

Seznam příloh

Příloha č. 1: Přepis online dotazníkového šetření Google Forms

Příloha č. 2: Doslovný přepis všech konkrétních odpovědí respondentů na polootevřené a otevřené otázky dotazníkového šetření

Příloha č. 1: Přepis online dotazníkového šetření Google Forms

Dotazník na výzkumnou část bakalářské práce

Dobrý den,

věnujte, prosím, několik minut svého času vyplnění následujícího dotazníku.

Alternativní medicína je medicína, která se snaží najít příčiny vzniku nemocí, které následně léčí přírodními prostředky. Alternativní medicína klade důraz na prevenci a pomáhá navrátit lidské zdraví pomocí metod, které nejsou součástí standardní lékařské péče. Zahrnuje systémy, jako je homeopatie, Bachovy esence, ale také terapie, včetně biofeedbacku, arteterapie, aromaterapie i lesní terapie.

Otázky se týkají užívání přírodních přípravků, které se dají sehnat převážně u bylinkářů nebo na e – shopech s bylinnými tinkturami, čaji a nabídkou řady bylinných terapií. Účelem bakalářské práce je zjistit, zda lidé používají bylinné prostředky při nachlazení či respiračním onemocnění. Dotazník je anonymní. Veškeré informace budou využité jen pro výzkum bakalářské práce a v souladu s GDPR.

Základní informace o respondentech

Sekce 1, otázka č. 1: Jakého jste pohlaví?

- Muž
- Žena
- Možnost „Jiná“

Sekce 1, otázka č. 2 Kolik je vám let?

Otevřená otázka pro respondenty

Sekce 1, otázka č. 3: Z jakého kraje pocházíte? (Uzavřená otázka)

- Hlavní město Praha
- Středočeský kraj
- Jihočeský kraj

- Plzeňský kraj
- Karlovarský kraj
- Ústecký kraj
- Kraj Vysočina
- Liberecký kraj
- Pardubický kraj
- Jihomoravský kraj
- Zlínský kraj
- Olomoucký kraj
- Moravskoslezský kraj
- Královéhradecký kraj

Sekce 1, otázka č. 4 Setkali jste se někdy s pojmem Alternativní medicína? (Uzavřená otázka)

- Ano
- Ne

Informace od respondentů, jež se s pojmem Alternativní medicíny setkali

Sekce 2, otázka č. 1: Z jakého zdroje jste se o Alternativní medicíně (dále jen AM) dozvěděli. (výběr z více možností)

- Z internetu
- Od známých
- Z médií (podcast, televize, rozhlas)
- Z časopisu/knihy

Sekce 2, otázka č. 2: Vyberte na škále účinnost Alternativní medicíny. (Výběr jedné odpovědi)

Neúčinná 1–5 účinná

Sekce 2, otázka č. 3: U každé z metod AM označte, zda s ní máte zkušenost (Výběr z více možností)

- Akupunktura – Ano/ne
- Akupresura – Ano/ne

- Fytoterapie – Ano/ne
- Homeopatie – Ano/ne
- Bachovy esence – Ano/ne
- Meditace – Ano/ne
- Jóga – Ano/ne
- Masáže – Ano/ne

Sekce určená pro všechny respondenty

Sekce 3, otázka č. 1: Alternativní medicína (dále jen AM), je medicína založená na léčbě onemocnění pomocí přírodních metod i prostředků (Akupunktura, homeopatie, Bachovy esence, masáže atd.) Vyzkoušeli byste metody AM, kdybyste se s tímto pojmem blíže seznámili?

Lineární stupnice od 1 do 5 (1 = Spíš ne, 5 = Určitě ano)

Sekce zaměřená na využití bylinných přípravků

Sekce 4, otázka č. 1: Čemu dáváte přednost při léčbě respiračních onemocnění (nachlazení, rýma, zánět hrtanu, vlhký/suchý kašel atd.)? (Polootevřená otázka)

- Bylinné přípravky
- Farmaceutická léčiva
- Možnost „Jiné“

Sekce 4, otázka č. 2: Použili jste někdy bylinné přípravky (bylinné čaje, pastilky, tinktury) na léčbu respiračních onemocnění (zánět hrtanu, rýma, suchý/vlhký kašel atd.)? (Uzavřená otázka)

- Ano
- Ne

Sekce pro respondenty bez zkušenosti léčby bylinnými přípravky

Sekce 5, otázka č. 1: Chtěli byste vyzkoušet bylinné přípravky? (Uzavřená otázka)

