

## Abstrakt

**Úvod:** Karcinom prsu je ve většině zemí světa nejčastějším nádorovým onemocněním u žen. Mezi faktory, které pozitivně ovlivňují prognózu pacientek, se řadí fyzická aktivita, ideálně podpořená adekvátní nutriční intervencí. U metastatických nemocných působí adekvátní pohybová aktivita příznivě na zvýšení kondice a prodlužuje jejich život, zvláště v podskupině HER2+ pacientek. Zároveň také zlepšuje psychický stav nemocných.

**Cíl:** Cílem této práce je popsat vliv nutriční a pohybové intervence na pacientky s generalizovaným karcinomem prsu. Účinnost intervencí byla hodnocena především na základě dat z měření tělesného složení a testu zdatnosti pacientek.

**Metodika:** Data pro tuto práci byla získána v rámci programu ONKO-FIT, který proběhl ve spolupráci s Onkologickou klinikou Všeobecné fakultní nemocnice v Praze a 1. lékařské fakulty. Délka tohoto programu byla stanovena na 3 měsíce. Program zahájilo 24 pacientek. Data byla kompletně sesbírána a vyhodnocena u 13 z nich. Věkové rozpětí pacientek bylo od 39 do 57 let s průměrem  $47 \pm 6$  let a průměrná délka od diagnózy  $7 \pm 6$  let. Pacientky prošly osobními konzultacemi s lékařem, fyzioterapeutkou a nutriční terapeutkou. V rámci programu jim byla nabídnuta skupinová cvičení a Nordic Walking, které mohly pacientky využívat a podpořit tím zvýšení své fyzické zdatnosti.

**Výsledky:** Za dobu 3 měsíců došlo u řady pacientek k pozitivní změně tělesného složení a zvýšení jejich fyzické zdatnosti. U celé skupiny pacientek došlo ke statisticky významnému poklesu hmotnosti, tukové tkáně a zároveň zvýšení tělesné zdatnosti měřené pomocí šestiminutového chodeckého testu na hladině významnosti 5 %. U hmotnosti se jednalo o pokles z průměrné původní hodnoty  $79,7 \pm 20,7$  kg na  $77,1 \pm 20,1$  kg, u množství tukové tkáně o pokles z původní průměrné hodnoty  $30,8 \pm 15,4$  kg na  $29,0 \pm 15,6$  kg. U chodeckých testů došlo u celého souboru pacientek ke zlepšení z původní průměrné vzdálenosti  $534,2 \pm 64,8$  m na  $561,2 \pm 36,2$  m a u pacientek s BMI (Body Mass Indexem) nad  $27 \text{ kg/m}^2$  došlo k výraznějšímu zlepšení z původní vzdálenosti  $514,2 \pm 45,2$  m na  $556,8 \pm 32,5$  m.

**Závěr:** Výsledky této práce podporují tezi o prospěšnosti adekvátní pohybové aktivity a nutriční intervence u pacientek s generalizovaným karcinomem prsu.