

Obsah

| | |
|---|----|
| Úvod | 7 |
| 1. Trocha teorie nezabije aneb „úvodník poznámkový“ k problematice | 10 |
| 1.1 Historie léčby akutních srdečních příhod ... | 10 |
| 1.2 Rizikové faktory ischemické choroby srdeční (ICHS) | 13 |
| 1.3 Poznámky k fyziologii tělesné zátěže | 15 |
| 2. Rehabilitační péče po akutních srdečních příhodách | 19 |
| 2.1 I. fáze – nemocniční rehabilitace | 19 |
| 2.1.1 I. fáze – časná nemocniční rehabilitace – rehabilitační skupina nekomplikovaných průběhů | 22 |
| 2.1.2 I. fáze – časná nemocniční rehabilitace – rehabilitační skupina komplikovaných průběhů | 28 |
| 2.2 II. fáze – posthospitalizační rehabilitace | 29 |
| 2.2.1 IIa. fáze – časná posthospitalizační rehabilitace do provedení časně ergometrie – rehabilitační skupina nekomplikovaných průběhů | 29 |
| 2.2.2 Časný zátěžový test ergometrie | 30 |
| 2.2.3 II. fáze – posthospitalizační rehabilitace (po provedení časného zátěžového testu ergometrie) | 31 |

| | |
|--|----|
| 2.2.4 Vlastní doporučení pro sestavování cvičebních jednotek ve II. fázi rehabilitace | 39 |
| 2.2.4.1 Volba druhu a intenzity zatížení v jednotlivých skupinách rehabilitace | 40 |
| 2.2.4.2 Individuální dávkování zátěže | 41 |
| 2.2.4.3 Volba organizace a výběru rehabilitačního programu a fyzické zátěže dle výsledků časné ergometrie skupinově pro jednotlivé funkční rehabilitační skupiny | 42 |
| 2.2.5 Rozvržení cvičební jednotky | 45 |
| 2.2.6 Velikost skupin a personální zabezpečení rehabilitační skupiny | 48 |
| 2.2.7 Jak je to s posilováním – izometrickou zátěží | 49 |
| 2.2.8 Domácí trénink | 51 |
| 2.2.9 Frekvence cvičení | 56 |
| 2.2.10 Specifika rehabilitace u pacientů po otevřených operacích na srdci | 57 |
| 2.2.11 Hydrokinezioterapie (cvičení ve vodě) kardiaků | 57 |
| 2.2.12 Další součásti rehabilitace – sekundární prevence | 61 |
| 2.2.12.1 Změna životního tempa | 61 |
| 2.2.12.2 Zařazení kardiaků do edukačních skupin | 63 |
| 2.2.12.3 Poradenská činnost ve vztahu socio-pracovnímu návratu kardiaka do společnosti | 64 |

| | |
|--|----|
| 2.2.12.4 Podpora psychologická | 64 |
| 2.2.13 Lázeňská léčba a další rehabilitační postupy | 65 |
| 2.2.14 Celková doba trvání druhé fáze | 68 |
| 2.3 III. fáze rehabilitace | 68 |
| 2.4 IV. fáze rehabilitace | 69 |
| 3. Závěr | 71 |
| Literatura | 74 |