

Znalosti kojících matek o výživě a vlivu výživy na kvalitu mateřského mléka v období kojení

Vážená maminko,

jmenuji se Julia Rolková a jsem studentka 3. ročníku oboru Nutriční terapie na 3. lékařské fakultě Univerzity Karlovy. Momentálně pracuji na své bakalářské práci s názvem „**Vliv výživy kojící matky na kvalitu mateřského mléka**“. Chtěla bych Vás požádat o vyplnění mého dotazníku, který mi pomůže získat cenné informace pro můj výzkum a lépe zmapovat znalosti kojících matek v dané problematice. Dotazník je určen pouze pro **plnoleté ženy**, které **aktuálně kojí**. Vyplnění dotazníku zabere maximálně **5 minut** a u všech **19 otázek** a **2 podotázek** můžete vybrat pouze jednu odpověď.

Veškeré Vaše informace budou zachovány v **úplné anonymitě** a použity pouze pro účely mé bakalářské práce. Předem Vám děkuji za vyplnění dotazníku.

1. Kolik je Vám let?
 - 18–24
 - 25–30
 - 31–35
 - 36–40
 - 41+
2. Jaké je Vaše nejvyšší dosažené vzdělání?
 - Základní
 - Střední
 - Vyšší odborné / vysokoškolské
3. Řekla byste, že máte dostatečné znalosti ohledně výživy kojící matky?
 - Ano
 - Ne
 - Nevím

4. Od koho / kde jste nejvíce čerpala informace ohledně výživy kojící matky?
- Lékař (gynekolog, praktický lékař...)
 - Porodní asistentka
 - Nutriční terapeut / výživový poradce
 - Předporodní kurz
 - Rodina, přátelé
 - Odborná literatura (knihy, odborné časopisy a články)
 - Internet
 - Jiné
5. Myslíte si, že výživa kojící matky má vliv na složení mateřského mléka?
- Ano
 - Ne
 - Nevím
6. Myslíte si, že se v období kojení mění nároky na výživu kojící matky?
- Ano
 - Ne
 - Nevím
7. Myslíte si, že by se měl navýšit energetický příjem matky během období kojení?
- Ano
 - Ne
 - Nevím
8. Myslíte si, že vyšší energetický příjem kojící matky způsobuje vyšší produkci mateřského mléka?
- Ano
 - Ne
 - Nevím
9. Myslíte si, že by kojící žena měla navýšit příjem tekutin?
- Ano
 - Ne
 - Nevím

10. Myslíte si, že zvýšený příjem tekutin kojící ženy způsobuje vyšší tvorbu mateřského mléka?
- Ano
 - Ne
 - Nevím
11. Myslíte si, že kofein přechází do mateřského mléka?
- Ano → otázka 11.1.
 - Ne → otázka 12.
 - Nevím → otázka 12.
11. 1. Jaký vliv může mít kofein na kojené dítě?
- Zvýšená chuť k jídlu
 - Porucha spánku
 - Závislost na kofeinu
12. Myslíte si, že je bezpečné konzumovat alkohol během období kojení?
- Ano
 - Ne
 - Nevím
13. Myslíte si, že alkohol přechází do mateřského mléka?
- Ano → otázka 13.1.
 - Ne → otázka 14.
 - Nevím → otázka 14.
13. 1. Jaký vliv může mít alkohol na kojené dítě?
- Zvýšená chuť k jídlu
 - Porucha spánku
 - Závislost na alkoholu
14. Myslíte si, že konzumace alkoholu během období kojení může snížit tvorbu mateřského mléka?
- Ano
 - Ne
 - Nevím

15. Myslíte si, že alkohol dokáže ovlivnit vůni a chuť Vašeho mateřského mléka?
- Ano
 - Ne
 - Nevím
16. Myslíte si, že je potřeba, aby zdravá žena s vyváženou stravou užívala během kojení doplňky stravy?
- Ano
 - Ne
 - Nevím
17. Myslíte si, že léky užívané kojící matkou mohou přecházet do mateřského mléka?
- Ano
 - Ne
 - Nevím
18. Myslíte si, že kojící matky, které jsou veganky, mají jiné složení mateřského mléka než matky, které konzumují běžnou stravu?
- Ano
 - Ne
 - Nevím
19. Myslíte si, že je vhodné rychle hubnout během období kojení?
- Ano
 - Ne
 - Nevím

Děkuji Vám za Vaši ochotu a čas. Prosím, nezapomeňte dotazník ukončit kliknutím na tlačítko „odeslat“.

S pozdravem

Julia Rolková