

Příloha č. 1 - Dotazník lesbické ženy

Synchronizace menstruačního cyklu v lesbickém vztahu

Dobrý den,

jmenuji se Tereza Nováková a jsem studentkou 3. ročníku oboru Porodní asistentka na 1. Lékařské fakultě Univerzity Karlovy. Touto cestou bych Vás ráda požádala o vyplnění následujícího dotazníku, který bude součástí mé bakalářské práce, jež se zaměřuje na problematiku menstruace v partnerském vztahu dvou žen.

Cílem práce je zjistit, zda dochází k synchronizaci menstruačního cyklu u žen, které jsou si vzájemně partnerkami, případně po jaké době k této synchronizaci dochází.

Dotazník je určen **ženám, které jsou v lesbickém vztahu a jejich partnerský vztah začal po 1. 1. 2022.**

Výsledky dotazníkového šetření budou **anonymně** zpracovány v mé bakalářské práci.

Předem děkuji za Váš čas.

1. Jaký je Váš věk?

- 18–20 let
- 21–25 let
- 26–30 let
- 31–35 let
- 36–40 let

2. Jaké je Vaše nejvyšší dosažené vzdělání?

- bez vzdělání
- základní
- střední s výučním listem
- střední s maturitou
- vyšší odborné
- vysokoškolské

3. Která z následujících kategorií nejlépe vystihuje Váš aktuální pracovní stav?

- bez zaměstnání
- brigáda
- zaměstnaná
- podnikatelka
- mateřská či rodičovská dovolená
- studentka
- invalidní důchod

4. Jaké je Vaše místo bydliště?
 - obec
 - město do 50 tisíc obyvatel
 - město 50–100 tisíc obyvatel
 - město nad 100 tisíc obyvatel

5. Vedete si menstruační kalendář?
 - ano, používám elektronickou podobu (mobilní aplikace, aplikace kalendáře)
 - ano, používám papírovou podobu
 - ne, menstruační si kalendář si nevedu

6. Jak byste popsala **pravidelnost** Vašeho cyklu?
 - spíše pravidelný – menstruace se dostavuje téměř přesně na den
 - spíše nepravidelný – menstruace často přichází s předstihem nebo se zpožděním
 - momentálně nemenstruji

7. Jaká je průměrná délka Vašeho **cyklu**? (Délka menstruačního cyklu se počítá od prvního dne krvácení do prvního dne následujícího krvácení.)
 - méně než 21 dní
 - 21–25 dní
 - 26–30 dní
 - 31–35 dní
 - více než 35 dní

8. Jaká je průměrná délka Vašeho **krvácení**?
 - 2 dny a méně
 - 3–4 dny
 - 5–6 dní
 - 7 dní a více

9. Jaká je průměrná **intenzita** Vašeho krvácení?
 - slabé (méně než 2 vložky denně)
 - střední
 - silné (více než 5 vložek za den)

10. Používáte nějakou metodu antikoncepce?
 - ano
 - ne

11. Jak dlouho jste ve vztahu se svou partnerkou?

- 1–3 měsíce
- 4–6 měsíců
- 7–9 měsíců
- 10–12 měsíců

12. Sdílíte s partnerkou společnou domácnost?

- ano, bydlíme spolu
- ne, nebydlíme spolu

V případě odpovědi „ano“:

13. Jak dlouho sdílíte s partnerkou společnou domácnost?

- 1–3 měsíce
- 4–6 měsíců
- 7–9 měsíců
- 10–12 měsíců

V případě odpovědi „ne“:

14. Kolik času týdně s partnerkou průměrně trávíte?

- méně než 1x
- 1x – 2x
- 3x – 4x
- 5x – 6x
- každý den

15. Změnil se od počátku Vašeho nynějšího vztahu charakter **Vaší** menstruace?

- je kratší a slabší
- je kratší a silnější
- je delší a slabší
- je delší a silnější
- nezměnil se

16. Změnil se od počátku Vašeho nynějšího vztahu charakter menstruace Vaší **partnerky**?

- je kratší a slabší
- je kratší a silnější
- je delší a slabší
- je delší a silnější
- nezměnil se
- nevím, o menstruačním cyklu se nebavíme

