnění periferního nervového systému.....	50
5.3 Stručná charakteristika některých neurologických onemocnění a aplikace nefarmakologických prostředků podpory zdraví	52
5.3.1 Alzheimerova choroba.....	52
5.3.2 Cévní mozkové příhody.....	53
5.3.3 Roztroušená skleróza (RS)	56
5.3.4 Epilepsie	59
5.3.5 Parkinsonova choroba.....	62
5.3.6 Myopatie	64
5.3.7 Myositidy (záněty svalů)	65
5.3.8 Chronický únavový syndrom	70
5.3.9 Poruchy spánku	72
6 KOMPLEXNÍ PŘÍSTUP KE KLIENTŮM S PSYCHIATRICKÝM ONEMOCNĚNÍM – PORUCHY PŘÍJMU POTRAVY, AFEKTIVNÍ PORUCHY, SCHIZOFRENIE, ZÁVISLOSTI.....	74
6.1 Psychiatrická onemocnění	74

6.2	Poruchy příjmu potravy	75
6.2.1	Anorexie	75
6.2.2	Bulimie	77
6.3	Afektivní poruchy	79
6.4	Fobie	81
6.5	Jiné úzkostné poruchy	81
6.6	Obsedantně kompulzivní poruchy	81
6.7	Disociativní poruchy	81
6.8	Somatomorfní poruchy	82
6.9	Jiné neurotické poruchy	82
6.10	Maniodepresivní psychóza	84
6.11	Schizofrenie	86
7	KOMPLEXNÍ PŘÍSTUP KE KLIENTŮM S KARDIORESPIRAČNÍM ONEMOCNĚNÍM	89
7.1	Pojem kardiorespirační systém	89
7.2	Dýchací systém	89
7.3	Diagnostika funkčního stavu respiračního systému	90
7.4	Stručný přehled některých onemocnění dýchacího systému	91
7.4.1	Bronchiální astma	91
7.4.2	Astmatický záchvat	91
7.4.3	Chronická bronchitis	92
7.4.4	Emfyzém plic	92
7.4.5	Edém plic	92
7.4.6	Plicní fibróza	93
7.4.7	Plicní hypertenze	93
7.5	Obecná doporučení pro aplikaci tělesné zátěže u astmatických pacientů:	95
7.6	Onemocnění srdce a cév	111
7.6.1	Ischemická choroba srdeční (ICHs)	112
7.6.2	Infarkt myokardu	121
7.6.3	Chronické srdeční selhání (srdeční nedostatečnost)	121
7.6.4	Stavy po revaskularizaci srdce	130
7.6.5	Periferní onemocnění cév	133
7.6.6	Onemocnění žil	136
8	ZÁTĚŽ A JEJÍ VLIV NA ORGANISMUS ČLOVĚKA (REAKCE A ADAPTACE NA ZÁTĚŽ, DISTRES A EUSTRES, SPECIFICKÉ A NESPECIFICKÉ EFEKTY STRESOVÉ ZÁTĚŽE NA LIDSKÝ ORGANISMUS, PSYCHOGENNÍ A SOCIÁLNÍ STRES)	139
8.1	Stresová reakce	139
8.2	Podstata stresové reakce	141
8.3	Autonomní nervový systém (ANS)	141
8.4	Integrační úrovně autonomního nervového systému	145
8.5	Adaptace organismu na tělesnou zátěž	148
8.6	Specifické efekty tělesné zátěže na organismus	149
8.6.1	Změny energetických zdrojů vlivem tělesné zátěže	149
8.6.2	Reakce a adaptace metabolismu na zátěž	150
8.6.3	Reakce a adaptace transportního systému na tělesnou zátěž	151
8.6.4	Reakce transportního systému na tělesnou zátěž	151
8.6.5	Adaptační efekty – podpůrně pohybový systém	152
8.6.6	Adaptační efekty tělesné zátěže – nervový systém	153
8.6.7	Zátěž a pohlaví	154

9	DOPING – VĚKOVĚ SPECIFICKÉ ZDRAVOTNÍ DŮSLEDKY	156
9.1	Anabolické látky	156
9.2	Hormony a příbuzné látky	157
9.3	Beta-2 agonisté.....	158
9.4	Diuretika a další maskovací látky	158
9.5	Stimulancia	159
9.6	Narkotika	159
9.7	Kanabinoidy	159
9.8	Glukokortikosteroidy	159
9.9	Beta-blokátory	160
9.10	Alkohol.....	160
10	REGENERACE JAKO SOUČÁST TRÉNINKOVÉHO PROCESU.....	161
10.1	Únava	162
10.2	Regenerace	166
10.2.1	Pasivní regenerace	168
10.2.2	Aktivní regenerace	169
10.2.3	Výživa v regeneraci.....	172
11	OBEZITA, DIABETES A METABOLICKÝ SYNDROM – CHOROBY ŽIVOTNÍHO STYLU	176
11.1	Metabolický syndrom	180
11.2	Obezita	180
11.3	Dyslipidémie	186
11.4	Hypertenze	190
11.5	Diabetes mellitus	199
11.6	Onkologická onemocnění	214