

Seznam příloh

Příloha č. 1: Formulář potvrzený Etickou komisí UK FTVS

Příloha č. 2: Vzor informovaného souhlasu účastníků výzkumu

Příloha č. 3: Vzor vstupního anketního formuláře

Příloha č. 4: Vzor průběžného anketního formuláře

Příloha č. 5: Vzor závěrečného anketního formuláře

Příloha č. 1: Formulář potvrzený Etickou komisí UK FTVS

UNIVERZITA KARLOVA
FAKULTA TĚLESNÉ VÝCHOVY A SPORTU
Josef Martího 31, 162 52 Praha 6-Vešelavín

Žádost o vyjádření Etické komise UK FTVS

k projektu výzkumné, kvalifikační či seminární práce, zahrnující lidské účastníky

Název projektu: Vliv bosých bot a bosé chůze na zdraví lidského chodidla

Forma projektu: výzkumná práce – bakalářská práce

Období realizace: červen 2017 - duben 2018

Předkladatel: Ondřej Novák

Hlavní řešitel: Ondřej Novák

Vedoucí práce (v případě studentské práce): PhDr. Jitka Vařeková, Ph.D.

Popis projektu: Projekt bude zkoumat vliv užívání bosých bot na zdraví lidského chodidla. Výzkumné šetření bude po dobu 3 měsíců sledovat a hodnotit skupinu 10-30 probandů, kteří se sami rozhodli zakoupit a používat obuv s tenkou podrážkou (barefoot). Pomocí přístrojového měření (scanu) budou hodnocena jejich chodidla na začátku a po 3 měsících. Současně budou v týdenních intervalech dotazováni na subjektivní hodnocení efektu obuvi na únavu nohou, bolesti, otoky, sportovní výkon a případné další aspekty. Po dobu výzkumu bude probandům s týdenní pravidelností zasílán dotazník, ve kterém budou odpovídat na subjektivní otázky. Součástí bude rovněž e-mailová komunikace a komunikace skrze Facebook. Cílem projektu bude hodnocení vlivu nošení bosých bot na zdraví chodidla a celkové prožívání jedince. K výzkumu bude použit software DOMESCAN 3D/IBV, který poslouží k 3D scanu chodidel jedinců. Dotazník, který bude předložen probandům na začátku poslouží ke zjištění současné anamnézy a stavu jedince. Konečný dotazník bude zjišťovat případné změny v celkovém stavu jedince a stavu chodidla. V průběhu projektu bude jedincům zasílán týdenní dotazník složený z 5 - 10 otázek.

Charakteristika účastníků výzkumu: Výzkum bude prováděn na osobách dospělých a s dobrým zdravotním stavem, které se dobrovolně a nezávisle na výzkumném šetření rozhodly pro používání bosé obuvi. Podmínkou osob zúčastňujících se výzkumu je nulová nebo malá zkušenost s tímto typem obuvi.

Zajištění bezpečnosti pro posouzení odborníky: K výzkumu bude použita neinvazivní metoda skenování chodidel pomocí softwaru DOMESCAN 3D/IBV. Poslouží ke grafickému a přesnému zobrazení stavu chodidla před a po projektu. Měření bude probíhat v prostorách pražské prodejny NaBOSO, V. P. Čkalova 6, Praha 6. Během výzkumu nebudou jedinci vystaveni žádnému mimořádnému riziku. V případě zranění je v prostorách prodejny dostupná lékárnička první pomoci a možnost kontaktování záchranné služby. Probandům bude k dispozici občerstvení a hygienické zázemí. Rizika prováděného výzkumu nebudou vyšší než běžně očekávaná rizika u aktivit a testování prováděných v rámci tohoto typu výzkumu

Etické aspekty výzkumu: Účast ve výzkumném šetření je dobrovolná. Osobní data budou anonymizovaná a po anonymizaci budou smazána.

