

Abstrakt

Diagnózou plochá noha trpí poslední dobou velké procento populace, což je způsobeno nejspíš současným životním stylem. Cílem práce bylo zjistit vliv ploché nohy na celkovou posturu a vymyslet vhodnou terapii na ovlivnění této poruchy. V úvodu bylo popsáno anatomické složení nožní klenby a její biomechanická funkce. Následně byly popsány příčiny způsobující poklesnutí klenby a vliv na celé tělo. Z těchto poznatků bylo sestaveno cvičení na zlepšení pokleslé nožní klenby a následně manifestováno na pacientovi s plochou nohou. Na konci práce jsou shrnuty výsledky a doporučení do budoucna pro práci s problémy tohoto typu.