

# ABSTRAKT

Univerzita Karlova, Farmaceutická fakulta v Hradci Králové

**Katedra:** Biologických a lékařských věd

**Školitel:** PharmDr. Miroslav Kovařík, Ph.D.

**Student:** Nicole Burešová

**Název diplomové práce:** Hodnocení příjmu vitaminů u kojících žen

**Teoretický úvod a cíl práce:** Tato diplomová práce se zaměřuje na hodnocení příjmu vitaminů u kojících žen. Příjem dostatečného množství vitaminů kojícími ženami je velice důležitý, jak pro matky samotné, tak i pro jejich kojenče. Cílem této diplomové práce bylo vyhodnocení příjmu vitaminů během laktace u žen bez i se suplementací vitaminy. Zjišťovalo se, zda se příjem jednotlivých vitaminů mění s dobou laktace, a následně se průměrné hodnoty příjmu porovnávaly s doporučenými denními dávkami (DDD). Nakonec byl vyhodnocen podíl žen, které nesplňovaly DDD.

**Metodika:** Sběr dat pro studii probíhal v letech 2021-2022. Studie se zúčastnilo 11 kojících žen ve věkové kategorii od 29 let do 40 let. Tyto ženy byly po porodu čtyřikrát vyšetřené na ambulanci, a to v obdobích laktace L1 (3-4 týdny po porodu), L2 (3 měsíce po porodu), L3 (6 měsíců po porodu) a L4 (9 měsíců po porodu). V období L1 a L2 odevzdalo vyplněný dotazník 9 žen, 10 žen v období L3 a 9 žen v období L4. Při každém vyšetření se vyhodnocoval příjem vitaminů kojícími ženami ze stravy v předchozích 7 dnech. Do celkového příjmu vitaminů byla zahrnuta i suplementace vitaminy. Následně probíhalo vyhodnocení pomocí počítačového programu NutriDan a Microsoft Office Excelu 2019. Poté se získané výsledky porovnávaly s DDD pro kojící ženy.

**Výsledky:** Prakticky u žádného vitaminu nebyl zjištěný statisticky významný rozdíl mezi obdobími kojení, jedinou výjimkou byl vitamin B<sub>12</sub>, u kterého byl v období L4 příjem přibližně poloviční ve srovnání s obdobím L1. Suplementace vitaminy zvýšila příjem u většiny vitaminů, ale i přesto byl výrazně nižší příjem přibližně o polovinu než je hodnota DDD v období L3 a L4 u vitaminu B<sub>9</sub>. Všechny kojící ženy bez suplementace dosáhly DDD pouze u vitaminu B<sub>3</sub>. Žádná žena bez suplementace vitaminy nebyla schopná dosáhnout DDD u vitaminu B<sub>9</sub>.

**Závěr:** Výsledky této studie naznačují, že je důležité sledovat příjem vitaminů v období kojení, protože pouze potravou většina žen nedosáhla DDD vitaminů. V období kojení je proto nutné dbát na vhodnou suplementaci vitaminy.

**Klíčová slova:** Vitamin, Kojení, Mléčná žláza, Prs, Mateřské mléko, Výživa, Doporučené denní dávky