

Příloha č. 1: Protokol

Protokol projektu bakalářské práce

Řešitel: Klára Blažejovská

Téma bakalářské práce: Informovanost těhotných žen o vlivu výživy na plod

Vedoucí: PhDr. Tamara Starnovská

Úvod:

Těhotenství klade zvýšené nároky na organismus ženy. Výživa je proto v těhotenství velmi důležitá. Zajišťuje nejen správný růst plodu, ale i zdraví matky. Dodržováním správné životosprávy se snižuje riziko pozdějších zdravotních komplikací nejen u matky, ale také u dítěte. Proto je informovanost těhotných žen o vlivu výživy velmi důležitá, ale mnohdy nedostatečná.

Pokud je žena nedostatečně informována od svého gynekologa hledá informace jinde. Jako je třeba internet, kde tyto informace nemusí být vždy pravdivé. Cílem této studie je zjistit míru informovanosti dotazovaných těhotných žen o důležitosti výživy během těhotenství a zda jim je poskytováno dostatek potřebných informací k získání těchto znalostí.

Cíle:

1. Primární cíl: zjistit míru informovanosti dotazovaných těhotných žen o vlivu výživy na plod
2. Sekundární cíl: zjistit, zda gynekolog podává dostatek informací o důležitosti výživy v těhotenství

Design studie a metody:

Design: neintervenční dotazníková metoda a rozhovor

Metody:

- Vlastní dotazník zaměřený na znalosti těhotných žen o výživě v těhotenství
- Rozhovor s gynekologem
- Porovnání obou metod

Pacienti:

- Pacientky docházející na kontrolu ke svým gynekologům
- Data čerpána z gynekologických ordinací formou anonymních dotazníků a rozhovoru

Soubor:

- Alespoň 30 těhotných pacientek, které mají zájem účastnit se studie

V Praze dne 1.12.2021

Podpis

Klára Blažejovská

Příloha č. 2: Souhlas etické komise



ETICKÁ KOMISE VŠEOBECNÉ FAKULTNÍ NEMOCNICE V PRAZE

Na Bojišti 1, 128 08 Praha 2 | eticka.komise@vfn.cz | tel. 224964131

Vážená slečna
Klára Blažejovská
Dolní Prusk 50
471 15 Prusk

17.3.2022
č.j.: 37/22 S-IV

Vážená slečno Blažejovská,
Etická komise VFN projednávala na svém zasedání dne 17.3.2022 Vámi předložený individuální výzkum **č.j. 37/22 S-IV – bakalářská práce.**

Název studie/Title of CT: Informovanost těhotných žen o vlivu výživy na plod

Žadatel/Applicant: Klára Blažejovská, 1. lékařská fakulta Univerzity Karlovy v Praze

Lhůta pro podání písemné zprávy o průběhu KH od jeho zahájení/ *Time schedule for submission of the written Annual Report:*

1x ročně/Once a year Jiná lhůta/Other:

Úhrada nákladů spojených s posouzením žádosti a vydáním stanoviska / *Reimbursement of costs related to assessment of the EC:*

Ano/Yes Ne, důvod/No, reasons: Nesponzorovaný projekt

Datum doručení žádosti / *Date of submission of the Application Form:* 28.2.2022

Datum jednání EK+čas/*Date and time of Ethics Committee's session:* 17.3.2022 (15:30 – 18:00 hod.)

Seznam míst hodnocení s označením míst, ke kterým se EK vyjádřila jako místní EK a kde vykonává dohled

Místo hodnocení / <i>Jméno zkoušejícího</i> <i>Trial Site / Name of Investigator</i>	Místní EK <i>Local EC</i>	Adresa místní EK <i>Address</i>
Klára Blažejovská, 1. lékařská fakulta Univerzity Karlovy v Praze	<input checked="" type="checkbox"/>	EK při VFN, Na Bojišti 1, 128 08 Praha 2

Seznam hodnocených dokumentů / *List of all submitted documents:*

Název dokumentu, verze, datum <i>Document title, version, date</i>	Schváleno / <i>Approved</i>		Na vědomí / <i>Taken into account</i>	
	ANO <i>Yes</i>	NE <i>No</i>	ANO <i>Yes</i>	NE <i>No</i>
Průvodní dopis ze dne 29.1.2022	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Zkrácený formulář EK VFN, 29.1.2022	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Popis projektu	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dotazník Informovanost těhotných žen o vlivu výživy na plod	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Žádosti o sběr dat se souhlasu pracovišť z 29.1.2022: MUDr. Marie Šťastná, MUDr. Petra Branžovská, MUDr. Vendula Pilecká, MUDr. Zina Synáková	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Životopis hlavní zkoušející: Klára Blažejovská	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Stanovisko etické komise:

EK vydává / *EC issues*

- Souhlasné stanovisko / *Favourable opinion***
 Nesouhlasné stanovisko / *Unfavourable opinion*

EK VFN vydává souhlasné stanovisko k provedení individuálního výzkumu na 1. lékařské fakultě Univerzity Karlovy v Praze.

