

Seznam příloh

Příloha č. 1: Souhlasné stanovisko etické komise

Příloha č. 2: Souhlas se zpracováním osobních údajů

Příloha č. 3: Dotazník

Příloha č. 1: Souhlasné stanovisko etické komise



ETICKÁ KOMISE VŠEOBECNÉ FAKULTNÍ NEMOCNICE V PRAZE

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

Vážený pan
Vojtěch Kašpar
Pplk. Sochora 436/3
170 00 Praha 7

14.12.2023
č.j.: 186/23 S-IV

Vážený pane žadateli,
Etická komise VFN projednávala na svém zasedání dne 14.12.2023 Vámi předložený individuální výzkumný projekt č.j. 186/23 S-IV- bakalářská práce.

Název studie/Title of CT: Informovanost pacientů o dietních a režimových opatřeních při gastroezofageálním refluxu

Žadatel/Applicant: Vojtěch Kašpar, Pplk. Sochora 436/3, 170 00 Praha 7, e-mail: vojtechkaspar@email.cz

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: 29.11.2023

Datum jednání EK+čas/Date and time of Ethics Committee's session: 14.12.2023 (15:30 –17:30 hod.)

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

Místo hodnocení / Jméno zkoušejícího Trial Site / Name of Investigator	Místní EK Local EC	Adresa místní EK Address
Vojtěch Kašpar, IV. interní klinika 1. LF UK a VFN v Praze, U Nemocnice 2, 128 08 Praha 2	<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 Document title, version, date	Schváleno/ Approved		Na vědomí / Taken into account	
	ANO Yes	NE No	ANO Yes	NE No
Průvodní dopis, vč. Popisu projektu a kritérií	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dotazník – Viceúčelový formulář EK VFN, 20.11.2023	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dotazník informovanosti o dietních a režimových opatřeních při refluxní chorobě jícnu (GERD), bez data	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Souhlas se shromažďováním a zpracováním osobních údajů	Doručeno			
Žádost o dotazníkovou akci, 29.11.2023	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Čestné prohlášení o provádění výzkumného projektu, 20.11.2023	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Životopis hlavního zkoušejícího: Vojtěch Kašpar, bez data	<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 IV. interní klinice 1. LF UK a VFN v Praze.

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

PharmDr.
Zbyněk
Sklenář, Ph.D.
Datum: 2023.12.19
14:42:55 +01'00'

Digitálně podepsal
PharmDr. Zbyněk
Sklenář, Ph.D.
Datum: 2023.12.19
14:42:55 +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 <i>Yes</i>	Ne <i>No</i>		Ano <i>Yes</i>	Ne <i>No</i>	Ano <i>Yes</i>	Ne <i>No</i>
PharmDr. Zbyněk Sklenář, Ph.D., MBA	M/M	Pharmacist <i>Pharmacologist</i>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Předseda/ Chairperson	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
MUDr. Magda Šišková, CSc.	Ž/F	Haematologist	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Mistopřed- seda/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 type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Doc. MUDr. Pavel Freitag, CSc.	M/M	Gynaecologist	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Člen/Member	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input 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 type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" 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 type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" 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"/>
Mgr. Bc. Inka Dvořáková, MBA	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"/>
Prof. MUDr. Jan Roth, CSc.	M/M	Neurologist	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Člen/Member	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Mgr. Libuše Roytová Mgr. ThLic. of Theologie	Ž/F	Member of clergy	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	Člen/Member	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input 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 type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" 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"/>
MUDr. Jiří Valenta	M/M	Anesthesiologist -Intensive Med.	<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. 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: 14.12.2023

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. 2: Souhlas se zpracováním osobních údajů



VŠEOBECNÁ FAKULTNÍ NEMOCNICE V PRAZE
U Nemocnice 499/2, 128 08 Praha 2 | www.vfn.cz, http://intranet.vfn.cz
ETICKÁ KOMISE VŠEOBECNÉ FAKULTNÍ NEMOCNICE V PRAZE

Příloha č. 13 | SPP-03 | strana 1 z 2 | verze 1.8

SOUHLAS SE SHROMAŽĐOVÁNÍM A ZPRACOVÁNÍM OSOBNÍCH ÚDAJŮ PŘI PROVÁDĚNÍ STUDIE VFN

Název studie: **Informovanost pacientů o dietních a režimových opatřeních při gastroezofageálním refluxu**

Řešitel studie: **Vojtěch Kašpar**

Vážená paní, vážený pane,

Váš lékař Vám nabídl účast ve studii a popis studie byl uveden v informacích pro pacienta. Pokud budete souhlasit a účastníte se studie, je třeba Vás informovat i o zpracování osobních údajů, které je nezbytné k tomu, aby studie mohla být provedena.

