



TRITON

**Pohybová terapie
po akutních
srdečních
příhodách**

MUDr. Pavel Maršálek



TRITON

Pohybová terapie po akutních srdečních příhodách

Pavel Maršálek

Odborná léčba v moderní medicíně

**Pohybová terapie
po akutních srdečních
příhodách**

Pohybová terapie po akutních srdečních příhodách

Vyloučení odpovědnosti vydavatele

Autor i vydavatel věnovali maximální možnou pozornost tomu, aby informace zde obsažené odpovídaly aktuálnímu stavu znalostí v době přípravy díla k vydání. I když tyto informace byly pečlivě kontrolovány, nelze s naprostou jistotou zaručit jejich úplnou bezchybnost. Z těchto důvodů se vylučují jakékoli nároky na úhradu ať již přímých, či nepřímých škod.

Tato kniha ani žádná její část nesmí být kopírována, rozmnožována ani jinak šířena bez písemného souhlasu vydavatele.

Autor:

MUDr. Pavel Maršálek

Rehabilitační oddělení Masarykovy nemocnice v Ústí nad Labem

Vedoucí edice:

MUDr. Alena Kačinetzová

© Pavel Maršálek, 2006

Cover © Renata Ryšlavá, 2006

© TRITON, 2006

Vydalo Nakladatelství TRITON, Vykáňská 5,
100 00 Praha 10, www.triton-books.cz

ISBN 80-7254-709-7

Úvod

Cílem této knihy je seznámit širokou veřejnost s významem a principy pohybové aktivity po akutních srdečních příhodách. Kniha nezahrnuje komplexní informaci o celé primární a sekundární prevenci a životosprávě po srdečních příhodách, ale připomíná v denním životě i v literatuře opomíjený či jen okrajově připomínaný význam pohybové aktivity v prevenci srdečních příhod. Kniha jako celek je určena široké, především nelékařské veřejnosti a tomu je přizpůsoben i obsah s absencí některých témat a detailů či někde schematickým zjednodušením. Na druhé straně však vnímám čtenáře jako partnera, který neočekává jen strohé vyjmenování některých doporučení, ale který chce jejich významu a smyslu alespoň základně porozumět a chce je provádět co nejsprávněji. I když v jednotlivých případech je stále nejlepší variantou poradit se individuálně se svým ošetřujícím lékařem o vhodnosti a míře té či oné pohybové aktivity a sekundární prevence obecně, může být tato kniha přesto obecným vodítkem k připomenutí všeobecně platných zásad a postupů. Odbornou veřejnost (lékaře a fyzioterapeuty) pro podrobné informace pak spíše odkazují

na tematicky obdobnou knihu „Rehabilitace po akutních koronárních syndromech“, která je vydávána vydavatelstvím Triton současně a z níž kniha, jejíž úvod právě čtete, ve své většině vychází. Avšak díky jednotnému základu obou publikací nyní čtená kniha svým pojetím umožní nelékařské veřejnosti také nahlédnout pod pokličku doporučení v podobě blízké té, jak je podávána odborným kruhům.

Význam pohybové aktivity je mnohem širší než jen cesta ke zhubnutí. Existují důkazy, že pohybová aktivita působí příznivě na celkový metabolismus a na srdce i oběh i tam, kde k žádnému významnému poklesu hmotnosti nedochází. A pokud by se Vám zdálo, že dnešní obrovský rozvoj medicíny s rozvojem operačních a dalších zákroků rychle řešících srdeční obtíže staví problematiku pohybové terapie a prevence do pozadí, pak by kniha pro Vás měla být připomenutím potřeby pohybové aktivity pro nás všechny – lidi civilizovaného světa, již skutečné či potenciální kardiaky.

Knihy se snaží také vycházet z možností, stavu a zvyklostí zdravotní péče v České republice, proto je souhrnem současných trendů postavených na socioekonomickém zázemí českého zdravotnictví a České republiky obecně. I když se v práci soustřeďuji hlavně na pacienta s diagnózou ischemické choroby srdeční s „klasickým“ nekomplikovaným či