- Ano

- Ne

Sekce 5, otázka č. 2: Vyberte z vybraných možností, proč bylinné přípravky neužíváte (můžete označit více možností)

- Neosvědčily se účinky
- Náročná příprava
- Dlouhá doba nástupu
- Placebo efekt
- Možnost „Jiné“

Sekce 5, otázka č. 3: Vyberte z uvedených možností typy onemocnění, které byste chtěli zkusit léčit bylinnými přípravky (můžete označit více možností)

- Rýma
- Vlhký kašel
- Suchý kašel
- Angína
- Zánět nosohltanu
- Zánět mandlí
- Zánět hrtanu
- Akutní zánět průdušek
- Ani jedno z uvedených
- Možnost „Jiné“

Sekce 5, otázka č. 4: Pokud byste metody AM vyzkoušeli a jejich účinek by se osvědčil, využili byste metody opětovně? (Uzavřená otázka)

- Určitě ano
- Spíš ne
- Nevím

Konkrétní bylinné přípravky, které používají respondenti na léčbu respiračních onemocnění

Sekce 6, otázka č. 1: Jaké konkrétní bylinné přípravky užíváte na léčbu respirační onemocnění? (Otevřená otázka)

Volná kolonka pro konkrétní odpovědi respondentů

Bylinné přípravky používané respondenty na léčbu ARI

Sekce 7, otázka č. 1: Vyberte z uvedených zdrojů, jak jste se dozvěděli o léčbě bylinnými přípravkami (možné označit více možností)

- Z internetu
- Od známých
- Z časopisu/knihy
- Na doporučení lékaře
- Možnost „Jiné“

Sekce 7, otázka č. 2: U každého přípravku označte, zda užíváte nebo jste užívali některé z vybraných přírodních léčiv (Uzavřená otázka)

- Bylinné čaje v sáčcích – Ano/ne
- Bylinné čaje sypané – Ano/ne
- Přírodní pastilky – šalvějové apod. – Ano/ne
- Homeopatika – Ano/ne
- Bachovy esence – Ano/ne
- Aromaterapie – Ano/ne

Sekce 7, otázka č. 3: Pokud používáte i jiné bylinné přírodní přípravky než vybrané v předchozí otázce (aspoň jeden uveďte)

Otevřená otázka

Sekce 7, otázka č. 4: Vyberte z níže uvedených onemocnění, které léčíte bylinnými přípravky (čaje, solné výplachy, tinktury, homeopatika, bylinné pastilky) (Uzavřená otázka)

- Rýma – Ano/ne/nevím
- Suchý kašel – Ano/ne/nevím
- Vlhký kašel – Ano/ne/nevím
- Angína – Ano/ne/nevím
- Horečka – Ano/ne/nevím
- Chřipka – Ano/ne/nevím
- Zánět nosohltanu – Ano/ne/nevím

- Zánět hrtanu – Ano/ne/nevím
- Zánět průdušnice – Ano/ne/nevím

Sekce 7, otázka č. 5: Používáte při léčbě rýmy některé z uvedených možností? (Je možné uvést více možností)

Je možné uvést více možností. U jiné, napište, jakými dalšími prostředky onemocnění léčíte.

- Inhalace bylin, aromaterapie
- Bylinné čaje (máta, šalvěj apod.)
- Výplach solným roztokem
- Bylinné přípravky neužívám
- Možnost „Jiné“

Sekce 7, otázka č. 6: Používáte při léčbě suchého/vlhkého kašle některé z uvedených možností? (Je možné uvést více možností)

Je možné uvést více možností. U jiné, napište, jakými dalšími prostředky onemocnění léčíte.

- Cibulová šťáva
- Tymiánový čaj
- Jitrocelový sirup
- Bylinné přípravky neužívám
- Možnost „Jiné“

Sekce 7, otázka č. 7: Používáte při léčbě angíny některé z uvedených možností? (Je možné uvést více možností)

Je možné uvést více možností. U jiné, napište, jakými dalšími prostředky onemocnění léčíte.

- Kloktání vodou se solí (mořskou)
- Konopný čaj (cbd)
- Cibulový čaj
- Bylinné přípravky neužívám
- Možnost „Jiné“

Sekce 7, otázka č. 8: Používáte při léčbě chřipky některé z uvedených možností? (Je možné uvést více možností)

Je možné uvést více možností. U jiné, napište, jakými dalšími prostředky onemocnění léčíte.

- Vincentka
- Sirup/čaj z Echinacei
- Doplnění vitamínu C – Šípkový čaj
- Bylinné přípravky neužívám
- Možnost „Jiné“

Sekce 7, otázka č. 9: Používáte při léčbě zánětu nosohltanu některé z uvedených možností?