Studie se můžete zúčastnit pouze tehdy, pokud budete souhlasit se shromažďováním a zpracováním osobních údajů tak, jak je popsáno v tomto formuláři. Váš výslovný souhlas se zpracováním těchto údajů by měl být udělen po sdělení, pro jaký účel zpracování a k jakým osobním údajům je souhlas dáván, jakému správci a na jaké období. Vaše osobní údaje budou zpracovávány Všeobecnou fakultní nemocnicí v Praze, U Nemocnice 2, 128 08 Praha 2, která je správcem těchto dat.

Tyto informace jsou sepsány v souladu se zákonem č. 110/2019 Sb., o zpracování osobních údajů, vycházejícím z Nařízení Evropského Parlamentu a Rady (EU) 2016/679 o ochraně fyzických osob v souvislosti se zpracováním osobních údajů a o volném pohybu těchto údajů a o zrušení směrnice 95/46/ES (obecné nařízení o ochraně osobních údajů).

Studijní centrum bude zaznamenávat Vaše osobní údaje včetně jména a kontaktních údajů, data narození, pohlaví, stejně tak údaje z Vaší anamnézy a klinická data shromážděná v souvislosti s Vaší účastí ve studii. Veškeré údaje budou uchovávány pouze pro účely studie a v souladu s platnou právní úpravou. Bez zpracování osobních údajů by nebylo možné provést a ani vyhodnotit prováděnou studii.

Do Vašich osobních záznamů ve zdravotnické dokumentaci má přístup pouze lékař provádějící studii a osoby s ním spolupracující na studii a dále osoby pověřené dohledem nad průběhem studie. Pokud by se jednalo o studii s léčivem, dohled mohou vykonávat pracovníci Státního ústavu pro kontrolu léčiv (SÚKL). U všech studií mohou dohled vykonávat členové Etické komise Všeobecné fakultní nemocnice v Praze. Tyto osoby jsou vázány povinnou mlčenlivostí a kontrolují, zda je studie řádně prováděna, zda je zajištěna bezpečnost účastníků studie a také zda jsou shromážděné osobní údaje a další informace správné.

Aby byla zajištěna ochrana soukromí, všechny údaje a odebrané vzorky získané ve studii budou zpracovány pouze v pseudonymizované podobě. To znamená, že k údajům a vzorkům budou přiřazeny kódy. Údaje umožňující zjistit Vaši totožnost tak neopustí pracoviště lékaře. Pouze lékař a oprávněné osoby budou mít možnost spojit tento kód s Vaším jménem, a to na seznamu, který bude bezpečně uložen ve studijním centru po dobu nezbytně nutnou k naplnění účelu celé studie.

Prostřednictvím svého lékaře máte právo na přístup k informacím, které byly o Vás shromážděny a případně požádat i o jejich opravu. Máte navíc nárok stěžovat si na to, jakým

způsobem bylo s Vašimi osobními údaji zacházeno. Stížnost můžete vznést k Úřadu na ochranu osobních údajů, se sídlem Pplk. Sochora 27, 170 00 Praha 7. Tento Úřad je odpovědný za prosazování práva na ochranu osobních údajů.



VŠEOBECNÁ FAKULTNÍ NEMOCNICE V PRAZE

U Nemocnice 499/2, 128 08 Praha 2 | www.vfn.cz, <http://intranet.vfn.cz>

ETICKÁ KOMISE VŠEOBECNÉ FAKULTNÍ NEMOCNICE V PRAZE

Příloha č. 13 | SPP-03 | strana 2 z 2 | verze 1.8

SOUHLAS SE SHROMAŽĎOVÁNÍM A ZPRACOVÁNÍM OSOBNÍCH ÚDAJŮ PŘI PROVÁDĚNÍ STUDIE VFN

Za určitých okolností při splnění podmínek daných platnou právní úpravou máte právo požádat o jejich vymazání/odstranění, omezit zpracování těchto údajů nebo požádat o to, aby byly tyto údaje poskytnuty Vám či třetí straně ve strukturovaném, běžně používaném a strojově čitelném formátu. Máte rovněž právo na soupis zpracovávaných osobních údajů.

