

POSUDEK BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Jméno a příjmení studenta: TEREZA GALUSOVÁ

Studijní obor: Fyzioterapie

Oponent bakalářské práce: Doc. MUDr. V. Tošnerová, CSc.

Katedra: Katedra klinických a preklinických oborů

Název bakalářské práce: Svalové dysbalance u administrativních pracovníků, možnost jejich ovlivnění pomocí cvičení SM systému a úpravy ergonomie

Volba tématu:

- 1. Mimořádně aktuální**
2. Aktuální pro danou oblast
3. Užitečné a prospěšné
4. Standardní úroveň
5. Neobvyklé

Cíl práce a jeho naplnění:

1. Vhodně zvolený cíl, který byl naplněn
- 2. Vhodně zvolený cíl, který byl částečně naplněn**
3. Vhodně zvolený cíl, který nebyl naplněn
4. Nevhodně zvolený cíl

Struktura práce:

1. Originální – zdařilá
2. Logická – systémová
3. Logická – tradiční
- 4. Pro dané téma tradiční**
5. Pro dané téma nevhodná

Práce s literaturou:

1. Vynikající, použity dosud neběžné prameny
- 2. Velmi dobrá, použity nejnovější dostupné prameny**
3. Dobrá, běžně dostupné prameny
4. Slabá, zastaralé prameny

Vybavení práce (data, tabulky, grafy, přílohy):

1. Mimořádné, funkční
- 2. Velmi dobré, funkční**
3. Odpovídá nutnému doplnění textu
4. Nedostačující

Přínosy bakalářské práce:

1. Originální, inspirativní názory
- 2. Ne zcela běžné názory**
3. Vlastní názor argumentačně podpořený
4. Vlastní názor chybí

Uplatnění bakalářské práce v praxi a ve výuce:

- 1. Práci lze uplatnit v praxi**
2. Práci lze uplatnit ve výuce
3. Vhodná pro publikování
4. Práci nelze příliš využít ani v praxi ani při výuce

Formální stránka:

- 1. Výborná**
2. Velmi dobrá
3. Přijatelná
4. Nevyhovující

- Jazyková stránka:
1. Stylistika **a) výborná**
b) velmi dobrá
c) dobrá
d) nevyhovující
 2. Gramatika **a) výborná**
b) velmi dobrá
c) dobrá
d) nevyhovující

Zásadní připomínky k bakalářské práci:

1. nemá
2. **mám tyto:**

-
1. Téma bakalářské práce má celospolečenský i světový význam, bolestivých stavů z pohybového systému přibývá. Jak autorka sama popisuje má na tyto stavy vliv moderní sedavý způsob života a špatné ergonomické poměry při administrativní činnosti.
 2. Ač je práce přímo nazývá - **Svalové dysbalance** u administrativních pracovníků, možnost jejich ovlivnění pomocí cvičení SM systému a úpravy ergonomie, však svalové dysbalance, to je vyšetření zkrácených a oslabených svalových skupin, testovány nebyly. K ovlivnění pohybového aparátu SM systémem u administrativních pracovníků sice k pozitivním změnám ve smyslu držení těla a u dvou z nich k zmírnění obtíží z hybné soustavy došlo, bylo by lépe vyjádřit, že se zlepšil posturální výsledný vstav ve smyslu dolního a horního zkříženého syndromu, než dysbalance svalové (opět připomínám, že zkrácené a oslabené svaly testovány nebyly).
 3. Dysbalance svalové jsou dány typem jednotlivých svalových vláken, které utváří svalové skupiny s převážně vlákny tonickými nebo fázickými. Tím jsou predispozičním faktorem posturálních změn, které se prohlubují snížením hluboké stabilizace (endogenní faktor) a nevhodnou ergonomií (exogenní faktor).
 4. Co je tedy převážnou příčinou bolesti v pohybové soustavě? Jak na určitých místech autorka dobře píše, je to jednostranné přetížení svalových skupin. Zdrojem bolesti je tedy bolestivý svalový spasmus, kloubní blokáda, hyperalgetické změny měkkých tkání, tzv. – funkční změny hybného systému. U 80-90% pacientů běžné populace s bolestivými stavy hybné soustavy se jedná o tyto funkční změny a u 20% je pak může jednat o změny strukturální, potíže z meziobratlových plotének nebo degenerativních změn. V pasážích práce týkajících se přetížení svalových skupin dysbalancemi svalovými, ergonomickými poměry, terminologii je používána nejednotně. Je rovněž hodnocen hypertonus svalový, který není identický se zkráceným svalem.
 5. Ostatní součásti práce, tj. další vyšetření, až na některé drobnosti (anamnézu je až na druhém místě), pokazují, že autorka fyzioterapii pojala s porozuměním.

Další hodnocení:

Výborně je možné hodnotit terapeutickou část práce metodou SM konceptu a ergonomická hlediska při administrativní činnosti.

Rovněž po formální a jazykové stránce má práce výbornou úroveň.

Při hodnocení pohybové soustavy se však jedná o minus ve smyslu terminologie, i když záměr práce je jasný.

V teoretické části při popisu pánve není zmíněná kostrč, pro svalstvo pánevního dna je však její význam důležitý.

Práce splňuje základní požadavky kladené na tento typ prací, a proto ji doporučuji k ústní obhajobě:

1. ano
2. ne

Navrhovaná klasifikace:

1. výborně
2. **velmi dobře**
3. dobře
4. nevyhověl

Otázka k ústní obhajobě práce:

1. Jaký je rozdíl mezi zkráceným svalem a svalem v bolestivém svalovém napětí (spasmu). Bolí zkrácený sval? Mohou být bolestivé svalové spasmy také ve fázických svalech? Co nazýváte svalovým hypertonem, je tento termín identický se zkráceným svalem?
2. Jmenujte autora, který stanoví systém vyšetření dysbalancí svalových.
3. Doplňte význam kostrče pro pánevní dno a tím význam pro hlubokou svalovou stabilizaci.

Datum: 27.5.2014

Podpis oponenta bakalářské práce:
Doc. MUDr. Vlasta Tošnerová, CSc.
Katedra klinických a preklinických oborů
Jihočeská Univerzita v Českých Budějovicích
Zdravotně sociální fakulta



Doc. MUDr. V. Tošnerová, CSc.

