

1 SEZNAM PŘÍLOH

Příloha 1: Informovaný souhlas účastníka výzkumného šetření

Příloha 2: MNA-SF dotazník pro diagnostiku nutričního stavu v překladu od Nestlé

Příloha 3: Dotazník zjišťující pestrost stravy

Příloha 4: Dotazník zjišťující faktory vedoucí k malnutrici

Příloha 1

Informovaný souhlas účastníka výzkumného šetření

Faktory vedoucí k malnutrici u seniorů ve vybraných sociálních službách

průběh a popis výzkumného šetření

Výzkumné šetření bude porovnávat faktory vedoucí ke vzniku malnutrice či jejímu riziku u seniorů ve vybraných sociálních službách. Cílem výzkumného šetření je zjistit faktory, které u účastníků výzkumného šetření vedou k malnutrici či jejímu riziku. Zhodnotit, jak se tyto faktory mezi skupinami liší.

Ve výzkumném šetření budou zaznamenávány některé osobní údaje (pohlaví, město současného bydliště, věk, rodinný stav, počet osob žijících v domácnosti/na pokoji, sociální služba, kterou využívají, aktuální chronická onemocnění, neuropsychické poruchy nebo obtíže stravovací návyky, chuť k jídlu, pohybové návyky a schopnosti, četnost a způsob monitorace jejich nutričního stavu, úbytek váhy za poslední 3 měsíce, přítomnost psychického stresu nebo závažného onemocnění za poslední 3 měsíce, hodnota BMI.)

K zařazení uchazečů do výzkumného šetření je potřeba pozitivní výsledek normovaného MNA-SF dotazníku.

Účastníci výzkumného šetření vyplní dotazník ke zjištění faktorů vedoucích ke vzniku malnutrice a vlivu využívané sociální služby na jejich nutriční stav a dotazník ke zjištění pestrosti jídelníčku.

Já, níže podepsaný/níže podepsaná tímto vyjadřuji svůj souhlas s účastí na výzkumném šetření s názvem "Faktory vedoucí k malnutrici u seniorů ve vybraných sociálních službách"

Jméno:.....Datum narození:.....

1. Souhlasím s účastí na výzkumném šetření.
2. Byl/a jsem plně informován/a o účelu tohoto výzkumného šetření a o mých povinnostech v jeho rámci. Měl/a jsem možnost klást otázky a obdržel/a jsem odpovědi na veškeré své dotazy týkající se průběhu a účelu výzkumného šetření.
3. Jsem si vědom/a, že mohu kdykoli svobodně z výzkumného šetření odstoupit.
4. Chápu, že informace získané v rámci výzkumného šetření jsou důležité pro vyhodnocení jeho výsledků.
5. Byl/a jsem informován/a, že veškeré údaje budou použity pouze pro účely bakalářské práce a budou maximálně anonymizovány. V bakalářské práci bude uveden pouze údaj o mém pohlaví.

Podpis účastníka/účastnice výzkumného šetření:Datum:.....

Já, níže podepsaná studentka třetího ročníku oboru Nutriční terapie na 3. lékařské fakultě Univerzity Karlovy, autorka výzkumného šetření, tímto potvrzuji, že jsem účastníkům podrobně vysvětlila cíle a postupy výzkumného šetření. Zavazuji se, že všechny poskytnuté údaje budou použity výhradně pro účely zpracování bakalářské práce a budou maximálně anonymizovány. V bakalářské práci bude uveden pouze údaj o pohlaví účastníků.

Účastník/účastnice poskytl/a svůj informovaný souhlas s účastí na výzkumném šetření. Kopie informovaného souhlasu bude účastníkovi/účastnici předána.

Podpis autorky výzkumného šetření: Datum.....

Autorka výzkumného šetření: Valentina Trajerová

Příloha 2

MNA-SF dotazník

Tento nástroj slouží k **určení stavu výživy respondentů**, a k identifikaci respondentů, kteří jsou malnutriční (do češtiny překládáno jako podvyživení) nebo v riziku malnutrice. Dotazník je plně anonymní a jeho výsledky složí pouze k prezentaci zjištění. Veškerá zjištění budou prezentována pouze v bakalářské práci v rámci Univerzity Karlovy, 3. lékařské fakulty v Praze. Vyplňte prosím celý dotazník, aby mohly být Vaše odpovědi použity. Tabulky, které nebudou zcela vyplněny budou muset z výzkumu vyřadit.

