

OBSAH

Seznam vybraných zkratk.....	9
1 ÚVOD A CÍL PRÁCE	10
2 VÝCHODISKA PRÁCE	17
2.1 Autonomní nervový systém	17
2.2 Variabilita srdeční frekvence.....	21
2.2.1 Historie.....	21
2.2.2 Vymezení pojmu a přístupy k hodnocení variability srdeční frekvence	22
2.2.3 Interferující faktory variability srdeční frekvence	28
2.2.4 Hodnocení variability srdeční frekvence během dne.....	30
2.2.5 Standardizace podmínek před monitorováním variability srdeční frekvence	33
2.2.6 Doba trvání procedury vyšetření variability srdeční frekvence	37
2.3 Fyziologické aspekty tělesné zátěže	43
2.3.1 Zatížení, zatěžování a fyziologické principy vzniku adaptace	43
2.3.2 Únava a zotavení.....	45
2.3.3 Přetížení a přetrénování – etiologie, symptomy, diagnostika a prevence.....	51
2.3.4 Detrénink	66
2.3.5 Metody hodnocení tělesné zátěže a odezvy organismu	67
2.4 Fyziologické aspekty vyšší nadmořské výšky.....	72
2.4.1 Základní fyzikální vlastnosti zemské atmosféry.....	72
2.4.2 Akutní regulační odezva organismu na hypoxii	73
2.4.3 Tréninkové modely ve vyšší nadmořské výšce nebo v simulované hypoxii.....	78
3 VARIABILITA SRDEČNÍ FREKVENCE V KONTEXTU TĚLĚSNÉ ZÁTĚŽE	85
3.1 Hodnocení variability srdeční frekvence během tělesné práce	85
3.2 Hodnocení variability srdeční frekvence během zotavení po tělesné práci	95
3.3 Hodnocení variability srdeční frekvence v kontextu vytrvalostní zátěže.....	105
3.4 Variabilita srdeční frekvence jako nástroj optimalizace tréninkového zatížení	118
3.5 Závěry a doporučení do praxe	130
4 VARIABILITA SRDEČNÍ FREKVENCE V KONTEXTU SIMULOVANÉ NADMOŘSKÉ VÝŠKY	132
4.1 Hodnocení variability srdeční frekvence během akutní expozice hypoxii.....	132
4.2 Faktory ovlivňující variabilitu srdeční frekvence během akutní expozice hypoxii...	143
4.3 Závěry a doporučení do praxe	153

5 SOUHRNNÉ ZÁVĚRY155

6 SOUHRN.....157

7 SUMMARY.....161

8 REFERENČNÍ SEZNAM165

9 SEZNAM PŘÍLOH.....187