

Abstrakt

Práce se zabývá vlivem jógové terapie na toleranci tělesné zátěže, kvalitu života, dynamické plicní parametry, sílu dýchacích svalů a psychický stav pacientů s chronickou obstrukční plicní nemocí (CHOPN). Cílem práce je shrnout dosavadní poznatky o vlivu jógy a jógové terapie na zdravotní stav pacientů s CHOPN, vytvořit návrh konkrétní jógové terapie a tuto terapii poté zpracovat do informačního materiálu pro pacienty a její účinek poté prakticky ověřit v rámci kazuistiky pacientky s CHOPN. Teoretická část se zabývá základními principy jógy, popisem CHOPN, vypracováním souhrnu současných poznatků o vlivu jógové terapie na zdravotní stav pacientů s tímto onemocněním a návrhem konkrétní jógové terapie. Praktická část je zpracována formou kazuistiky pacientky s CHOPN, která podstoupila 13týdenní jógovou intervenci. Objektivními metodami hodnocení úspěšnosti terapie je šestiminutový test chůzí, antropometrické vyšetření dynamiky hrudníku, vybrané funkční testy dle konceptu Dynamické neuromuskulární stabilizace (DNS), dotazníky St. George Respiratory Questionnaire, dotazník Chronic Obstructive Pulmonary Disease Assessment Test a kvantifikace dušnosti pomocí modifikované škály dušnosti Medical Research Council. Dále bylo provedeno kineziologické vyšetření stoje, dýchání, chůze a palpačně vyšetřen tonus svalů v oblasti krku, šíje a hrudníku. U pacientky došlo ke klinicky významnému zlepšení výsledku šestiminutového testu chůzí, došlo ke zvýšení dynamiky hrudníku a zlepšení výsledků funkčních testů dle DNS, došlo také ke zlepšení subjektivního vnímání dušnosti pacientky.