

2023



VÝROČNÍ ZPRÁVA SPOLKU **MSREHAB**





OBSAH

ÚVOD	4
VZNIK A POSLÁNÍ SPOLKU MSREHAB	5
ORGANIZAČNÍ STRUKTURA	6
FINANČNÍ ZPRÁVA V ROCE 2023	8
ČINNOSTI SPOLKU V ROCE 2023	12
PLÁNY NA ROK 2024	29
ZÁVĚR	30



**ZAMĚŘUJEME SE NA OBLASTI, KTERÉ
V TUTO CHVÍLI POVAŽUJEME ZA
KLÍČOVÉ: LEDNOVOU KONFERENCI
FYZIOTERAPIE, PSYCHOTERAPIE,
ERGOTERAPIE A RS, PROPOJENÍ
INTERDISCIPLINÁRNÍCH TÝMŮ RS
CENTER, PSYCHOTERAPII V RS
CENTRECH, ORGANIZACI WEBINÁŘŮ
A SEMINÁŘŮ PRO PACIENTY S RS,
POBYTY PRO PACIENTY, VÝZKUM
V OBLASTI FYZIOTERAPIE
A PSYCHOTERAPIE**

Vážení spolupracovníci a partneři, milí přátelé, představujeme Vám výroční zprávu spolku MSrehab, z. s. za rok 2023.

Naleznete v ní informace o vzniku spolku, jeho členech, činnostech, hospodaření spolku a o jeho plánech na rok 2024.

Dovolte mi, abych Vám všem, kteří se podílíte na finanční podpoře a realizaci našich pravidelných i jednorázových aktivit, velmi poděkovala. Již od roku 2015 pořádáme různé vzdělávací akce pro rehabilitační odborníky i pacienty, natáčíme edukační videa, tvoříme nejrůznější materiály a snažíme se o rozšiřování kontaktní mapy, která by měla usnadnit nalezení vhodného terapeuta se znalostmi specifík u roztroušené sklerózy mozkomíšní pacientům napříč republikou. Velice nás těší, že naše akce pravidelně navštěvujete i to, že se stále přidávají noví terapeuti či pacienti, které téma RS zajímá.

Procházíme si také svým vývojem. Naše pozornost již není zaměřena na mnoho akcí, ale více se zaměřujeme na ty oblasti, které v tuto chvíli považujeme za klíčové (lednová konference Fyzioterapie, psychoterapie, ergoterapie a RS, propojení interdisciplinárních týmů jednotlivých RS center, udržení psychoterapie ve vybraných RS centrech, organizace webinářů a seminářů pro pacienty s RS, víkendové pobyty pro pacienty, výzkum v oblasti fyzioterapie a psychoterapie). I když se všichni věnujeme svým původním profesím, nacházíme čas na aktivity, které doplňují základní zdravotní péči poskytovanou pacientům s RS. Někdy nás přepadne nespokojenost a frustrace, že se vše nedaří podle našich ideálních představ. Zpětné vazby od účastníků akcí (z řad odborníků i pacientů) jsou pro nás ale velkou motivací a dodávají nám jistotu, že naše práce má smysl.

Děkuji všem kolegyním a kolegům za Váš čas a energii!

Speciální poděkování patří i členkám výkonného výboru a paní účetní za kontrolu našeho hospodaření.

Vám všem děkujeme za důvěru a podporu, jsme rádi, že díky Vám můžeme pokračovat v naší práci.

Lucie Suchá,
Předsedkyně MSrehab, z.s.



MSREHAB

VZNIK A POSLÁNÍ

Účel

Účelem spolku je podpora a rozvoj expertních rehabilitačních postupů v péči o pacienty s roztroušenou sklerózou (multiple sclerosis, MS). Ve spolupráci s dalšími organizacemi se podílí na výchově a vzdělávání zejména fyzioterapeutů, psychologů, ergoterapeutů a rehabilitačních lékařů se zaměřením na MS. Stará se o členskou základnu rehabilitačních odborníků specializujících se na problematiku MS.



Cíl

MSrehab, z. s. si klade za cíl vytvořit informační a kontaktní základnu pro fyzioterapeuty, ergoterapeuty, psychologů a odborníky na sociální poradenství, kteří pečují o pacienty s roztroušenou sklerózou mozkomíšní.



MSREHAB

ORGANIZAČNÍ STRUKTURA

Název:	MSrehab, z. s.	Název nejvyššího orgánu:	Členská schůze Statutární orgán
Datum zápisu:	19. března 2015 Spisová značka: L61993 vedená u Městského soudu v Praze	Číslo transparentního účtu:	2600782244/2010, Fio banka
Sídlo:	Tomanova 1150/70, Břevnov, 169 00 Praha 6	Základní dokumenty	Stanovy MSrehab, z. s.
Identifikační číslo:	038 19 302	Web:	www.msrehab.cz
Právní forma:	Spolek	Organizační struktura spolku:	Členská schůze - nejvyšší orgán spolku Předseda spolku Výkonný výbor spolku



MGR. LUCIE SUCHÁ

Předsedkyně spolku,
tel. 773605818,
lucka.sucha@email.cz



MGR. KLÁRA NOVOTNÁ, PH.D.

Členka výkonného výboru
Klara.novotna@vfn.cz



MUDR. BLANKA KECLÍKOVÁ

Členka výkonného výboru
blankakeclik@seznam.cz



RENÁTA MALINOVÁ

Členka výkonného výboru
renatamalina@volny.cz



MSREHAB

PŘEDSTAVUJEME VÁM NÁŠ SPOLEK



Zuzana Valesová, DiS.



Mgr. Daniela Hillayová



Mgr. Edita Strusková



Mgr. Barbora Staničková



Mgr. Petr Řezníček



PhDr. et Mgr. Renata Větrovská Ph.D



Bc. Lucie Šimůnková



Mgr. Bianka Smaržíková



MUDr. Martina Hoskovcová, Ph.D.



Mgr. Tereza Krejsková



Mgr. Jiří Motýl, Ph.D



Mgr. Jiřina Hendrychová



Mgr. Lenka Geierová



Mgr. Eliška Rotbartová



Mgr. Lucie Friedová, Ph.D



MSREHAB

HOSPODAŘENÍ V ROCE 2023

PODĚKOVÁNÍ NAŠIM PARTNERŮM DÍKY KTERÝM JSME V ROCE 2023 MOHLI POKRAČOVAT DÁL V NAŠÍ PRÁCI

Díky podpoře našich tradičních i nových partnerů jsme mohli i v roce 2023 usilovně pracovat na naplánovaných projektech a pořádat vzdělávací akce. Těto podpory si nesmírně vážíme a děkujeme za ni.

Jmenovitě děkujeme společnostem (řadíme abecedně): Biogen s.r.o., Merck spol. s r.o. (hlavní partner spolku), Novartis s.r.o., Roche s.r.o. a Sanofi-aventis, s.r.o. Dále pak Nadačnímu fondu Impuls za podporu projektu Setkalo se tělo s duší.

V neposlední řadě Nadaci ČEZ, která nás podpořila grantem ve výši 200 000 Kč.

Dále děkujeme všem jednotlivcům, kteří podpořili spolek MSrehab, z.s. nebo konkrétně projekt na podporu udržení psychoterapeutické péče.

Máte – li zájem vidět náš rozpočet dopodrobna, náš účet je transparentní. Je tedy možné všechny uskutečněné transakce nahlédnout.