(Je možné uvést více možností)

Je možné uvést více možností. U jiné, napište, jakými dalšími prostředky onemocnění léčíte.

- Rakytníková tinktura
- Zázvorový čaj
- Inhalace bylinek
- Bylinné přípravky neužívám
- Možnost „Jiné“

Sekce 7, otázka č. 10: Používáte při léčbě horečky některé z uvedených možností? (Je možné uvést více možností)

Je možné uvést více možností. U jiné, napište, jakými dalšími prostředky onemocnění léčíte.

- Obklady
- Čaj z meduňky lékařské
- Čaj z květů bezu černého
- Bylinné přípravky neužívám
- Možnost „Jiné“

Sekce 7, otázka č. 11: Používáte při léčbě zánětu hrtanu (laryngitida) některé z uvedených možností? (Je možné uvést více možností)

Je možné uvést více možností. U jiné, napište, jakými dalšími prostředky onemocnění léčíte.

- Odvar z bylinek (hřebíček)
- Šalvějový čaj

- Pastilky s islandským lišejníkem
- Bylinné přípravky neužívám
- Možnost „Jiné“

Sekce 7, otázka č. 12: Používáte při léčbě zánětu průdušek některé z uvedených možností?

(Je možné uvést více možností)

Je možné uvést více možností. U jiné, napište, jakými dalšími prostředky onemocnění léčíte.

- Inhalace (výluh z heřmánku)
- Cibulová šťáva
- Čaj z mateřídoušky
- Bylinné přípravky neužívám
- Možnost „Jiné“

Sekce 8: Děkuji všem respondentům za vyplnění dotazníku

Prostor pro Vaše komentáře

Příloha č. 2: Doslovný přepis všech konkrétních odpovědí respondentů na polootevřené a otevřené otázky dotazníkového šetření

- *Otázka č. 5: Z jakého zdroje jste se o Alternativní medicíně dozvěděli?*

Přepis odpovědí respondentů zapsaných do vybraných kategorií

Kategorie: Škola – 7 odpovědí:

„Učitel na střední“ 1x

„škola“ 1x

„Škola“ 1x

„Ze školy“ 2x

„Střední škola zdravotní“ 1x

„Studiem“ 1x

Kategorie: Lékař – 3 odpovědi:

„lékař“ 1x

„Lékař“ 1x

„Od lékaře gynekologa“ 1x

Kategorie: Nevím – 2 odpovědi:

„Nevím, celkově si myslím, že je to známá věc“ 1x

„Už netuším“ 1x

- **Otázka č. 1 sekce 4: Čemu dáváte přednost při léčbě respiračních onemocnění (nachlazení, rýma, zánět hrtanu, vlhký/suchý kašel atd.)?**

Přepis odpovědí respondentů zapsaných do vybraných kategorií

Kategorie: Kombinace obou typů léčby – 13 odpovědí

„Asi tak půl na půl“ 1x

„Oboji dohromady“ 1x

„Kombinuji“ 1x

„záleží na závažnosti, ale většinou kombinuji bylinné přípravky s farmaceutickými léčivy“ 1x

„oboje“ 1x

„kombinace“ 1x

„Používám oboje“ 1x

„Obojího“ 1x

„Většinou spojím oboje“ 1x

„Kombinace obojího“ 1x

„Využívám oboje“ 1x

„Oboje“ 1x

„kombinace obou“ 1x

Kategorie: Ani jednomu typu – 3 odpovědi

„Ničemu stačí to vyležet“ 1x

„počkám až to přejde samo“ 1x

„Klidový režim“ 1x

Kategorie: Vitamin C, Homeopatika – 1 odpověď

„homeopatika v kombinaci se suplementy jako vitamin C a betagukany“ 1x

Kategorie: Dle vážnosti – 2 odpovědi

„pokud nejde o nic vážného tak upřednostním bylinky a v případě potřeby doplním lékami“ 1x

- **Sekce 7, otázka č. 5: Používáte při léčbě rýmy některé z uvedených možností?**

Přepis odpovědí respondentů zapsaných do vybraných kategorií

Kategorie: Čaje – 2 odpovědi

„Přidávám čaj (i ovocný) při silné rýmě k farmaceutickým lékům“ 1x

„Zázvorový čaj“ 1x

- **Sekce 7, Otázka č. 6: Používáte při léčbě suchého/vlhkého kašle některé z uvedených možností?**

