

## **Přílohy:**

**Příloha č. 1: Seznam zkratk**

**Příloha č. 2: Seznam obrázků**

**Příloha č. 3: Seznam tabulek**

**Příloha č. 4: Dotazník**

**Příloha č. 5: Žádost o umožnění dotazníkového šetření**

## **Příloha č. 1: Seznam zkratek**

%	relativní četnost
ARO	Anesteziologicko-resuscitační oddělení
JIP	Jednotka intenzivní péče
NREM	Non-Rapid-Eye-Movements
REM	Rapid-Eye-Movements

## Příloha č. 2: Seznam obrázků

- Obr. 1. Uved'te prosím, na jakém typu oddělení pracujete:**Chyba! Záložka není definována.**
- Obr. 2. Odbornou způsobilost k výkonu povolání všeobecné sestry jsem získal/a absolvováním: .....**Chyba! Záložka není definována.**
- Obr. 3. Specializovanou způsobilost v oboru Intenzivní péče (Ošetřovatelská péče v ARIP) nebo Intenzivní péče v pediatrii (Ošetřovatelská péče v ARIP pro děti) jsem:**Chyba! Záložka není definována.**
- Obr. 4. Zjistíte, zda pacient, který nemá poruchu vědomí, trpí obtížemi souvisejícími s usínáním, spánkem a probouzením? .....**Chyba! Záložka není definována.**
- Obr. 5. Je podle Vás důležité, aby sestra při uspokojování potřeb souvisejících se spánkem a odpočinkem, zohlednila věk pacienta?.....**Chyba! Záložka není definována.**
- Obr. 6. Zjistíte u pacientů bez poruchy vědomí, zda užívají léky na spaní?**Chyba! Záložka není definována.**
- Obr. 7. Má podle Vás zdřimnutí delší než 30 minut během dne vliv na samotný spánek? .....**Chyba! Záložka není definována.**
- Obr. 8. Myslíte si, že u pacientů bez poruchy vědomí, může využívání zátek do uší přispět ke zlepšení jejich spánku? .....**Chyba! Záložka není definována.**
- Obr. 9. Snažíte se v průběhu noční směny redukovat hluk?**Chyba! Záložka není definována.**
- Obr. 10. Domníváte se, že používání oční masky u pacientů, kteří nemají poruchu vědomí, může zlepšit jejich spánek? .....**Chyba! Záložka není definována.**
- Obr. 11. Mohou podle Vás pacienti vnímat osvětlení během usínání a spánku negativně? .....**Chyba! Záložka není definována.**
- Obr. 12. Použití nočního světla .....**Chyba! Záložka není definována.**
- Obr. 13. Nastavení lůžka do nízké polohy .....**Chyba! Záložka není definována.**
- Obr. 14. Umístění signalizačního zařízení tak, aby bylo snadno dosažitelné**Chyba! Záložka není definována.**
- Obr. 15. Edukace pacienta, jak v případě potřeby přivolat pomoc .....**Chyba! Záložka není definována.**
- Obr. 16. Zajištění dostatečné délky spojovacích hadiček**Chyba! Záložka není definována.**
- Obr. 17. Zavření dveří od pokoje pacienta .....**Chyba! Záložka není definována.**
- Obr. 18. Zatmění pomocí závěsů či žaluzií apod. ....**Chyba! Záložka není definována.**
- Obr. 19. Ztlumení světla, popř. zhasnutí .....**Chyba! Záložka není definována.**
- Obr. 20. Snížení množství stimulů (konverzace, TV apod.)**Chyba! Záložka není definována.**
- Obr. 21. Umístění pacienta na pokoj s vhodnými pacienty**Chyba! Záložka není definována.**
- Obr. 22. Podpora spánkových návyků pacienta .....**Chyba! Záložka není definována.**
- Obr. 23. Upravené lůžko .....**Chyba! Záložka není definována.**
- Obr. 24. Rozvržení ošetřovatelských úkonů tak, aby nebyl narušen spánek pacienta **Chyba! Záložka není definována.**
- Obr. 25. Redukce alarmů na monitoru apod. ....**Chyba! Záložka není definována.**
- Obr. 26. Pokud se při své práci setkáváte s uměle ventilovanými pacienty, jsou parametry ventilačního režimu přizpůsobeny fyziologickým změnám dýchání během spánku, nebo zůstávají nastaveny stejně jako v průběhu denní směny? (*V případě, že se při své práci nesetkáváte s uměle ventilovanými pacienty, prosím, přejděte k další otázce*)**Chyba! Záložka není definována.**
- Obr. 27. Měly by být v rámci ošetřovatelské anamnézy zjišťovány poruchy spánku? .....**Chyba! Záložka není definována.**
- Obr. 28. Kategorie: Typ pracoviště .....**Chyba! Záložka není definována.**
- Obr. 29. Histogram - Gaussova křivka znázorňující normální rozdělení**Chyba! Záložka není definována.**

