



Trauma a Posttraumatická stresová porucha

Předmět: psychologie

Jakub Čížek, fyzioterapie

Osnova

- Definice termínů
- Historie
- PTSP
- Průběh krok po kroku
- Diagnostika
- Možnosti léčby
- Role fyzioterapie
- Posttraumatický růst

Co je to trauma?



Událost ohrožující
život/integritu



Válka, katastrofy, vážná
nemoc/amputace

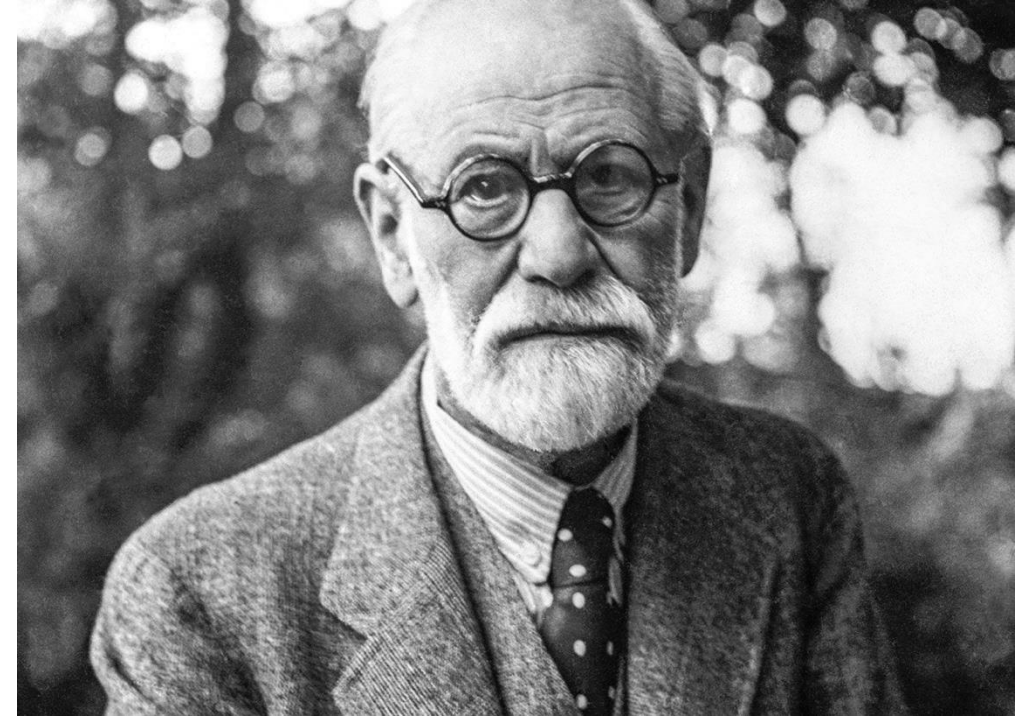
Vymezení pojmu

- Post - po
- Trauma - rána, zranění
- Stresová - z anglického stress
- Porucha - narušení



Historie

- Sigmund Freud pracoval s vojáky během 1. sv. Války
- Bessel van der Kolk – jak žije trauma v těle a ovlivňuje ne jen myšlenky, ale i zdraví
- Výzkum armádních psychiatrů během korejské a vietnamské války



Posttraumatická stresová porucha dle MKN-10 (F43. 1)

- Opožděná odpověď na stresovou událost (dlouhého/krátkého trvání) život ohrožující nebo katastrofické povahy
- Typické pro tuto poruchu je znovuožívání ("flashbacks") nebo nočních můrách
- Vyhýbání se situacím/činností připomínající traumatický zážitek
- Přetrvávající pocit tuposti a emoční oploštělosti, vyhýbání se socializování, netečnost vůči okolí, anhedonie
- Vegetativní hyperaktivita a zvýšená bdělost
- Spojeno s nespavostí, depresí nebo úzkostí



Traumatická událost

- Přírodní katastrofa
- Autonehoda
- Válečný konflikt



Diagnostika

Využití systému pěti kritérii

- 1) Vystavení traumatické situaci
- 2) Znovuprožití/flashbacks
- 3) Vyhýbání se předmětům/místům
- 4) Zvýšená dráždivost, která nebyla před traumatem přítomna
- 5) Symptomy trvají déle než 1 měsíc
- 6) Duševní porucha se promítá do běžného života



Ukázka

- <https://www.youtube.com/watch?v=jTg5ENPi6is> (film: Bratrstvo neohrožených, 2001)

Biochemická diagnostika

- Stanovení hladiny kortizolu v krvi
- Vyšší nebo nižší?