Moc děkuji za Váš čas a za vyplnění dotazníku :)

<p>Snížil se příjem potravy u pacienta za uplynulé 3 měsíce vlivem nechutenství, zažívacích problémů (včetně potíží se žvýkáním nebo polykáním)? 0 = závažné nechutenství/ výrazné snížení příjmu stravy 1 = mírné nechutenství/ mírné snížení příjmu stravy 2 = žádné nechutenství/ bez snížení příjmu stravy</p>	Odpověď:
<p>Úbytek váhy za poslední 3 měsíce 0 = úbytek váhy větší než 3 kg 1 = neví 2 = úbytek váhy mezi 1 a 3 kg 3 = žádná úbytek váhy</p>	Odpověď:
<p>Mobilita 0 = upoutaný na lůžko nebo invalidní vozík – imobilní 1 = schopen vstát z lůžka/invalidního vozíku, chůze pouze s dopomocí 2 = samostatná chůze bez omezení</p>	Odpověď:
<p>Trpěl pacient během uplynulých 3 měsíců psychickým stresem nebo závažným onemocněním? 0 = ano 1 = ne</p>	Odpověď:
<p>Neuropsychické poruchy nebo obtíže 0 = vážná demence nebo deprese 1 = mírná demence 2 = žádné psychické problémy</p>	Odpověď:
<p>Body Mass Index (BMI) = (váha v kg) / (výška v m)² 0 = BMI nižší než 19 1 = BMI od 19 a nižší než 21 2 = BMI od 21 a nižší než 23 3 = BMI 23 nebo vyšší</p>	Odpověď:
	Součet bodů:

Ref.: Vellas B, Villars H, Abellan G, et al. Overview of the MNA® – Its History and Challenges. J Nut Health Aging 2006; 10:456-465. Rubenstein LZ, Harker JO, Salva A., Guigoz Y., Vellas B. Screening for Undernutrition in Geriatric Practice: Developing the Short-Fom Mini Nutritional Assessment (MNA-SF). J. Geront 2001; 56A: M366-377. Guigoz Y. The Mini-Nutritional Assessment (MNA®) Review of the Literature – What does it tell us?

J. Nutr Health Aging 2006; 10:466-487.

® Société des Produits Nestlé SA, Trademark Owners

© Société des Produits Nestlé SA 1994, Revision 2009

Příloha 3

Tato tabulka slouží ke **zjištění pestrosti stravy** vybraných skupin seniorů využívajících sociální služby. Tabulka je plně anonymní a její výsledky složí pouze k prezentaci zjištění. Veškerá zjištění budou prezentována pouze v bakalářské práci v rámci Univerzity Karlovy, 3. lékařské fakulty v Praze. Vyplňte prosím v každém řádku tabulky křížek do okénka s odpovědí, která odpovídá Vašemu běžnému způsobu stravování. Vyplňte prosím všechny řádky tabulky, aby mohly být Vaše odpovědi použity. Tabulky, které nebudou zcela vyplněny budu muset z výzkumu vyřadit.

Jak často konzumujete následující potravinové skupiny?

	Každý den	obden	Alespoň 3x týdně	Alespoň 2x týdně	Příležitostně (méně než 2x za týden)	vůbec
Zelenina a ovoce	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sýry (lučina, žervé, eidam, gouda, ementálského typu, plesnivé sýry apod.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mléko a výrobky z něj (jogurt, tvaroh, kefír)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Slané pečivo (rohlíky, večky, housky, chléb apod.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sladké pečivo (koláče, šátečky, buchty apod.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Maso (kuřecí, hovězí, vepřové, králičí, kachní apod.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Masné výrobky (šunky, salámy, klobásy, párky apod.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vejce	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ryby	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Luštěniny (čočka, fazole, cizrna apod.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mouka a obiloviny (bulgur, jáhly, klíčky, kroupy, krupice, kuskus, rýže, vločky apod.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Cukrovinky	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Moc děkuji za Váš čas a za vyplnění tabulky :)

Příloha 4

Dotazník slouží ke **zjištění nejčastějších důvodů vedoucích k malnutrici** (přeloženo do češtin jako podvýživa) u vybraných skupin seniorů využívajících sociální služby. Dotazník je **plně anonymní** a jeho výsledky slouží pouze k prezentaci zjištění. Veškerá zjištění budou prezentována pouze **v bakalářské práci v rámci Univerzity Karlovy, 3. lékařské fakulty v Praze**. Vyplňte prosím dotazník celý, aby mohly být Vaše odpovědi použity. Dotazníky, které nebudou zcela vyplněny, budu muset z výzkumu vyřadit.

Pohlaví:

Věk:

Rodinný stav:

Počet osob v domácnosti/na pokoji:

Sociální služba, kterou využíváte:

- Dům s pečovatelskou službou
- Domov pro seniory

Zaškrtněte prosím, která onemocnění se Vás týkají:

- Chudokrevnost (anémie)
- Osteoporóza
- Cukrovka (diabetes mellitus)
- Snížená funkce štítné žlázy (hypotyreóza)
- Poruchy polykání (dysfagie)
- Rakovina
- Žaludeční vřed/vřed ve dvanáctníku (gastroduodenální vřed)
- Angina pectoris
- Vysoký tlak (hypertenze)
- Mozková mrtvice (cévní mozková příhoda)
- Poruchy srdečního rytmu (arytmie)
- Chronická plicní onemocnění
- Infarkt myokardu
- Městnavé srdeční selhání
- Astma
- Artritida
- Onemocnění ledvin
- Nemám žádné z uvedených onemocnění

