



HAIE



OSTRAVSKÁ
UNIVERZITA



METODICKÁ PŘÍRUČKA PRO ÚČASTNÍKA PROJEKTU HAIE

HEALTHY AGING IN INDUSTRIAL ENVIRONMENT

Program 4 - studie běžci a neběžci,
realizace v Centru diagnostiky lidského pohybu



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



Vážená paní, vážený pane,

děkujeme, že věnujete svůj čas a energii k účasti ve výzkumném *projektu HAIE*, který zkoumá vliv životního prostředí na zdraví člověka.

Tato metodická příručka slouží jako Váš průvodce výzkumnou studií Programu 4, která zkoumá, jaký dopad má pohybová aktivita ve znečištěném ovzduší na zdraví, psychickou pohodu a kvalitu života. Výzkumný soubor (kohorta) Programu 4 je tvořen dvěma skupinami probandů (jedinci, kteří budou zkoumáni), a to fyzicky aktivními – označováni jako „běžci“ a fyzicky méně aktivními – označování jako „neběžci“. Obě tyto zkoumané skupiny budou v rámci studie podstupovat stejná vyšetření v Centru diagnostiky lidského pohybu Ostravské univerzity.

Tato metodická příručka Vám představuje všechna vyšetření, která Vás v rámci dvoudenní návštěvy v Centru diagnostiky lidského pohybu čekají. Jejím cílem je Vás připravit a příjemně naladit před samotnou návštěvou našeho výzkumného pracoviště.

Ne všední zážitky přejí a na spolupráci se těší
Tým HAIE- výzkumný Program 4

Co se dozvím?

Účel studie:	2
Musím se projektu zúčastnit?	3
Co mě čeká?	3
Jak bude měření probíhat?	3
Harmonogram:	5
Laboratorní vyšetření obnáší:	5
Důležité otázky:	13

Účel studie:

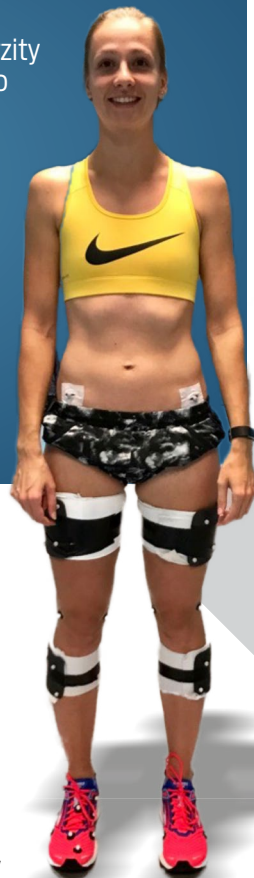
Hlavním záměrem studie je sledovat, zda pohybová aktivita ve znečištěném ovzduší a některé další charakteristiky (psychosociální, biomechanické, fyziologické a somatometrické) mohou mít vliv na zdraví, psychickou pohodu a kvalitu života. Do studie budou zapojeni dospělí muži a ženy ve věku 18 - 65 let z Moravskoslezského a Jihočeského kraje.

Musím se projektu zúčastnit?

Vaše účast ve výzkumném projektu je zcela dobrovolná. Pokud se rozhodnete k účasti, máte možnost z projektu bez udání důvodů kdykoliv odstoupit. Pokud z jakéhokoliv důvodu nechcete na kteroukoliv otázku odpovědět, nemusíte.

Co mě čeká?

1. Účast na laboratorních vyšetřeních v Centru diagnostiky lidského pohybu Ostravské univerzity v Ostravě v průběhu jednoho večera a jednoho dopoledne (včetně přespání).
2. Vyplnění online dotazníků z pohodlí domova
3. Užívání vlastního chytrého telefonu (smartphonu) v kombinaci se zapůjčeným fitness náramkem.
4. Zodpovídání krátkých otázek v krátkém časovém období přes Váš mobilní telefon v průběhu následujících 12 měsíců (vždy maximálně po dobu 14 dní).