Jaké mám možnosti, když jsem diagnostikovaný?



Léčba a jak může pomoci i fyzioterapeut

- Psychiatr/psychoterapeut
- Ambulance psychiatrie, psychosomatiky
- Krizové centrum např. Krizové centrum
Psychiatrické kliniky Fakultní nemocnice Brno



Jak můžeme pomoci jako fyzioterapeuti?

- Možný rozvoj kardiovaskulárních nemocí a chronické bolesti
- Aerobní trénink (chronická bolest)
- Teoreticky důležitá role při identifikaci výskytu PTSD u pacienta
- Diskuze o speciálním výcviku pro fyzioterapeuty
- "Armádní fyzioterapeuti"

Zdroj: Military and Veterans' Health

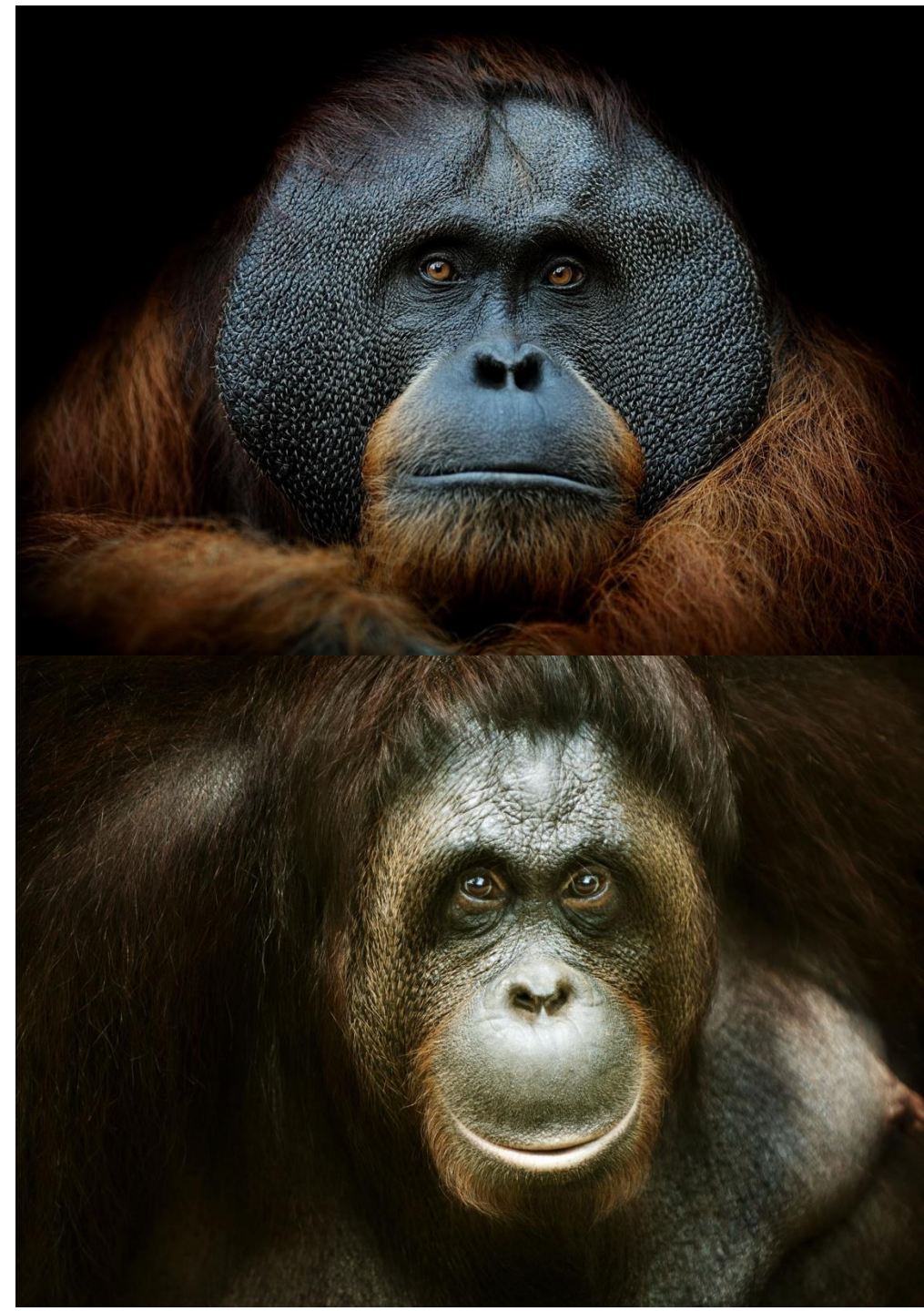


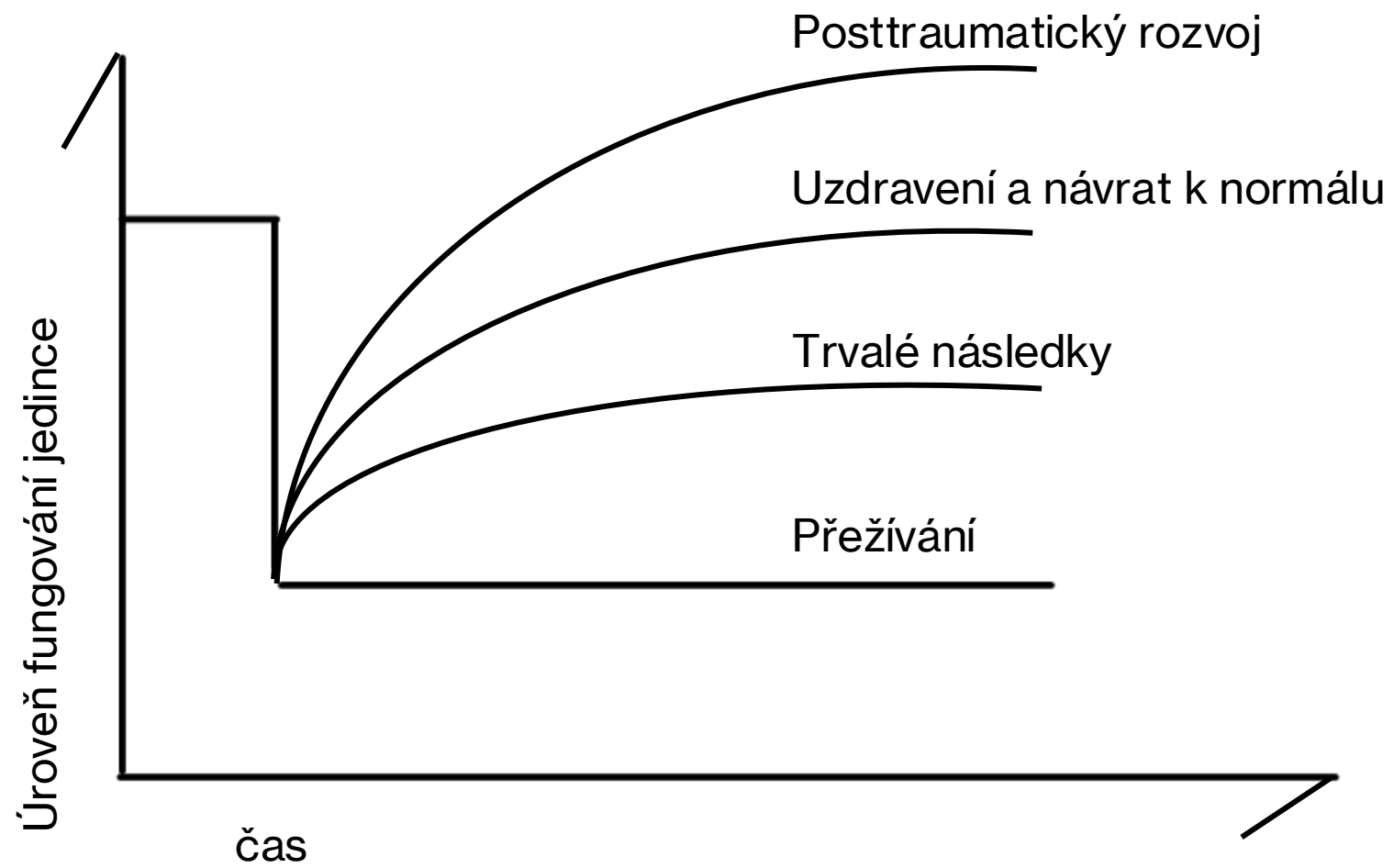
Veteránská nemocnice

- <https://www.youtube.com/watch?v=kD4ZEVhgw2w> (film: Americký sniper, 2014)

