

ABSTRAKT

Bakalářská práce se zabývá problematikou zdravého životního stylu sester v různých pracovních podmínkách. Teoretická část se věnuje přehledu základních poznatků o životním stylu. Jsou také vysvětleny jednotlivé determinanty zdraví a rizikové faktory, které mají zásadní vliv na psychické i somatické zdraví jedince. Obecně je také popsána současná role zdravotní sestry. Empirická část je tvořena výsledky kvalitativního šetření zaměřená na životní styl a stres zdravotních sester pracujících v různých pracovních podmínkách. Výzkum proběhl formou strukturovaného rozhovoru, data byla zpracována otevřením kódováním. Výsledky výzkumného šetření byly porovnány v triangulaci s dříve realizovanými studii o obdobného tématu a odkryly následující oblasti. Sestry mají tendenci bagatelizovat své zdravotní obtíže. Většina sester trpí únavou a ideální představa o relaxaci je vždy spojena s pasivním odpočinkem. Zdravotní sestry jsou vystavovány celé řadě stresorů. Pracovní prostředí představuje zdroj stresu, ale i energie. Významné životní události a psychicky náročné situace si sestry téměř vždy spojují se soukromým životem. Sestry se nevěnují činnostem, o kterých vědí, že jim pomáhají.