

OBSAH

	PŘEDMLUVA K 2. VYDÁNÍ	6
	PŘEDMLUVA K 1. VYDÁNÍ	8
1	VÝHODY A NEVÝHODY SPORTU U PACIENTŮ S DIABETEM	15
2	JAK KATEŘINA NEPŘEPLAVALA KANÁL LA MANCHE, ALE RYBNÍK NAKONEC ANO	21
3	FYZIOLOGIE FYZICKÉ ZÁTĚŽE	29
3.1	Pohyb a sval	29
3.2	Energetické přesuny organismu při fyzické zátěži	32
3.3	Fyziologická odpověď organismu na fyzickou zátěž	39
4	PATOFYZIOLOGIE TĚLESNÉ ZÁTĚŽE U DIABETU 1. TYPU	44
4.1	Utilizace energetických substrátů při sportu	44
4.2	Hormonální regulace metabolismu glukózy při sportu	44
4.3	Druh sportovní činnosti	45
4.4	Intenzita zátěže	50
4.5	Doba trvání zátěže	51
4.6	Opakování zátěže	51
5	MOŽNÉ PŘÍČINY NIŽŠÍ FYZICKÉ VÝKONNOSTI U OSOB S DIABETEM 1. TYPU	53
6	POSOUZENÍ RIZIKA SPORTOVNÍ AKTIVITY U OSOB S DIABETEM	58
6.1	Posouzení rizika vzniku kardiovaskulárních komplikací při sportu	58
6.2	Mikrovaskulární komplikace a sport	61
7	MONITORACE GLYKEMIE A SPORT	64
7.1	Cílové glykemie před sportem	64
7.2	Klasifikace systémů monitorace	68
7.3	Sport a měření glykemie glukometrem	68
7.4	Využití CGM/FGM ve sportu	70
7.5	Přesnost měření CGM při sportu	72
7.6	Přesnost měření FGM při sportu	74

7.7	Vliv typu a intenzity zátěže na monitoraci glykemie.	76
7.8	Hypoglykemie a CGM.	79
7.9	Terapie inzulinovou pumpou a CGM.	82
7.10	Nevýhody a bariéry CGM/FGM	86
7.11	Budoucnost monitorace a technologií ve sportu	88
7.12	Monitorace ketoláték	89
8	MANIPULACE SE SACHARIDY A INZULINEM PŘI SPORTU U OSOB S DIABETEM 1. TYPU.	95
8.1	Základní prostředky používané při regulaci glykemie – sacharidy	95
8.2	Manipulace se sacharidy při sportu u osob s diabetem 1. typu.	96
8.3	Manipulace s inzulinem při sportu u osob s diabetem 1. typu.	105
8.4	Obecná doporučení pro sportovce s diabetem 1. typu	116
8.5	Příklady extrémně rozdílných sportů	117
9	BOLUSOVÝ KALKULÁTOR, TUKO-PROTEINOVÁ JEDNOTKA A DALŠÍ MOŽNOSTI VÝPOČTU BOLUSOVÉHO INZULINU K JÍDLU I KOREKCI GLYKEMIE	124
9.1	Bolusový kalkulátor	124
9.2	Nastavení parametrů bolusového kalkulátoru	126
9.3	Používání aplikace a zadávání dat	134
9.4	Specifické situace.	136
9.5	Tuko-proteinová jednotka	138
9.6	Kazuistika na závěr	143
10	HYPOGLYKEMIE PŘI SPORTU A PO NĚM	148
10.1	Hypoglykemie v průběhu sportovní činnosti	148
10.2	Maximální sprint v prevenci hypoglykemie při aerobním sportu	149
10.3	Hypoglykemie po ukončení sportovní činnosti – pozdní hypoglykemie.	149
11	DIABETICKÁ KETOACIDÓZA	153
11.1	Definice a incidence.	153
11.2	Patofyziologie	155
11.3	Klinický a laboratorní obraz.	156
11.4	Terapie	157
11.5	Prevence	158
11.6	Riziko diabetické ketoacidózy u sportovců s diabetem 1. typu.	159

12	PRINCIPY PREVENCE HYPOGLYKEMIE A HYPERGLYKEMIE PŘI FYZICKÉ ZÁTĚŽI	162
12.1	Výkyvy glykemie a fyzická aktivita.	162
12.2	Principy prevence hypoglykemie u pacientů s diabetem 1. typu při fyzické zátěži	164
12.3	Měření glykemie	174
12.4	Modelové příklady příjmu sacharidů a úpravy dávek inzulínu při sportovní činnosti	175
12.5	Specifické možnosti inzulínové pumpy	179
13	DOSPĚLÍ S DIABETEM – KAZUISTIKY	184
14	SPORT U DĚTÍ S DIABETEM 1. TYPU – KAZUISTIKY	197
15	SARKOPENIE, SARKOPENICKÁ OBEZITA A DIABETES	209
15.1	Definice	209
15.2	Patofyziologie	210
15.3	Příčiny vzniku sarkopenie	211
15.4	Primární a sekundární sarkopenie	212
15.5	Sarkopenie a diabetes.	213
15.6	Sarkopenická obezita	213
15.7	Klinická diagnostika sarkopenie	215
15.8	Léčba sarkopenie	218
16	CESTOVÁNÍ S DIABETEM	223
16.1	Doporučení pacientům před cestováním	223
16.2	Doporučení pacientům během cestování do cílové destinace.	225
16.3	Doporučení pro trávení aktivní dovolené.	229
17	DIABETES A ŘÍZENÍ MOTOROVÝCH VOZIDEL	236
	PŘEHLED POUŽITÝCH ZKRATEK	249
	SEZNAM OBRÁZKŮ	251
	MEDAILONKY AUTORŮ	254
	REJSTŘÍK	259