Přepis odpovědí respondentů zapsaných do vybraných kategorií

Kategorie: Různé typy čajů – 9 odpovědi

„Majoránkový čaj“ 1x

„Zázvorový čaj“ 1x

„Čaj“ 1x

„Čaje“ 1x

„bylinný čaj“ 1x

„Anýzový, mátový čaj“ 1x

„čerstvý zázvorový čaj s citronem“ 1x

„Bylinný čaj od Rotha, kloktání šalvěje 1x

„Čaje ze slušných bylin-Bezinka, Lípa, mateřídouška 1x

- **Otázka č. 7 sekce 7: Používáte při léčbě angíny některé z uvedených možností?**

Přepis odpovědí respondentů zapsaných do vybraných kategorií

Kategorie: Nic – 2 odpovědi

„Nic“ 1x

„Nic nepoužívám“ 1x

Kategorie: Antibiotika – 2 odpovědi

„Antibiotika“ 1x

„Atb“ 1x

Kategorie: Angína nebyla nikdy/dlouho přítomná – 3 odpovědi

„Angínu jsem nikdy neměla“ 1x

„angínu jsem neměla roky, takže netuším, čím bych ji léčila“ 1x

„bez angíny“ 1x

Kategorie: Čaje – 2 odpovědi

„Bylinný čaj od Rotha, šalvěj kloktani“ 1x

„Čaje ze sušených bylin“ 1x

- **Otázka č. 8 sekce 7: Používáte při léčbě chřipky některé z uvedených možností?**

Přepis odpovědí respondentů zapsaných do vybraných kategorií

Kategorie: Čaje – 7 odpovědí

„Lipový čaj“ 1x

„Čaj proti nachlazení“ 1x

„Čaj z bylinek“ 1x

„Zázvorový čaj“ 1x

„moje klasika: Zázvorový čaj, česnek a homeopatika“ 1x

„Bylinný čaj od Rotha, citron, med, zázvor“ 1x

„Čaje ze sušených bylin“ 1x

- **Otázka č. 10 sekce 7: Používáte při léčbě horečky některé z uvedených možností?**

Přepis odpovědí respondentů zapsaných do vybraných kategorií

Kategorie: Čaje – 2 odpovědi

„Lipový čaj“ 1x

„čaj z květů lípy“ 1x

Kategorie: Léky – 4 odpovědi

„Paralen“ 2x

„Ibalgin, Paralen, další léky“ 1x

„léky“ 1x

Kategorie: Masti/oleje – 2 odpovědi

„Mažu tělo a plošky nohou slavítonem“ 1x

„Eterický olej Ellinor červený pomeranč“ 1x

- **Otázka č. 11 sekce 7: Používáte při léčbě zánětu hrtanu (laryngitida) některé z uvedených možností?**

Přepis odpovědí respondentů zapsaných do vybraných kategorií

Kategorie: Čaje – 2 odpovědi

„Hermankovy čaj“ 1x

„Čaje ze sušených bylin“ 1x

Kategorie: Bez zkušenosti s nemocí – 2 odpovědi

„netuším, nemám zkušenost s touto nemocí“ 1x

„Neonemocnela jsem laryngitidou“ 1x

- **Sekce 6, otázka č. 1: Jaké konkrétní bylinné přípravky užíváte na léčbu respirační onemocnění? (Otevřená otázka)**

Prepis odpovědí respondentů zapsaných do vybraných kategorií

Kategorie: Byliny, koření – 99 odpovědí

„rýmovník“ 4x

„Rýmovník“ 3x

„Rymovník“ 1x

„rýmovník“ 1x

„rymovník“ 2x

„lišejník“ 2x

„Islandský lišejník 2x

„Meduňka“ 1x

„medunka“ 1x

„Pamepeliška“ 1x

„heřmánek“ 5x

„Heřmánek“ 3x

„Šalvěj“ 5x

„šalvěj“ 12x

„tymián“ 3x

„Tymián“ 1x

„Jitrocel“ 1x

„jitrocel“ 4x

„černý bez“ 1x

„Kopřiva“ 1x

„Kopřivy“ 1x

„bezinky“ 1x

„bez“ 1x
„lípu“ 1x
„šípek“ 1x
„Šípek“ 1x
„bobkový list“ 1x
„řepík“ 1x
„rakytník“ 1x
„Lichořeřišnice“ 1x
„lipový květ“ 3x
„byliny“ 1x
„mateřídouška“ 2x
„Sedmkrásky“ 1x
„mentol“ 1x
„Echinacea“ 2x
„anýz“ 1x
„eukalyptus“ 2x
„aronie“ 1x
„fenykl“ 1x
„oregano“ 1x
„Eukalyptus“ 1x
„eukalípt“ 1x
„lékořice“ 1x
„majoránku“ 1x
„mesicek“ 1x
„máta“ 5x
„Máta“ 4x
„Mata“ 1x
„mátu“ 1x
„mata“ 1x
„Mátu“ 1x