17. Zaznamenala jste od počátku Vašeho nynějšího vztahu, že by se posunul den očekávaného nástupu **Vaší** menstruace?

- ano
- ne

V případě odpovědi „ano“:

18. Jak se nástup menstruace posunul?

- posunul se o 1–3 dny později
- posunul se o 1–3 dny dopředu
- posunul se o 4–7 dnů později
- posunul se o 4–7 dnů dopředu

19. Vnímáte, že se Vám s partnerkou cyklus po nějaké době **synchronizoval***?
(*menstruování ve stejném termínu)

- ano
- ne

V případě odpovědi „ano“:

20. V kolikátém menstruačním cyklu k této synchronizaci došlo?

- v prvním
- ve druhém
- ve třetím
- ve čtvrtém
- v pátém
- v šestém
- v sedmém
- v osmém
- v devátém
- v desátém
- v jedenáctém
- ve dvanáctém

21. Trvá synchronizace Vašich menstruačních cyklů doposud?

- ano, menstruuje nyní ve stejnou dobu
- ne, k synchronizaci došlo pouze v několika cyklech
- ne, k synchronizaci došlo pouze v jednom cyklu

22. Projevuje se u Vás některý z těchto **behaviorálních** příznaků **PMS***? *V této otázce můžete zaškrtnout více odpovědí. (* Premenstruační syndrom (PMS) je soubor příznaků, které přichází přibližně jeden týden před menstruací a s krvácením postupně ustoupí.)*

- únava
- nespavost nebo zvýšená potřeba spánku
- závratě
- změna sexuální potřeby (snížení nebo zvýšení sexuální touhy)
- specifické chutě a/nebo přejídání
- žádné z výše uvedených

23. Projevuje se u Vás některý z těchto **psychických** příznaků **PMS**? *V této otázce můžete zaškrtnout více odpovědí.*

- nervozita
- hněv
- sklony k depresím
- úzkost
- změny nálady
- potíže se soustředěním
- zapomnětlivost
- zvýšená citlivost
- snížené sebevědomí
- napětí
- žádné z výše uvedených

24. Projevuje se u Vás některý z těchto **fyzických** příznaků **PMS**? *V této otázce můžete zaškrtnout více odpovědí.*

- bolest hlavy
- bolest a/nebo napětí prsů
- bolest zad a/nebo břicha
- nadýmání, nárůst hmotnosti
- otoky rukou a/nebo nohou
- nevolnost
- bolest svalů a kloubů
- žádné z výše uvedených

Příloha č. 2 - Dotazník spolubydlících

Synchronizace menstruačního cyklu u spolubydlících

Dobrý den,

jmenuji se Tereza Nováková a jsem studentkou 3. ročníku oboru Porodní asistentka na 1. Lékařské fakultě Univerzity Karlovy. Touto cestou bych Vás ráda požádala o vyplnění následujícího dotazníku, který bude součástí mé bakalářské práce, jež se zaměřuje na problematiku menstruace u spolubydlících.

Cílem práce je zjistit, zda dochází k synchronizaci menstruačního cyklu u žen, které spolu sdílí jednu domácnost, případně po jaké době k této synchronizaci dochází.

Dotazník je určen **ženám, které žijí ve spolubydlení s jinou ženou a společně takto žijí nejdříve od 1.1.2022.**

Výsledky dotazníkového šetření budou **anonymně** zpracovány v mé bakalářské práci.

Předem děkuji za Váš čas.

1. Jaký je Váš věk?

- 18–20 let
- 21–25 let
- 26–30 let
- 31–35 let
- 36–40 let

2. Jaké je Vaše nejvyšší dosažené vzdělání?

- bez vzdělání
- základní
- střední s výučním listem
- střední s maturitou
- vyšší odborné
- vysokoškolské

3. Která z následujících kategorií nejlépe vystihuje Váš aktuální pracovní stav?

- bez zaměstnání
- brigáda
- zaměstnaná
- podnikatelka
- mateřská či rodičovská dovolená
- studentka
- invalidní důchod

4. Jaké je Vaše místo bydliště?
 - obec
 - město do 50 tisíc obyvatel
 - město 50–100 tisíc obyvatel
 - město nad 100 tisíc obyvatel

5. Vedete si menstruační kalendář?
 - ano, používám elektronickou podobu (mobilní aplikace, aplikace kalendáře)
 - ano, používám papírovou podobu
 - ne, menstruační si kalendář si nevedu

