

OBSAH

1. Úvod	12
2. Etiopatogeneze obezity	14
2.1 Biomedicínské faktory	15
2.2 Genetické faktory	25
2.3 Sociálně – kulturní faktory	26
2.4 Psychologické faktory	27
3. Klasifikace a vyšetřovací metody obezity	28
3.1 Metody měření tělesného složení	28
3.1.1 Bioelektrická impedance	29
3.2 Metody měření distribuce tukové tkáně	32
4. Spektrální analýza variability srdeční frekvence	35
5. Metabolický syndrom	37
6. Léčba obezity	41
6.1 Pohybová aktivita	41
6.1.1 PA pro zvýšení využití energie z tuků	49
6.1.2 PA pro udržení a zvýšení množství svalové hmoty	52
6.1.3 Habituální PA	52
6.1.4 Rehabilitační PA	53
6.1.5 Motivační prvky PA	53
6.2 Dieta	56
6.3 Farmakoterapie	56
6.4 Psychoterapie	56
6.5 Chirurgické léčení	57
6.6 Možnosti léčení obezity v ČR v současnosti	57
7. Cíle a hypotézy	58
8. Metodika	60
8.1 Výzkumný soubor	60
8.2 Intervence	60

8.2.1	Pohybová intervence	60
8.2.2	Nutriční intervence.....	62
8.2.3	Kognitivně-behaviorální terapie	63
8.3	Metody výzkumu	63
8.4	Sběr dat	66
8.5	Analýza dat	66
9.	Výsledky.....	67
9.1	Vliv komplexní intervence na antropometrické ukazatele.....	67
9.2	Souvislost PA a úbytku tuku.....	72
9.3	Souvislost PA a ANS.....	74
9.4	Možnosti predikce změn antropometrických ukazatelů	76
9.4.1	Scénář 1: Muži, ženy, všech věkových kategorií	77
9.4.2	Scénář 2: Muži všech věkových kategorií.....	79
9.4.3	Scénář 3: Ženy všech věkových kategorií	80
9.4.4	Scénář 4: Doba pobytu 18-23 dnů.....	81
9.4.5	Scénář 5: Všechny prediktory.....	81
10.	Diskuze	84
10.1	Diskuze k efektivitě použitých intervenčních postupů	84
10.2	Diskuze k vlivu řízené pohybové intervence na aktivitu ANS	90
10.3	Diskuze k doporučení pohybové intervence v léčbě obezity	92
10.4	Diskuze k prostředkům zlepšujícím adherenci člověka k PA	95
10.5	Diskuze k realizaci vytvořené koncepce v Lázních Dolní Lipová.....	96
10.6	Postavení fyzioterapeuta v PA při léčbě nadváhy a obezity	98
11.	Závěry	99
12.	Souhrn	101
13.	Summary	103
14.	Referenční seznam	105
15.	Přílohy	115