- Obr. 30. Kategorie: Délka praxe .....**Chyba! Záložka není definována.**  
 Obr. 31. Kategorie: Vzdělání .....**Chyba! Záložka není definována.**  
 Obr. 32. Kategorie: Specializovaná způsobilost (SZ) .....**Chyba! Záložka není definována.**

### **Příloha č. 3: Seznam tabulek**

- Tab. 1. Potřeba spánku v závislosti na věku .....**Chyba! Záložka není definována.**  
 Tab. 2. Popisné statistiky.....**Chyba! Záložka není definována.**  
 Tab. 3. P-hodnoty .....**Chyba! Záložka není definována.**  
 Tab. 4. Kontingenční tabulka: Pozorované četnosti (Typ pracoviště x otázka č. 7)...**Chyba! Záložka není definována.**  
 Tab. 5. Dvourozměrná tabulka: Pozorované četnosti (Typ pracoviště x otázka č. 13.3.)**Chyba! Záložka není definována.**  
 Tab. 6. Dvourozměrná tabulka: Pozorované četnosti (Typ pracoviště x otázka č. 14)**Chyba! Záložka není definována.**  
 Tab. 7. Dvourozměrná tabulka: Pozorované četnosti (Vzdělání x otázka č. 11) .....**Chyba! Záložka není definována.**  
 Tab. 8. Dvourozměrná tabulka: Pozorované četnosti (Specializace x otázka č. 9).....**Chyba! Záložka není definována.**  
 Tab. 9. Dvourozměrná tabulka: Pozorované četnosti (Specializace x otázka č. 14)...**Chyba! Záložka není definována.**

## Příloha č. 4: Dotazník

### DOTAZNÍK PRO VŠEOBECNÉ SESTRY

Vážená slečno/paní, vážený pane,

jmenuji se Martina Růžičková, pracuji na Neurochirurgické klinice dětí a dospělých 2. LF UK a FN Motol a studuji 2. rokem navazující magisterský studijní obor Intenzivní péče na 1. lékařské fakultě Univerzity Karlovy v Praze.

Ráda bych Vás touto cestou požádala o vyplnění **anonymního** dotazníku. Právě Vaše názory a odpovědi, které prostřednictvím tohoto dotazníku získám, budou podstatné pro zpracování diplomové práce na téma *Intervence sester v souvislosti s prevencí spánkové deprivace pacientů na jednotkách intenzivní péče*. Cílem je zjistit, jakou váhu přikládáte uspokojování potřeb týkajících se spánku a odpočinku u hospitalizovaných pacientů a zmapovat, jaké využíváte opatření pro zabránění výskytu obtíží v této oblasti.

Dotazník obsahuje celkem 15 položek, z toho první čtyři se věnují získávání orientačních údajů, dalších jedenáct řešené problematice. Pokud není uvedeno jinak, vždy označte pouze jednu z možných odpovědí. Vyplnění dotazníku trvá přibližně 10 až 15 minut.

Po vyplnění, prosím, dotazník odevzdejte Vaší staniční sestře.

Předem Vám děkuji za Váš čas a ochotu při vyplňování.