1. Která denní jídla běžně jíte? *(vyberte prosím všechny vhodné odpovědi)*
 - Snídaně
 - Dopolnední svačina
 - Oběd
 - Odpolední svačina
 - Večeře
 - Druhá večeře
2. Jaké denní jídla si běžně připravujete sami? *(vyberte prosím všechny vhodné odpovědi)*
 - Žádná
 - Snídaně
 - Dopolnední svačina
 - Oběd
 - Odpolední svačina
 - Večeře
 - Druhá večeře
3. Vyhovuje Vám velikost porcí jídel, které Vám dovezou/připraví?
 - Porce jídla si připravuji sám, vždy tak, abych porci snědl
 - Velikost porcí mi vyhovuje
 - Velikost porcí mi připadá velká, mám problém celou porci sníst
 - Velikost porcí mi připadá malá
4. Připadá Vám Vaše strava pestrá (voňavá, barevná, kořeněná)?
 - Ano
 - Ne
5. Odrazuje Vás některá z níže uvedených možností od jídla? *(vyberte prosím všechny vhodné odpovědi)*
 - Třes
 - Bolest
 - Obtíže se zubní náhradou
 - Obtíže s polykáním
 - Nechutenství
 - Zažívací problémy
 - Snaha ušetřit peníze
 - Snaha zhubnout
 - Problémy v rodině
 - Potřeba pomoci jiné osoby při jídle

6. Cítíte se často unaven/unavena?
- ano
 - ne
7. Způsobuje Vám obtíže chodit do schodů?
- ano
 - Ne
8. Máte obtíže ujít jeden blok?
- Ano
 - Ne
9. Ztratil/a jste v uplynulém roce více než 5% tělesné váhy?
- Ano
 - Ne
10. Změnily se Vaše stravovací návyky v posledních 3 měsících?
- Ne
 - Ano, jím méně
 - Ano, jím více
 - Ano, změnila se skladba potravin
 - Ano, změnila se forma potravin (např.: z pevné na kašovitou apod.)
11. Ovlivnila změna chuti v posledních 3 měsících Váš apetit?
- Nezměnilo se mi vnímání chuti
 - Změna chuti neovlivnila můj apetit
 - Ano, jím celkově méně
 - Ano, jím celkově více
12. Jakou z uvedených chutí preferujete?
- Nepreferuji žádnou chuť
 - Sladkou
 - Slanou
 - Hořkou
 - Kyselou
13. Ovlivňuje nálada Vaši chuť k jídlu? *(vyberte prosím všechny vhodné odpovědi)*
- Ne
 - Ano, když mám špatnou/smutnou náladu, jím méně
 - Ano, když mám špatnou/smutnou náladu, jím více
 - Ano, když mám dobrou/šťastnou náladu, jím méně
 - Ano, když mám dobrou/šťastnou náladu, jím více
14. Ovlivňuje stravování v kolektivu Váš apetit?
- Ne
 - Ano, v kolektivu jím méně
 - Ano, v kolektivu jím více

15. Motivuje Vás někdo k tomu, abyste dojídali porce nebo jedli větší množství jídla?
- Ne
 - Ano, moje rodina či známí
 - Ano, ošetřující personál
16. Jaký je Váš měsíční rozpočet na nákup potravin? *(odpověď prosím запиšte zaokrouhlenou na celé stokoruny)*
-Kč
17. Ovlivnilo zdražování potravin v posledních 3 měsících Váš jídelníček?
- Ne
 - Ano, jím menší porce než dříve
 - Ano, jím méně často než dříve
 - Ano, nakupuji jiné, levnější, potraviny
18. Dostáváte od svých příbuzných nebo blízkých potraviny nebo pokrmy, za které již neplatíte?
- Ne, vše si kupuji sám/sama
 - Ano, dostávám, pravidelně (alespoň 3x za měsíc)
 - Ano, dostávám, nárazově (méně než 3x do měsíce)
19. Vážíte se pravidelně?
- Ano, jednou za týden
 - Ano, jednou za měsíc
 - Ano, nárazově, méně často než jednou za měsíc
 - Ne, nikdy se nevážím
20. Kontroluje někdo velikost porce, kterou sníte?
- Ne
 - Ano, každý den
 - Ano, alespoň jednou týdně
21. Kdo kontroluje velikost porce, kterou sníte?
- Nikdo
 - Zaměstnanec sociální služby (pečovatel, sestřička apod.)
 - Rodina či známí
22. Mluví s Vámi někdo o jídle?
- Ne, nikdo se mnou o jídle nemluví
 - Ano, o jídle se mnou mluví *(vyberte prosím všechny vhodné odpovědi)*
 - Členové rodiny či známí
 - Zdravotní sestry
 - ošetřovatelé/pečovatelé
 - lékaři
 - nutriční terapeut
 - jiné:.....*(vypište prosím)*

Moc děkuji za Váš čas a za vyplnění dotazníku :)