

## Pohybová terapie po akutních srdečních příhodách

Kniha seznamuje čtenáře s principy pohybové aktivity po akutních srdečních příhodách. Význam cvičení je mnohem širší než jen cesta ke zhubnutí. Existují důkazy, že pohyb působí příznivě na celkový metabolismus, na srdce a oběh i tam, kde k žádnému významnému poklesu hmotnosti nedochází. Publikace přináší doporučení hlavně pro pacienty s diagnózou ischemické choroby srdeční s „klasickým“ nekomplikovaným či běžně komplikovaným průběhem akutní srdeční příhody, ale mnohá její doporučení využijí i naprosto zdraví jedinci coby prevenci vzniku kardiovaskulárních chorob.