

OBSAH

Predhovor	8
Časť I Všeobecné informácie	10
1 Charakteristika starnutia človeka	12
2 Kognitívne funkcie	14
2.1 Vyššie kognitívne funkcie (myslenie a reč)	16
2.2 Pozornosť	19
2.3 Vnímanie a spracovanie informácií	22
2.4 Pamäť	24
2.5 Exekutívne funkcie	33
3 Niektoré aspekty anatómie a fyziológie mozgu	35
4 Lahká porucha kognitívnych funkcií - Mild Cognitive Impairment (MCI)	38
4.1 Definícia MCI	38
4.2 Kvalitatívne a kvantitatívne delenie MCI	38
4.3 Prevalencia a incidencia MCI	39
4.4 Diagnostický postup pri MCI	39
4.5 Intervencie pri MCI	42
4.5.1 Ergoterapia	43
4.5.2 Reminiscenčná terapia	43
4.5.3 Muzikoterapia	43
4.5.4 Arteterapia	44
4.5.5 Kinezioterapia	44
4.5.6 Tanečná terapia	44
4.5.7 Pet-terapia	44
4.5.8 Psychoterapia	45
4.5.9 Kognitívny tréning, kognitívna stimulácia a kognitívna rehabilitácia	45
4.5.9.1 Druhy tréningu kognitívnych funkcií (TKF)	47
Časť II Vzťah starnutia, kognitívnych funkcií a porúch rovnováhy	49
1 Posturálne - lokomočný systém	49
1.1 Riadenie posturálno – lokomočnej motoriky	49
2.1 Posturálne funkcie	52
3 Stratégie a mechanizmy zaistenia posturálnej stability	58
3.1 Zmeny pri chôdzi u seniorov	59
3.2 Pád	63
3.2.1 Príčiny pádov	63
3.2.2 Riziko pádu	65
3.2.3 Strach z pádov	66
3.3 Pohybové stratégie počas narušenia stability pri stoji	66

3.4 Balančný tréning v geriatrickej populácii	68
3.4.1 Vybrané typy balančného tréningu	70
3.5 Motorické učenie	76
3.6 Vyšetrenie rovnováhy	80
3.7 Vyšetrenie chôdze	83

III Výskumná časť **88**

1 Cieľ výskumu	88
2 Metodológia	88
3 Výsledky	100
4 Diskusia	128
Záver	140
Zoznam použitej literatúry	142
Zoznam skratiek	158
Zoznam obrázkov v teoretickej časti	160
Zoznam tabuliek v teoretickej časti	160
Zoznam tabuliek vo výskumnej časti	161
Zoznam grafov vo výskumnej časti	163
Príloha č. 1	164
Príloha č. 2	167
Príloha č. 3	171