

Seznam příloh

Příloha č. 1: Vyjádření etické komise UK FTVS

Příloha č. 2: Vizuální analogová škála bolesti- VAS

Příloha č. 3: Dotazník POMS

Příloha č. 4: Anketa s otevřenými otázkami

Příloha č. 5: Modifikovaná mas

Přílohy

Příloha č. 1: Vyjádření etické komise UK FTVS

UNIVERZITA KARLOVA
FAKULTA TĚLESNÉ VÝCHOVY A SPORTU
José Martího 31, 162 52 Praha 6-Vešelavín

Žádost o vyjádření Etické komise UK FTVS

k projektu výzkumné, kvalifikační či seminární práce zahrnující lidské účastníky

Název projektu: Vliv modifikované masážní techniky na psychický stav seniorů.

Forma projektu: výzkumná práce - bakalářská práce

Období realizace: červenec 2019

Předkladatel: Maria Buyko

Hlavní řešitel: Maria Buyko

Místo výzkumu (pracoviště): Domov seniorů «Sociální služby Praha 9, z. ú.»

Vedoucí práce (v případě studentské práce): Mgr. Pavlína Nováková, Ph.D

Popis projektu: Cílem mé bakalářské práce je zjistit, jestli působí modifikované masážní techniky na psychický stav seniorů během výzkumu. Jedná se o kvalitativní výzkum založený na kazuistikách. V průběhu sběru dat budu používat tyto dané metody: VAS (Vizuální analogová škála bolesti), POMS (Profil nálady), závěrečná anketa s otevřenými otázkami. Každý proband bude dotazován pomocí dotazníků před a po proceduře. Intervence se bude skládat z 15-20 minutové modifikované masáže šíje a horní části zad. Modifikovaná masáž bude prováděna kvalifikovaným masérem, a to 2x týdně po dobu 5 týdnů.

Charakteristika účastníků výzkumu: Výzkumu se zúčastní 6 probandů v seniorském věku. Účastní se jenom ti, kteří budou mít lékařské potvrzení, které vyloučí kontraindikace masáže. Tohoto výzkumu se nemohou zúčastnit jedinci, kteří mají kontraindikace masáže, kardiostimulátor, chronické onemocnění či akutní onemocnění, osteoporózu a jsou upoutáni na lůžko.

Zajištění bezpečnosti: Jedná se o neinvazivní metodu výzkumu. Rizika prováděného výzkumu nebudou vyšší než běžně očekávaná rizika masáže.

Etické aspekty výzkumu: Jedná se o vylepšení celkového psychického stavu u seniorů pomocí modifikované masáže. Tyto masáže mají pozitivní účinek na prokrvení masírované části těla, snížení bolesti, uvolnění svalstva a psychického stavu.

Získaná data budou zpracovávána a bezpečně uchována v anonymní podobě a publikována v bakalářské práci, případně v odborných časopisech, monografiích a prezentována na konferencích, případně budou využita při další výzkumné práci na UK FTVS. Neanonymizované údaje bezpečně uchovány na heslem zajištěném počítači v uzamčeném prostoru. Anonymizace osobních dat bude provedena do jednoho dne po testování. Po anonymizaci budou osobní data smazána. Během výzkumu nebudou pořizovány žádné fotografie ani videozáznamy.

V maximální možné míře zajistím, aby získaná data nebyla zneužita.

Text informovaného souhlasu: přiložen

Povinností všech účastníků výzkumu na straně řešitele je chránit život, zdraví, důstojnost, integritu, právo na sebeurčení, soukromí a osobní data zkoumaných subjektů, a podniknout k tomu veškerá preventivní opatření. Odpovědnost za ochranu zkoumaných subjektů leží vždy na účastnících výzkumu na straně řešitele, nikdy na zkoumaných, byť dali svůj souhlas k účasti na výzkumu. Všichni účastníci výzkumu na straně řešitele musí brát v potaz etické, právní a regulační normy a standardy výzkumu na lidských subjektech, které platí v České republice, stejně jako ty, jež platí mezinárodně.

Potvrzuji, že tento popis projektu odpovídá návrhu realizace projektu a že při jakékoli změně projektu, zejména použitých metod, zašlu Etické komisi UK FTVS revidovanou žádost

V Praze dne: 26. 6. 2019

Podpis předkladatele: 

Vyjádření Etické komise UK FTVS

Složení komise: Předsedkyně: doc. PhDr. Irena Parry Martínková, Ph.D.