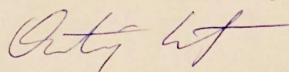
Informovaný souhlas: příložen

Povinností všech účastníků výzkumu na straně řešitele je chránit život, zdraví, důstojnost, integritu, právo na sebeurčení, soukromí a osobní data zkoumaných subjektů, a podniknout k tomu veškerá preventivní opatření. Odpovědnost za ochranu zkoumaných subjektů leží vždy na účastnících výzkumu na straně řešitele, nikdy na zkoumaných, byť dali svůj souhlas k účasti na výzkumu. Všichni účastníci výzkumu na straně řešitele musí brát v potaz etické, právní a regulační normy a standardy výzkumu na lidských subjektech, které platí v České republice, stejně jako ty, jež platí mezinárodně.

Potvrzuji, že tento popis projektu odpovídá návrhu realizace projektu a že při jakékoli změně projektu, zejména použitých metod, zašlu Etické komisi UK FTVS revidovanou žádost.

V Praze dne: 7.6.2017

Podpis předkladatele:



Vyjádření Etické komise UK FTVS

Složení komise: Předsedkyně: doc. PhDr. Irena Parry Martínková, Ph.D.

Členové: prof. PhDr. Pavel Slepíčka, DrSc.

doc. MUDr. Jan Heller, CSc.

PhDr. Pavel Hráský, Ph.D.

Mgr. Eva Prokešová, Ph.D.

MUDr. Simona Majorová

Projekt práce byl schválen Etickou komisí UK FTVS pod jednacím číslem:


dne: 118/2014
8.6.2014

Etická komise UK FTVS zhodnotila předložený projekt a neshledala žádné rozpory s platnými zásadami, předpisy a mezinárodními směrniciemi pro provádění výzkumu zahrnujícího lidské účastníky.

UNIVERZITA KARLOVA
Fakulta tělesné výchovy a sportu
Josef Martího 31, 162 52, Praha 6

Řešitel projektu splnil podmínky nutné k získání souhlasu Etické komise.

- 20 -
razítko UK FTVS


podpis předsedkyně EK UK FTVS

INFORMOVANÝ SOUHLAS

Vážený pane, vážená paní,

v souladu se Všeobecnou deklarací lidských práv, zákonem č. 101/2000 Sb., o ochraně osobních údajů a o změně některých zákonů, ve znění pozdějších předpisů a dalšími obecně závaznými právními předpisy (jakož jsou zejména Helsinská deklarace, přijatá 18. Světovým zdravotnickým shromážděním v roce 1964 ve znění pozdějších změn (Fortaleza, Brazílie, 2013); Zákon o zdravotních službách a podmínkách jejich poskytování (zejména ustanovení § 28 odst. 1 zákona č. 372/2011 Sb.) a Úmluva o lidských právech a biomedicíně č. 96/2001, jsou-li aplikovatelné), Vás žádám o souhlas s Vaší účastí ve výzkumném projektu v rámci bakalářské práce s názvem Vliv bosých bot a bosé chůze na zdraví lidského chodidla/Současná přesvědčení v tématu bosých bot a bosé chůze ohledně vlivu na zdraví, prováděné na katedře zdravotní tělesné výchovy a tělesného lékařství na UK FTVS.

Dále se vyjádřete srozumitelně, stručně a výstižně ke všem níže uvedeným bodům:

1. Cílem projektu je hodnocení vlivu užívání bosých bot na zdraví chodidla.
2. Pro výzkum bude použita neinvazivní metoda skenu chodidla za pomoci softwaru DOMESCAN 3D/IBV, která poskytne data o stavu chodidel. V průběhu celého výzkumu budou zároveň zasílány dotazníky.
3. Skenování chodidel probíhá naboso, kdy se scan nohy provede ve stoji po dobu cca 5 sekund a následná data se ihned zobrazí ve spárovaném PC.
4. Doba vyšetření u jednoho jedince zabere cca 10 minut. Sken nohou proběhne dvakrát a to na začátku výzkumu a na jeho konci v předběžném termínu červen - září 2017.
5. Jedná se o bezbolestný zásah, bez vážnějších rizik. Měření probíhá v interiéru.
6. Při průběhu výzkumu bude k dispozici občerstvení, hygienické zázemí a možnost vycházky do exteriéru.
7. Očekávatelný přínos výzkumného projektu je zjištění pozitivního vlivu na stav chodidel a celkového prožitku.
8. Odměna zahrnuje poskytnutí 10-20% slevy na nákup bosé obuvi před a po výzkumu. Zároveň možnost se zdarma zúčastnit pohybové lekce zdravé chůze/běhu.
9. Veškerá získaná data budou v práci anonymizována. Nicméně je dobré si v informovaném souhlasu požádat o souhlas se zveřejněním fotografií nohou, skenů a dalších dat. Také k tomu, aby to mohlo být uveřejněno v odborném časopise.
10. Práce bude v elektronické podobě zveřejněna v Repozitáři UK. S osobními výsledky je možné se seznámit také u autora šetření.