Martina Růžičková  
m.ruziczka@gmail.com

1. Uveďte prosím, na jakém typu oddělení pracujete:
  - a) anesteziologicko-resuscitační oddělení pro dětské pacienty
  - b) anesteziologicko-resuscitační oddělení pro dospělé pacienty
  - c) oborově zaměřená JIP pro dětské pacienty
  - d) oborově zaměřená JIP pro dospělé pacienty
2. Uveďte prosím délku Vaší praxe:
3. Odbornou způsobilost k výkonu povolání všeobecné sestry jsem získal/a absolvováním:
  - a) úplného středního odborného vzdělání s maturitou (SZŠ)
  - b) vyššího odborného vzdělání (VZŠ)
  - c) bakalářského nebo magisterského studijního programu pro přípravu všeobecných sester (VŠ)

4. Specializovanou způsobilost v oboru Intenzivní péče (Ošetrovatelská péče v ARIP) nebo Intenzivní péče v pediatrii (Ošetrovatelská péče v ARIP o děti) jsem:
  - a) získal/a specializačním vzděláváním formou celoživotního vzdělávání (např. v NCO NZO, ve FN Motol apod.)
  - b) získal/a absolvováním studia v oboru Intenzivní péče nebo Diplomovaná sestra pro intenzivní péči na SZŠ nebo VZŠ
  - c) získal/a v rámci navazujícího magisterského studijního oboru Intenzivní péče
  - d) dosud nezískal/a
  
5. Zjišťujete, zda pacient, který nemá poruchu vědomí, trpí obtížemi souvisejícími s usínáním, spánkem a probouzením?
  - a) Vždy
  - b) Většinou ano
  - c) Většinou ne
  - d) Nikdy
  
6. Je podle Vás důležité, aby sestra při uspokojování potřeb souvisejících se spánkem a odpočinkem, zohlednila věk pacienta?
  - a) Velmi důležité
  - b) Spíše důležité
  - c) Nevím
  - d) Spíše nedůležité
  - e) Nedůležité
  
7. Zjišťujete u pacientů bez poruchy vědomí, zda užívá léky na spaní?
  - a) Vždy
  - b) Většinou ano
  - c) Většinou ne
  - d) Nikdy
  
8. Má podle Vás zdřímnutí delší než 30 minut během dne vliv na samotný spánek?
  - a) Ano, vliv má určitě pozitivní
  - b) Ano, vliv má spíše pozitivní
  - c) Ano, vliv má spíše negativní
  - d) Ano, vliv má určitě negativní
  - e) Nemá žádný vliv
  
9. Myslíte si, že u pacientů bez poruchy vědomí může využívání zátek do uší přispět ke zlepšení jejich spánku?
  - a) Určitě ano
  - b) Spíše ano
  - c) Nevím
  - d) Spíše ne
  - e) Určitě ne
  