	PŘÍJEM (Kč)	VÝDEJ (Kč)	celkem (Kč)
GRANT NADACE ČEZ			
grant Nadace ČEZ spoluúčast		-33711,93	-33711,93
grantNadace ČEZ	200000		200000
použité prostředky		-199850	-199850
vrátka grant Nadace ČEZ		-150	-150
GRANT PSYCHOTERAPIE			
grant psychoterapie		-253700	-253700
dar na podporu psychoterapie - kalendáře - souhrnně	93917		93917
dar Kateřina Rajmontová	3500		3500
dar TrimmTax s.r.o.	10000		10000
grant Novartis s.r.o.	250000		250000
členský příspěvek	2800		2800
PROJEKT SETKALO SE TĚLO S DUŠÍ			
použité prostředky		-308870,3	-308870,3
strava Monínek	53050		53050
nadační příspěvek	322017		322017
KONFERENCE FYZIO, PSYCHO, ERGO A RS			
Výdaje konference		-146126,2	-146126,2
Konference Fyzi, psycho, ergo a RS (vstup 2023 a 2024)	13700		13700
sponzoring Merck spol. s.r.o.	130000		130000
sponzoring Roche s.r.o.	20000		20000
sponzoring Biogen s.r.o.	50000		50000
sponzoring Sanofi Aventis s.r.o.	35000		35000
SPONZORING KONFERENCE ŽIVOT S ROZTROUŠENOU SKLERÓZOU			
DSJ Žíreč		-30000	-30000
sponzoring Merck spol. s.r.o.	15000		15000
sponzoring Biogen s.r.o.	10000		10000
OSTATNÍ			
vrácení chybně zadaných plateb	6625		6625
vzdělávání		-18046	-18046
ostatní		-13948	-13948
účetní služby		-20000	-20000
mzdy		-38250	-38250
IT služby DMD		-68486	-68486
kalendáře na podporu psychoterapie		-30000	-30000
Merck spol. s.r.o. sponzorský příspěvek	80000		80000
	1295609	-1161138,43	134470,57



SKUPINA ČEZ



MERCK





MSREHAB

ČINNOSTI SPOLKU V ROCE 2023

**SPOLEK MSREHAB, Z. S.
SE MŮŽE POCHLUBIT ŘADOU
ZORGANIZOVANÝCH ČI
SPOLUORGANIZOVANÝCH AKCÍ
A ZÍSKÁNÍM KLÍČOVÝCH
FINANČNÍCH PROSTŘEDKŮ
NA PODPORU ROZJETÝCH
PROJEKTŮ.**

CELOROČNĚ

Rozesílání aktualit

Novinky zveřejňované na spolkovém webu rozesíláme přihlášeným odběratelům. V roce 2023 jsme rozeslali celkem 11 aktualit. Jednalo se o pozvánky na edukační akce pro zdravotníky, pacienty i veřejnost. Všechny aktuality zůstávají uloženy v archívu spolkového webu.

Podpora vybraných psychoterapeutů - [webový odkaz](#)

Po celý rok 2023 jsme díky získaným finančním prostředkům mohli podporovat práci velmi zkušených terapeutek, konkrétně Bc. Karin Emily a Mgr. Janu Tomanovou, PhD.

Proč je psychoterapeutická péče pro naše pacienty tak důležitá? Psychoterapie by měla být v RS centrech nedílnou součástí komplexní péče o pacienta. Pro ošetřující personál představuje psychoterapie službu, jež doplňuje léčbu a je často indikována. Pacientům s roztroušenou sklerózou nabízí některá RS centra v ČR psychoterapeutickou pomoc, která pomáhá v různých fázích onemocnění, ale vzhledem k omezené personální a finanční kapacitě, je tato pomoc převážně akutní až střednědobá. Pro pacienty má však největší přínos terapie pravidelná a dlouhodobá. Často se však pacienti vzdávají psychoterapie jako první, a to z ekonomických důvodů. Psychoterapie není standardně hrazena ze zdravotního pojištění a pacienti si musí terapeutické hodiny hradit sami, není-li jinak přispíváno.

Odborně vedená psychoterapie zbavuje RS pacienta stresu, mírní a léčí depresivní i úzkostné stavy, učí schopnosti relaxace a buduje odolnost vůči zátěži.

Tento projekt je určený pro všechny pacienty z celé republiky bez ohledu na to, do kterého RS pacient dochází. Terapie mohou probíhat online nebo offline, dle potřeb klienta.

Díky sponzorským darům firmy Novartis s.r.o. a benefičnímu prodeji kalendářů jsme dokázali udržet psychoterapeutickou službu po celý rok 2023.



Mgr. Jana Černá Tomanová, Ph.D

Jsem psycholožka, terapeutka a lektorka. S pacienty s RS a jejich rodinami se setkávám od roku 2013 a přibližně stejnou dobu se věnuji také zdravotníkům – lékařům, sestřám i dalšímu personálu MS center v rámci vzdělávacích seminářů a supervizí. Spolu s kolegyní vedeme peer-to-peer program pro pacienty s RS, v němž působí skupinka skvělých pacientů ochotných a schopných na cestě životem s RS podpořit i další pacienty. Vedle péče o pacienty s RS poskytují terapie také rodinám a párům, dětem se závislostmi a sebepoškozováním a dalším klientům, kteří vyhledají odbornou pomoc.

Sezení s pacienty s RS jsou pro mě srdeční záležitostí. Ač je spojuje jedna diagnóza, každý příběh je jedinečný a RS v něm hraje pokaždé jinou roli. Tato diagnóza učí nás všechny pokoře a vědomí, že vnitřní klid, sebezpřijetí a péče o sebe jsou skutečně životní nezbytnosti. Smekám před statečností všech, kteří se s nevyzpytatelnou eReSkou sžili a dokáží vždy, když udeří, znovu vstát a vidět světlo.



Bc. Karin Emily

psychoterapeutka,
speciální pedagožka, arteterapeutka

Od roku 2014 do současnosti působím jako psychoterapeutka pro pacienty s RS v MS poradně ve FNKV Praha.

Jako externí lektor arteterapie spolupracuji v programech pro pacienty s RS s VFN Praha. Dále se věnuji přednáškové a školicí činnosti i pro další organizace, které se zaměřují na podporu pacientů s RS. Pro pacienty jsem vydala motivační knihy s audio-nahrávkami relaxačních technik, které mohou používat dle potřeby i v soukromí.

Jako největší přínos psychoterapeutické práce považuji zásadní změnu myšlenkových map, které pacientům nedovolovaly sebezpřijetí, zdravé sebezprožívání a zhoršovaly průběh onemocnění. Změna, kterou psychoterapie umožňuje, významným způsobem potencuje účinek medikace, aktivní spolupráci na léčení a přijetí omezení, která jsou nedílnou součástí léčby. Tato pozitivní změna se následně projevuje ve všech životních rovinách pacientů. Psychoterapeutická péče umožňuje lépe zvládat jak samotné přijetí diagnózy, tak doprovází při úzkostných stavech a depresivních propadech, které se v souvislosti s onemocněním vyskytují. Neméně důležitý je i fakt, že lékaři kteří naše pacienty ošetřují se mohou více soustředit na samotnou medikační léčbu a starost o psychickou rovinu pacientů mohou přenechávat psychoterapeutům



MSREHAB

AKCE USKUTEČNĚNÉ BĚHEM ROKU 2023

LEDEN

14.1.2023

Lucie Suchá měla prezentaci na téma Spolupráce fyzioterapeuta a RS sestry (trochu netradičně) a následně krátké cvičení na zvládnání stresu na setkání zdravotních sestřiček z RS center, které proběhlo v Pardubicích.

10. konference Fyzioterapie, psychoterapie, ergoterapie a RS - [odkaz na akci](#)

V sobotu 21.ledna 2023 se konal již 10.ročník pravidelné mezioborové rehabilitační konference pro specialisty (lékaře, fyzioterapeuty, ergoterapeuty, psychology/psychoterapeuty a další zdravotnické odborníky), kteří se věnují pacientům s roztroušenou sklerózou (RS). Po předchozích pandemických online ročnících mohla tentokrát proběhnout konference opět v běžném formátu. Konference měla opět jedno zaštiťující téma, kterým letos byl: „**Odpocinek a umění si odpočinout**“.

Na akci byli opět pozváni přední odborníci na komplexní terapii a problematiku RS. Účastníci tak měli možnost si vyslechnout přednášku primářky MUDr. Marty Vachové na téma cestování a dovolená při onemocnění RS, paní docentky MUDr. Jany Lízrové, Ph.D. o propojení lymfatického a nervového systému a psychologa PhDr. Ing. Martina Pospíchala, Ph.D. o vlivu mysli na imunitní systém a nemoc. Zahraniční specialisté byli zastoupeni přednáškou profesorky Daphne Kos a ergoterapeutky Sofie Ferdinand o technikách šetření energie pro lepší zvládnání únavy.

