

ABSTRAKT

Úvod: Stresová inkontinence, která patří k nejčastějším zdravotním problémům především ženské populace, je stále tabuizované téma. V současnosti se u tohoto typu inkontinence stala fyzioterapie primární volbou při léčbě. Tato studie zkoumá vliv metody Ludmily Mojžíšové, jejíž autorka uvádí možnost léčby stresové inkontinence u žen touto metodou, ačkoliv v literatuře nejsou dohledatelné žádné studie či výzkumy, které by dokazovaly úspěšnost léčby.

Cíl: Hlavním cílem této bakalářské práce je sledovat vliv terapie prováděné dle metody Ludmily Mojžíšové na aktivitu svalů pánevního dna měřenou pomocí transabdominálního ultrazvuku u žen se stresovou inkontinencí. Vedlejším cílem této práce je zjistit, zda má prováděná terapie dle této metody vliv na kvalitu života hodnocenou dotazníkem CONTILIFE. Dalším vedlejším cílem je vyhodnotit vliv této metody na bolestivost spodních zad hodnocenou vizuální analogovou škálou (VAS), pokud se u žen trpících stresovou inkontinencí současně vyskytuje.

Metodika: Zkoumaným vzorkem bylo 13 žen. Vstupními kritérii pro zařazení do studie byla přítomnost symptomů stresové inkontinence, věk v rozmezí 30–45 let a BMI v rozmezí 18,5–30. Mezi vylučovací kritéria patřila gynekologická operace v posledním roce, jiné formy inkontinence (urgentní, smíšená), právě probíhající těhotenství, porod v době do 1 roku do zahájení studie. Ženy byly rozděleny do dvou skupin. Experimentální skupina měla 6 členek, které podstoupily 6týdenní terapii dle metody Ludmily Mojžíšové. Kontrolní skupina měla 7 členek, které žádné ošetření nepodstoupily. Data byla získána z anamnestických údajů, z kineziologického vyšetření, pomocí transabdominálního ultrazvuku (lift, výdrž a kontrakce svalů pánevního dna vleže a vestoje), z dotazníku CONTILIFE a pomocí vyšetření dle metody Ludmily Mojžíšové. Data byla zpracována pomocí programů Microsoft Excel, programu R a programovacího jazyku Python.

Výsledky: Na hladině významnosti 0,05 bylo potvrzeno, že ženy v experimentální skupině mají po 6týdenní terapii významně vyšší rozdíl zdvihu svalů pánevního dna, p-hodnota 0,038, a počtu jednosekundových kontrakcí vestoje, p-hodnota 0,049. Zároveň bylo potvrzeno, že se po terapiích statisticky významně zvýšila kvalita života, p-hodnota 0,01 po 6 týdnech, p-hodnota 0,009 po 10 týdnech, a že došlo ke snížení bolestivosti spodních zad, p-hodnota 0,001.

Závěr: Terapie prováděná dle metody Ludmily Mojžíšové má pozitivní efekt na aktivitu svalů pánevního dna hodnocenou pomocí transabdominálního ultrazvuku v pozici vestoje, na kvalitu

života a na snížení bolestivosti spodních zad u žen se stresovou inkontinencí. Toto zkoumání by bylo vhodné rozšířit o větší vzorek žen.

Klíčová slova: stresová inkontinence, svaly pánevního dna, metoda Ludmily Mojžíšové, transabdominální ultrazvuk