Po ukončení studie nebo po ukončení Vaší účasti ve studii zůstávají údaje správci, aby nebyla narušena validita dat získaných ve studii, a to po dobu nezbytnou k dosažení účelu prováděné studie. Pokud byste odstoupili ze studie předčasně, údaje shromážděné před odstoupením mohou být zpracovány společně s dalšími údaji shromážděnými v rámci této studie. Ve studijní databázi se však již nebudou shromažďovat žádné další informace, pokud k tomu výslovně nedáte souhlas.

Tento souhlas se zpracováním osobních údajů vyjadřujete na dobu nezbytně nutnou pro řádné vyhodnocení této studie.

Výsledky této studie mohou být publikovány v odborném tisku, mohou sloužit k výukovým a vědeckým účelům. Chtěli bychom zdůraznit, že se vždy bude jednat o souhrnné výsledky studie, ze kterých nebude možné Vás identifikovat. A také se nikde ve vyhodnocení studie neobjeví Vaše jméno či jiná informace, která by mohla vést k odhalení Vaší totožnosti.

V Praze dne

Jméno a příjmení účastníka studie:

Podpis účastníka studie:

Dotazník informovanosti o dietních a režimových opatřeních při refluxní chorobě jícnu (GERD)

Vážená paní, vážený pane,

Jmenuji se Vojtěch Kašpar, studuji nutriční terapii na 1. lékařské fakultě Univerzity Karlovy a tento dotazník je součástí mé bakalářské práce, ve které vyhodnocuji informovanost pacientů o dietních a režimových opatřeních při refluxní chorobě jícnu (GERD). Refluxní choroba jícnu (GERD) je onemocnění, které se projevuje zejména jako **pálení žáhy** a/nebo jako **zpětný návrat žaludečního obsahu do jícnu, eventuálně úst (reflux)**.

Vaše účast v tomto projektu je dobrovolná, můžete se tedy rozhodnout dotazník nevyplnit a vrátit ho lékaři nebo sestřičce. Dotazník slouží ke zjištění Vašich znalostí ohledně dietních a režimových opatření, která by pacient s projevy pálení žáhy a/nebo zpětným návratem žaludečního obsahu do jícnu, eventuálně úst, měl dodržovat, aby došlo ke snížení příznaků onemocnění, které je označováno jako refluxní choroba jícnu (GERD).

Veškerá zjištění plynoucí z tohoto dotazníku jsou zcela anonymní. Anonymizované výsledky z dotazníku budou publikovány v mé bakalářské práci a budou k nalezení v Digitálním repozitáři Univerzity Karlovy na adrese <https://dspace.cuni.cz/handle/20.500.11956/1895>.

Děkuji za Váš čas, který jste vyplňování dotazníku věnovali, tento dotazník je pro mou bakalářskou práci stěžejní.

Základní údaje

Věk: **Pohlaví:** **Váha:** **Výška:**

Vzdělání: ● základní ● středoškolské ● vysokoškolské

Jsem kuřák/kuřačka: ● ano ● ne

1. Úvodní otázky (označte křížkem pouze 1 políčko u příslušné otázky)

1.1. Dodržujete nějaká dietní opatření kvůli pálení žáhy?

● ano ● ne

1.1.1. Pokud dodržujete dietní opatření, pomohla dieta snížit Vaše obtíže?*

**tuto otázku vyplňte pouze v případě, že dodržujete nějaká dietní opatření*

● téměř vůbec ● potíže se zlepšily do 50 % ● potíže se zlepšily o více než 50 %

● potíže ustoupily natolik, že jsou nyní zcela minimální nebo žádné ● nevím

1.2. Dodržujete nějaká režimová opatření* kvůli pálení žáhy?

**pod pojmem režimová opatření je myšlena úprava životního stylu (např. ideální poloha těla po jídle, ve spánku, omezení nevhodných aktivit apod.)*