11. V maximální možné míře zajistím, aby získaná data nebyla zneužita.

Jméno a příjmení předkladatele projektu Podpis:

Jméno a příjmení hlavního řešitele a spoluřešitelů.....

Jméno a příjmení osoby, která provedla poučení Podpis:.....

Prohlašuji a svým níže uvedeným vlastnoručním podpisem potvrzuji, že dobrovolně souhlasím s účastí ve výše uvedeném projektu a že jsem měl(a) možnost si řádně a v dostatečném čase zvážit všechny relevantní informace o výzkumu, zeptat se na vše podstatné týkající se účasti ve výzkumu a že jsem dostal(a) jasné a srozumitelné odpovědi na své dotazy. Byl(a) jsem poučen(a) o právu odmítnout účast ve výzkumném projektu nebo svůj souhlas kdykoli odvolat bez represí, a to písemně Etické komisi UK FTVS, která bude následně informovat předkladatele projektu. Zároveň svým vlastnoručním podpisem dávám souhlas k uveřejnění fotografií nohou, skenů a dalších dat, získaných v průběhu výzkumu, v projektu a zároveň i v dalších odborných publikacích.

Místo, datum

Jméno a příjmení účastníka Podpis:

Vztah zákonného zástupce k účastníkovi Podpis:

Příloha č. 3: Vzor vstupního anketního formuláře

A – VSTUPNÍ DOTAZNÍK – začátek kurzu

1. Osobní údaje:

Jméno, Příjmení:

Pohlaví - muž - žena

Věk:

Váha:

E-mail:

Tel:

Přítomnost závažných onemocnění kardiovaskulárních metabolických (např. diabetes mellitus)
endokrinologických jiné:.....

Přítomnost ortopedických vad chodidel:

plochá noha příčně/podélně vbočený palec/malík
kladívkové/drápkovité prsty zarůstající nehty plantární fascitida

Jiné (Mozoly, otlaky, kuří oka?)

Prodělané závažnější úrazy dolních končetin:

Vady držení těla (skolióza, držení těla) :

2. Vztah k pohybové aktivitě:

Z pohybových aktivit se pravidelně (obvykle každý týden) věnuji:

- józe - pilates - jinému zdravotnímu cvičení:.....

- plavání - jízdě na kole / rotopedu - běhu

- zdravotní chůzi (souvisle nejméně 30 minut) - jinému sportu – jakému:.....

V součtu se těmto pohybovým aktivitám věnuji:

- méně než hodinu týdně - 1 – 3 hodiny týdně - více než 3 hodiny týdně

3. Bosá chůze:

Zcela naboso nebo v ponožkách chodím: doma _ v práci _ při cvičení _ při pobytu venku bez delší chůze (pobyt na zahradě, u vody, na trávě) _ při výletech v přírodě _ po městě _

Nikdy - 0, občas 1 - někdy 2 - často 3

4. Vztah k bosé obuvi:

S bosou obuví jsem se dosud neseznámil/-a

Četl/-a jsem články o bosé obuvi knihy o bosé obuvi O bosé obuvi jsem se dozvěděl - od známých
 skrze sociální sítě

5. Motivací k účasti na výzkumu bylo (označte všechny platné možnosti):

Zlepšení stavu chodidla v běžném životě

Zlepšení stavu chodidla v oblasti pohybových aktivit

Zlepšení stavu chodidla z důvodu úrazu/onemocnění nohy

Zlepšení funkce pohybového systému Lepší psychický pocit

Úleva od bolesti Setkání s lidmi

Jiný důvod:.....

6. V současné době mám / nemám bolesti (obtíže) v oblasti pohybového systému.

Ne

Ano

Jaké:.....

