

Univerzita Karlova v Praze

Lékařská fakulta v Hradci Králové

Studijní obor: ošetřovatelství a pedagogika ve zdravotnictví

Bakalářská práce : Aktivní styl života pro seniory

Autor: Eva Nováková

Vedoucí práce: Bc. Karel Šauer, Helena Vostrovská

Hodnocení bakalářské práce: MUDr. Božena Jurašková, Ph.D

Univerzita Karlova v Praze, Lékařská fakulta v Hradci Králové- subkatedra geriatric

1. Autorka si zvolila pro svou práci téma Aktivní styl života pro seniory. Téma je významné celospolečensky, především s ohledem na neustále se zdokonalující diagnostické a terapeutické metody, které umožňují dožití vyšší věkové kategorie. Toto samotné je velký celospolečenský problém, ekonomický, zdravotnický i sociální. Je jistě vítaný aktivní přístup samotného seniora k co nejdelší soběstačnosti. Není dnes již problém udržet chronické onemocnění v kompenzovaném stavu, ale hůře lze ovlivnit fyzickou zdatnost, svalovou sílu, mobilitu apod.

2. V teoretické části podává autorka ucelený přehled zvláštností stárnoucího organismu. Pouze drobná poznámka- onemocnění trávicího traktu je ve stáří dáno nejen snížením trávicích enzymů, ale i atrofií sliznice žaludeční, což je velmi významné při terapii některými léky, s resorpcí právě v oblasti žaludku. Jinak autorka velice pečlivě uvádí všechny jednotlivé faktory, ovlivňující soběstačnost seniora- pohyb, výživu, psychické aspekty. Teoretická část je seřazena s plnou znalostí problematiky.

3. V empirické části je uvedena srozumitelně metodika, stanoven cíl výzkumu. V hodnocení výsledků jednotlivých šetření, která svou volbou jsou zajímavá a plně vystihují spektrum dané problematiky, jsou někde uvedena hodnocení u jednotlivých věkových kategorií, někde nikoliv. Musím přiznat, že by to bylo jistě výpovědnější a zajímavější. Komentáře pod grafy jsou mnohdy kompletnější, než grafy samotné. Toto ubírá na přehlednosti, nikoliv na významu práce samotné. Možná mohly být kotoučové grafy doplněny hodnocením ještě ve formě tabulek. Určitě by bylo zajímavé vybrat si pacienty s určitým chronickým onemocněním a porovnat vliv právě jejich životního stylu na kompenzaci stavu. Takto jsme se vlastně dozvěděli, že senioři by se pohybovali, kdyby mohli a nebránilo jim v tom nějaké onemocnění. Autorka předvedla ucelený přehled o určitém životním stylu seniorů, z práce však nevyznívá, která skupina je ohrožena. Bude jistě rozdíl právě v jednotlivých věkových kategoriích. Toto bych považovala za hlavní slabinu práce.

4. V závěru autorka shrnula přehledně výsledky šetření, provedla vystižně zhodnocení. V práci jsou uvedeny výsledky dotazníků u seniorů nad 65 let věku. Stran aktivity by bylo jistě zajímavé šetření i u mladších kategorií- tj. 50-65 letých, kde se domnívám dochází k určitým špatným návykům stran nezdravého životního stylu.

Autorka velice správně závěrem uvádí, že cílem práce bylo zjistit charakter životního stylu seniorů, což práce plně splňuje. Význam spočívá v konstatování, že si senioři plně uvědomují význam zdravého životního stylu pro svůj zdravotní stav a jsou aktivními spolupodílníky. Práce je v tomto směru jistě významná.

5. Literatura je citována v textu, seznam literatury je připojen. Obojí je psáno správně.

6. Přílohy jsou kompletní, jsou přiloženy kopie dotazníků.

7. Práce je přehledná, jednotlivé části na sebe logicky navazují. Autorka plně splnila zadání práce- tj. charakterizovat životní styl seniorů, jako významný aspekt pro zdraví ve stáří. I s výše uvedenými drobnými výtkami práci hodnotím jako **výbornou**.

Otázky k obhajobě:

- 1) Mělo by se zdravotnictví podílet na zdravém stylu života seniorů, jestliže ano, tak jakou formou?
- 2) Součástí zdravého životního stylu je i výživa a dostatečný pitný režim. Proč nejsou součástí dotazníku rovněž tyto aspekty?

V Hradci Králové dne 13. května 2007

MUDr. Božena Jurašková, Ph.D