

TĚLOVÝCHOVNÉ LÉKAŘSTVÍ 2020

Pohybová aktivita a sport jsou srdeční záležitost

VIRTUÁLNÍ KONFERENCE

České společnosti tělovýchovného lékařství ve spolupráci s Českou kardiologickou společností, Českou diabetologickou společností ČLS JEP a Českou komorou fitness

13.-14. listopadu 2020



ČESKÁ
KARDIOLOGICKÁ
SPOLEČNOST



ČESKÁ KOMORA
FITNESS



Program

www.konference.cstl.cz

Záštitu nad konferencí převzal
Český olympijský výbor.



Stříbrný partner



Special Joint Care Products

Bronzoví partneři



Partneři



lék Wobenzym[®]

Medtronic

Mediální partneři

causa
subita

**MEDICINA
SPORTIVA**
Bohemica & Slovaca

informace
PRO LÉKÁRSKÉ PRAXE

pr+ Lékaře
www.prolekare.cz

pr+ Sestru.cz

Poděkování partnerům ČSTL

Generální partner

Hlavní partner



Special Joint Care Products



10.00–10.50 TĚLOVÝCHOVNÉ LÉKAŘSTVÍ A KARDIOLOGIE – ÚVODNÍ PŘEDNÁŠKY

Moderátor: Vladimír Tuka

- **Spolupráce z pohledu tělovýchovného lékaře**
doc. MUDr. Martin Matoulek, Ph.D. (Praha)
- **Spolupráce z pohledu kardiologa**
prof. MUDr. Aleš Linhart, DrSc. (Praha)
- **Diskuze**

10.50–11.00 PŘESTÁVKA

11.00–12.00 COVID A SPORT

Moderátoři: Jiří Radvanský, Martin Matoulek

- **Sport a COVID**
prof. MUDr. Jiří Beran, CSc. (Hradec Králové)
- **Návrat ke sportu**
doc. MUDr. Vladimír Tuka, Ph.D. (Praha)
- **Zátěžové testy**
MUDr. Kryštof Slabý (Praha)
- **Diskuze**

12.00–12.10 FIREMNÍ PŘEDNÁŠKA MUCOS

- **Lze omezit výskyt opakovaných zánětů dýchacích cest u sportovců?**
MUDr. Marta Honzíková, MUCOS, Průhonice

12.10–12.20 PŘESTÁVKA

12.20–13.25 SPORTOVNÍ KARDIOLOGIE – NOVÁ DOPORUČENÍ ESC O ZPŮSOBILOSTI KE SPORTU PACIENTŮ S KV ONEMOCNĚNÍM – ČÁST 1

Moderátoři: Otakar Jiravský, Eliška Sovová

- **Vrozené primární arytmiické syndromy („kanálopatie“)**
doc. MUDr. Peter Kubuš, Ph.D. (Praha)
- **Komorové arytmie**
MUDr. Otakar Jiravský (Třinec)
- **Hypertrofická kardiomyopatie**
MUDr. Darina Krausová (Třinec)
- **Peri/myokarditidy**
MUDr. Petra Pešová (Třinec)
- **Diskuze**

13.25–13.35 PŘESTÁVKA

13.35–14.35 BLOK REHABILITACE

Moderátorky: Andrea Pánová, Marie Bulíčková

- **Pletenec ramenní a viscerosomatické vztahy**
Mgr. Petr Bitnar (Praha)
- **Cvičení dílčích posturálních funkcí**
PaedDr. Pavel Švejcar (Praha)
- **Pružný tejp ve fyzioterapii – mýty vs. evidence**
Mgr. Zdeněk Čech (Praha)
- **Diskuze**

Co je a co není kloubní výživa?

Kolagen je hlavní bílkovinou pohybového aparátu, ale neupravený nemá žádnou biologickou aktivitu. Přesto je to právě kolagen, který se stal hlavní látkou vyživující buňky kostí, chrupavek a kloubů. Aby byl biologicky aktivní, musí být nejprve upraven. Jak?