Nechyběli opět ani odpolední praktické workshopy: Vědomé dýchání (s fyzioterapeutkou Mgr.Martinou Chalupníkovou), Prevence vyhoření (s psychologem PhDr.Martinem Štrobem) a Koordinace a smysly (s tanečnicí Evou Ornstovou).



ÚNOR

Během února probíhaly intenzivní přípravy na každoroční akci Maraton cvičení s RS.

Několik členů spolku (Suchá, Malinová, Hoskovcová) nastoupilo do osmitýdenního kurzu Less Stress! pod vedením zkušených mindfulness lektorů Kataríny Bířešové a Václava Šmilauera



BŘEZEN

24 - 25. 3. 2023

12. ročník maratonu letos v Praze proběhl po čtyřech letech opět ve FitnessAction na Praze 4. Nachystali jsme pro vás jako vždy kruhový trénink, skupinová cvičení nebo venkovní Roztroušenou stezku.

31. 3. 2023 2.konference sester RS center

Lucie Suchá se zúčastnila i 2. ročníku konference sester RS center. Vedla na něm praktický workshop o správném sedu.



DUBEN

1. 4. 2023 se Lucie Suchá zúčastnila tradičního jarního setkání lékařů z RS center s přednáškou RHB u RS – podmínka komplexní péče v RS centrech

Dne 13.dubna 2023 proběhl v kostele sv.Šimona a Judy tradiční benefiční koncert pro NF Impuls, se kterým spolek MS rehab od svého založení spolupracuje a proto se jej i zástupci spolku MS rehab zúčastnili.



14 - 16. 4. 2023

Jarní víkendový pobyt SETKALO SE TĚLO S DUŠÍ na Monínci bylo se skupinou, která přijela podruhé a přizvali jsme tradičně externí lektorku arteterapeutku bc. Karin Emily.




Výtvarný projev je pro člověka přirozeným prostředkem vyjadřování vlastních pocitů, postojů ke světu i k sobě samým, je to způsob sebepoznávání. Arteterapie s tímto přirozeným projevem člověka umí zacházet tak, že zde výtvarné nadání či nacvičená zručnost ustupují do pozadí a tím důležitým se stává fantazie, dobrodružství, zkoušení něčeho nového a především odvaha projevit se. Další důležitou rovinou tvoření výtvarnými prostředky je komunikace. Každý obraz či výtvor z hlíny v sobě nese často důležité sdělení, adresované terapeutům i ostatním členům terapeutické skupiny, v níž tvořivé procesy probíhají. Zajímavou vlastností arteterapie je, že není zaměřená pouze na výsledek, důležité je celé tvoření. To znamená, že člověk se může o sobě něco nového dozvědět nebo něco nového zažít už od chvíle, kdy vezme do ruky štětec či keramickou hlínu. Pro terapeuta je všímání si celého tvořivého procesu velmi důležité, dává mu nahlédnout do světa svého klienta a umožňuje mu tak jeho světu lépe rozumět.


Léčebný potenciál je již v samotném procesu vytváření výtvarného díla. Tím, že se člověk dostává do situace, se kterou si nemůže poradit pomocí zaběhaných stereotypů, snaží se objevit v sobě nové schopnosti jak tuto situaci zvládnout. Taková zkušenost je velmi důležitá, pomáhá nám rozšiřovat vlastní repertoár způsobů řešení problémů a stáváme se tak pružnějšími. Léčebný je náhled klienta na vlastní problémy při rozhovoru nad průběhem a výsledkem jeho práce. Při takovém rozhovoru s terapeutem můžeme poznat například některé příčiny našeho chování, s nímž nejsme úplně spokojeni. Tímto poznáním se stáváme svobodnějšími, víc víme, proč to či ono děláme. Léčící je i zkušenost, kterou klient získává v terapeutickém vztahu či při práci s ostatními členy arteterapeutické skupiny. Člověk má sklony své zkušenosti z blízkých vztahů přenášet i do vztahů nových, což může být někdy problém, zvláště když je tato zkušenost v něčem "špatná". Pak je ovšem potřeba toto opravit zkušeností novou, což není jednoduché, ale jde to. Mimochodem, toto je nejúčinnější prvek každé terapie duše.

KVĚTEN

Ve dnech **4.- 6. května** se konal v italském Janově další ročník mezinárodní rehabilitační konference RIMS (Rehabilitation In Multiple Sclerosis). Spolek MS rehab byl zastoupen v spoluautorství Kláry Novotné na posteru: Needs of people with primary progressive multiple sclerosis



UNIVERSITÄT ZU LÜBECK



UKE
HAMBURG

Needs of people with primary progressive multiple sclerosis (NIPS) around diagnosis - A qualitative interview study

Lorenz Rasev¹, Julia Peper², Andrea Giordano¹, Alessandra Solarì¹, Sinéad Hynes¹, Miguel Angel Robles Sánchez¹, Ingrid Galan¹, Edwin Roger Meza Murillo³, Klara Novotná⁴, Christoph Heesen^{1,5}, Anne Christin Rahn⁶

Background
People with primary progressive multiple sclerosis (pwPPMS) develop persistent disability early, often from diagnosis [1]. They are confronted with a constantly worsening disease and limited treatment options, which can lead to feelings of hopelessness [2]. Currently, there is little research on the needs of pwPPMS.

Aims
Our qualitative study explored the needs of pwPPMS from the perspective of pwPPMS and healthcare professionals (HPs).

Methods
We conducted a multicentre qualitative study consisting of semi-structured interviews with pwPPMS, and interviews and focus groups with HPs experienced in the care of pwPPMS. We developed interview guides based on the findings of a scoping review of information and support needs of pwPPMS.

PwPPMS were eligible if they were

- aged 18-65 years,
- diagnosed for ≥ 10 years,
- had an Expanded Disability Status Scale (EDSS) ≤ 6.0 ,
- were fluent in the respective language of the country and
- had provided informed consent.

Interviews and focus groups were recorded, transcribed, and translated into English. We analysed the data using qualitative thematic analysis [3].

Results
Interviews with pwPPMS
We conducted 16 pwPPMS interviews (Czech Republic n=2, Germany n=3, Italy n=3, Ireland n=4 and Spain n=4).

PwPPMS

- were on average 55 years old (range 42-73, missing data n=2) and
- mostly had the diagnosis ≤ 5 years (n=12, missing data=1).

We identified four overarching themes in the interviews with pwPPMS:

- "The long and rocky road to diagnosis",
- "Daily challenges",
- "Heterogeneous access to health care and information" and
- "Individual needs".

Experts' perspective on the care of people with primary progressive multiple sclerosis (pwPPMS)

We conducted seven interviews with HPs (Czech Republic n=2, Germany n=1, Ireland n=2 and Spain n=2) and two focus groups (Germany n=1, Italy n=1), with in total 15 HPs. We interviewed HPs with different professional qualifications (e.g. neurologists, nurses, physiotherapists, and psychologists). HPs were on average 49 years old (range 32-65, missing data n=2) and mostly female (n=16 (73%).

We identified four overarching themes (see Figure 2):

- "The long and rocky road to diagnosis",
- "Looking at the daily challenges",
- "Current professional care" and
- "Expert's perspective on the care of people with primary progressive multiple sclerosis (pwPPMS)".

