

OBSAH

POUŽITÉ SYMBOLY A ZKRATKY	4
PŘEDMLUVA	7
1 ÚVOD	8
1.1 Tělesná zátěž v léčebné rehabilitaci	8
1.1.1 Druhy pohybových zátěží	8
1.1.2 Způsoby pohybových zátěží a jejich fyziologická účinnost	9
1.1.3 Kritéria správného doporučení pohybových aktivit.....	12
1.2 Zdatnost a výkonnost.....	13
1.2.1 Zdatnost.....	13
1.2.2 Výkonnost	15
1.3. Účinnost tělesné zátěže.....	18
1.3.1 Vliv tělesné zátěže na organismus.....	18
1.3.2 Reakce a adaptace na pohybovou zátěž.....	21
2 FYZIOLOGIE TĚLESNÉ ZÁTĚŽE	22
2.1 Somatický stav.....	22
2.1.1 Biologický věk.....	22
2.1.2 Tělesný rozvoj.....	22
2.1.3 Stavba a složení těla.....	25
2.2 Neuroendokrinní systém	27
2.3 Transportní O ₂ systém	34
2.3.1 Kardiovaskulární systém	35
2.3.2 Dýchací systém	39
2.4 Energetický metabolismus	42
2.5 Vnitřní prostředí a acidobazická rovnováha	46
2.6 Muskuloskeletální systém	51
2.7 Věkové a pohlavní zvláštnosti	57
2.8 Vliv prostředí	59
3 KLINICKÁ FYZIOLOGIE TĚLESNÉ ZÁTĚŽE	67
3.1 Nemoci kardiovaskulárního systému	67
3.2 Nemoci dýchacího systému	81
3.3 Nemoci trávicího ústrojí	84
3.4 Metabolické a endokrinní nemoci a poruchy	87
3.4.1 Obezita (exogenní, alimentární)	87
3.4.2 Mentální anorexie, malnutrice (bílkovinná a energetická)	88
3.4.3 Diabetes mellitus	88
3.4.4 Metabolický syndrom	90
3.4.5 Tyreopatie	91
3.5 Onemocnění ledvin	91
3.5.1 Akutní stavy	91
3.5.2 Chronické stavy	91
3.5.3 Stavy související s tělesnou zátěží	92
3.5.4 Nefrolitiáza.....	93
3.6 Ostatní onemocnění a chorobné stavy	93
3.6.1 Onkologická onemocnění	93
3.6.2 Nemoci a poruchy pohybového systému	94
3.6.3 Nemoci nervového a svalového systému	95
4 LITERATURA	97