„meduňka“ 1x

Kategorie: Pastilky – 21 odpovědí

„Pastilky“ 2x

„pastilky“ 3x

„RICOLA“ 1x

„BITUSILKY“ 1x

„zkusil jsem pastilky, ale moc to nepomáhá“ 1x

„salvejove a lisejnikove patylky“ 1x

„šalvějové pastilky“ 2x

„bylinné pastilky“ 2x

„Bylinné pastilky“ 1x

„bylinné pastilky – šalvěj...“ 1x

„pastilky z islandského lišejníku“ 1x

„Pastilky s islandským lišejníkem“ 1x

„lišejníkové pastelky“ 1x

„Pastilky na bolest krku“ 1x

„Müllerovy pastilky“ 1x

„müllerovy pastilky“ 1x

Kategorie: Sirupy – 13 odpovědí

„sirupy“ 7x

„jitrocelový sirup“ 3x

„používám jitrocelový sirup“ 1x

„Jitrocelový sirup“ 2x

Kategorie: Inhalace bylin - 8 odpovědí

„inhalace“ 3x

„inhalační lampa“ 1x

„inhaluji převařenou vodu s rýmovníkem“ 1x

„inhalace bylinek (zalité horkou vodou)“ 1x

„inhalace bylin“ 1x

„Inhalace rozpuštěných mentolových krystalů“ 1x

Kategorie: Masti, sádlo – 8 odpovědí

„psí sádlo“ 2x

„masti“ 1x

„masti z bylin“ 1x

„Tymiánova Mast – Just“ 1x

„konopne masti“ 1x

„mazu Slavitonem“ 1x

„tymiánovou mast“ 1x

Kategorie: Oleje – 4 odpovědi

„oleje“ 1x

„olejíčky“ 1x

„Esenciální mátový olej“ 1x

„Esenciální oleje“ 1x

Kategorie: Zázvor, cibule, česnek – 20 odpovědí

„cibule“ 5x

„cibuli“ 1x

„cibule s medem“ 1x

„cibule s cukrem“ 1x

„zazvor“ 1x

„zázvor“ 5x

„Zázvor“ 4x

„česnek“ 2x

Kategorie: Divizna – 2 odpovědi

„divizna“ 1x

„diviznu“ 1x

Kategorie: Čaje, bylinné směsi - 63 odpovědí

„Čaje“ 12x

„čaje“ 5x

„Bylinné čaje“ 10x

„Speciální čaje“ 1x

„různé bylinné směsi“ 1x
„různé bylinné čaje“ 1x
„Lipový a jitrocelový čaj“ 1x
„bilinné čaje“ 1x
„Bylinkové čaje“ 2x
„Směs bylinek – čaj“ 1x
„Anýz. čaj“ 1x
Bylinné čaje na nachlazení“ 1x
„Čaj na nachlazení, průdušky“ 1x
„plicníkový čaj“ 1x
„Průduškový čaj“ 1x
„směs bylin“ 1x
„Sušené bylinky“ 2x
„Směs na průdušky“ 1x
„čaj z máty“ 1x
„zázvorový čaj“ 2x
„Lipový čaj“ 1x
„lipový čaj“ 1x
„hermankový čaj“ 1x
„Čaje na nachlazení“ 1x
„bylinné čaje“ 2x
„Čaje“ 1x
„Čaj“ 1x
„Bylinný čaj“ 1x
„směsi bylin“ 1x
„Čaj“ 2x
„čaj z bylin“ 1x
„čaj z rýmovníku“ 1x
„bylinný čaj“ 1x
„Čaje z lékárny“ 1x

Kategorie: Náplasti – 2 odpovědi

„Používám náplasti jing jang průdušky“ 1x

„náplasti na rýmu“ 1x

Kategorie: Med – 2 odpovědi

„med“ 2x

Kategorie: Tinkтуры – 2 odpovědi

„tinkтуры Podhorná“ 1x

„tinkтуры“ 1x

Kategorie: Zábaly – 2 odpovědi

„zábaly s bylinkami“ 1x

„zabaly“ 1x

Kategorie: Z lékárny – 2 odpovědi

„Sinupred“ 1x

„Slaviton-tiande“ 1x