Jak bude měření probíhat?

- Po registraci a vyplnění online dotazníků Vás bude kontaktovat koordinátor kohorty Programu 4 HAIE, který s Vámi domluví termín návštěvy v Centru diagnostiky lidského pohybu Ostravské univerzity.

www.4haie.cz

info4haie@osu.cz

3



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání



Projekt „Healthy Aging in Industrial Environment HAIE CZ.02.1.01/0.0/0.0/16
_019/0000798“ je spolufinancován Evropskou unií.

- Koordinátor programu Vám dále sdělí podrobnosti ohledně přepravy (místo a čas nástupu). Pokud jste z Jihočeského kraje, zajistíme pro Vás přepravu jak do Centra diagnostiky lidského pohybu Ostravské univerzity, tak zpět do Vašeho bydliště.
- Měření v Ostravě je rozděleno do tří bloků:
 - 18:00 – 20:00 večerní blok
 - 22:00 – 06:30 noční neinvazivní měření spánku
 - 07:00 – 13:00 ranní blok
- Před podepsáním informovaného souhlasu budete mít možnost se zeptat na jakékoli otázky. Uvědomujeme si, že se uvedené časové vymezení může zdát jako dlouhá doba, ale garantujeme Vám přátelské pracovníky našeho týmu, pohodlí, snídani a pestrou náplň.
- Laboratorní vyšetření bude obnášet následující činnosti prováděné vyškolenými odborníky našeho týmu: *odběr krve, krevní tlak a srdeční frekvence, zátěžový test na běžecském páse, analýza tělesného složení (skrže neinvazivní metody DXA a BIA), biomechanická analýza chůze, běhu a běhu se změnou směru, funkční testy kloubů dolní končetiny, magnetická rezonance (MR) a kognitivní testování (např. paměť).*
- Dále budete vyzváni k vyplnění on-line dotazníků, částečně v rámci laboratorního vyšetření a částečně z pohodlí Vašeho domova. Po skončení měření ve 13 hodin druhého dne Vás opět dopravíme do místa Vašeho bydliště, pokud si nebudete přát realizovat dopravu samostatně.

Harmonogram:

Čas	Aktivita	Místnost
18:00 - 18:10	Informovaný souhlas	Zasedací místnost
18:10 - 18:50	Dotazníky	Smart byt
18:50 - 19:10	Mobilní aplikace	Zasedací místnost
19:10 - 19:50	Zátěžový test	Fyziolab
22:00 - 06:00	Spánková měření	Smart byt
06:30 - 07:00	HRV, Tlak, Moč	Fyziolab
07:00 - 07:10	Odběr krve	Fyziolab
07:10 - 07:25	InBody	Fyziolab
07:25 - 07:45	Snídaně	Zasedací místnost
07:45 - 08:15	Kognitivní testy	Smart byt
08:15 - 08:30	Funkční testy	Fyziolab
08:30 - 09:30	MRI	MRI
09:30 - 10:00	DXA	Fyziolab
10:00 - 10:30	Umístění markeru a EMG	Biomech lab
10:30 - 10:50	Silové plošiny	Biomech lab
10:50 - 11:00	Běhátko	Biomech lab
11:00 - 11:20	Změna směru	Biomech lab
11:30 - 12:10	Dotazníky	Smart byt

Laboratorní vyšetření obnáší:

Odběr krve

Krev v celkovém objemu 30-40 ml (odpovídá přibližně 5 lžičkám) bude odebrána zkušenou zdravotní sestrou z žíly horní končetiny za účelem analýzy krevního obrazu, vybraných markerů lipidového metabolismu, oxidačního stresu, antioxidační aktivity a zánětu. Z tohoto krevního vzorku bude také u vybraných jedinců (účastníků

Potřebuji mít s sebou: ponožky, krátké krátky (viz. foto), triko, mikinu

www.4haie.cz

info4haie@osu.cz

5



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání



Projekt „Healthy Aging in Industrial Environment HAIE CZ.02.1.01/0.0/0.0/0.16
_019/0000798“ je spolufinancován Evropskou unií.

