Přílohy

Příloha 1 – První sekce pro pacienty s KRK

KRK pacienti a primární prevence

Dobrý den,
jmenuji se Klára Stárková a jsem studentkou 2. ročníku navazujícího oboru Výživa dospělých a dětí na 1. lékařské fakultě Univerzity Karlovy. V rámci své diplomové práce, která se věnuje možnostem, jak předcházet vzniku rakoviny tlustého střeva a konečníku, provádím průzkum ohledně stravovacích návyků a životního stylu u pacientů s čerstvě diagnostikovaným kolorektálním karcinomem.

* Označuje povinnou otázku

1. Jste: *

   Označte jen jednu elipsu.

   - ◯ Žena
   - ◯ Muž
   - ◯ Jiné: _____

2. Kolik je Vám let? *

   _____

3. Kolik kg vážíte? *

   _____

4. Zhubnul(a) jste za poslední půl rok? *

   Označte jen jednu elipsu.

   - ◯ Ano
   - ◯ Ne
   - ◯ Nevím

5. Případně o kolik kg jste zhubnul(a)?

   _____

6. Kolik cm měříte? *

7. Vaše nejvyšší dosažené vzdělání? *

Označte jen jednu elipsu.

- Bez vzdělání nebo neúplné základní vzdělání
- Základní
- Střední bez maturity
- Střední s maturitou
- Vyšší odborné
- Vysokoškolské (bakalářské, magisterské, doktorské a vyšší)

8. Vyskytl se u Vašich blízkých příbuzných (rodiče, sourozenci, děti) jakýkoliv druh rakoviny? *

Označte jen jednu elipsu.

- Ano
- Ne
- Nevím

Příloha 2 – První sekce pro lidi ve věku 18-50 let

Možnosti primární prevence kolorektálního karcinomu z hlediska výživy

PROSÍM O VYPLNĚNÍ POUZE LIDMI VE VĚKU 18-50 LET.
Děkuji za pochopení.

Dobrý den,
jmenuji se Klára Stárková a jsem studentkou 2. ročníku navazujícího oboru Výživa dospělých a dětí na 1. lékařské fakultě Univerzity Karlovy. V rámci své diplomové práce, která se věnuje možnostem, jak předcházet vzniku rakoviny tlustého střeva a konečníku, provádím průzkum ohledně rizikového chování a informovanosti lidí ve věku 18-50 let.
Děkuji Vám, pokud tento dotazník, který je zcela anonymní, vyplníte a pomůžete mi tak získat data k mé práci.

* Označuje povinnou otázku

1. Jste: *

Označte jen jednu elipsu.

- ◯ Žena
- ◯ Muž
- ◯ Jiné: _____

2. Kolik je Vám let? *

Označte jen jednu elipsu.

- ◯ 18-25 let
- ◯ 26-30 let
- ◯ 31-35 let
- ◯ 36-40 let
- ◯ 41-45 let
- ◯ 46-50 let

3. Kolik kg vážíte? *

4. Kolik cm měříte? *

5. Vaše nejvyšší dosažené vzdělání? *

Označte jen jednu elipsu.

- Bez vzdělání nebo neúplné základní vzdělání
- Základní
- Střední bez maturity
- Střední s maturitou
- Vyšší odborné
- Vysokoškolské (bakalářské, magisterské, doktorské a vyšší)

6. Vyskytla se u Vašich blízkých příbuzných (rodiče, sourozenci, děti) rakovina tlustého střeva nebo konečníku?

Označte jen jednu elipsu.

- Ano
- Ne
- Nevím

7. Vyskytl se u Vašich blízkých příbuzných (rodiče, prarodiče, sourozenci, děti) jakýkoliv druh rakoviny?

Označte jen jednu elipsu.

- Ano
- Ne
- Nevím

Příloha 3 – Společná část dotazníku pro obě skupiny

Stravovací návyky

8. Kolikrát denně nejčastěji jíte? *

Označte jen jednu elipsu.

- Méně než 3x denně
- 3x denně
- 4x denně
- 5x denně
- Víckrát než 5x denně

9. Konzumujete doporučené množství (alespoň 400 g/den) ovoce a zeleniny? *

Označte jen jednu elipsu.

