

Abstrakt bakalářské práce:

Hluboký stabilizační systém je systém hluboko uložených svalů zodpovědných za stabilitu páteře jak v klidu, tak při pohybu. Složení tohoto systému není zcela jednoznačné, různí autoři ať už domácí či zahraniční se v něm rozcházejí. Kolář uvádí, že tento systém zahrnuje svalstvo flexorů krku, hluboký svalový systém páteře, svalstvo pánevního dna, břišní muskulaturu a především bránici a její posturální funkci. Obsahem této práce v teoretické části je objasnění pojmu hluboký stabilizační systém, seznámení s jeho funkcí a jednotlivými složkami po stránce anatomické, popis jejich stabilizačních funkcí, vysvětlení základních pojmů, které s tímto tématem souvisí, jako například postura, stabilizace a stabilita. Můžete zde také najít různé způsoby testování a fyzioterapeutické možnosti ovlivnění hlubokého stabilizačního systému. Praktickou částí této práce je kvalitativní výzkum. Po dobu 1 měsíce jsem prováděla terapii u dvou pacientů, kteří trpí chronickými bolestmi zad a u kterých jsem po provedení několika vybraných testů zjistila dysfunkci hlubokého stabilizačního systému. Při terapii jsem postupovala podle programu progresivní dynamické stabilizace bederní páteře. V přílohách naleznete nejen kazuistiky, ale i obrázky jednotlivých složek hlubokého stabilizačního systému, několika testů a obrázky z programu, který jsem využívala při terapiích.

Klíčová slova:

hluboký stabilizační systém

postura

stabilita

musculus transversus abdominis

bránice