Před rokem 1992 svět žádnou kloubní výživu, pečující o naše klouby zevnitř, neznal. Ta vznikla v roce 1992 na základě dlouholetého výzkumu **prof. MUDr. Milana Adama, DrSc.**, který je uznávaným vědcem v oboru revmatologie a molekulární biologie kolagenu. Prof. Adam dlouho zkoušel různé přírodní látky, které by podporovaly regeneraci pojivových tkání kloubů a jako tu nejučinnější rozpoznal kolagenní

Po čtyřicítce se poškození začne projevovat citlivostí na počasí, startovacími bolestmi po klidu, bolestmi při pohybu až po bolesti ve spánku. V padesáti letech osteoartrózou trpí už osmdesát procent populace a v sedmdesáti letech je to již devadesát procent. Osteoartróza je protivlná a bolestivá choroba způsobená selháním obnovy chrupavky a dalších pojivových tkání, která trvá desetky let, ale neumírá se na ni. Jak na ni?

světová ocenění, která oceňují vliv kolagenních peptidů Gelita na zdraví pohybového aparátu a kůže lidí. Bioaktivní kolagenní peptidy Gelita jsou zcela bezpečné a bezrizikové. Jako potvrzení o naprosté zdravotní bezpečnosti obdržely od Amerického úřadu pro kontrolu a schvalování léčiv status GRAS (Všeobecně považované za bezpečné). Kde je lze najít?

■ V přirozené stravě se nevyskytují

Bioaktivní kolagenní peptidy jsou přírodního původu, ale v přirozené potravě je nikde nenajdete. Jedná se totiž o speciálně upravenou kolagenní bílkovinu, která přispívá ke zdraví kostí a kloubů. Kolagenní peptidy i doplněk stravy Geladrink vznikly na základě dlouholetého výzkumu vědce kolagenisty prof. Adama. Geladrink, který obsahuje řadu dalších aktivních látek, jako jsou hyaluronát, chondroitin a glukosamin sulfáty, MSM, Boswellia serrata, vitamin C a řada dalších vitaminů a antioxidantů, je také držitelem prestižních doporučení odborných lékařských společností – České společnosti tělovýchovného lékařství, Společnosti pro pojivové tkáně a Ortopedicko-protetické společnosti České lékařské společnosti Jana Evangelisty Purkyně. Doplněk stravy Geladrink je spolehlivou kloubní výživou s ověřenou účinností, která zlepšuje funkci a pohyblivost kloubů.



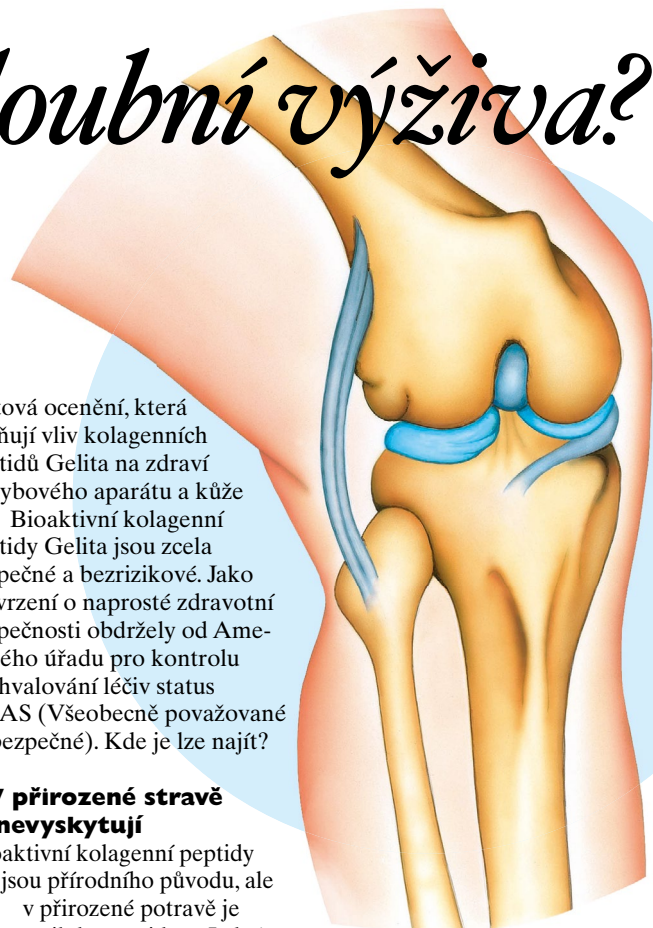
peptidy, tedy vhodně upravený, enzymaticky naštěpený kolagen. Takto připravené kolagenní peptidy se prokazatelně do kloubů dostanou, přinášejí výživu a podporují regeneraci. Dnes už je to běžně známá věc, ale před třiceti lety nebyla. Mezitím se kloubní výživa stala předmětem velkého celosvětového byznysu. Proč?

