

Řešeným problémem bakalářské práce je postoj laické veřejnosti k vlastnímu zdraví. Klade si za cíl zmapovat motivaci k vlastnímu zdraví, zjistit faktory, ovlivňující zdraví člověka a odhalit příčinu pasivity ve vztahu k pohlaví v menším a větším uskupení obyvatelstva. Teoretická část se zabývá definicí pojmu zdraví a je orientovaná na základní přehledy teorií, vztahující se k tomuto tématu. Dále jsou zde uvedeny determinanty, významně ovlivňující zdraví, prevence a podpora zdraví. Zvláštní pozornost je zde věnována také kvalitě života a motivaci, které také souvisejí s péčí o zdraví. Ke zkoumání problému byla zvolena kvantitativní metoda a sběr dat byl získán prostřednictvím dotazníkového šetření. Po rozboru jednotlivých otázek a komplexním vyhodnocení bylo zjištěno, že ačkoli hlavním motivem ke změně životního stylu jsou již vzniklé zdravotní potíže respondentů, přesto je právě nedostatek motivace a pevné vůle hlavními příčinami, omezujícími člověka v péči o zdraví. Význam práce spočívá v uvědomění si zodpovědnosti za své zdraví a také důsledků, vyplývajících z lhostejnosti nedostatečné péče o zdraví. Prevence je základním předpokladem pro udržení zdravého života.