

Velká část dospělé populace trpí bolestmi zad, které souvisejí s nevhodným životním stylem a neadekvátním zatěžováním pohybového aparátu. Na tomto podkladě mohou vznikat nejprve funkční a následně na ně nasedající strukturální změny. Strukturální změny jsou nejčastěji řešeny operačně. Pokud však i po operaci přetrvávají chybné pohybové stereotypy a neekonomické zatěžování, dochází často k recidivám a vzniku dalších potíží. Bakalářská práce je proto zaměřena na aktuální problematiku pacientů po operaci meziobratlové ploténky a nezbytnost následné rehabilitační péče. Jsou zmíněny rizikové faktory a příčiny, které mohou vést ke vzniku výhřezu disku. V souvislosti s operačním řešením vertebrogenních onemocnění je poukázáno na možnost rozvoje failed back surgery syndromu. Jednou z možných příčin vzniku FBSS je právě zanedbání pooperační rehabilitace. Nezbytná je jednak akutní pooperační péče, ale i edukace pacienta a následná dlouhodobá režimová opatření. Jde o vypěstování takových pohybových návyků, které brání recidivě potíží. Jedná se především o aktivní cvičení a přiměřené zatěžování pohybového aparátu. To zdůrazňuje metoda konzervativní terapie dle McKenzieho a také koncept školy zad. Uvedena je i metodika senzomotorické stimulace, jež pomáhá optimalizovat poměry v hybném systému. Součástí bakalářské práce je také kazuistika pacientky s chronickými vertebrogenními obtížemi, u níž byla s pozitivním výsledkem aplikována terapie dle McKenzieho. V závěru práce jsem se snažila zdůraznit důležitost rehabilitace u pacientů po operaci ploténky a význam edukace pro aktivní zapojení pacienta do terapie.