

Abstrakt

Lýtkový sval (*m. gastrocnemius*) je posturální sval s tendencí ke zkrácení. Tento nález je často přítomen u pacientů s bolestmi nohou. V teoretické části této práce jsou shrnuty základní poznatky o anatomii, biomechanice lýtkového svalu a projevech jeho zkrácení na periférii. Dále jsou popsány možnosti konzervativního řešení pomocí statického strečinku a možnosti případného operačního řešení. Cílem práce je zjistit, zda lze konzervativní metodou pomocí statického strečinku snížit, popřípadě zcela odstranit bolest u pacientů a předejít tak nutnosti operačního řešení tohoto problému. Presentujeme soubor 18 pacientů odeslaných na rehabilitaci se zaměřením na strečink lýtkového svalstva a hodnotíme jejich stav před a po rehabilitaci. V praktické části uvádíme 3 kazuistiky pacientů, u kterých byl zaveden individuální cvičební plán se zaměřením na strečink lýtkového svalstva po dobu 6 měsíců. Během této doby byli sledovaní pacienti vždy s odstupem 3 měsíců celkem třikrát vyšetřeni metodou goniometrie, kdy jim byl změřen rozsah pohybu (ROM) hlezenního kloubu. Výsledky ukázaly, že u 2 pacientů došlo objektivně ke zvětšení ROM a subjektivně k zániku bolestí. U 1 pacienta i přes objektivní zvětšení ROM subjektivní pocit bolesti stále přetrvával. Lze říci, že pomocí statického strečinku můžeme docílit zvětšení ROM a sekundárně tím ovlivnit i bolest.