Experts' perspective on the care of people with primary progressive multiple sclerosis (pwPPMS)

The long and rocky road to diagnosis	Looking at the daily challenges	Current professional care	Needs of people with pwPPMS
<ul style="list-style-type: none"> Long and rocky road to diagnosis Difficult to get a diagnosis Difficult to get a diagnosis Difficult to get a diagnosis 	<ul style="list-style-type: none"> Looking at the daily challenges Looking at the daily challenges Looking at the daily challenges 	<ul style="list-style-type: none"> Current professional care Current professional care Current professional care 	<ul style="list-style-type: none"> Needs of people with pwPPMS Needs of people with pwPPMS Needs of people with pwPPMS

Figure 1 Final themes and exemplary quotes - perspective of the pwPPMS

Figure 2 Final themes and exemplary quotes - experts' perspective

Conclusion and outlook
PWPPMS and HPs highlighted that the diagnostic process is often lengthy and challenging, and that the progressive disease course entails considerable changes in daily life. Information, improved treatment options and support services are needed from diagnosis onwards to help pwPPMS cope with the disease. Based on the qualitative results, an anonymous survey on the needs of pwPPMS will be conducted with MS experts. This could serve as a basis for a larger survey to verify hypothesis on unmet needs of pwPPMS.

CONTACT: julia.peper@uksh.de

IM FOCUS DAS LEBEN

19. - 21. 5. 2023

Další jarní víkendový pobyt **SETKALO SE TĚLO S DUŠÍ** na Monínci bylo se skupinou, která přijela potřeť.

Ústředním tématem jsme zvolily muzikoterapeutické techniky, metody a hry, které mohou klientům pomoci při podpoře vnímání vlastního sebevědomí, sebepřijetí, komunikačních schopností a dovedností, verbálního i neverbálního projevu na podporu vnímání tělesného schématu, emoční exprese a korekce, vlastní identity a pocitu skupinové sounáležitosti. Všechny techniky využívají hudbu jako komunikačního prostředku a radostného zážitku možnosti vzájemného sdílení. Máme proto tentokrát s sebou externí členku lektorského týmu – muzikoterapeutku Markétu Gerlichovou.



XXVIII. sjezd Společnosti rehabilitační a fyzikální medicíny ČLS JEP (25.-27.5.2023, Luhačovice)

- Odborný program sjezdu byl tvořen čtyřmi ucelenými tematicky svázanými bloky přednášek, mezi dva páteční a dva sobotní bloky byly vloženy vybrané přihlášené přednášky a posterová sekce. Novinkou posterové sekce byla krátká plenární prezentace posteru předcházející prohlídku a diskuzi u jednotlivých vystavených posterů.

- Na XXVIII. sjezdu SRFM se prezentovalo celkem 395 účastníků, z toho bylo 343 zdravotníků. Z prezentovaných zdravotníků tvořili 220 účastníků lékaři, 113 účastníků fyzioterapeuti a 3 účastníci byli z řad ergoterapeutů.

- Eliška Rotbartová (ergoterapeutka) zde měla aktivní účast formou posteru s názvem „Inter-rater reliabilita Nine Hole Peg Testu u pacientů s roztroušenou sklerózou“.



INTER-RATER RELIABILITA NINE HOLE PEG TE STU U PACIENTŮ S ROZTROUŠENOU SKLERÓZOU

MgA. Eliška Rotbartová^{1,2}, Mgr. Kateřina Špačková^{1,3}, MSc. Břetislav Vranoušek⁴, Ph.D., MBA¹

¹ - Rehabilitační klinika, ² - Rehabilitační ústav, ³ - Rehabilitační klinika, ⁴ - Rehabilitační klinika

ÚVOD

- Nine Hole Peg Test (NHPT) je standardizovaný náročný funkční jarnou úroveň, používaný v klinické praxi.
- Účelem testování je ověřit spolehlivost výsledků získaných při NHPT u pacientů s roztroušenou sklerózou (RS).
- Předložená studie zkoumá inter-rater reliabilitu NHPT u pacientů s RS.
- Výsledky studie mohou pomoci při rozhodování o vhodnosti NHPT u pacientů s RS.

CÍL A METODIKA

- Cílem studie bylo ověřit inter-rater reliabilitu NHPT u pacientů s RS.
- Studie byla provedena v Rehabilitačním ústavu v Luhačovicích.
- Účastníci byli rozděleni do dvou skupin: 1. skupina (NHPT) a 2. skupina (NHPT).
- Každý účastník absolvoval NHPT dvakrát s odstupem 10 minut.
- Výsledky byly porovnány mezi dvěma skupinami.
- Statistická analýza byla provedena pomocí SPSS.
- Výsledky studie budou prezentovány na sjezdu SRFM.

VÝSLEDKY

- 1. Cíl - provedení většího množství testů NHPT u pacientů s RS.
- 2. Cíl - ověřit inter-rater reliabilitu NHPT u pacientů s RS.
- Celkem bylo provedeno 100 testů NHPT u 50 pacientů s RS.
- Výsledky studie budou prezentovány na sjezdu SRFM.

Individuální pacient	První pokus, počet bodů	Druhá pokus, počet bodů	První pokus, počet bodů	Druhá pokus, počet bodů	První pokus, počet bodů	Druhá pokus, počet bodů
1. pacient	10	10	10	10	10	10
2. pacient	10	10	10	10	10	10
3. pacient	10	10	10	10	10	10
4. pacient	10	10	10	10	10	10

ZÁVĚR

- Studie ukázala, že NHPT je vhodný test pro pacienty s RS.
- Výsledky studie mohou pomoci při rozhodování o vhodnosti NHPT u pacientů s RS.
- Studie bude prezentována na sjezdu SRFM.

Ku příležitosti Světového dne RS **30. května** proběhlo opět sázení slunečnic v Kateřinské zahradě. Součástí programu v Kateřinské zahradě byla také instruktáž o správné technice chůze s nordic walking holemi od Mgr. Lucie Suché. Následovaly přednášky pro pacienty v posluchárně Neurologické kliniky 1.LF UK a VFN.

Profesorka MUDr. Eva Kubala Havrdová, CSc. si připravila přednášku na téma: Mylné informace v léčbě RS (z pohledu neurologa) a Mgr. Lucie Suchá a Renata Malinová: Mylné informace (pohledem fyzioterapeuta a psychoterapeuta).

VFN PRAHA
VŠEOBECNÁ FAKULTNÍ NEMOCNICE V PRAZE
NEUROLOGICKÁ KLINIKA VFN A 1. LF, SPOLEK MSREHAB
Z.S. A NADAČNÍ FOND IMPULS

SI VÁS DOVOLUJÍ **POZVAT NA AKCI** PŘI PŘÍLEŽITOSTI
SVĚTOVÉHO DNE ROZTROUŠENÉ SKLERÓZY (RS)

30. KVĚTNA 2023
OD 12:30 HODIN

Program:
Kateřinská zahrada, Praha 2

12:30 Rozsvítíme Českou republiku (NF Impuls)
– slavnostní sázení slunečnic v Kateřinské zahradě

12:45–13:30 ukázka správné techniky chůze nordic walking (Mgr. Lucie Suchá)
– koná se za pěkného počasí v Kateřinské zahradě, hole budou k zapůjčení, ale můžete si přinést i vlastní a zkontrolovat správné nastavení s fyzioterapeutem

Neurologická klinika VFN a 1. LF UK, Velká posluchárna, Kateřinská 30, Praha 2

14:30 prof. MUDr. Eva Kubala Havrdová, DrSc:
Mylné informace o léčbě RS
– pohled lékaře (Jaké nepravdivé a nebezpečné informace se o RS tradují nejen na internetu)

15:15 Renáta Malinová, Mgr. Lucie Suchá:
Mylné informace o léčbě RS
– pohled psycho a fyzioterapeuta (O tom, co skutečně funguje v rámci psychoterapeutické a rehabilitační léčby a jak je vhodná jejich kombinace)

1. LÉKÁRSKÁ FAKULTA
Univerzita Karlova

Nadační fond **IMPULS**

Generální partner SDRS Partneři SDRS v Praze
MERCK **Roche** **SANDOZ**

Partneři Rozsvítíme ČR v Praze
IMPULS **Rádádlo** **Biogen** **glenmark** **Genentech**



Dne **30. 5.** proběhla rovněž valná hromada spolku. K naší velké radosti byli přijati noví členové a nové členky – Jiří Motýl, Lucie Friedová, Barbora Grosserová, Jiřina Hendrychová a Eliška Rotbartová.