■ Desítky let je třeba bojovat o zachování pohyblivosti

Jako užitečná se v tomto dlouhodobém boji ukázala skutečná kloubní výživa. Co však lze považovat za účinnou kloubní výživu? Jsou to takové přípravky, které respektují odborné poznatky a obsahují látky a jejich dávkování ověřené vědeckým výzkumem. Mezi tyto, světovým vědeckým výzkumem ověřené látky, patří bioaktivní kolagenní peptidy, které nejprve rozpoznal jako účinné prof. Adam. On a další vědci prokázali a popsali průběh vstřebávání, distribuci a biologickou aktivitu kolagenních peptidů, které podporují množení buněk a zvyšují tvorbu kolagenu o sto procent již za jedenáct dní. Tyto bioaktivní kolagenní peptidy Gelita získaly v roce 2018 tři významná

■ Ztráta regenerace kloubů omezuje pohyblivost

Pohyblivost je základní lidskou potřebou. Ne luxusní pohyblivost sportovců, ale pohyblivost potřebná pro běžné lidské činnosti, třeba obstarání hygieny, oblékání, chůze atd. Přesně na tyto lidi myslel prof. Adam, když hledal „něco“, co by zlepšilo stav bolavých kloubů, a to způsobem denní samoléčby. „Něco“, co by mohl každý jednoduše užívat, neboť stárnutí a selhávání obnovy chrupavky se vyvíjí už od dvaceti let.



Ostravský ortoped a předseda Ortopedicko-protetické společnosti **MUDr. Petr Krawczyk** říká: „Po sedmdesátce trpí artrózou téměř 100% obyva-



telstva, ale i v sedmdesáti letech je třeba být pohyblivý, soběstačný, a dokonce i práce-schopný.

Tak je nutné podporovat výživu a ochranu chrupavkových buněk. A to včas, aby byla obnova chrupavky zajištěna co nejdříve. Zajímavý je například nový doplněk stravy Geladrink Forte HYAL, který kromě osvědčených kolagenních peptidů a dalších látek dodává kloubům i hyaluronovou kyselinu, která se dosud aplikovala 4 až 8krát do kloubu injekčně, ale tato možnost je vhodná i pro dlouhodobé užívání. Ortopedicko-protetická společnost České lékařské společnosti Jana Evangelisty Purkyně kloubní výživu Geladrink pacientům doporučuje. “



Tip: Více se dozvíte na www.orling.cz nebo na bezplatné telefonické poradně na čísle 800 108 999.

14.35–14.45 PŘESTÁVKA

14.45–16.00 VRCHOLOVÝ SPORT

Moderátor: Jiří Dostal

- **Roles and Responsibilities of the Medical Team of the UAE Team Emirates (team of T. Pogačar, winner of TdF 2020)**
Dr. Jeroen Swart (Johannesburg, South Africa)
- **Sportovní výživa**
prof. MUDr. Libor Vítek, Ph.D. (Praha)
- **Zdravotní zabezpečení na OH, novinky v oblasti managementu terapeutických výjimek**
MUDr. Jiří Neumann (Dřítěč)
- **Diskuze**

16.00–16.10 PŘESTÁVKA

16.10–17.00 ORTOPEDICKÝ BLOK

Moderátor: Martin Komzák

- **Ošetření laterální nestability hlezenního kloubu na pracovišti ortopedie Litomyšlské nemocnice**
MUDr. Vít Heblt (Litomyšl)
- **Vliv rekonstrukce ligamentum anterolaterale na rotační stabilitu kolenního kloubu**
MUDr. Martin Komzák, Ph.D. (Brno)
- **Fokusovaná rázová vlna: krátkodobé zkušenosti a výsledky terapie**
MUDr. Pavel Neckař (Teplice)
- **Diskuze**