podružné studie Programu 2) oddělena část pro izolaci DNA a následnou analýzu genetických markerů. Pokud by byl první odběr žilní krve neúspěšný, bude pokus opakován pouze s Vaším souhlasem. Odběr žilní krve bude proveden kvalifikovaným pracovníkem vsedě, případně na požádání může být proveden vleže. Krevní vzorky budou zpracovány centrifugací za účelem separace séra. Zpracované vzorky budou transportovány do biochemické laboratoře, která bude provádět jejich analýzu. Zde budou vzorky zmrazeny na -70°C a uskladněny do provedení samotné analýzy biochemickou laboratoří.

V průběhu odběru krve se můžou objevit pocity točení hlavy, zúženého vidění, nevolnosti nebo omdlávání. V takovém případě budete okamžitě položen/a na připravené lehátko a dolní končetiny budou dány do zvýšené polohy. Toto opatření je velmi účinné při odstranění výše popsaných potíží, které během 5-10 min odezní. Při odběru krve vždy existuje riziko infekce. Toto riziko minimalizujeme standardními postupy odběru krve kvalifikovanými pracovníky. Samotný odběr krve může být bolestivý a výjimečně může způsobit modřinu v místě vpichu.

Krevní tlak a srdeční frekvence

Potřebuji mít s sebou: ponožky, krátké kraťasy (viz. foto), triko, mikinu

Krevní tlak bude měřen standardní metodou na horní končetině pomocí elektronického tlakoměru. Měření proběhne 3x po sobě s časovým odstupem 1-2 min pro získání správné hodnoty krevního tlaku. Po dobu měření krevního tlaku, zejména ve fázi maximálního nafouknutí pažní manžety, se můžou objevit pocity diskomfortu jako je mírná bolest nebo brnění prstů ruky. Tyto příznaky okamžitě odezní po snížení tlaku v pažní manžetě. Měření srdeční frekvence potrvá přibližně 5 min a proběhne vleže pomocí hrudního pásu za účelem analýzy variability srdeční frekvence. Při měření srdeční frekvence neočekáváme žádná rizika ani pocity diskomfortu.

Zátěžový test na běžeckém páse

Potřebuji mít s sebou: ponožky, krátké kraťasy (viz. foto), triko, gumičku do vlasů

Zátěžový test na běžeckém páse do volného maxima (spirometrické testování) bude proveden za účelem zjištění aktuální úrovně kardiopulmonální zdatnosti. Během testu budete mít na sobě hrudní pás pro měření srdeční frekvence a na obličeji masku pro analýzu vydechaného vzduchu. Dýchání

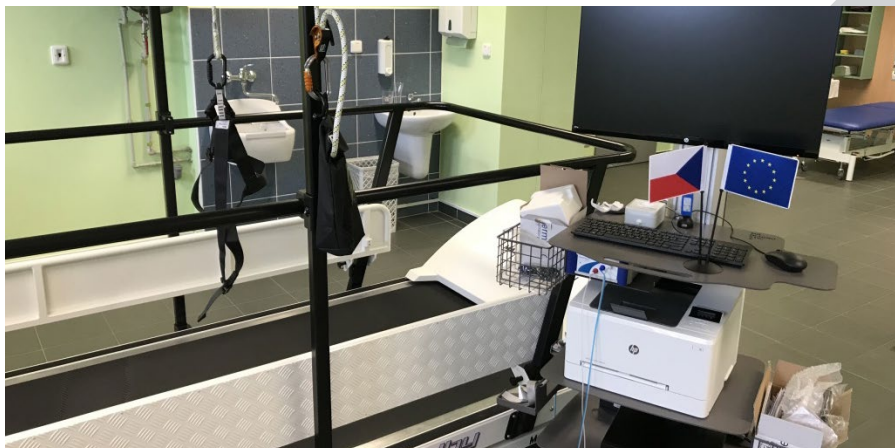


v masce je volné se zanedbatelným omezením.

