

## DOTAZNÍK

Dobrý den,

jmenuji se Veronika Nová a jsem studentkou 1. lékařské fakulty Univerzity Karlovy. Nyní píši diplomovou práci na téma: Vztah tělesné hmotnosti k endokrinní orbitopatii. Ráda bych Vás poprosila, abyste přispěli k mému výzkumu, vyplněním tohoto dotazníku. Dotazník je zaměřen na Váš životní styl a Vaše účast je dobrovolná. Výsledky použiji ve své práci zcela anonymně. Vámi vybranou odpověď označte, popř. vypište do volné řádky.

Děkuji za ochotu.

1) Doplňte:

a) Vaše výška (cm): .....

b) Vaše aktuální váha (kg): .....

2) Jak dlouho máte diagnostikované onemocnění štítné žlázy?

a) < 1

b) 1 - 5 let

c) > 5

3) Užíváte nějaké léky? Pokud ano, uveďte jaké.

.....

4) Byla Vám zjištěna hypertenze (vysoký krevní tlak)?

a) ano – kdy? .....

b) ne

5) Byla Vám zjištěna zvýšená hladina tuků v krvi?

a) ano – kdy? .....

b) ne

6) Jakých hodnot dosahoval Váš cholesterol při posledním měření?

a) méně než 5 mmol / l

b) 5 mmol / l až 6,2 mmol / l

c) více než 6,2 mmol / l

d) nevím

7) Byl Vám zjištěn diabetes mellitus (cukrovka)?

a) ano, 1. typu

b) ano, 2. typu

c) ne

8) Jak jste léčen/a na diabetes mellitus?(možno více odpovědí)

- a) dietou
- b) léky
- c) insulinem
- d) nejsem léčen

9) Můžete říci, že dodržujete pravidelnou stravu? (5 porcí denně)

- a) ano
- b) ne
- c) někdy

10) Kolik v průměru vypijete tekutin denně?

- a) vypiji 2 a více litrů
- b) vypiji 1 – 2 litry denně
- c) vypiji méně než 1 litr denně

11) Jakého charakteru je vaše zaměstnání?

- a) sedavé
- b) spíše sedavé (práce převážně v sedě – řidiči, studenti,...)
- c) spíše fyzické (práce převážně ve stoje)
- d) fyzicky náročné zaměstnání

12) Věnujete se pravidelně nějaké fyzické aktivitě?

- a) ano
- b) ne

13) Kolikrát týdně se věnujete této aktivitě (trvání alespoň 30minut)?

- a) méně než 2x týdně
- b) 2-3x
- c) 4-5x
- d) víc než 5x týdně

14) Kouříte?

- a) ano
- b) nikdy jsem nekouřil
- c) kouřil jsem a už nekouřím
- d) elektronická cigareta

15) Pokud kouříte: Kolik cigaret denně?

- a) méně než 5 cigaret denně
- b) 5 - 10 cigaret denně
- c) 11 - 20 cigaret denně
- d) více než 20 cigaret denně

16) Kdy jste začal/a kouřit?

.....

17) Jakým mléčným výrobkům dáváte zpravidla přednost?

- a) nízkotučným
- b) polotučným
- c) plnotučným

18) Jaké maso převážně upřednostňujete?

- a) libové maso
- b) mírně prorostlé
- c) tučné

19) Jak často zařazujete do jídelníčku ryby?

- a) vůbec
- b) < 1 týdně
- c) 1 - 3x týdně
- d) > 3 týdně

20) Zařazujete do jídelníčku denně ovoce a zeleninu?

- a) ano, jím denně ovoce i zeleninu
- b) ne, jím denně pouze ovoce
- c) ne, jím denně pouze zeleninu
- d) ne, nejím denně ovoce ani zeleninu

21) Jaký alkohol preferujete?

- a) pivo
- b) víno
- c) destiláty
- d) jiné.....

22) Má někdo z Vašich příbuzných diagnostikované onemocnění štítné žlázy?(možno více odpovědí)

- a) otec
- b) matka
- c) sourozenec
- d) nikdo z nich
- e) jiný příbuzný .....

23) Diagnostikovali někomu z Vašich příbuzných diabetes mellitus (cukrovku) 1. nebo 2.typu?

(možno více odpovědí)

- a) otci
- b) matce
- c) sourozenci
- d) nikomu z nich
- e) jiný příbuzný .....

24) Diagnostikovali někomu z Vašich příbuzných hypertenzi? (možno více odpovědí)

- a) otci
- b) matce
- c) sourozenci
- d) nikomu z nich
- e) jiný příbuzný .....

Děkuji za vyplnění dotazníku.

# TABULKA NA ÚDAJE O TĚLESNÉM SLOŽENÍ

Datum:

Jméno:

<b>CELKOVÁ HMOTNOST</b>		kg
<b>BMI</b>		index
 <b>TUK</b>		%
Celkově: P paže: P noha: Trup: L paže: L noha:		
 <b>VODA</b>		%
 <b>SVALOVÁ HMOTA</b>		kg
Celkově: P paže: P noha: Trup: L paže: L noha:		
 <b>FYZICKÁ KONDICE</b>		
 <b>KOSTNÍ HMOTA</b>		kg
 <small>Calories intake</small> <b>BMR</b>		kcal
 <b>METABOLICKÝ VĚK</b>		index
 <b>VISCERÁLNÍ TUK</b>		index