Posttraumatický růst

- PTG je pozitivní psychologická změna v důsledku aktivního boje s traumatem.
- Vzniká, když jedinec transformuje trauma, nikoliv, když ho jen zapomene





when you hear your
alarm as someone
else's ringtone:

**Shrnutí a
otázky**



THANK YOU FOR YOUR ATTENTION



OR FOR PRETENDING TO LISTEN

zdroje

- Články, knihy, studie:
- Carver, C. S., & Scheier, M. F. (1998). *On the self-regulation of behavior*. Mahwah: Erbaum.
- Gesundheit.gv.at. (2023). Duševní trauma: co to je?. *Nzip.cz*. Dostupné z: <https://www.nzip.cz/clanek/708-dusevni-trauma-zakladni-informace>
- Gesundheit.gv.at. (2020). Posttraumatická stresová porucha: diagnóza. *nzip.cz*. Dostupné z: <https://www.nzip.cz/clanek/709-posttraumaticka-stresova-porucha-diagnoza>
- Horsch, A., Garthus-Niegel, S., Ayers, S., Chandra, P., Hartmann, K., Vaisbuch, E., & Lalor, J. (2024). Childbirth-related posttraumatic stress disorder: definition, risk factors, pathophysiology, diagnosis, prevention, and treatment. *American journal of obstetrics and gynecology*, 230(3S), S1116–S1127. Dostupné z: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38233316/>
- Mareš, J. *Posttraumatický rozvoj člověka*. (2012). Grada Publishing.
- MKN -10 klasifikace. (2025). *Posttraumatická stresová porucha (F43. 1)*. Dostupné z: <https://mkn10.uzis.cz/prohlizec/F43.1>
- Orr, M. R., & Bennet, N. (2012). Posttraumatic stress disorder management: a role for physiotherapists and physical training instructors. *Journal of Military and Veterans' Health*. vol.20 num.3, S37-S42. Dostupné z: ResearchGate, https://www.researchgate.net/publication/258918700_Posttraumatic_Stress_Disorder_management_A_role_for_physiotherapists_and_physical_training_instructors
- WikiSkripta. (2025). *Posttraumatický stresový syndrom*. Dostupné z: https://www.wikiskripta.eu/w/Posttraumatick%c3%bd_stresov%c3%bd_syndrom
- Zímová, L. (2015). Posttraumatická stresová porucha. *PharmaNews*. Dostupné z: <https://www.pharmanews.cz/clanek/posttraumaticka-stresova-porucha-2/>
- Obrázky:
- Centrum krizové péče-fakultní nemocnice Brno. *Fakultní nemocnice Brno*. dostupné z: <https://www.fnbrno.cz/areal-bohunice/psychiatricka-klinika/centrum-krizove-pece/t7874>
- Our Bodies Keep Score with Bessel van der Kolk. *Kate Bowler*. dostupné z: <https://katebowler.com/podcasts/bessel-van-der-kolk-our-bodies-keep-score/>
- Psychosomatická klinika, s.r.o. *firmy.cz*. dostupné z: <https://www.firmy.cz/detail/486170-psychosomaticka-klinika-praha-stresovice.html>
- Sigmund Freud. (1935). *Britannica*. dostupné z: <https://www.britannica.com/biography/Sigmund-Freud/Toward-a-general-theory>
- Thank you for your attention or for pretending to listen. *Make Better Memes!*. dostupné z: <https://makeameme.org/meme/thank-you-for-f165bb50e5>
- Videoukázky:
- Brian H. (2018). *American Sniper: Vet Hospital*. [Americký sniper, 2012]. dostupné z youtube: <https://www.youtube.com/watch?v=kD4ZEVhgw2w>
- Lerma. D. (2015). *PTSD Symptoms - Re-experiencing (band of brothers)*, [Bratrstvo neohrožených, 2001]. dostupné z youtube: <https://www.youtube.com/watch?v=jTg5ENPi6is>
- Vlastní zdroje: Rozhovor s vojákem AČR, graf vytvořen v powerpoint, obrázky použity z fotoknihy powerpoint