Průběh testu na běžeckém páse bude následující: prvních 5 min rozcvičení na rychlosti 5 km/h, následně dojde k pravidelnému zvyšování rychlosti o 1 km/h každou minutu. Po celou dobu bude nastaven sklon běžeckého pásu na 1%.

Test bude ukončen buď z Vaší vůle (když nebudete schopni z důvodu vyčerpání již dále pokračovat) nebo výjimečně z vůle personálu v případě jakékoli neočekávané situace (technická závada, známky zdravotní komplikace testovaného). Test bude trvat max. 15-20 minut.

V průběhu zátěžového testu do volného maxima můžeme s velkou pravděpodobností očekávat svalovou bolest, zvýšené pocení, intenzivní zadýchávání se a další přirozené projevy zvýšené fyzické zátěže. Některé z těchto projevů mohou přetrvávat i krátce po ukončení zátěžového testu. Riziko vážného poškození zdraví nebo vyvolání život ohrožující situace (např. srdeční zástava) je zanedbatelné. Tento test je u zdravých jedinců považován za velmi bezpečný. Přesto budeme tato rizika minimalizovat detailní instrukcemi o průběhu testu, postupným rozcvičením a zklidněním po zatížení a nepřetržitým dohledem odborně zaškoleného personálu.



www.4haie.cz

info4haie@osu.cz

7



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání



Projekt „Healthy Aging in Industrial Environment HAIE CZ.02.1.01/0.0/0.0/16
_019/0000798“ je spolufinancován Evropskou unií.

Biomechanická analýza chůze, běhu a běhu se změnou směru, funkční testy kloubů dolní končetiny

Potřebuji mít s sebou: ponožky, krátké kraťasy (viz. foto), triko, gumičku do vlasů

Biomechanická analýza běhu bude probíhat na běžeckém páse i na běžeckém laboratorním chodníku, ostatní biomechanické analýzy pak jen na běžeckém chodníku.

Během testování budou na Vašem těle rozmístěny reflexní značky, které odrážejí infračervené záření vysílané kamerovým systémem. Velikost značek je několik milimetrů a mají zanedbatelnou hmotnost. Jejich rozmístění bude provedeno tak, aby Vás co nejméně omezovalo v přirozeném pohybu. Dále budete mít na dolní končetině umístěny 4 senzory pro snímání svalové aktivity vybraných svalů. Umístění reflexních značek i senzorů je neinvazivní a upevňují se pomocí šetrné oboustranné pásky na kůži. Kůže bude před upevněním snímačů oholena pomocí jednorázového holítko. Po umístění všech senzorů a značek bude pořízeno kalibrační video v přirozeném stoji trvající cca 5 sekund, poté bude následovat krátké zahřátí.

Testování na běžeckém páse probíhá tak, že nejprve poběžíte 2 minuty rychlostí 2,75 m/s, následně bude rychlost zvýšena na 3,0 m/s a pořídí se 30 sekundový záznamu běhu. Rychlost běhátko se pak změní na 75 % Vašeho maxima určeného zátěžovým testem a bude pořízen další 30 sekund trvající záznam běhu. Běh na běžeckém chodníku bude zahrnovat 8 platných pokusů běhu vlastní preferovanou rychlostí, po kterých bude provedeno 5 pokusů chůze vlastní rychlostí. Běh s neočekávanou změnou směru zahrnuje 10 pokusů běhu vlastní preferovanou rychlostí s náhodným pořadím určení změny, přičemž 5 pokusů bude se změnou směru a 5 dalších pokusů s volným průběhem. Budete podrobeni pěti funkčním testům (trendelenburg test, anterior drawer test pro kolenní a hlezenní kloub, lunge test a navicular drop test), které jsou zaměřeny na neinvazivní hodnocení kloubů dolní končetiny fyzioterapeutem. Celkový čas všech biomechanických analýz je maximálně 90 minut.

