

## **ABSTRAKT BAKALÁŘSKÉ PRÁCE**

**Jméno, příjmení:** Barbora Vochocová

**Vedoucí práce:** MUDr. Veronika Vlachová

**Název bakalářské práce:** Využití jógy v terapii pacientů s obezitou

### **Abstrakt bakalářské práce:**

Tato bakalářská práce se zabývá využitím jógy v terapii u pacientů s obezitou. V teoretické části textu je popsána problematika obezity od epidemiologie, etiopatogeneze, diagnostických kritérií, komorbidit, specifických vyšetření obézního pacienta až po léčbu a prevenci obezity. Druhá část teoretické práce se zabývá jógou. Jsou zde popsány obecné principy tohoto cvičebního směru, druhy jógy, role dechu v józe, zdravotní přínos jógy, a i jóga ve spojení s obézním člověkem.

Praktická část obsahuje 2 kazuistiky pacientů s obezitou, u kterých bylo provedeno vstupní a výstupní kineziologické vyšetření, hodnocení dle vizuální analogové škály a hodnocení dle funkčních testů. Pro pacienty byl vytvořen plán terapie ve formě příručky s využitím jógových prvků. Terapie probíhaly po dobu 6 týdnů. Po skončení terapií byly hodnoceny vhodnost a účinek zvoleného terapeutického přístupu u těchto dvou pacientů s obezitou.

**Klíčová slova:** Fyzioterapie, jóga, obezita, dýchání, pohybová aktivita