10. Snažíte se v průběhu noční směny redukovat hluk?
  - a) Určitě ano
  - b) Spíše ano
  - c) Spíše ne
  - d) Určitě ne

11. Domníváte se, že používání oční masky u pacientů, kteří nemají poruchu vědomí, může zlepšit jejich spánek?

- a) Určitě ano
- b) Spíše ano
- c) Nevím
- d) Spíše ne
- e) Určitě ne

12. Mohou podle Vás pacienti vnímat osvětlení během usínání a spánku negativně?

- a) Určitě ano
- b) Spíše ano
- c) Nevím
- d) Spíše ne
- e) Určitě ne

13. Jaká z níže uvedených opatření využíváte při zabezpečení klidného spánku pacientů?

*(U každé intervence prosím zakroužkujte frekvenci jejího využití.)*

*1 = Vždy; 2 = Většinou ano; 3 = Většinou ne; 4 = Nikdy*

Intervence		Frekvence využití			
1.	Použití nočního světla	1	2	3	4
2.	Nastavení lůžka do nízké polohy	1	2	3	4
3.	Umístění signalizačního zařízení tak, aby bylo snadno dosažitelné	1	2	3	4
4.	Edukace pacienta, jak v případě potřeby přivolat pomoc	1	2	3	4
5.	Zjištění dostatečné délky spojovacích hadiček	1	2	3	4
6.	Zavření dveří od pokoje pacienta	1	2	3	4
7.	Zatmění pomocí závěsů či žaluzií apod.	1	2	3	4
8.	Ztlumení světla, popř. zhasnutí	1	2	3	4
9.	Snížení množství stimulů (konverzace, TV apod.)	1	2	3	4
10.	Umístění pacienta na pokoj s vhodnými pacienty	1	2	3	4
11.	Podpora spánkových návyků pacienta	1	2	3	4
12.	Upravené lůžko	1	2	3	4
13.	Rozvržení ošetrovatelských úkonů tak, aby nebyl narušen spánek pacienta	1	2	3	4
14.	Redukce alarmů na monitoru apod.	1	2	3	4

14. Pokud se při své práci setkáváte s uměle ventilovanými pacienty, jsou parametry ventilačního režimu přizpůsobeny fyziologickým změnám dýchání během spánku, nebo zůstávají nastaveny stejně jako v průběhu denní směny? *(V případě, že se při své práci neseťkáváte s uměle ventilovanými pacienty, prosím, přejděte k další otázce)*

- a) Parametry ventilačního režimu se nemění
- b) Parametry ventilačního režimu jsou přizpůsobeny fyziologickým změnám dýchání během spánku

15. Měly by být v rámci ošetrovatelské anamnézy zjišťovány poruchy spánku?

- a) Určitě ano
- b) Spíše ano
- c) Nevím
- d) Spíše ne
- e) Určitě ne





## Příloha č. 5: Žádost o umožnění dotazníkového šetření

Martina Růžičková  
J. A. Komenského 1726/4  
415 01 Teplice

Náměstkyně pro ošetrovatelskou péči  
Mgr. Jana Nováková, MBA  
Fakultní nemocnice v Motole  
V Úvalu 84  
150 06 Praha 5

V Praze 1. prosince 2015

### Žádost o povolení elektronického dotazníkového šetření

Vážená paní náměstkyně,

Jmenuji se Martina Růžičková, pracuji na dětské neurochirurgii ve FN Motol a studuji 2. rokem navazující magisterský obor Intenzivní péče na 1. lékařské fakultě Univerzity Karlovy v Praze.

Tímto se na Vás obracím s žádostí o povolení dotazníkového průzkumu u sester pracujících na JIP a ARO ve FN Motol. Výsledky šetření budou součástí mé diplomové práce na téma Intervence sester v souvislosti s prevencí spánkové deprivace pacientů na jednotkách intenzivní péče. Tento průzkum bude zcela anonymní.

Zároveň přikládám dotazník, pomocí kterého budu získávat potřebné informace.

Předem Vám velice děkuji za kladné vyřízení žádosti

Martina Růžičková

Vyjádření:

*Jo. B. Jan. Nováková*

*J. Nováková*  
Mgr. Jana Nováková, MBA  
náměstkyně pro oš. péči FN Motol

V Praze dne:

**Univerzita Karlova v Praze, 1. lékařská fakulta  
Kateřinská 32, Praha 2**

**Prohlášení zájemce o nahlédnutí do závěrečné práce absolventa studijního programu  
uskutečňovaného na 1. lékařské fakultě Univerzity Karlovy v Praze.**

Jsem si vědoma, že závěrečná práce je autorským dílem a že informace získané nahlédnutím do zpřístupněné závěrečné práce nemohou být použity k výdělečným účelům, ani nemohou být vydávány za studijní, vědeckou nebo jinou tvůrčí činnost jiné osoby než autora.

Byla jsem seznámena se skutečností, že si mohu pořizovat výpisy, opisy nebo kopie závěrečné práce, jsem však povinna s nimi nakládat jako s autorským dílem a zachovávat pravidla uvedená v předchozím odstavci.

<b>Příjmení, jméno (hůlkovým písmem)</b>	<b>číslo dokladu totožnosti vypůjčitele (např. OP, cestovní pas)</b>	<b>Signatura závěrečné práce</b>	<b>Datum</b>	<b>Podpis</b>