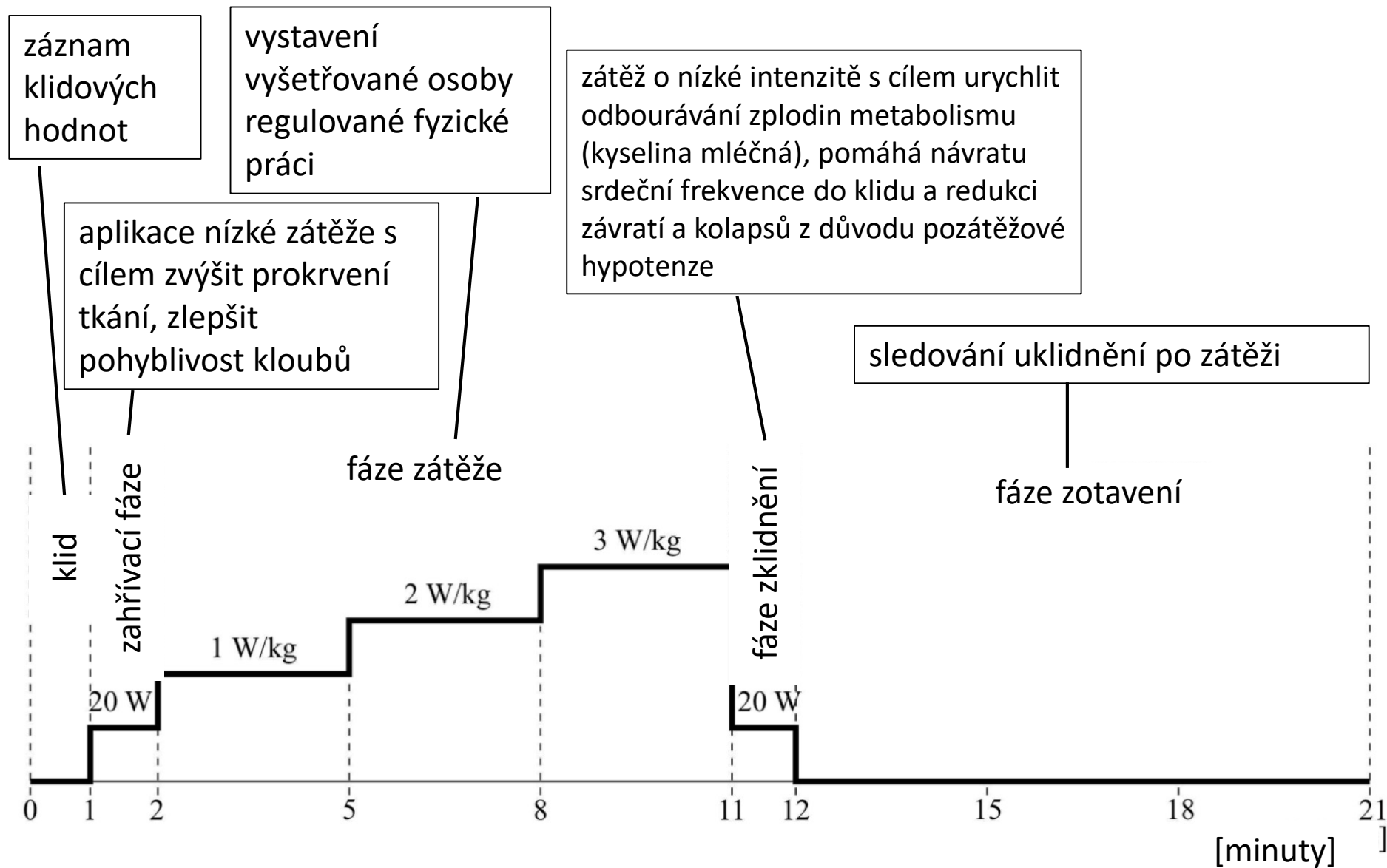


(XIV.) Ergometrie

Ergometrie se zabývá měřením práce a je odvozena ze dvou řeckých slov: „*ergon*“ znamená *dílo*, „*metron*“ znamená *míra*.

Test je součástí komplexu zkoušek hodnotících reakce a adaptace organismu na zátěž. Výsledky zátěžového vyšetření přispívají ve vnitřním lékařství ke stanovení diagnózy, k rozhodnutí o léčbě nebo ke kontrole její účinnosti. Ve sportovní medicíně se používá hlavně k hodnocení výkonnosti vyšetřované osoby.

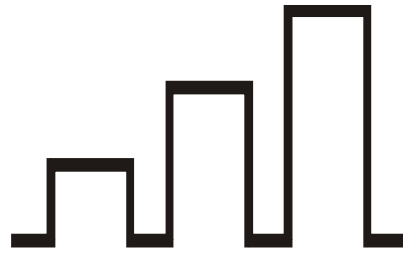
Vyšetřovací fáze:



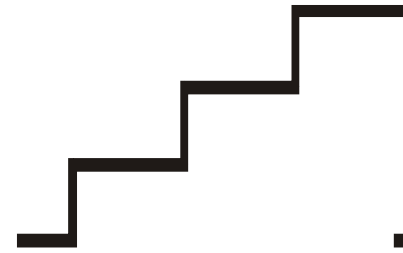
Typy protokolů:



