



Vadné držení těla u dětí

Prevalenční dotazníkové šetření nazvané Studie zdraví dětí 2016 bylo provedeno v ordinacích 46 praktických lékařů pro děti a dorost v 15 městech České republiky. Kromě jiných ukazatelů zdravotního stavu dětí byl hodnocen výskyt poruch držení těla.

[Studie Zdraví dětí 2016 - Vadné držení těla](#) (812,23 KB)

Výsledky ukázaly, že pravidelně organizovaně sportuje, v průměru 4 hodiny týdně, 54 % dětí. Dále vyplynulo, že aktivní sportování souvisí s věkem, ze sledovaných věkových skupin se sportu nejvíce věnují děti devítileté (70 %), s věkem pak pohybová aktivita klesá (37 % sedmnáctiletých). Dvě třetiny dětí sportují pravidelně, ale nejsou organizovány v oddíle nebo kroužku. V celém souboru byla pětina dětí s nulovou pohybovou aktivitou, u sedmnáctiletých dokonce třetina.

Průměrně strávená doba u počítače, televize, tabletu ad. byla 2 hodiny denně, od 1,5 hodiny u pětiletých do 3 hodin u sedmnáctiletých. Více než 3 hodiny denně trávila tímto způsobem třetina dětí, mezi nimi bylo až 12 % pětiletých, a více než 4,5 hodiny denně pak pětina sedmnáctiletých.

V rámci preventivní prohlídky byl lékařem vyšetřen pohybový aparát dítěte a hodnoceno celkové držení těla. Za fyziologické bylo považováno držení těla bez výrazných odchylek. Vadné držení těla znamenalo přítomnost některé nebo kombinaci následujících poruch: patologické zakřivení páteře, předsunutá hlava, kulatá záda, zvýšené bederní prohnutí ad.

Vadné držení těla bylo zjištěno u 42 % dětí, častěji u chlapců (46 %) ve srovnání s dívkami (38 %). Výrazné rozdíly byly nalezeny také v souvislosti s věkem, vadné držení mělo 27 % pětiletých a 45 % sedmnáctiletých dětí. Svalová nerovnováha se nejčastěji projevila v oblasti krku a ramen, tj. předsunutím hlavy (23 % dětí), kulatá záda mělo 14 % dětí, skoliotické držení těla (porucha zakřivení páteře při pohledu zezadu) 13 % dětí. U nesportujících dětí byl výskyt vadného držení těla o téměř 10 % vyšší. Bolestmi hlavy trpěla pětina dětí, opět se častěji jednalo o ty, které nesportují nebo tráví delší dobu u počítače. Ostatní bolestivé stavy - v oblasti krční a bederní páteře jsou u dětí méně časté (7 %).

Výskyt obezity se během dvacetiletého období sledování (1996-2016) u dětí zvýšil významně, nicméně za posledních pět let (2011-2016) zůstal stabilní a v současnosti se pohybuje kolem 10 %. Děti s nadváhou a obezitou mají ve srovnání s dětmi s normální hmotností vyšší hodnoty některých složek lipidového spektra, zejména HDL cholesterolu a triglyceridů a mají častěji zvýšený krevní tlak (u obézních dětí byly hodnoty v pásmu hypertenze zjištěny pětikrát častěji).