Podpis předsedy / zástupce EK VFN
Signature of Chairperson / Vice-Chairperson
PharmDr. Zbyněk Sklenář, Ph.D.

PharmDr.
Zbyněk
Sklenář, Ph.D.
Datum: 2022.03.21
17:48:15 +01'00'



ETICKÁ KOMISE VŠEOBECNÉ FAKULTNÍ NEMOCNICE V PRAZE

Na Bojišti 1, 128 08 Praha 2 | eticka.komise@vfn.cz | tel. 224964131

Seznam členů etické komise/ *List of the Ethics Committee Members:*

	Muž/ Žena <i>Male/ Female</i>	Odbornost <i>Specialist</i>	Zaměstnanec zřizovatele EK*		Funkce v EK <i>Role in EC</i>	Přítomen <i>Attendance</i>		Hlasoval <i>Voted</i>	
			Ano Yes	Ne No		Ano Yes	Ne No	Ano Yes	Ne No
PharmDr. Zbyněk Sklenář, Ph.D., MBA	M/M	Pharmacist <i>Pharmacologist</i>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Předseda/ Chairperson	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
MUDr. Magda Šišková, CSc.	Ž/F	Haematologist	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Místopředseda/ Vice-chairperson	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jana Farkačová	Ž/F	Lab. Technician	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Člen/Member	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Doc. MUDr. Pavel Freitag, CSc.	M/M	Gynaecologist	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Člen/Member	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Ing. Antonín Grošpic, CSc.	M/M	Engineer	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	Člen/Member	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Prof. MUDr. Eva Kubala Havrdová, CSc.	Ž/F	Neurologist	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Člen/Member	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
MUDr. Hana Honová	Ž/F	Oncologist	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Člen/Member	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
MUDr. Jiří Humhal	M/M	Cardiologist	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Člen/Member	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
MUDr. Anna Jedličková	Ž/F	Microbiologist	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	Člen/Member	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mgr. Zuzana Kandová	Ž/F	Lawyer	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Člen/Member	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
MUDr. Ladislav Korábek, CSc., MBA	M/M	Dental surgeon	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Člen/Member	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Prof. MUDr. Jan Roth, CSc.	M/M	Neurologist	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Člen/Member	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mgr. Libuše Roytová Mgr. ThLic. of Theologie	Ž/F	Member of clergy	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	Člen/Member	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Doc. MUDr. Mgr. A. Kateřina Rusinová, Ph.D.	Ž/F	Anesthesiologist -Intensive Med.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Člen/Member	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Doc. PharmDr. Martin Šíma, Ph.D.	M/M	Clinical Pharmacist	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Člen/Member	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
JUDr. Šárka Špeciánová	Ž/F	Lawyer	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	Člen/Member	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
MUDr. Marcela Trojánková	Ž/F	Privat Nephrologist	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	Člen/Member	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Prof. MUDr. Jiří Zeman, DrSc.	M/M	Paediatrist – AdolescentMed	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Člen/Member	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

pozn: *Zaměstnanec zřizovatele EK/ *Employee of EC appointing authority*)

Etická komise prohlašuje, že byla ustavena a pracuje v souladu se správnou klinickou praxí (GCP) a platnými právními předpisy. Poslední sloupec udává, zda členové EK byli přítomni hlasování, ale nikoli jak hlasovali ve věci. / *The Ethics Committee hereby declares that it was established and operates in accordance with its Rules of Procedure in compliance with GCP and valid legal regulations. EC members personally presented the voting procedure (and NOT their individual voting result to or against the cause) are indicated in the last column:*

Ano/Yes Ne/No

Komentář/ *Comments:*

Datum/ *Date:* 17.3.2022

Etická komise
Všeobecné fakultní nemocnice
v Praze
Na Bojišti 1, 128 08 Praha 2

Podpis předsedy EK nebo zástupce
Signature of Chairperson or Vice-Chairperson
PharmDr. Zbyněk Sklenář, Ph.D., v.r.

Příloha č. 3: Struktura rozhovoru s gynekologem

Struktura rozhovoru s gynekologem

1. Povězte mi, jak těhotné ženy edukujete ohledně stravování v těhotenství?
2. Které informace zdůrazňujete?
3. Jak na vás působí informovanost těhotných žen ohledně výživy před a po edukaci.
4. Zajímají se?
5. Na jaké nejčastější otázky se vás ženy ptají?
6. Ptáte se během kontrol na skladbu jejich jídelníčku?
7. Doporučujete doplňky stravy? Jaké?
8. S jakým problémem se nejčastěji setkáváte?

Informovanost těhotných žen o vlivu výživy na plod

DOTAZNÍK

Informovanost těhotných žen o vlivu výživy na plod

Milá paní, slečno,

jmenuji se Klára Blažejovská a studuji nutriční terapii na 1. lékařské fakultě Univerzity Karlovy v Praze.

Děkuji Vám, že věnujete pár minut svého času pro vyplnění krátkého dotazníku, který je zaměřen na Vaše znalosti ohledně výživy v těhotenství.