6. Jak byste popsala **pravidelnost** Vašeho cyklu?
 - spíše pravidelný – menstruace se dostavuje téměř přesně na den
 - spíše nepravidelný – menstruace často přichází s předstihem nebo se zpožděním
 - momentálně nemenstruji

7. Jaká je průměrná délka Vašeho **cyklu**? (Délka menstruačního cyklu se počítá od prvního dne krvácení do prvního dne následujícího krvácení.)
 - méně než 21 dní
 - 21–25 dní
 - 26–30 dní
 - 31–35 dní
 - více než 35 dní

8. Jaká je průměrná délka Vašeho **krvácení**?
 - 2 dny a méně
 - 3–4 dny
 - 5–6 dní
 - 7 dní a více

9. Jaká je průměrná **intenzita** Vašeho krvácení?
 - slabé (méně než 2 vložky denně)
 - střední
 - silné (více než 5 vložek za den)

10. Používáte nějakou metodu antikoncepce?
 - ano
 - ne

11. Jak dlouho sdílíte se spolubydlicí jednu domácnost?

- 1–3 měsíce
- 4–6 měsíců
- 7–9 měsíců
- 10–12 měsíců

12. Změnil se od počátku Vašeho nynějšího spolubydlení charakter **Vaší** menstruace?

- je kratší a slabší
- je kratší a silnější
- je delší a slabší
- je delší a silnější
- nezměnil se

13. Změnil se od počátku Vašeho nynějšího spolubydlení charakter menstruace Vaší **spolubydlicí**?

- je kratší a slabší
- je kratší a silnější
- je delší a slabší
- je delší a silnější
- nezměnil se
- nevím, o menstruačním cyklu se nebavíme

14. Zaznamenala jste od počátku Vašeho nynějšího spolubydlení, že by se posunul den očekávaného nástupu **Vaší** menstruace?

- ano
- ne

V případě odpovědi „ano“:

15. Jak se nástup menstruace posunul?

- posunul se o 1–3 dny později
- posunul se o 1–3 dny dopředu
- posunul se o 4–7 dnů později
- posunul se o 4–7 dnů dopředu

16. Vnímáte, že se Vám s partnerkou cyklus po nějaké době **synchronizoval***?
(*menstruování ve stejném termínu)

- ano
- ne

V případě odpovědi „ano“:

17. V kolikátém menstruačním cyklu k této synchronizaci došlo?

- v prvním
- ve druhém
- ve třetím
- ve čtvrtém
- v pátém
- v šestém
- v sedmém
- v osmém
- v devátém
- v desátém
- v jedenáctém
- ve dvanáctém

18. Trvá synchronizace Vašich menstruačních cyklů doposud?

- ano, menstruuje nyní ve stejnou dobu
- ne, k synchronizaci došlo pouze v několika cyklech
- ne, k synchronizaci došlo pouze v jednom cyklu

19. Projevuje se u Vás některý z těchto **behaviorálních** příznaků **PMS***? *V této otázce můžete zaškrtnout více odpovědí. (* Premenstruační syndrom (PMS) je soubor příznaků, které přichází přibližně jeden týden před menstruací a s krvácením postupně ustoupí.)*

- únava
- nespavost nebo zvýšená potřeba spánku
- závratě
- změna sexuální potřeby (snížení nebo zvýšení sexuální touhy)
- specifické chutě a/nebo přejídání
- žádné z výše uvedených

20. Projevuje se u Vás některý z těchto **psychických** příznaků **PMS**? *V této otázce můžete zaškrtnout více odpovědí.*

- nervozita
- hněv
- sklony k depresím
- úzkost
- změny nálady
- potíže se soustředěním
- zapomnětlivost
- zvýšená citlivost
- snížené sebevědomí
- napětí
- žádné z výše uvedených

21. Projevuje se u Vás některý z těchto **fyzických** příznaků **PMS**? *V této otázce můžete zaškrtnout více odpovědí.*

- bolest hlavy
- bolest a/nebo napětí prsů
- bolest zad a/nebo břicha
- nadýmání, nárůst hmotnosti
- otoky rukou a/nebo nohou
- nevolnost
- bolest svalů a kloubů
- žádné z výše uvedených