● ano ● ne

1.2.1. Pokud dodržujete režimová opatření, pomohla tato opatření snížit Vaše obtíže?*

**tuto otázku vyplňte pouze v případě, že dodržujete nějaká režimová opatření*

- téměř vůbec ● potíže se zlepšily do 50 % ● potíže se zlepšily o více než 50 %
- potíže ustoupily natolik, že jsou nyní zcela minimální nebo žádné ● nevím

1.3. Jak často užíváte léky proti pálení žáhy, které Vám předepsal lékař?

- více než jednou denně ● jednou denně ● obden ● několikrát za týden
- pouze při obtížích – např. několikrát za měsíc ● vůbec

1.3.1. Pokud užíváte léky na předpis od lékaře, pozorujete nějaké zlepšení?*

**tuto otázku vyplňte pouze v případě, že užíváte léky na pálení žáhy předepsané od lékaře*

- téměř žádné ● potíže se zlepšily do 50 % ● potíže se zlepšily o více než 50 %
- potíže ustoupily natolik, že jsou nyní zcela minimální nebo žádné

1.4. Jak často užíváte volně prodejné léky proti pálení žáhy?

- více než jednou denně ● jednou denně ● obden ● několikrát za týden
- pouze při obtížích – např. několikrát za měsíc ● vůbec

1.4.1. Pokud užíváte volně prodejné léky proti pálení žáhy, pozorujete nějaké zlepšení?*

**tuto otázku vyplňte pouze v případě, že užíváte volně prodejné léky proti pálení žáhy*

- téměř žádné ● potíže se zlepšily do 50 % ● potíže se zlepšily o více než 50 %
- potíže ustoupily natolik, že jsou nyní zcela minimální nebo žádné

1.5. Jak často momentálně pociťujete pálení žáhy a/nebo zpětný návrat žaludečního obsahu do jícnu, eventuálně úst (reflux)?

- denně ● minimálně 2krát za týden ● 1–2krát za týden ● několikrát za měsíc
- vůbec

2. Znalostní otázky na informovanost ohledně dietních a režimových opatření

2.1. – otázky s výběrem ze tří možností

Zakroužkujte, prosím, u každé otázky možnost, kterou považujete za správnou, každá otázka má 1 správnou odpověď. Pokud neznáte odpověď na uvedenou otázku, zaškrtněte prázdné políčko u možnosti „nevím“.

1. Které potraviny bychom měli při pálení žáhy preventivně omezovat?

- a) tučné potraviny živočišného původu – např. špekáčky, tlačenku, paštiku
- b) potraviny s umělými sladidly
- c) zejména mléko a mléčné výrobky
- nevím

2. Která úprava jídla je nejméně vhodná a měli bychom se jí při pálení žáhy vyhýbat?

- a) pečení
- b) smažení
- c) dušení
- nevíم

3. Která aktivita je nejméně vhodná při pálení žáhy?

- a) cyklistika
- b) cvičení jógy
- c) zvedání těžkých předmětů ze země, např. činek v posilovně
- nevíم

4. Který bylinkový čaj může způsobit zhoršení pálení žáhy?

- a) zázvorový
- b) heřmánkový
- c) mátový
- nevíم

5. Vyberte aktivitu, která může způsobit zhoršení pálení žáhy:

- a) konzumace větších porcí méně často, např. 3 porce denně
- b) konzumace menších porcí jídla příliš často, např. 6 porcí denně
- c) každodenní zařazování snídaně
- nevíم

6. Kdy nejpozději by se mělo jíst poslední jídlo dne ke snížení rizika pálení žáhy?

- a) nejpozději hodinu před spaním
- b) nejpozději 3 hodiny před spaním
- c) 30 minut před spaním
- nevíم

7. Které nápoje jsou vhodné k pití ke snížení rizika pálení žáhy?

- a) nápoje s umělými sladidly
- b) nápoje s obsahem kofeinu
- c) perlivé nápoje
- nevíم

8. Které ovoce je při pálení žáhy nejméně vhodné?

- a) jablka
- b) meruňky
- c) citrusy
- nevíم

9. Který jev má různá zdravotní rizika a zvyšuje riziko pálení žáhy:

- a) nadváha až obezita
- b) podváha
- c) konzumace menších porcí jídla častěji, např. 6 porcí denně
- nevíم

10. Která zelenina je nejméně vhodná při pálení žáhy?

- a) rajčata
- b) lilek
- c) červené hlávkové zelí
- nevíم

11. Které režimové opatření může snížit pálení žáhy v noci?

- a) vypít cca půl litru vody s citronem před spaním
- b) vypít mátového čaje před spaním
- c) podložení postele o 20 cm na úrovni hlavy
- nevíم

