

Bibliografický záznam

VODIČKOVÁ, Jitka. Vliv cvičení Iyengar jógy na pacienty s roztroušenou sklerózou. Praha: Univerzita Karlova, 2. Lékařská fakulta, Klinika rehabilitace a tělovýchovného lékařství, 2022, 220 s. Vedoucí bakalářské práce Mgr. Martina Ježková.

Abstrakt

Tato longitudinální klinická studie se zabývá celkovým dopadem cvičení Iyengar jógy na pacienty s roztroušenou sklerózou hodnocené stupněm 5,5-7,5 na škále EDSS. V teoretické části je nastíněna problematika roztroušené sklerózy. Dále jsou představeny základní principy jógy, popsány a znázorněny jednotlivé modifikace pozic využitých v rámci jógové terapie v naší studii. Práce nastiňuje mechanismy, kterými může jóga ovlivnit jednotlivé symptomy roztroušené sklerózy.

Praktická část se skládá z kazuistik pěti pacientek, které docházely tři měsíce na cvičení Iyengar jógy a celkově byly sledovány po dobu sedmi měsíců. Cílem bylo objasnit, jak se stav pacientů s roztroušenou sklerózou vyvíjí s omezením či úplným přerušáním pohybové aktivity, jaký vliv má na pacienty praktikování Iyengar jógy a zda tento efekt přetrvává i po dobu dvou měsíců po ukončení cvičení. Druhá část se zaměřuje na porovnání změny sledovaných parametrů u jednotlivých pacientek s rozdílným hodnocením na škále EDSS.

Klíčová slova

roztroušená skleróza, Iyengar jóga, bolest, rozvíjení páteře, chůze, rovnováha, spasticita, flexibilita, ADL, kvalita života