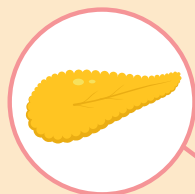


# Přínosy pohybové aktivity



## Neurologické

- ↓ Napětí/deprese
- ↓ Demence
- ↑ Kognitivní funkce
- ↓ Mozkové mrtvice  
(cévní mozkové příhody)



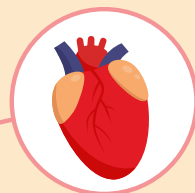
## Endokrinní

- ↓ Hmotnost
- ↓ Cukrovka
- ↓ LDL-cholesterol
- ↑ HDL-cholesterol



## Onkologické

- ↓ Karcinom prostaty
- ↓ Karcinom prsu
- ↓ Karcinom tlustého střeva



## Kardiovaskulární

- ↓ Úmrtnost
- ↓ Ischemická choroba srdeční
- ↓ Krevní tlak



## Muskuloskeletální

- ↓ Osteoporóza
- ↓ Pády
- ↓ Omezení pohybu  
a soběstačnosti

## Pohybová aktivita při vysokém cholesterolu a familiární hypercholesterolemii

Doc. MUDr. Vladimír Tuka, Ph.D., a kolektiv

Ke stažení na [www.diagnozafh.cz](http://www.diagnozafh.cz)

