

# POSUDEK BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

3. lékařská fakulta - Univerzita Karlova v Praze

**Autor práce:** Šárka Pešlová, DiS.

**Vedoucí práce:** PhDr. Hana Janečková PhD.

**Název práce:** Nedostatek spánku u sester ve směnném provozu

**Autor posudku:**

(jméno, příjmení,  
zaměstnavatel,  
kontakt – e-mail,  
telefon):

PhDr. Hana Janečková PhD., 3. LF UK, Ústav ošetrovatelství,  
[janeckova.hana@post.cz](mailto:janeckova.hana@post.cz), 608822986

*Oponent/konzultant, vedoucí práce- nehodící se škrtněte*

**Body**

**V hodnocení využijte slovní vyjádření s respektováním charakteru a zaměření práce**

0-4

## 1 Aktuálnost problematiky, originalita práce

4

*Práce Šárky Pešlové je velmi zajímavá a kvalitně zpracovaná po stránce teoretické i metodologické. Zaměřuje se na aktuální téma spánkové deprivace u zdravotních sester, která představuje jeden z nejdůležitějších faktorů ovlivňujících kvalitu výkonu většiny zdravotních sester, je příčinou pracovního stresu a týká se celkové kvality jejich života. Jde tedy o problematiku velice aktuální, k níž autorka přistupuje navíc originálním způsobem zejména v empirické části, kdy používá ve zdravotnictví zatím nedocenenou a málo využívanou metodu kvalitativního výzkumu.*

## 2 Samostatnost zpracování, pohled autora do problematiky, práce s literaturou a přehled domácích i zahraničních literárních pramenů

4

*Teoretická část se komplexně věnuje problematice spánku, zajímavé jsou pasáže zabývající se historickými i náboženskými kořeny porozumění podstaty spánku. Autorka zde popisuje i počátky výzkumu spánku i nespavosti. Zabývá se riziky spojenými s nedostatkem spánku, jeho důsledky pro pracovní výkon i subjektivní pocit kvality života. Upozorňuje na závažné zdravotní problémy spojené s nedostatkem spánku, zabývá se metodami vyšetření spánkového deficitu a jeho léčbou. Zajímavě komentuje metody farmakologické i nefarmakologické metody. Je obeznámena s úspěchy české spánkové medicíny a výzkumem spánku v ČR i v zahraničí. Ve své práci těží z několika významných literárních zdrojů, které jsou u nás k dispozici, včetně přeložených., opírá se i o zahraniční autory.*

## 3 Samostatné zvládnutí odborného problému, zpracování získaných údajů, odborného textu

4

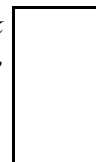
*Problematice spánkového deficitu zdravotních sester se autorka podrobně věnuje už v teoretické části své práce. Vyzdvihuje rizika směnného provozu, zabývá se problematikou mikrospánku, rizikem spánkové paralýzy, vlivy na životní styl a kvalitu života zdravotních sester, možnostmi prevence. Kvalitní přípravou v teoretické části a zhodnocením nemnohých výzkumných aktivit v této oblasti v zahraničí i u nás si autorka vytváří pole pro svoji kvalitativní studii. Stanovuje si základní tematické oblasti, na něž zaměří své kvalitativní hloubkové rozhovory s vybranými zdravotními sestrami. Je třeba nesmírně ocenit způsob, jakým se autorka připravila na realizaci výzkumu, a to důkladným studiem odborné metodologické literatury. Získané znalosti pak aplikovala systematicky ve své práci při sběru informací i při jejich interpretaci. Své výsledky nakonec promítá do závěrů a doporučení týkajících se role zaměstnavatele, vzdělávání i sebepečce a vlastní zodpovědnosti samotných sester vůči svému zdraví.*

## 4 Formální zpracování práce, jazyková a stylistická úroveň, rozsah práce, grafická úprava práce, dodržení publikační normy

4

*Po formální stránce je práce uspořádána přehledně, je logicky členěna, použitá metodologie je srozumitelně vysvětlena, výsledky zajímavým způsobem graficky prezentovány. Práce je ilustrována fotografiemi osobností české spánkové medicíny a výzkumu. Drobnou výhradu lze vznést k seznamu použité literatury, který je rozdělen*

*na použité knihy, časopisecké články a internetové zdroje. Takovéto členění je neobvyklé, citační norma je však dodržena. Cennou součástí bakalářské práce jsou přímé citace komunikačních partnerek, obsažené v příloze, které názorně ilustrují vnímání nedostatku spánku zdravotními sestrami.*



Body  
celkem

**16**

**Poznámky,  
doplňky  
posuzovatele:**

Práce představuje zejména z metodologického hlediska průkopnický počín, a to zejména díky důkladnému seznámení autorky s postupem řešení kvalitativní studie a poté její systematické a cílevědomé realizaci v prostředí zdravotnických pracovišť.

---

**Otázky k  
obhajobě:**

S jakými problémy v souvislosti s nedostatkem spánku zdravotních sester ve směnném provozu jste se setkala na zdravotnických pracovištích, která jste poznala během studia?

Jaká opatření by měl uplatnit zaměstnavatel, aby zabránil rizikům v důsledku spánkové deprivace při výkonu sesterských profesí?

---

---

---

**Hodnocení celkem: *Doporučuji k obhajobě***

**Návrh klasifikace práce: *Výborně***

**Datum:**

14.6.2013

---

**Podpis:**

---