ČERVEN

Někteří mladší členové spolku ještě nikdy nebyli v Domově svatého Josefa v Žírči. Proto jsme se tam jednoho krásného před začátkem léta vypravili. Byli jsme vřele uvítáni a tamní kolegové nám připravili exkurzi na míru. Fyzioterapeutům se věnovali v rehabilitačních místnostech, psychoterapeutům se věnovala psychologka, všichni jsme zašli za sociální pracovníci, byly předvedeny obdivuhodné chytré technologie a potěšili jsme se krásnými výrobky v keramické dílně a pokochali se vůněmi v bylinkové zahradě. Dokonce jsme si po prohlídce kostela mohli zahrát na unikátní barokní zvonový klavír. V místní kavárně Damián jsme poobědvali spolu s kolegy a vedením Domova.

35. celostátní konference České asociace ergoterapeutů (2. - 3. 6. 2023, Plzeň)

- Odborná dvoudenní konference s názvem „Ergoterapie napříč obory“. Pestrý program sestával nejen z odborných přednášek, ale i dvou workshopů. V rámci prvního workshopu se účastníci zamýšleli nad tím, jak mohou posílit vlastní sebehodnotu a podpořit sebe sama. V dalším praktickém workshopu si mohli účastníci vyzkoušet pracovat s NRX® Strap materiály a vyrobit si vlastní ortézu na horní končetinu. Během přestávek v programu byla příležitost sdílet zkušenosti s dalšími ergoterapeutkami, navázat spolupráci mezi jednotlivými zařízeními anebo také s firmami, které nabízejí kompenzační pomůcky a na konferenci měli některé z nich k dispozici na vyzkoušení (např. mechanické vozíky s přídatným pohonem).

- Eliška Rotbartová (ergoterapeutka) zde měla aktivní účast formou přednášky (15 min.) s názvem „Specifické situace při testování pomocí Nine Hole Peg Testu u pacientů s roztroušenou sklerózou“. Po přednášce navazovala diskuzi, která vnesla mnoho zajímavých otázek a témat z praxe a zkušeností ergoterapeutek s Nine Hole Peg Testem.
- Z konference byl vydán sborník příspěvků: [Sborník](#)



Dne **9. 6.** se Lucie Suchá zúčastnila konference RS 2023, kde měla přednášku na téma Cestování z pohledu fyzioterapeuta

21. června

Lucie Suchá a Renáta Malinová se zúčastnily semináře pro nově diagnostikované pacienty ve Zlíně.

ČERVENEC A SRPEN

Příprava a propagace webinářů pro pacienty s RS.



Cyklus webinářů pro pacienty s roztroušenou sklerózou mozkomíšní a jejich rodiny či přátele

Spolek MSrehab za podpory **Nadace ČEZ** pro Vás připravil cyklus webinářů na zajímavá témata. Vysílání proběhne přes **platformu Zoom** a bude zdarma.

Program

11/9 17–18.30 h	20/9 17–18.30 h	25/9 17–18.30 h	4/10 17–18.30 h	9/10 17–18.30 h
Mgr. Barbora Staničková	Renata Malinová Mgr. Lucie Suchá	Bc. Karin Emily	Mgr. Eliška Rotbartová	Mgr. Lucie Friedová, Ph.D. Mgr. Jiří Motýl, Ph.D.
Poruchy rovnováhy a jejich terapeutické ovlivnění	Co by měli rodinní příslušníci a přátelé lidí s RS vědět?	Psychosomatika aneb co mi říká moje tělo	Ergoterapie a léčba prací, jaký je rozdíl	Podpora duševního zdraví při RS Jak překonat depresi a úzkost



Přihlašujte se na
www.msrehab.cz

Možné je přihlásit se na jeden či více webinářů. Na konci každého webináře bude prostor pro Vaše dotazy a diskuzi.

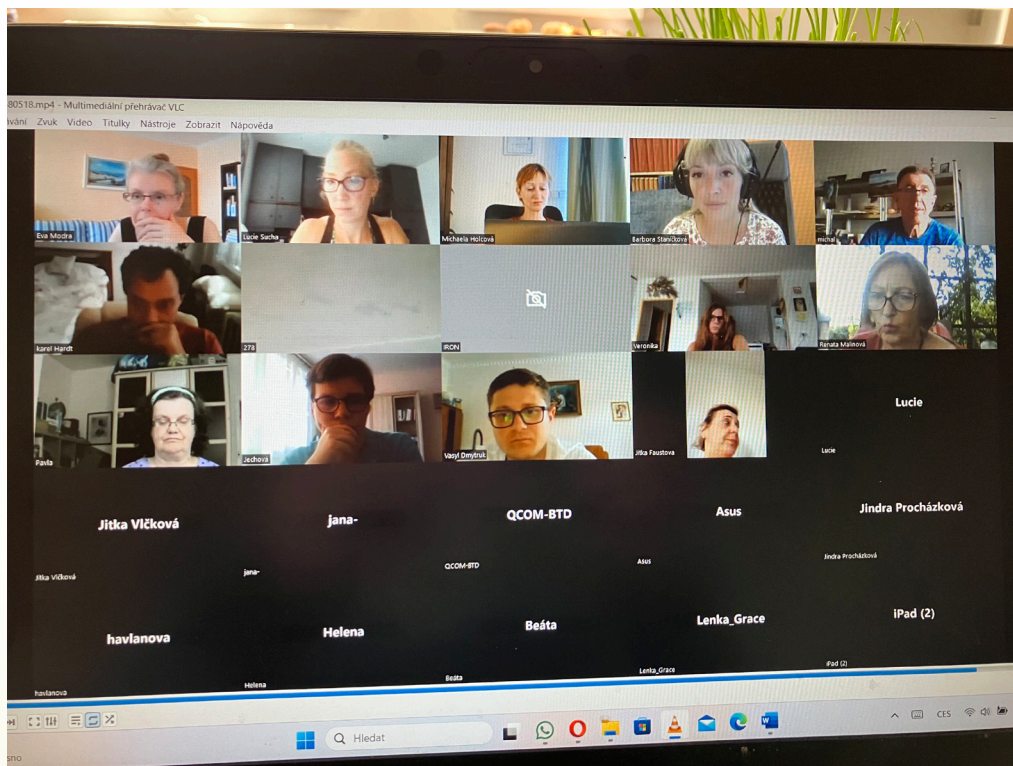
V případě jakýchkoliv dotazů neváhejte kontaktovat organizátorky:
Renata Malinová – renatamalina@volny.cz
Lucie Suchá – lucka.sucha@email.cz

Těšíme se na Vás!

ZÁŘÍ

Dne **15. září 2023** se Mgr. Barbora Grosserová (Staníčková) zúčastnila konference Moderní postupy v distanční péči a rehabilitačním lékařství konané v Lékařském domě v Praze s příspěvkem: Kazuistika pacientky s roztroušenou sklerózou s dlouhodobou telerehabilitační péčí.

Dne **18. září 2023** vystoupila Klára Novotná na semináři Neurologické kliniky FN Ostrava s přednáškou: Rehabilitace osob s roztroušenou sklerózou.



