

## **Bibliografický záznam**

BLÁHOVÁ, Zuzana. Účinnost konzervativní léčby při hernii disku v bederní páteři. Praha: Univerzita Karlova, 2. Lékařská fakulta, Klinika rehabilitace a tělovýchovného lékařství, 2019. 90 s., přílohy. Vedoucí bakalářské práce Mgr. Júlia Demeková

## **Abstrakt**

Ve své bakalářské práci se zabývám problematikou diagnostiky a terapie výhřezu intervertebrálního disku v lumbální části páteře. V přehledu teoretických poznatků je stručně popsána anatomie a biomechanika bederní páteře a intervertebrálního disku. Dále je zde objasněna diferenciální diagnostika a možnosti terapie tohoto onemocnění. Cílem této práce je potvrdit účinnost konzervativní terapie ve smyslu fyzioterapeutické intervence a porovnat účinnost metody McKenzie (MDT) a Dynamické neuromuskulární stabilizace (DNS) při terapii tohoto onemocnění. Mé experimentální části práce se zúčastnilo 16 pacientů léčených metodou MDT a 4 pacienti léčení pomocí metody DNS. K získání dat jsem využila mnou sestavený dotazník. Pacienti zde vyplnili na numerické škále bolesti (0-10) intenzitu bolesti v daný okamžik a poté českou verzi *the Roland-Morris disability questionnaire*, který hodnotil jejich omezení v tu chvíli. Tento dotazník vyplnili všichni pacienti dvakrát, jednou na začátku terapie a po druhé po 6 týdnech. U pacientů léčených metodou MDT došlo k signifikantnímu zlepšení jak ve stupni intenzity bolesti, tak ve stupni disability. Skupina pacientů léčených metodou DNS se významně zlepšila pouze ve stupni disability. Při porovnání metod MDT a DNS mezi sebou nebyl shledán statisticky významný rozdíl v účinnosti mezi oběma metodami při terapii intenzity bolesti ani při terapii stupně disability.

## **Klíčová slova**

Výhřez meziobratlové ploténky, bederní páteř, radikulární syndrom, metoda McKenzie, Dynamická neuromuskulární stabilizace