

Abstrakt

Nejen stárnutí populace, ale také nástrahy současného životního stylu reprezentovaného vysokým kalorickým příjmem a zanedbatelnou fyzickou aktivitou vedou k výraznému nárůstu civilizačních onemocnění, z nichž nejpřednější místa zaujímá obezita, diabetes 2. typu, nebo třeba hypertenze. To vše, nikoli však výlučně, se podílí na nárůstu neurodegenerativních onemocnění, jako je například syndrom demence.

Bakalářská práce se zabývá stavem výživy a fyzickou zdatností klientů se syndromem demence v domově se zvláštním režimem (jedním z typů pobytového sociálního zařízení). Cílem práce bylo provést nutriční screening, získat hodnoty složení tělesné hmoty a zhodnotit výživový stav u této skupiny osob. Dalším cílem bylo zhodnocení stavu fyzické zdatnosti a objemu svalové hmoty.

Výzkum probíhal počátkem roku 2023 (od ledna do dubna) u klientů pobytového zařízení v Domově Velké Březno u Ústí nad Labem. Do výzkumu byli zařazeni svéprávní klienti s různým stupněm syndromu demence. Výzkumu se zúčastnilo celkem 31 osob, z toho 25 žen a 6 mužů v průměrném věku 79 let. Každý účastník prošel standardizovaným nutričním MNA screeningem, dále mu bylo změřeno složení tělesné hmoty za pomoci přístroje InBody S10, a na závěr proběhl test fyzické zdatnosti tzv. TUG test. Výsledky byly zadány do tabulky programu Microsoft Excel. Následně proběhlo vyhodnocení získaných dat a jejich zpracování do tabulek a grafů.

Na základě provedených měření bylo zjištěno, že BMI klientů se nijak nevymyká hodnotám běžné populace. Zřejmý je však značný výskyt nadváhy, a vysoký obsah tukové tkáně na úkor svalové. Výsledné hodnoty testu fyzické zdatnosti prokázaly průměrné hodnoty u téměř poloviny klientů. V kombinaci se složením tělesné hmoty a relativně omezeným možností k dalšímu budování tolik potřebné svalové hmoty, nejsou vyhlídky této skupiny pacientů s diagnózou demence dobré.

Závěrem práce je tedy jasná podpora teze, že výživa a fyzický pohyb jsou hlavními pilíři, prevencí a rovněž podpůrnou léčbou tohoto druhu onemocnění. Pravidelné provádění nutričního screeningu v pravidelných intervalech spolu s nutričními intervencemi a jasným nutričním plánem je u těchto pacientů nutností. Stejně tak péče o fyzickou zdatnost a další budování kosterního svalstva by se měla stát běžnou a nepřehlíženou součástí života klientů pobytových služeb.

Klíčová slova: výživa, pohyb, syndrom demence, sociální zařízení