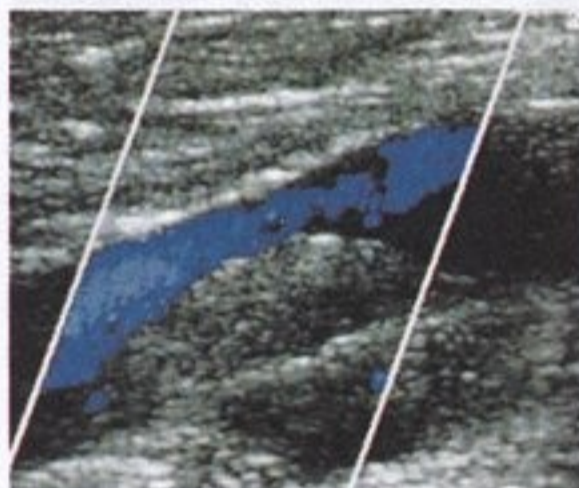


OBSAH

Úvod k českému vydání	7	■ VYŠETŘOVACÍ METODY	33
Předmluva	10	Dopplerova ultrasonografie	34
Onemocnění žil - velmi rozšířené onemocnění	12	Fotooptické metody měření	35
Jak zdravé máte žíly na dolních končetinách?	14	Invazivní měření žilního tlaku	36
■ ŽILNÍ SYSTÉM	16	Venózní okluzivní pletyzmografie	37
Funkce žilního systému	19	Flebografie	37
Transportní mechanismy žilního systému	19		
Funkční princip kloubně-svalových pump	22		
Význam kloubně-svalových pump	24		
Proč jsou žilní onemocnění tak rozšířená?	25		
Jak vznikají onemocnění žil	26		
Onemocnění žil a jejich příčiny	27	■ LÉČEBNÉ METODY	39
Zanikání žilních chlopní	28	Kompresivní terapie	40
Povrchový zánět žil (trombo-flebitida)	30	Funkční princip kompresivní terapie	41
Hluboká trombóza žil dolních končetin (flebotrombóza)	30	Technika obvazování	42
Jak předcházet hluboké trombóze žil dolních končetin	31	Kompresivní punčochy	49
Praktické rady pro pacienty s onemocněním žil	32	Léky proti onemocněním žil	50
		Léčba sklerotizací	52
		Operativní léčení	52
		Pohybová léčba při onemocněních žil	55





Běh a chůze	.56
Plavání	.57
Cvičení ve vodě a aquajogging	.57
Jízda na kole	.58
Míčové sporty	.58
Silové sporty	.59
Pedálový ergometr	.59
Soubor cviků	.61
Pokyny ke cvičení	.62



Strečinkové cviky na zahřátí	.63
Cviky vleže	.66
Cviky vsedě	.75
Cviky vsedě s náčiním	.86
Cviky vestoje	.93
Cviky vestoje s náčiním	.99
Cviky v chůzi	.102
Vodoléčba a sauna	.106
■ DODATEK	.108
Flebologický slovníček	.108