- Určitě ano
- Spíše ano
- Nevím
- Spíše ne
- Určitě ne

10. Kolikrát týdně konzumujete luštěniny? *

Označte jen jednu elipsu.

- ◯ Luštěniny nejím nebo pouze výjimečně
- ◯ 1-2x týdně
- ◯ 3-5x týdně
- ◯ Více jak 5x týdně

11. Jíte denně mléčné výrobky (sýry, jogurty, tvaroh apod.) nebo pijete mléko? *

Označte jen jednu elipsu.

- ◯ Ano
- ◯ Spíše ano
- ◯ Nevím
- ◯ Spíše ne
- ◯ Určitě ne

12. Jaké druhy mléka nebo mléčných výrobků vybíráte nejčastěji? (lze zvolit více odpovědí) *

Zaškrtněte všechny platné možnosti.

- ☐ Mléko ani mléčné výrobky nekonzumuji
- ☐ Plnotučné (mléko, sýry s více jak 45 % tuku, smetanové jogurty, smetana s více jak 30 % tuku...)
- ☐ Polotučné (mléko, sýry s 30 % tuku, bílé jogurty, smetana okolo 15 % tuku...)
- ☐ Nízkotučné (odtučněné tvarohy, varianty sýrů light, jogurty s 0 % tuku...)
- ☐ Zakysané (kefíry, acidofilní mléko, jogurty...)

13. Kolikrát týdně konzumujete sladkosti (např. čokoládu, sušenky, bonbony)? *

Označte jen jednu elipsu.

- ◯ Sladkosti nejím nebo pouze výjimečně
- ◯ 1-2x týdně
- ◯ 3-5x týdně
- ◯ Více jak 5x týdně

14. Zařazujete pravidelně přílohy? *

Označte jen jednu elipsu.

- ◯ Ano, vždy
- ◯ Většinou ano
- ◯ Občas
- ◯ Spíše výjimečně
- ◯ Nejím přílohy

15. Jaké druhy příloh nejčastěji volíte? (lze zaškrtnout více odpovědí) *

Zaškrtněte všechny platné možnosti.

- ☐ Z bílé mouky (např. těstoviny, houska, rohlík)
- ☐ Luštěniny
- ☐ Brambory
- ☐ Rýže
- ☐ Celozrnné (např. těstoviny, žitný chléb)
- ☐ Knedlíky
- ☐ Smažené přílohy (např. hranolky, krokety)
- ☐ Pseudoobiloviny (např. pohanka, bulgur, quinoa)
- ☐ Žádné
- ☐ Jiné: _____

16. Kolikrát týdně konzumujete slané pochutiny (např. brambůrky, solené oříšky)? *

Označte jen jednu elipsu.

- ◯ Slané pochutiny nejím nebo pouze výjimečně
- ◯ 1-2x týdně
- ◯ 3-5x týdně
- ◯ Více jak 5x týdně

17. Jaké druhy masa nejčastěji jíte? (lze zaškrtnout více odpovědí) *

Zaškrtněte všechny platné možnosti.

- ☐ Maso vůbec nejím
- ☐ Hovězí maso
- ☐ Vepřové maso
- ☐ Drůbeží maso (kuře, krůta)
- ☐ Zvěřina
- ☐ Jiné: _____

18. Kolikrát týdně konzumujete maso? *

Označte jen jednu elipsu.

- ◯ Maso nejím nebo pouze výjimečně
- ◯ 1-2x týdně
- ◯ 3-5x týdně
- ◯ Více jak 5x týdně

19. Jaké druhy uzenin nejčastěji konzumujete? (lze zaškrtnou více odpovědí) *

Zaškrtněte všechny platné možnosti.

- [ ] Nejím žádné uzeniny
- [ ] Dušená šunka
- [ ] Párky, klobásy, špekáčky
- [ ] Slanina
- [ ] Salámy
- [ ] Uzené maso
- [ ] Paštiky
- [ ] Sušené masa, pršuty
- [ ] Tlačenka, jitrnice, jelita
- [ ] Jiné: _____

20. Kolikrát týdně konzumujete uzeniny? *

Označte jen jednu elipsu.