Dotazník je zcela **anonymní** a informace z něj použiji výhradně jen do své bakalářské práce, která je zaměřena na těhotné ženy a jejich informovanost o důležitosti výživy během těhotenství.

Informace, které od Vás získám jsou stěžejní pro mou práci, a proto Vás prosím o co nejdůkladnější vyplnění.

Moc Vám děkuji za spolupráci.

1 Kolik je Vám let?

Nápověda k otázce: *Vyberte jednu odpověď*

- 19 a méně let 20-25 let 26-30 let 31-35 let 36-40 let
 více

2 Změnila jste v těhotenství své stravovací návyky?

Nápověda k otázce: *Vyberte jednu odpověď*

- ano ne

3 Pokud ano, jaký byl Váš důvod?

Nápověda k otázce: *Vyberte jednu nebo více odpovědí*

zdraví plodu vaše zdraví změna chuti zdravotní potíže

jiný důvod

4 Získala jste nějaké informace ohledně výživy v těhotenství?

Nápověda k otázce: *Vyberte jednu odpověď*

ano ne

5 Pokud ano, kde jste je získala?

Nápověda k otázce: *Vyberte jednu nebo více odpovědí*

od gynekologa internet časopis, kniha od přátel, rodiny

jiné

6 Vzpomenete si, z jakých literárních zdrojů jste čerpala?

Nápověda k otázce: *název, autor, ..*

7 Byla jste dostatečně informována ohledně výživy v těhotenství od svého gynekologa?

Nápověda k otázce: *Vyberte jednu odpověď*

ano ne

8 Pokud ano, jaké přínosné informace pro Vás jste se dozvěděla?

9 Pokud ne, jaké informace byste ocenila?

10 Kolikrát denně jíte?

Nápověda k otázce: *Vyberte jednu odpověď*

- 1-2x denně 3-4 denně 5-6x denně 7x a více

11 Kolik VODY vypijete za den?

Nápověda k otázce: *Vyberte jednu odpověď*

- 1,5 l a méně 1,5-2 litry 2-2,5 litru
 Více

12 Kolikrát týdně konzumujete zeleninu?

13 Uvedte příklady zeleniny, kterou konzumujete.

14 Kolikrát týdně konzumujete ovoce?

15 Uvedte příklady ovoce, které konzumujete.

16 Kolikrát týdně konzumujete mléčné výrobky?

17 Uvedte příklad mléčných výrobků, které konzumujete.

18 Znáte některé potraviny, které byste měla během těhotenství konzumovat v dostatečném množství?

19 Víte, které potraviny byste měla omezit či se jich úplně vyvarovat během těhotenství?

20 Užíváte doplňky stravy?

Nápověda k otázce: *Vyberte jednu odpověď*

ano ne

21 Pokud ano, jaké?

22 Pokud ne, z jakého důvodu?

Nápověda k otázce: *Vyberte jednu odpověď*

nepotřebuji je lékař mi je nedoporučil myslím si, že škodí plodu nemůžu si je dovolit
 jiný důvod

23 Víte, jaký by měl být Váš optimální váhový přírůstek během těhotenství?

Nápověda k otázce: *vyberte*

11-16 kg 10-13 kg 7-10 kg

24 Víte, v jakých potravinách byste našla kyselinu listovou?

25 Víte, proč by těhotné ženy neměly zapomínat konzumovat kyselinu listovou?

Nápověda k otázce: *Uveďte proč*

26 Ocenila byste nějaké kurzy o výživě v těhotenství?

Nápověda k otázce: *Vyberte jednu odpověď*

ano ne

27 Pokud ano, co by Vás nejvíce zajímalo.

Ještě jednou Vám DĚKUJI, že jste došli až do konce.

Přeji krásný zbytek dne, Blažejovská.

Příloha č. 5: Těhotenský balíček



VÝŽIVOVÁ DOPORUČENÍ V TĚHOTENSTVÍ

The infographic is divided into two main vertical sections: a green section on the left for recommended items and a red section on the right for items to avoid. A central illustration of a pregnant woman in a pink dress is positioned between the two sections. A white arrow points down from the top center towards the woman, and a red 'X' is placed above the red section. Each recommendation is accompanied by small icons of the food or drink.

2-4 porce ovoce denně
upřednostňuje se čerstvé

3-5 porcí zeleniny
upřednostňuje se čerstvá a syrová

3-6 porcí denně
obiloviny, celozrnné pečivo,
těstoviny, brambory

3-4 denně
mléko, jogurt, sýr, tvaroh

maso denně
méně tučné
2x týdně ryby
především mořské
vejce 1x denně místo masa

1,5-2 l denně
dostatečný příjem vody

dostatečně tepelně upravovat vejce –
riziko nákazy mikroorganismem

nekonsumovat syrové maso
dokonale tepelně zpracovávat maso

nekonsumovat syrové ryby, sushi

nekonsumovat plísňové sýry a
potraviny kontaminované plísní

vyvarovat se kouření a alkoholu

omezit konzumaci sladkého a slaného,
nahradit je zdravější variantou

Informace z důvěryhodného zdroje – Státní zdravotní ústav