Příloha č. 4: Vzor průběžného anketního formuláře

Průběžný dotazník

Jméno, Příjmení:

Datum odeslání:

Vnímání možných negativních důsledků bosé chůze:

měl jste otoky/únavu/zimu/bolesti nohou / zad:

denně většinu času ___ / skoro každý den ___ / jen po velké a mimořádné zátěži ___ / jen zcela výjimečně ___ / nikdy___.

jiné možné negativní důsledky:

Vnímání celkových spíše pozitivních změn:

Tj. Máte po uplynulém týdnu pocit

zlepšení citu chodidel ano / ne

změn ve stabilitě ano / ne

zesílení chodidel ano / ne

vlivu na to, jak se cítíte? ano / ne

Jiné spíše pozitivní změny:

Příloha č. 5: Vzor závěrečného anketního formuláře

B – VÝSTUPNÍ DOTAZNÍK – konec výzkumu

U jednotlivých otázek je uvedeno tvrzení. Pokuste se zakroužkováním čísla vyjádřit míru souhlasu s uvedeným tvrzením.

- 1 - naprosto souhlasím, přesně tak to cítím
- 2 - spíše souhlasím
- 3 - nevím, ani tak, ani tak - neutrální postoj
- 4 - spíše nesouhlasím
- 5 - rozhodně nesouhlasím

a) Nošení bosé obuvi pro mě bylo příjemné.

- 1 - naprosto souhlasím, přesně tak to cítím
- 2 - spíše souhlasím
- 3 - nevím, ani tak, ani tak - neutrální postoj
- 4 - spíše nesouhlasím
- 5 - rozhodně nesouhlasím

b) Pokyny pro výzkum pro mě byly srozumitelné.

- 1 - naprosto souhlasím, přesně tak to cítím
- 2 - spíše souhlasím
- 3 - nevím, ani tak, ani tak - neutrální postoj
- 4 - spíše nesouhlasím
- 5 - rozhodně nesouhlasím

c) Po nošení bosé obuvi jsem zaznamenal/-a zlepšení pocitu z chůze.

- 1 - naprosto souhlasím, přesně tak to cítím
- 2 - spíše souhlasím
- 3 - nevím, ani tak, ani tak - neutrální postoj
- 4 - spíše nesouhlasím
- 5 - rozhodně nesouhlasím

d) Po nošení bosé obuvi jsem zaznamenal/-a snížení bolesti v pohybovém systému.

- 1 - naprosto souhlasím, přesně tak to cítím
- 2 - spíše souhlasím
- 3 - nevím, ani tak, ani tak - neutrální postoj
- 4 - spíše nesouhlasím
- 5 - rozhodně nesouhlasím

e) Mám pocit, že se díky nošení bosé obuvi zlepšilo moje vnímání terénu.

- 1 - naprosto souhlasím, přesně tak to cítím
- 2 - spíše souhlasím
- 3 - nevím, ani tak, ani tak - neutrální postoj
- 4 - spíše nesouhlasím
- 5 - rozhodně nesouhlasím

f) Po chůzi v bosé obuvi jsem se cítil/-a odpočínutý/-á a plný/-á energie.

- 1 - naprosto souhlasím, přesně tak to cítím
- 2 - spíše souhlasím
- 3 - nevím, ani tak, ani tak - neutrální postoj
- 4 - spíše nesouhlasím
- 5 - rozhodně nesouhlasím

g) Chůze v bosých botách mi zlepšila náladu.

- 1 - naprosto souhlasím, přesně tak to cítím
- 2 - spíše souhlasím
- 3 - nevím, ani tak, ani tak - neutrální postoj
- 4 - spíše nesouhlasím
- 5 - rozhodně nesouhlasím

h) Chůze v bosých botách mi vyhovovala.

- 1 - naprosto souhlasím, přesně tak to cítím
- 2 - spíše souhlasím
- 3 - nevím, ani tak, ani tak - neutrální postoj
- 4 - spíše nesouhlasím
- 5 - rozhodně nesouhlasím

i) V nošení bosé obuvi hodlám v budoucnu pokračovat.

- 1 - naprosto souhlasím, přesně tak to cítím
- 2 - spíše souhlasím
- 3 - nevím, ani tak, ani tak - neutrální postoj
- 4 - spíše nesouhlasím
- 5 - rozhodně nesouhlasím