Díky podpoře nadace ČEZ, jsme na podzim jsme spustili sérii webinářů:

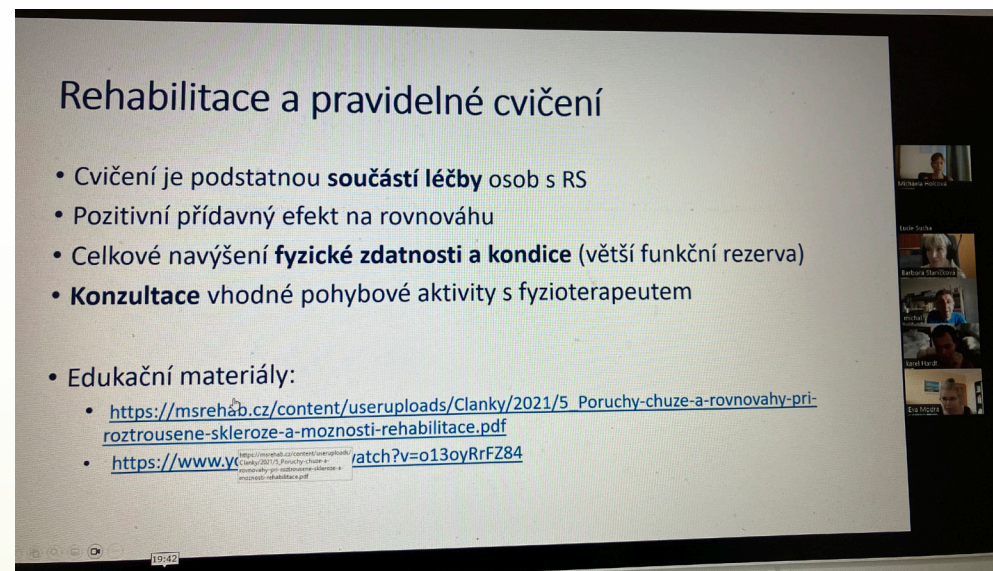
11. září

Poruchy rovnováhy a jejich terapeutické ovlivnění
(Mgr. Barbora Staníčková)

20. září

Co by měli rodinní příslušníci a přátelé lidí s RS vědět?
(Mgr. Lucie Suchá, Renáta Malinová)

Webináře měly velký úspěch a jsme moc rádi, že se mohli zúčastnit pacienti z celé ČR. Kromě webinářů jsme z nadačního příspěvku natočili videa na trénink rovnováhy a část peněz byla použita na podporu psychoterapeutů (viz výše).



ŘÍJEN

4. října

Webinář **Ergoterapie a léčba prací, jaký je rozdíl?**, Mgr. Eliška Rotbartová

9. října

Webinář **Podpora duševního zdraví při RS – jak překonat depresi a úzkost**, Mgr. Lucie Friedová, Ph.D., Mgr. Jiří Motýl, Ph.D.

11. října Proběhl webinář pro pacienty a jejich rodiny či přátele - **Poruchy rovnováhy a jejich terapeutické ovlivnění**, Mgr. Barbora Grosserová

13. - 15. října

Na první podzimní víkendový pobyt **SETKALO SE TĚLO S DUŠÍ** jsme na Monínec odjeli se zbrusu novou skupinou. Tento víkend byl v pořadí již čtyřicátý!



Ve čtvrtek **19. října 2023** proběhl v Domově sv. Josefa další ročník **mezioborové konference** zaměřený na komplexní rehabilitační péči o těžce nemocné pacienty s roztroušenou sklerózou (RS), tentokrát s podtitulem: „O čem se nemluví u těžce nemocných s roztroušenou sklerózou“. Díky podpoře z Visegrádského fondu bylo možné akci tentokrát uspořádat s mezinárodní účastí a zajistit simultánní tlumočení. Kromě předních českých odborníků tak byli pozváni také specialisté z rehabilitačních pracovišť v Polsku a zástupce ze Slovenska. Z českých specialistů zde vystoupil docent MUDr. Radomír Taláb, Ph.D. a profesorka MUDr. Eva Kubala Havrdová, DrSc. Podrobná zpráva o průběhu konference je dostupná na webu MSrehab spolu s odkazy na videa z konference.



**I LETOS JSME NECHALI
VYROBIT KRÁSNÉ
KALENDÁŘE NA PODPORU
PSYCHOTERAPEUTICKÉ PÉČE
U PACIENTŮ S RS. JEJICH
VÝTĚŽEK JE VELMI DŮLEŽITÝ
PRO UDRŽENÍ FINANCOVÁNÍ
PROJEKTU A TAKÉ PRO
INFORMOVÁNÍ O NĚM.**



Vnímej velikost vesmíru

SRPEN

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31



Vydechni napětí

ÚNOR

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30

LISTOPAD

Lucie Friedová – dokončila Výcvikový kurz v kognitivně behaviorální terapii (ODYSSEA – Mezinárodní institut KBT), závěrečná práce: Jak překonat depresi a úzkost za pomoci prvků KBT: Příručka pro osoby s RS a jejich blízké

Ve dnech **2.- 4. 11. 2023** se konala v Mariánských Lázních konference Tělovýchovné Lékařství 2023, které se za spolek zúčastnila Renata Větrovská a Barbora Grosserová. Barbora Grosserová zde vystoupila s příspěvkem: Využívání moderních technologií při pohybové aktivitě osob s autoimunitním onemocněním.

2. listopadu

Webinář Psychosomatika aneb co mi říká moje tělo (bc. Karin Emily)

10. - 12. 11.

Druhý podzimní víkendový pobyt **SETKALO SE TĚLO S DUŠÍ** bývá již tradičně zasvěcen „abiturientům“ - pacientům, kteří už absolvovali všechny tři pobyty. Tentokrát jsme se věnovali mezilidským vztahům prostřednictvím prožitkové metody osobního rozvoje s externí terapeutkou rodinných konstelací Marcelou Peškovou. Duchovním otcem metody je Bert Hellinger. Narodil se v roce 1925 v Německu. Studoval filozofii, teologii a pedagogiku. Intenzivně se věnoval psychoanalýze, primární terapii, Gestalt terapii, transakční analýze, rodinné terapii, neurolingvi-

stickému programování. Na základě svých zkušeností vytvořil vlastní metodu, rodinnou systemickou terapii, která je dnes používána v mnoha různých oborech, např. v psychoterapii, psychosomatické medicíně či podnikovém poradenství.

21. listopadu

Proběhl tradiční seminář pro nově diagnostikované v Praze

24. - 25. listopadu

Školení personálu pro nové pobytové zařízení pro pacienty s RS v Krašlovicích (Karáskův mlýn),
přednáška R.Malinová - Význam psychoterapie v průběhu nemoci (od počátku do progresivních stádií)

Lucie Suchá - Vnímání těla – proč je dobré být v kontaktu sám se sebou,
Klára Novotná – Fyzioterapie v pozdějších fázích onemocnění



Využívání moderních technologií pro podporu pohybových aktivit u osob s roztroušenou sklerózou



Grosserová Barbora¹, Novotná Klára^{1,2,3}



29. 11. - 1. 12. 2023

36. ČESKÝ A SLOVENSKÝ NEUROLOGICKÝ SJEZD v Hradci Králové

– Barbora Grosserová a Klára Novotná připravily poster: Využívání moderních technologií pro podporu pohybových aktivit pacientů s roztroušenou sklerózou, ve kterém popisují jak v období pandemie Covid-19 stoupla míra využívání moderních technologií, konkrétně se často jednalo o využívání různých senzorů nositelných na těle (např. fitbit a další) a využívání online cvičebních videí.

Dále Klára Novotná spolu s paní docentkou MUDr. Janou Lízrovou, Ph.D. připravili poster o vlivu symptomatické léčby preparátem fampridine na parametry chůze.

A spolu s dalšími lékaři RS centra poster sledující přetrvávání post-covidových obtíží u pacientů s RS: Postcovidový syndrom u osob s RS a možnosti rehabilitace.