17.00–17.10 PŘESTÁVKA

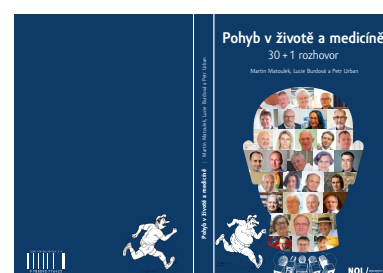
17.10–18.10 SPORTOVNÍ KARDIOLOGIE – NOVÁ DOPORUČENÍ ESC O ZPŮSOBILOSTI KE SPORTU PACIENTŮ S KV ONEMOCNĚNÍM – ČÁST 2

Moderátoři: Bogna Jiravská-Godula, Petr Kubuš

Partner sekce:



- **Doporučené postupy ESC: hypertenze u sportovců**
MUDr. Markéta Sovová (Olomouc)
- **ICHS**
prof. MUDr. Eliška Sovová, Ph.D., MBA (Olomouc)
- **Aortální vady**
MUDr. Kryštof Slabý (Praha)
- **Mitrální vady**
MUDr. Agáta Jenišová (Praha)
- **Diskuze**



KOMPLEXNÍ VYBAVENÍ FUNKČNÍCH LABORATOŘÍ



Cortex MetaMax®



Cortex MetaLyzor®



PŘÍSTROJOVÉ VYBAVENÍ PRO:

- provádění kardiopulmonálních zátěžových testů (CPET, spiroergometrie)
- stacionární i mobilní provedení

URČENO PRO:

- odborná lékařská pracoviště
- sportovní oddíly
- tréninková centra
- univerzitní a výzkumné laboratoře

Odolný vůči přírodním podmínkám, testováno při expedici na **Mount Everest** a na **Mezinárodní vesmírné stanici (ISS)**.



Partner sobotních sekcí:

Medtronic

9.00–9.55 DIABETIK VE FITNESS – ČÁST 1

Moderátoři: Martin Matoulek, Eva Horová

- **Zahájení**
doc. MUDr. Martin Matoulek, Ph.D., Mgr. Jana Havrdová, prof. MUDr. Martin Prázný, CSc., Ph.D. (Praha)
- **Náhlá porucha vědomí ve fitness**
doc. MUDr. Vladimír Tuka, Ph.D. (Praha)
- **Diabetes mellitus – historie a současnost**
prof. MUDr. Martin Prázný, CSc., Ph.D. (Praha)
- **Diskuze**

9.55–10.05 PŘESTÁVKA

10.05–11.25 DIABETIK VE FITNESS – ČÁST 2

Moderátoři: Martin Matoulek, Aneta Hásková

- **Zásady diabetické diety**
Mgr. Bc. Vendula Navrátilová (Praha)
- **Glykémie a fyzická aktivita – reakce glykémie na zátěž, hypoglykémie, hyperglykémie**
MUDr. Eva Horová, Ph.D. (Praha)
- **Moderní technologie v diabetologii – a jejich využití při pohybové aktivitě**
prof. MUDr. Martin Prázný, CSc., Ph.D. (Praha)
- **Diskuze**

11.25–12.30 PŘESTÁVKA

12.30–14.15 DIABETIK VE FITNESS – ČÁST 3

Moderátoři: Martin Prázný, Jana Havrdová

- **Pohybová aktivita a diabetes – evidence based medicine**
doc. MUDr. Martin Matoulek, Ph.D. (Praha)
- **KULATÝ STŮL: co očekává diabetolog od fitness a fitness od diabetologa? Zkušenosti pacientů s DM**
- **Komplikace diabetu a jejich vliv na preskripci pohybové aktivity**
doc. MUDr. Martin Matoulek, Ph.D. (Praha)
- **Diabetik s neuropatií ve fitness**
PhDr. Mgr. Natálie Cibulková (Praha)
- **Diabetický distress**
Mgr. Judita Konečná (Praha)
- **Diskuze a zakončení**

Níže uvedené prezentace jsou k dispozici na www.slides.cz (pouze pro zaregistrované účastníky konference)

