

OBSAH

PŘEDMLUVA	3
I. ÚVOD	4
II. REAKCE A ADAPTACE NA TĚLESNOU ZÁTĚŽ	7
1. Neuroendokrinní regulace	7
2. Transportní systém	9
1. <u>Dýchací systém</u>	10
2. <u>Kardiovaskulární systém</u>	12
3. Vnitřní prostředí a acidobazická rovnováha	15
4. Ostatní funkce	17
1. <u>Energetický metabolismus</u>	17
2. <u>Termoregulace</u>	19
3. <u>Uropoetický systém</u>	21
4. <u>Pohybový systém</u>	21
III. ZÁTĚŽOVÉ TESTY	23
1. Charakteristika	23
2. Indikace a kontraindikace	24
1. <u>Indikace</u>	24
2. <u>Kontraindikace</u>	25
3. Podmínky provádění zátěžových testů	26
4. Kritéria hodnocení zátěžových testů	29
5. Metodika	30
1. <u>Zdroje zatižení</u>	30
Dynamické zatižení	30
Statické zatižení	36
Ostatní zdroje zatižení	37
2. <u>Protokoly testů s fyzickým zatižením</u>	38
3. <u>Funkční hodnoty</u>	42
Výkonnost	42
Kardiovaskulární hodnoty	47
Zátěžová elektrokardiografie	53
Ventilačně-respirometrické hodnoty	59
Biochemické hodnoty	67
Subjektivní hodnocení	68
6. Zvláštnosti zátěžového testování	70
1. <u>Zátěžové testy dětí a adolescentů</u>	70
2. <u>Zátěžové testy v klinické diagnostice</u>	73
3. <u>Zátěžové testy v léčebných a rehabilitačních</u> <u>programech</u>	74
4. <u>Zátěžové testy různých skupin populace</u>	75

IV. ORDINACE POHYBOVÉ AKTIVITY	77
1. Všeobecné podmínky ordinace pohybové aktivity	77
1. <u>Základní zásady</u>	77
2. <u>Základní součásti</u>	77
Druhy pohybové činnosti	77
Intenzita zatížení	82
Frekvence a trvání zatížení	85
2. Ordinace u vybraných vnitřních nemocí	86
1. <u>Kardiovaskulární systém</u>	86
Dysrytmie	86
Chronické srdeční selhání	88
Ischemická choroba srdeční	89
Kardiomyopatie	90
Akutní myokarditida, endokarditida, perikarditida	91
Vrozené srdeční vady	91
Získané chlopenní vady	93
Neurocirkulační astenie	94
Ateroskleróza	95
Arteriální hypertenze	96
2. <u>Nemoci dýchacího ústrojí</u>	97
Asthma bronchiale	97
Chronická obstrukční bronchopulmonální choroba	98
Restriktivní ventilační poruchy	99
Poruchy plicní cirkulace	100
3. <u>Metabolické a endokrinní poruchy</u>	100
Obezita	100
Malnutrice	102
Anorexia mentalis	103
Diabetes mellitus	103
Thyreopatie	106
4. <u>Jiné nemoci</u>	106
Vředová nemoc žaludku a duodena	106
Hepatitis	107
Uropoetický systém	107
Osteoporóza	108
Osteoartróza	108
3. Příklady zátěžového funkčního vyšetření a ordinace pohybové aktivity	109
1. <u>Ischemická choroba srdeční</u>	109
2. <u>Asthma bronchiale</u>	110
3. <u>Diabetes mellitus</u>	111
SYMBOLY A ZKRATKY	112
POUŽITÁ A DOPORUČENÁ LITERATURA	114