12. Který nápoj je při pálení žáhy nejméně vhodný?

- a) perlivý nápoj (perlivá voda, limonáda...)
- b) jablečný mošt
- c) kojenecká voda
- nevíم

13. Které jídlo je při pálení žáhy nejméně vhodné?

- a) kuře s pikantní pomerančovou omáčkou
- b) krůtí prso na mrkvi
- c) žemlovka s jablky
- nevíم

14. Ve které poloze je nevhodnější spát z hlediska prevence pálení žáhy?

- a) na pravém boku
- b) na levém boku
- c) na zádech
- nevíم

15. Které opatření je vhodné dělat po jídle pro snížení rizika pálení žáhy:

- a) žvýkat žvýkačku
- b) zapít každé jídlo mátovým čajem
- c) vypít kávu, která urychlí trávení
- nevíم

16. Vyberte vhodné opatření pro snížení rizika pálení žáhy:

- a) konzumace velkého množství jídla méně často
- b) konzumace menších porcí častěji
- c) konzumace jednoho velkého jídla pouze odpoledne
- nevíم

17. Která skutečnost může pomoci snížit pálení žáhy?

- a) fyzioterapeutické rehabilitační cvičení a relaxační techniky
- b) pití bezkofeinové kávy namísto kávy s kofeinem
- c) chodit spát nejpozději ve 21:00
- nevíم

18. Která potravina je při pálení žáhy nevhodná?

- a) hořká čokoláda
- b) bílá káva
- c) jogurt
- nevím

19. Jezení v noci:

- a) na riziko pálení žáhy nemá žádný vliv
- b) je vhodné, pokud chceme nabrat hmotnost
- c) zvyšuje riziko pálení žáhy
- nevím

20. Vyberte nejvhodnější svačinu z hlediska snížení rizika pálení žáhy:

- a) chléb se šunkou a margarínem, ovocný čaj
- b) svačina není vhodná, lepší je jíst méně porcí ve větším objemu jídla
- c) vánočka s máslem, kakao
- nevím

2.2. – otázky s možností výběru pravda/nepravda

Zaškrtněte, prosím, u každé otázky, zda je odpověď pravdivá nebo nepravdivá. Pokud odpověď neznáte, zaškrtněte políčko u možnosti „nevím“

Stres se řadí mezi rizikové faktory pálení žáhy:

- pravda
- nepravda
- nevím

Kouření cigaret může zmírnit příznaky pálení žáhy:

- pravda
- nepravda
- nevím

Vzpřímený sed s rovnými zády po jídle může snížit pálení žáhy:

- pravda
- nepravda
- nevím

Fyzioterapie se zaměřením na tzv. brániční dýchání může snížit pálení žáhy:

- pravda
- nepravda
- nevím

Pití alkoholu může zhoršit pálení žáhy:

- pravda
- nepravda
- nevím

3. Doplnující otázky

3.1. Získali jste nějaké informace o dietních a režimových opatřeních při pálení žáhy od lékaře (gastroenterologa)?* (u této otázky označte křížkem pouze jedno políčko)

**lékař Vám například osobně tyto informace sdělil nebo Vám předal informativní leták*

- ano
- ne

3.1.1. Pokud jste si sami zjišťovali nějaké informace o dietních a režimových opatřeních při pálení žáhy, odkud tyto informace máte?* (u této otázky je možné křížkem označit jedno nebo více políček)

****tuto otázku vyplňte pouze v případě, že jste si sami zjišťovali nějaké informace o dietních a režimových opatřeních při pálení žáhy***

- z internetu ● od jiných pacientů ● od rodiny či přátel
- z odborné knihy nebo dietní kuchařky ● odjinud (napište, odkud):

3.3. V jaké oblasti v problematice pálení žáhy byste chtěli být více informováni? (u této otázky je možné křížkem označit jedno nebo více políček)

- nepotřebuji být více informován/a
- o tom, proč pálení žáhy vzniká ● o různých diagnostických metodách
- o prognóze a možných komplikacích ● o konkrétních dietních a režimových opatřeních
- o různých možnostech léčby (nejen pomocí léků, ale např. endoskopické léčby)