Členové: prof. PhDr. Pavel Slepíčka, DrSc.

doc. MUDr. Jan Heller, CSc.

PhDr. Pavel Hráský, Ph.D.

Mgr. Eva Prokešová, Ph.D.

MUDr. Simona Majorová

Projekt práce byl schválen Etickou komisí UK FTVS pod jednacím číslem: 184/2019

dne: 4. 9. 2019

Etická komise UK FTVS rozhodla předložený projekt a neshledala žádné rozpory s platnými zásadami, předpisy a mezinárodními směrnicemi pro provádění výzkumu zahrnujícího lidské účastníky.

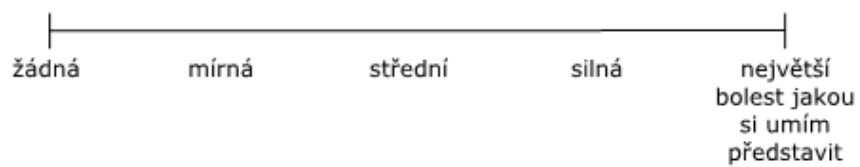
Řešitel projektu splnil podmínky nutné k získání souhlasu Etické komise.

UNIVERZITA KARLOVA
Fakulta tělesné výchovy a sportu
José Martího 31, Praha 6
UK FTVS


podpis předsedkyně EK UK FTVS

Příloha č. 2: Vizuální analogová škála bolesti- VAS

Vizuální analogová škála bolesti



Příloha č. 3 :Dotazník POMS

Profile of Mood States Questionnaire (POMS)

Tenze

Jsem napjatý/á	0	1	2	3	4
Jsem nervozní	0	1	2	3	4
Jsem úzkostní	0	1	2	3	4
Jsem rozrušený/á	0	1	2	3	4

Deprese

Jsem smutný/á	0	1	2	3	4
Jsem zbytečný/á	0	1	2	3	4
Jsem malomyslný/á	0	1	2	3	4
Jsem sklíčený/á	0	1	2	3	4

Unavenost

Jsem unavený/á	0	1	2	3	4
Jsem vyčerpaný/á	0	1	2	3	4
Jsem opotřebovaný/á	0	1	2	3	4
Jsem utahaný/á	0	1	2	3	4

Energie

Jsem plný/á života	0	1	2	3	4
Jsem veselý/á	0	1	2	3	4
Jsem činorodý/á	0	1	2	3	4
Jsem energický/á	0	1	2	3	4

Příloha č. 4: Anketa s otevřenými otázkami

Tato anketa ukazuje, že jaké měly dojmy, pocity a efekty probandy po 10 provedených modifikovaných masáží.

Cítíte na sobě zlepšení či zhoršení po masážích? Kde?

Měl/a jste bolesti během masáže?

Jak jste se cítil/a po masáži během dne?

Myslíte si, že Vám pomohly masáže pozitivně ovlivnit psychický stav (zlepšit náladu)?

Příloha č. 5: Modifikovaná masáž

Šíje	Horní část zad	Ramena	Horní končetiny
Úvodní tření (celými dlaněmi, vytírání přes ruku) 1 min	Úvodní tření (celými dlaněmi, bříšky prstů, obtahování) 1 min	Úvodní tření (vytírání přes ruku) 30 sec	Úvodní tření (dlaní z jedné a druhé strány) 30 sec
Roztírání (patkou, špetkou) 1:30 min	Roztírání (části dlaně, 4mi a 8mi prsty, palcem) 1:15 min	Roztírání (patkou, špetkou) 1:20 min	Roztírání- prsty (palci, nůžkový hmat) 30sec Roztírání- hřbet ruky (patkou, palci) 30 sec Roztírání- dlaň (palci, pěstí) 30 sec
Závěrečné tření (celými dlaněmi) 30 sec	Závěrečné tření (bříšky prstů, obtahování) 30 sec	Závěrečné tření (celá horní končetina) 15 sec	Tření – předloktí (vytírání přes ruku) 30 sec Tření – biceps (vytírání přes ruku) 20 sec Tření – triceps (vytírání přes ruku) 20 sec Závěrečné tření (celá horní končetina) 25 sec
3 min	2:45 min	2:05 min	7:10 min (obě horní končetiny)