- ◯ Uzeniny nejím nebo pouze výjimečně
- ◯ 1-2x týdně
- ◯ 3-5x týdně
- ◯ Více jak 5x týdně

21. Jakým způsobem nejčastěji připravujete jídla? (lze zaškrtnout více odpovědí) *

Zaškrtněte všechny platné možnosti.

- [ ] Vaření (ve vodě nebo v páře)
- [ ] Dušení (malé množství vody nebo tuku, probíhá pod pokličkou v hrnci nebo na pánvi)
- [ ] Pečení
- [ ] Grilování
- [ ] Opékaní (příprava na pánvi na sucho či minimu tuku tj. jedna polévková lžíce)
- [ ] Smažení (např. ve fritéze nebo na pánvi s větším množství tuku)

22. Jaké druhy tuků používáte při přípravě jídel? (lze zaškrtnout více odpovědí) *

Zaškrtněte všechny platné možnosti.

- [ ] Rostlinné oleje (např. řepkový, olivový, slunečnicový)
- [ ] Máslo
- [ ] Sádlo
- [ ] Margaríny
- [ ] Ghí
- [ ] Jiné: _____

23. Kolikrát týdně konzumujete ryby? *

Označte jen jednu elipsu.

- ◯ Ryby nejím nebo pouze výjimečně
- ◯ 1-2x týdně
- ◯ 3-5x týdně
- ◯ Více jak 5x týdně

24. Kolik tekutin průměrně denně vypijete? *

Označte jen jednu elipsu.

- ◯ Méně než 1 litr
- ◯ 1-2 litry
- ◯ 2-3 litry
- ◯ Více jak 3 litry

25. Jaké druhy tekutin hlavně pijete? (lze zvolit více odpovědí) *

Zaškrtněte všechny platné možnosti.

- [ ] Čistou vodu
- [ ] Ochucené vody
- [ ] Neslazené čaje
- [ ] Slazené čaje
- [ ] Slazené limonády
- [ ] Káva
- [ ] Pivo
- [ ] Jiné: _____

Životní styl

26. Kouříte? *

Označte jen jednu elipsu.

- ◯ Ano, kouřím pravidelně
- ◯ Ano, ale kouřím pouze příležitostně
- ◯ Ne, nikdy jsem nekouřil(a)
- ◯ Ne, ale v minulosti jsem byl(a) aktivním kuřákem

27. Kolikrát týdně pijete alkohol (včetně piva a vína)? *

Označte jen jednu elipsu.

- ◯ Alkohol nepiju vůbec nebo výjimečně
- ◯ 1-2x týdně
- ◯ 3-5x týdně
- ◯ Více jak 5x týdně

28. Jaké množství alkoholu průměrně vypijete, když konzumujete alkohol? *

Označte jen jednu elipsu.

- Alkohol nepiju vůbec
- Jedno pivo /skleničku vína / jednoho panáka
- 2 piva / 2 skleničky / 2 panáky
- 3 piva / 3 skleničky / 3 panáky
- Více jak 3 piva / skleničky nebo panáky

29. Máte sedavé zaměstnání? *

Označte jen jednu elipsu.

- Ano
- Částečně sedavé
- Ne

30. Sportujete pravidelně? *

Označte jen jednu elipsu.

- Ano
- Ne

31. Kolikrát týdně vykonáváte fyzickou aktivitu? *

Označte jen jednu elipsu.

- Sportuji výjimečně nebo vůbec
- Méně než 2x týdně
- 2-3x týdně
- 4-5x týdně
- Víckrát než 5x týdně

32. Jaký typ sportu pravidelně provozujete? (lze zaškrtnout více odpovědí) *

Zaškrtněte všechny platné možnosti.

- [ ] Vytrvalostní (např. běh, cyklistika, plavání)
- [ ] Nižší intenzity (např. chůze, jóga)
- [ ] Silový (např. posilování)
- [ ] O vysoké intenzitě (např. cardio cvičení)
- [ ] Týmové sporty (např. fotbal, hokej, volejbal)
- [ ] Jiné: _____

Informovanost ohledně prevence

33. Označte, jaké potraviny, jejichž pravidelná konzumace, podle Vás zvyšuje riziko vzniku rakoviny tlustého střeva a jaké naopak před jeho vznikem ochraňují. *

Označte jen jednu elipsu na každém řádku.