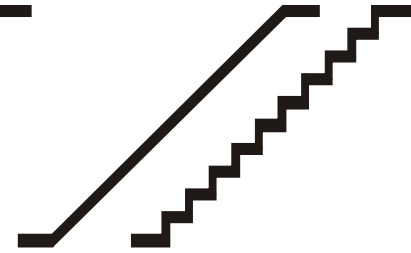
jednostupňový



Stupňovaný s přestávkami



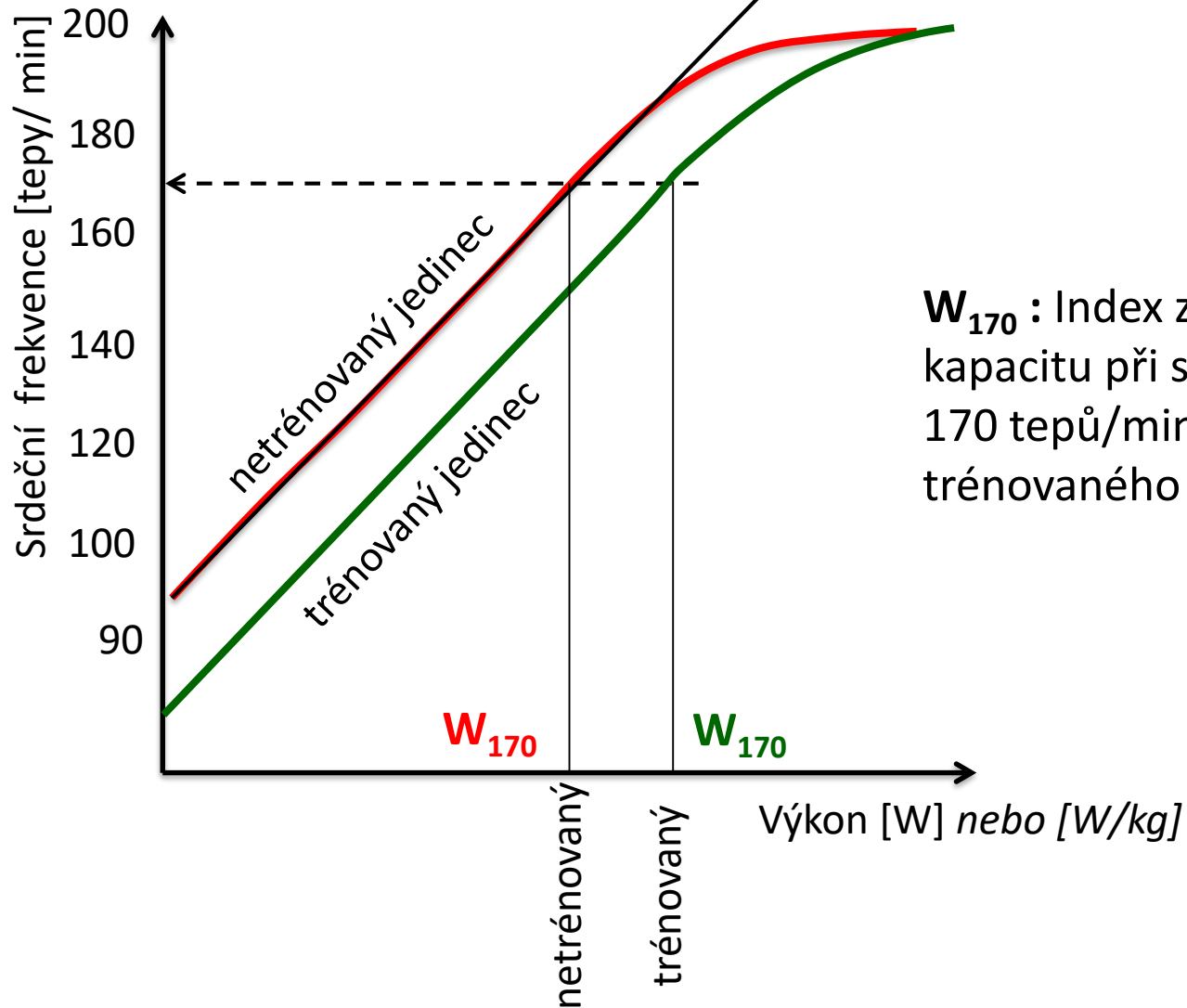
Stupňovaný bez přestávek



„ramp“ protokol

Změna srdeční frekvence:

Do frekvence 180/min je
vzestup srdeční frekvence
při kontinuálním nárůstu
zátěže LINEÁRNÍ



W_{170} : Index zjišťující pracovní kapacitu při srdeční frekvenci 170 tepů/min. Je vyšší u trénovaného jedince.

Změna srdeční frekvence:

W_{170} : Index zjišťující pracovní kapacitu (výkon) při srdeční frekvenci 170 tepů/min.

Populační normy W_{170} (Heller, 2005)

V Ě K	muži		ženy	
	[W]	[W/kg]	[W]	[W/kg]
18	178	2,7	103	1,8
20	185	2,7	106	1,8
22	190	2,7	107	1,8
25	193	2,7	109	1,8
30	194	2,6	112	1,8
35	195	2,6	115	1,8
40	195	2,5	118	1,8
45	195	2,4	121	1,8