¹Neurologická klinika a Centrum klinických neurověd 1.LF UK a VFN v Praze

²MSRehab z.s., Praha

³Klinika rehabilitačního lékařství VFN a 1.LF UK, Praha

ÚVOD	VÝSLEDKY
<p>Pravidelná pohybová aktivita je podstatný modifikující faktor průběhu řady chronických onemocnění včetně roztroušené sklerózy. Pozitivní dopad pohybové aktivity na zdraví osob s roztroušenou sklerózou byl potvrzen řadou zahraničních výzkumů, přesto je dokázáno, že se jedinci s roztroušenou sklerózou věnují pohybové aktivitě v nedostatečné míře nebo necvíčí vůbec. Výzkum v oblasti moderních technologií ukazuje, že by právě moderní technologie mohly pomoci podpořit při pohybové aktivitě nejen zdravé osoby, ale i osoby s chronickým neurodegenerativním onemocněním jako je roztroušená skleróza. Vzhledem k tomu, že se roztroušená skleróza vyskytuje nejčastěji u mladých dospělých je potřeba dodržovat dlouhodobý aktivní životní styl, což je mnohdy problematické. Znalosti preference pohybových aktivit a moderních technologií by mohly pomoci vhodně nastavit optimální rehabilitační intervenci a udržet dlouhodobou adhezenci k pravidelné pohybové aktivitě.</p>	<p>Většina respondentů byla ve věkové skupině 35-44 let (32,8 %) a 45-54 let (31,3 %). Nejpočetnější byla skupina pacientů diagnostikovaných před 5-15 lety (46 %).</p> <p>Značná část respondentů uvedla, že se věnovala nějaké formě cvičení nebo pohybové aktivity v období před pandemií (87,9 %, n=224). Celkem 49 % respondentů využívalo přitom moderní technologie při pohybové aktivitě, z toho nejčastěji pacienti s PDSS 0-3 (57 %), méně pak osoby s PDSS 4-6 (38 %) a nejméně osoby s PDSS 7-8 (5 %). Nejčastěji využívané moderní technologie byla zařízení nositelná na těle (např. Fit Bit, chytré hodinky, krokoměr apod.) a aplikace pro cvičení nebo záznam pohybu na telefonu nebo tabletu. Nejčastějšími aktivitami, u nichž byly moderní technologie využívány, byly chůze (PDSS 0-3, 4-6) a cvičení s fyzioterapeutem (PDSS 7-8) (viz tabulka).</p> <p>Během pandemie Covid-19 využívalo 60 % osob s RS pro své pohybové aktivity moderní technologie, z toho nejvíce skupina s PDSS 0-3 (57 %), dále s PDSS 4-6 (37 %) a nejméně s PDSS 7-8 (6 %). Nejčastěji využívané moderní technologií byly opět zařízení nositelná na těle (např. Fit Bit, chytré hodinky, krokoměr apod.) a natočená cvičební videa na telefonu nebo tabletu a nejčastěji aktivitou byla chůze (PDSS 0-3, 4-6) a zdravotní cvičení (PDSS 7-8) (viz tabulka).</p>

CÍL
<p>Cílem naší pilotní studie bylo zhodnotit míru používání moderních technologií při pohybových aktivitách. Tyto informace mohou pomoci ošetřujícím neurologům a fyzioterapeutům lépe předepisovat individuálně vhodná cvičební doporučení osobám s roztroušenou sklerózou. Dílčím cílem bylo zhodnotit vliv pandemie Covid-19 na využívání moderních technologií při pohybové aktivitě.</p>

METODIKA																														
<p>Dotazník, který zkoumal úroveň pohybových aktivit a jejich vliv na zdraví jedinců s roztroušenou sklerózou v době pandemie Covid-19, byl realizován v rámci mezinárodní studie odborné společnosti RIMS (Rehabilitation In Multiple Sclerosis). Prostřednictvím tohoto dotazníkového šetření byl také sledován trend využívání moderních technologií při pohybových aktivitách před a během pandemie Covid-19.</p> <p>Dotazník zahrnoval 74 otázek s převahou uzavřených otázek. Pro účely této pilotní studie byly vybrány otázky, které se vztahovaly k typu provozovaných pohybových aktivit a při nich využívaných moderních technologií. Respondenti mohli v dotazníku charakterizovat až tři pohybové aktivity, které pravidelně provádějí. Sběr dat probíhal v roce 2021 od května do července. Vzhledem v té době probíhající pandemii Covid-19 byly dotazníky vyplňovány online formou a jejich distribuce probíhala prostřednictvím šíření odkazů mezi místními RS centry, rehabilitačními pracovišti a také za pomoci patientských organizací (organizace Roska, Sdružení Mladých sklerotiků).</p> <p>Dotazníkového šetření se zúčastnilo 265 osob s roztroušenou sklerózou, 210 žen a 55 mužů. Míra neurologického deficitu byla hodnocena probandý dle standardizované sebehodnotící škály The Patient Determined Disease Steps (PDSS). Následně byli, pro účely analýzy, pacienti rozděleni do tří skupin podle míry neurologického deficitu: s mírným deficitem (PDSS 0-3) celkem 132 osob, se středním neurologickým deficitem omezujícím schopnost chůze (PDSS 4-6) celkem 119 osob a 23 osob s těžkým neurologickým deficitem pohybující se na vozíku (PDSS 7-8).</p>																														
<p>Tabulka: Výsledky využívání moderních technologií</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="2">Využívání technologií před pandemií (celkem využívalo N= 114 z 234)</th> <th colspan="2">Využívání technologií během pandemie (celkem využívalo N= 87 z 140)</th> </tr> <tr> <th>Mírná disabilita (PDSS 0-3) N=65</th> <th>Střední disabilita (PDSS 4-6) N=43</th> <th>Těžká disabilita (PDSS 7-8) N=6</th> <th>Mírná disabilita (PDSS 0-3) N=50</th> <th>Střední disabilita (PDSS 4-6) N=22</th> <th>Těžká disabilita (PDSS 7-8) N=5</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1. zařízení nositelná na těle (n=75)</td> <td>1. zařízení nositelná na těle (n=32)</td> <td>1. aplikace pro cvičení (n=3)</td> <td>1. aplikace pro cvičení (n=52)</td> <td>1. zařízení nositelná na těle (n=14)</td> <td>1. natočená cvičební videa (n=3)</td> </tr> <tr> <td>2. aplikace pro cvičení (n=23)</td> <td>2. natočená cvičební videa (n=13)</td> <td>2. natočená cvičební videa (n=2)</td> <td>2. natočená cvičební videa (n=15)</td> <td>2. natočená cvičební videa (n=13)</td> <td>2. fyzioterapeutickou webovou stránku (n=1)</td> </tr> <tr> <td>3. natočená cvičební videa (n=11)</td> <td>3. aplikace pro cvičení (n=12)</td> <td>3. fyzioterapeutickou webovou stránku (n=1)</td> <td>3. aplikace pro cvičení (n=13)</td> <td>3. online živé cvičení na telefonu nebo tabletu (n=7)</td> <td>3. zařízení nositelná na těle (n=1)</td> </tr> </tbody> </table>			Využívání technologií před pandemií (celkem využívalo N= 114 z 234)		Využívání technologií během pandemie (celkem využívalo N= 87 z 140)		Mírná disabilita (PDSS 0-3) N=65	Střední disabilita (PDSS 4-6) N=43	Těžká disabilita (PDSS 7-8) N=6	Mírná disabilita (PDSS 0-3) N=50	Střední disabilita (PDSS 4-6) N=22	Těžká disabilita (PDSS 7-8) N=5	1. zařízení nositelná na těle (n=75)	1. zařízení nositelná na těle (n=32)	1. aplikace pro cvičení (n=3)	1. aplikace pro cvičení (n=52)	1. zařízení nositelná na těle (n=14)	1. natočená cvičební videa (n=3)	2. aplikace pro cvičení (n=23)	2. natočená cvičební videa (n=13)	2. natočená cvičební videa (n=2)	2. natočená cvičební videa (n=15)	2. natočená cvičební videa (n=13)	2. fyzioterapeutickou webovou stránku (n=1)	3. natočená cvičební videa (n=11)	3. aplikace pro cvičení (n=12)	3. fyzioterapeutickou webovou stránku (n=1)	3. aplikace pro cvičení (n=13)	3. online živé cvičení na telefonu nebo tabletu (n=7)	3. zařízení nositelná na těle (n=1)
Využívání technologií před pandemií (celkem využívalo N= 114 z 234)		Využívání technologií během pandemie (celkem využívalo N= 87 z 140)																												
Mírná disabilita (PDSS 0-3) N=65	Střední disabilita (PDSS 4-6) N=43	Těžká disabilita (PDSS 7-8) N=6	Mírná disabilita (PDSS 0-3) N=50	Střední disabilita (PDSS 4-6) N=22	Těžká disabilita (PDSS 7-8) N=5																									
1. zařízení nositelná na těle (n=75)	1. zařízení nositelná na těle (n=32)	1. aplikace pro cvičení (n=3)	1. aplikace pro cvičení (n=52)	1. zařízení nositelná na těle (n=14)	1. natočená cvičební videa (n=3)																									
2. aplikace pro cvičení (n=23)	2. natočená cvičební videa (n=13)	2. natočená cvičební videa (n=2)	2. natočená cvičební videa (n=15)	2. natočená cvičební videa (n=13)	2. fyzioterapeutickou webovou stránku (n=1)																									
3. natočená cvičební videa (n=11)	3. aplikace pro cvičení (n=12)	3. fyzioterapeutickou webovou stránku (n=1)	3. aplikace pro cvičení (n=13)	3. online živé cvičení na telefonu nebo tabletu (n=7)	3. zařízení nositelná na těle (n=1)																									
<p>Nejčastěji využívané u těchto aktivit</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>1. chůze (n=34)</th> <th>1. chůze (n=27)</th> <th>1. zdravotní cvičení (n=3)</th> <th>1. chůze (n=23)</th> <th>1. chůze (n=14)</th> <th>1. zdravotní cvičení (n=2)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>2. běh (n=16)</td> <td>2. zdravotní cvičení kole (n=16)</td> <td>2. cvičení s fyzioterapeutem (n=5)</td> <td>2. jóga (n=13)</td> <td>2. zdravotní cvičení (n=12)</td> <td>1. cvičení s fyzioterapeutem (n=2)</td> </tr> <tr> <td>3. cvičení v tělocvičně (n=11)</td> <td>3. cvičení s fyzioterapeutem (n=5)</td> <td>3. jízda na kole (n=1)</td> <td>3. jízda na kole (n=11)</td> <td>3. jóga (n=5)</td> <td>1. jiné (n=2) 2. trénink rovnováhy (n=1)</td> </tr> </tbody> </table>			1. chůze (n=34)	1. chůze (n=27)	1. zdravotní cvičení (n=3)	1. chůze (n=23)	1. chůze (n=14)	1. zdravotní cvičení (n=2)	2. běh (n=16)	2. zdravotní cvičení kole (n=16)	2. cvičení s fyzioterapeutem (n=5)	2. jóga (n=13)	2. zdravotní cvičení (n=12)	1. cvičení s fyzioterapeutem (n=2)	3. cvičení v tělocvičně (n=11)	3. cvičení s fyzioterapeutem (n=5)	3. jízda na kole (n=1)	3. jízda na kole (n=11)	3. jóga (n=5)	1. jiné (n=2) 2. trénink rovnováhy (n=1)										
1. chůze (n=34)	1. chůze (n=27)	1. zdravotní cvičení (n=3)	1. chůze (n=23)	1. chůze (n=14)	1. zdravotní cvičení (n=2)																									
2. běh (n=16)	2. zdravotní cvičení kole (n=16)	2. cvičení s fyzioterapeutem (n=5)	2. jóga (n=13)	2. zdravotní cvičení (n=12)	1. cvičení s fyzioterapeutem (n=2)																									
3. cvičení v tělocvičně (n=11)	3. cvičení s fyzioterapeutem (n=5)	3. jízda na kole (n=1)	3. jízda na kole (n=11)	3. jóga (n=5)	1. jiné (n=2) 2. trénink rovnováhy (n=1)																									

