
S Parkinsonem do bazénu. Svaly pracují ve vodě jinak než u zdravých lidí

S Parkinsonem do bazénu. Svaly pracují ve vodě jinak než u zdravých lidí, ukázal výzkum

Cvičení a pravidelný pohyb je pro lidi, kteří trpí Parkinsonovou nemocí, velmi důležitý. Pomáhá jim prodlužovat funkčnost pohybového aparátu, jež choroba napadá. Některá rehabilitační centra nabízejí jako součást péče o nemocné i cvičení ve vodě. Výsledky výzkumu fyzioterapeutky Mgr. Kateřiny Kotalíkové, která nyní pokračuje v doktorském studiu na Fakultě tělesné výchovy a sportu UK, však pozitivní vliv vodního prostředí na rehabilitaci parkinsoniků neprokázaly.



Parkinsonova nemoc napadá centrální nervovou soustavu a způsobuje to, že po čase člověk není schopen ovládat a kontrolovat vlastní pohyb. Právě cvičení pomáhá tuto fázi nemoci oddálit. Odborné studie dokonce hovoří o tom, že správná rehabilitace je stejně důležitá jako léčba medikamenty.

Zda může v léčbě choroby a zmírnění jejích projevů hrát nějakou roli i rehabilitace ve vodním prostředí, se snažila Kateřina Kotalíková ověřit exaktně. Do jejího výzkumu se zapojilo několik dobrovolníků, kteří nemocí trpí. Pomocí povrchové elektromyografie měřila u sledovaných osob aktivitu vybraných svalů při chůzi na suchu a ve vodě. Využila k tomu tréninkový bazén Fakulty tělesné výchovy a sportu UK.

„Vycházeli jsme z hypotézy, že by se lidem s Parkinsonovou chorobou měla ve vodě snížit svalová aktivita, u zdravých lidí k tomuto jevu dochází. Svaly jsou totiž méně namáhané, a proto je to vhodnější prostředí pro rehabilitaci. Má měření však ukázala, že svalová aktivita nemocných lidí se nemění, není rozdíl v tom, jestli se pohybují na suchu nebo ve vodě,“ podotkla Kateřina Kotalíková.



Zatímco zdravý člověk uzpůsobuje pohyb a práci svalů tomu, po jakém povrchu jde či v jakém prostředí se nachází, nemocný trpící Parkinsonovou chorobou toho není schopen. „Mozkové centrum zdravého člověka, které řídí motoriku, rozpozná, po jakém povrchu člověk jde. U lidí s Parkinsonovou chorobou k tomu však nedochází, proto ani při rehabilitaci ve vodě nedochází ke změnám svalové aktivity. Odůvodňujeme to tím, že poškození centrální soustavy řízení motoriky je tak velké, že ani změna prostředí nemá na změnu svalové aktivity vliv,“ vysvětlila Kateřina Kotalíková.

I když výzkum neprokázal, že by vodní rehabilitace byla příznivější než pohyb na suchu, společná cvičení v bazénu mohou blahodárně působit na psychiku nemocných. Potkají se tam totiž s lidmi, které trápí podobné problémy. Někteří nemocní však říkají, že do vody neradi chodí, protože se v ní cítí nestabilně, ačkoliv se v ní nemusejí obávat pádu, který hrozí na suchu.

Kateřina Kotalíková chce nyní v rámci svého doktorského studia na Fakultě tělesné výchovy a sportu UK navázat na svůj první výzkum. Plánuje provést detailnější studii, v níž by monitorovala vliv vodního prostředí na svalovou aktivitu lidí v jednotlivých stádiích nemoci. Pokud by se ukázalo, že například v prvotní fázi svaly ve vodě reagují stejně nebo podobně jako u zdravých lidí, dala by se v takovém případě vodní rehabilitace cíleně využívat.

Pravidelná cvičení a rehabilitace mohou lidem s Parkinsonovou chorobou prodloužit funkčnost pohybového aparátu, mezi nemocnými je však malé povědomí o tom, co pro to mohou udělat, jak upozornila Kateřina Kotalíková. Zlepšit kvalitu života lidem trpícím touto chorobou pomáhá například Společnost Parkinson.