- **Využití NIRS v diagnostice cyklistického syndromu a. iliaca**
J. Dostal^{1,2}, V. Haček¹, E. Rindová¹, I. Kučírková¹ (¹Praha, ²Hradec Králové)
- **Prehabilitace – první zkušenosti**
D. Hreňo, K. Zeman, R. Chrostková (Frýdek-Místek)
- **Výuka technik relaxace u zaměstnanců Fakultní nemocnice Olomouc aneb „jak zatočit se stresem“**
B. Imrichová, M. Mikulášková, E. Sovová (Olomouc)
- **Srovnání vlivu cyklické ketogenní diety a redukční diety na tělesné složení, silový a vytrvalostní výkon v průběhu 8týdenní intervence**
P. Kysel, Z. Vilikus (Praha)
- **Náhla srdečná smrt u mladého športovca: kazuistika**
M. Marcinková¹, M. Dobiáš², A. Gavronová², M. Bartošová¹ (¹Bratislava, ²Olomouc)
- **Spektrum fyzioterapeutické péče na pracovišti Kliniky tělovýchovného lékařství a kardiovaskulární rehabilitace FN Olomouc**
M. Mikulášková, B. Imrichová, E. Sovová (Olomouc)
- **Lze úspěšně upravit stravovací návyky u pacientů v Programu řízení redukce hmotnosti pomocí telemonitoringu?**
K. Moravcová, M. Sovová, J. Ožana, E. Sovová (Olomouc)
- **Problematika steroidního dopingu v kulturistice a fitness z pohledu endokrinologa**
J. Ožana, K. Moravcová, M. Sovová (Olomouc)
- **Indikovaná následná vyšetření v ambulanci preventivních sportovních prohlídek kliniky RHB a TVL 2. LF UK a FNM v roce 2019**
J. Pokorný, M. Procházka, V. Illinger, J. Radvanský, K. Slabý (Praha)
- **Korekce běžeckého stylu a fyzioterapie jako součást komplexní péče o sportovce**
O. Růžek, M. Ulrichová (Praha)
- **Automatické měření krevního tlaku u sportovců**
M. Sovová, E. Sovová, K. Moravcová, J. Ožana (Olomouc)

POSTERY

Níže uvedené prezentace jsou k dispozici na www.slides.cz (pouze pro zaregistrované účastníky konference)

- **Zařazení WalkAide v terapii chůze u pacientů po cévní mozkové příhodě**
A. Humlová a L. Honzíková (Ostrava)
- **Rychlost toku krve v descendentní aortě během zátěže u pacientů po resekci koarktace aorty**
V. Illinger, K. Slabý, J. Pokorný, M. Procházka, J. Radvanský (Praha)
- **Hyperpronační syndrom u dětí – léčba a její objektivizace z pohledu fyzioterapeuta**
B. Kočíšová, L. Chroustová, L. Honzíková (Ostrava)
- **Porovnání EMG aktivity vybraných svalů horní končetiny při používání klasické a vertikální myši**
B. Machová, L. Honzíková, J. Wrona (Ostrava)
- **Účinky Tribulus terrestris na hladinu testosteronu a na sportovní výkon – review**
Z. Vilikus, J. Kajzar, M. Mandelbaum (Praha)



JDE TO I BEZ PÍCHÁNÍ DO PRSTU¹

Vyzkoušejte systém pro okamžité monitorování glukózy.
Více se dozvíte na FreeStyleLibre.cz.



FreeStyle
Libre

SYSTÉM PRO OKAMŽITÉ MONITOROVÁNÍ GLUKÓZY



life. to the fullest.

Abbott

Více se dozvíte na www.FreeStyleLibre.cz.

1. Ke změření hodnot koncentrace glukózy nejsou potřeba lancety. Měření glykémie glukometrem z krve je nutné v případě prudkých změn hladiny cukru, kdy hladina cukru v tkáňovém moku nemusí přesně odrazet hladinu krevního cukru, nebo v případě hypoglykémie či počínající hypoglykémie, nebo případě, kdy příznaky neodpovídají hodnotám naměřeným systémem. Systém pro okamžité měření glukózy FreeStyle Libre je zdravotnický prostředek.

© Abbott 2020. Tvar kruhového senzoru, FreeStyle, Libre a související průmyslová práva, včetně ochranných známek, náleží společností skupiny Abbott.



**VÁŠ PARTNER
V KARDIOLOGII**



Servier s. r. o., Florentinum
Na Florenci 2116/15, 110 00 Praha 1
tel.: +420 222 118 111, www.servier.cz