ZÁVĚR
<p>Využívání moderních technologií při provozování pohybové aktivity u osob s RS se během období pandemie Covid-19 navýšilo o 11 %. Nejčastěji využívané moderní technologie a pohybové aktivity byly shodné u osob s mírnou a střední disabilitou, ale odlišné u osob s těžkou disabilitou. Znalost těchto preferencí pacientů může pomoci lépe nabízet vhodné typy aktivit pro osoby s RS s různou mírou disability.</p>



PROSINEC

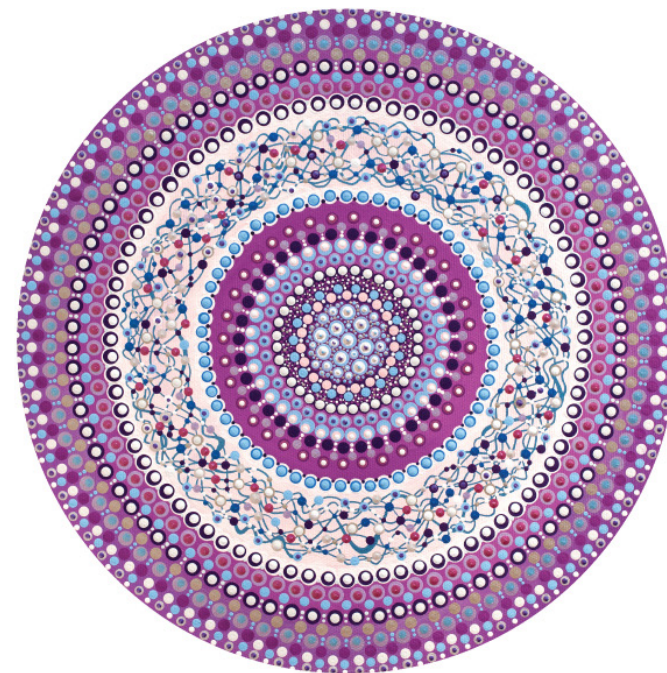
Během prosince byly také připravovány grantové žádosti na rok 2024, které budou podány po novém roce.

6. prosince

Večírek MSrehab



**SPOLEK MS REHAB POPŘÁL VŠEM
SVÝM ČLENŮM A SPOLUPRACUJÍCÍM
VŠE DOBRÉ DO NOVÉHO ROKU
FORMOU ORIGINALNÍHO PFKA**



*Členové spolku MS rehab
Vám přejí do nadcházejícího roku 2024
hodně zdraví, pohody a radosti.*





DALŠÍ AKTIVITY

V průběhu celého roku 2023 se zástupci spolku MS rehab (Lucie Suchá, Renata Větrovská, Klára Novotná) spolu s terapeuty Domova sv. Josefa (Mgr. Kamilou Voňkovou a Bc. Terezou Krejskovou) podíleli na tvorbě **nového cvičení Kommo®**.

Jedná se o cvičení se speciální tyčí, které je unikátní v tom, že kombinuje duální motorické úkoly nebo motorický a kognitivní úkol.

Cvičení je tvořeno fyzioterapeuty se znalostí neurologické problematiky, spolu s fitness specialisty a cirkusovými umělci a mělo by být určeno pro osoby s různými pohybovými obtížemi.

Cílem je, aby toto cvičení pomáhalo při fundraisingu Domova sv. Josefa.

Věříme, že o tomto typu cvičení v budoucnu ještě uslyšíte.



MSREHAB

PLÁNY NA ROK 2024

01

Edukační akce směrem k pacientům

- Edukační semináře pro nově diagnostikované pacienty
- Semináře pro “středně pokročilé” pacienty
- Projekt setkalo se tělo s duší
- Účast na dalších akcích neorganizovaných spolkem: MaRS, víkendy SMS nejen pro nově diagnostikované pacienty, Světový den RS

02

Edukační akce pro zdravotníky

- Konference Fyzioterapie, psychoterapie, ergoterapie u RS
- Setkání rhb odborníků z jednotlivých RS center a navázání bližší spolupráce.
- Další běh kurzu Specifika rhb péče u pacientů s RS

03

Aktivity spolku

- Projekt podpora psychoterapeutické péče
- Zlepšení propagace spolku MSrehab, z. s.
- Rozšíření členské základny
- Projekt kognitivní trénink pro pacienty s RS



MSREHAB

ZÁVĚR

**PŘEJME NÁM VŠEM HODNĚ KLIDU,
ZDRAVÍ, ENERGIE A ROVNOVÁHY.**

“Lidé obětují zdraví, aby vydělali peníze, potom obětují peníze, aby znovu získali zdraví. Tak se znepokojují budoucností, že si neužívají přítomnost. A žijí tak, jako by nikdy neměli zemřít, a potom zemřou bez toho, aby předtím žili.”

– Dalajláma

