

ABSTRAKT

Diplomová práce se věnuje problematice stravování žen během těhotenství. Práce je rozdělena na teoretickou a praktickou část. Teoretická část shrnuje výživová doporučení pro těhotné ženy. Praktická část je rozdělena na část výzkumnou a edukační. Ve výzkumné části jsou vyhodnoceny výsledky dotazníkového šetření, které poukázalo na jisté nedostatky ve znalostech respondentek. Také bylo zjištěno, že respondentky nejsou spokojeny s informacemi o výživě, kterých se jim dostává od zdravotnického personálu, a proto využívají i jiné informační zdroje. I pro ženy s vyšším stupněm vzdělání je ale problematické informacím z různých zdrojů porozumět. Proto byl v edukační části práce zpracován jednoduchý a přehledný materiál, který by ženám usnadnil orientaci v problematice stravování během těhotenství a upozornil na rizikové faktory. Materiál je určen pro ženy bez speciálních dietních opatření a při jeho tvorbě byly použity poznatky z teoretické části práce.

KLÍČOVÁ SLOVA

výživa, těhotenství, jídelníček, plod, edukace