	Zvyšují riziko vzniku	Snižují riziko vzniku	Nevím
Červené maso (hovězí, vepřové)	◯	◯	◯
Zpracované potraviny a uzeniny	◯	◯	◯
Mléko a mléčné výrobky	◯	◯	◯
Ovoce a zelenina	◯	◯	◯
Celozrnné výrobky a luštěniny	◯	◯	◯
Ryby	◯	◯	◯

34. Označte, jakou přípravu stravy označujete za rizikovou a jakou ne pro vznik rakoviny tlustého střeva. *

Označte jen jednu elipsu na každém řádku.

	Rizikové	Nerizikové	Nevím
Vaření (ve vodě nebo v páře)	◯	◯	◯
Dušení (malé množství vody nebo tuku, probíhá pod pokličkou)	◯	◯	◯
Pečení	◯	◯	◯
Grilování	◯	◯	◯
Opékaní (příprava na pánvi na sucho či minimu tuku)	◯	◯	◯
Smažení (např. ve fritéze nebo na pánvi s větším množství tuku)	◯	◯	◯

35. Označte faktory životního stylu, které považujete za rizikové nebo naopak ochraňující před vznikem rakoviny tlustého střeva. *

Označte jen jednu elipsu na každém řádku.

	Rizikové pro vznik	Snižující riziko vzniku	Nevím
Pravidelná fyzická aktivita	◯	◯	◯
Nadváha nebo obezita	◯	◯	◯
Kouření	◯	◯	◯
Konzumace alkoholu	◯	◯	◯

Příloha 4 – Souhlas etické komise Nemocnice Na Pleši

Žádost o vyjádření Etické komise Nemocnice Na Pleši

Název diplomové práce: Možnosti primární prevence kolorektálního karcinomu z hlediska výživy

Autor práce: Bc. Klára Stárková

Vedoucí práce: MUDr. Iva Holcátová, CSc.

Akademický rok: 2022/23

Studijní obor: Výživa dospělých a dětí

Instituce: 1. Lékařská fakulta Univerzity Karlovy

Vážená Etická komise,

chtěla bych Vás požádat o umožnění výzkumu k mé diplomové práci na téma *Možnosti primární prevence kolorektálního karcinomu z hlediska výživy* v Nemocnici Na Pleši. Jedná se o dotazníkové šetření mezi pacienty s čerstvě diagnostikovaným kolorektálním karcinomem či střevními polypy, které budu oslovovat skrze onkologickou ambulanci, příp. na onkologickém lůžkovém oddělení. Dotazník budou vyplňovat ve spolupráci se mnou a sběr dat bude probíhat od listopadu 2022 do března 2023.

Dotazník byl vytvořen mnou, schválen vedoucí práce MUDr. Ivou Holcátovou a kontrolován i primářkou MUDr. Kateřinou Jirsovou. Pro jistotu ho ještě přikládám k žádosti. Týká se stravovacích zvyklostí, životního stylu a informovanosti ohledně primární prevence kolorektálního karcinomu. Vyplnění je zcela anonymní, nikde nebudou zapsány ani uveřejňovány konkrétní informace o pacientech. Výstupem z mé diplomové práce bude porovnání výsledků dotazníků od pacientů s kolorektálním karcinomem nebo střevními polypy s výsledky dotazníků od zdravé populace ve věku 18-50 let.

Předem děkuji za vyjádření.

V Nové Vsi pod Pleší
25. 10. 2022

Bc. Stárková Klára
Stárková

ETICKÁ KOMISE NEMOCNICE NA PLEŠI
SOUHLASÍ
MUDr. NELLATA ŠUGUEVOVÁ
PŘEDSEDKYNĚ EK

31. 10. 2022

Nemocnice Na Pleši s.r.o.
262 04 Nová Ves pod Pleší 110
IČ: 27207064, DIČ: CZ27207064
ETICKÁ KOMISE