U testu na běžeckém páse lze očekávat mírné zatížení organismu. Zejména při změně směru je zde riziko poškození svalově kosterního systému, avšak toto riziko poškození zdraví, nebo vznik zdraví ohrožující situace je zanedbatelné. Pro minimalizaci rizik proběhne detailní instruktáž o průběhu všech testů a testy budou vždy prováděny pod dohledem zaškoleného personálu.



www.4haie.cz

info4haie@osu.cz

9



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání



Projekt „Healthy Aging in Industrial Environment HAIE CZ.02.1.01/0.0/0.0/16
_019/0000798“ je spolufinancován Evropskou unií.

Analýza tělesného složení

Při měření bioelektrickou impedancí bude Vaším tělem procházet elektrický proud velmi nízké intenzity, který nebudete cítit, a který nepřináší žádné jiné negativní vjemy. Tohoto měření se nemohou zúčastnit osoby s pacemakerem či s implantátem (kardiostimulátor, kolenní protéza). Při měření duální rentgenovou absorpciometrií, která je standardní vyšetřovací metodou určená primárně pro zjištění stavu kostí, budete vystaveni zanedbatelnému záření o hodnotě 1 – 1,5 uSv. O zanedbatelném množství záření svědčí následující srovnání: autorizovaný limit pro ozáření z výpustí jaderných elektráren je 46 uSv, efektivní dávka pro ozáření hrudníku 100 uSv, ozáření při letu v letadle 200 uSv, limit ozáření obyvatelstva 1000 uSv. Před měřením metodou DXA bude ženám v reprodukčním věku odebrána moč pro zjištění případného těhotenství. V případě potvrzení těhotenství nebude žena metodou DXA měřena.

Potřebuji mít s sebou: spodní prádlo



Magnetická rezonance (MR)

Potřebuji mít s sebou: ponožky, krátké kraťasy (viz. foto), triko

Magnetická rezonance je zobrazovací vyšetřovací metoda, která využívá magnetického pole, nebudete tedy vystaveni rentgenovému ani jinému záření. Při vlastním vyšetření budete ležet na vyšetřovacím stole v silném magnetickém poli. Okolo vyšetřované části těla Vám bude kvalifikovaným pracovníkem umístěna cívka, která přijímá odezvu z vyšetřované tkáně (mozek, hlezno a koleno). Vyšetření obvykle trvá 45 - 60 minut a během vyšetření budete požádáni se nehýbat (neprovádět žádné rychlé nebo opakující se pohyby). Během vyšetření uslyšíte hluk, který MR přístroj vydává, a také můžete mít pocit mírného tepla ve vyšetřované oblasti Vašeho těla. Před vstupem do vyšetřovací kabiny MR musíte odstranit všechny kovové a elektroické předměty (naslouchadla, klíče, mince, mobil, sponky do vlasů, brýle, zubní náhrady, šperky, hodinky, platební karty, datové nosiče, opasek, pero, obuv, oblečení s kovovými částmi, podprsenku, magnety). **MÁTE-LI KARDIOSTIMULÁTOR ČI DEFIBRILÁTOR, KOCHLEARNÍ IMPLANTÁT NEBO INZULÍNOVOU PUMPU NESMÍTE BÝT V ŽÁDNÉM PŘÍPADĚ MAGNETICKOU REZONANCÍ VYŠETŘEN(A)!!!**

10

www.4haie.cz

info4haie@osu.cz



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání

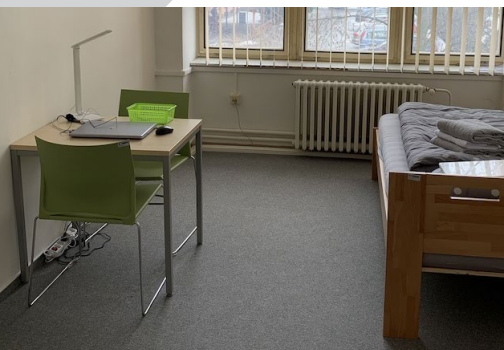


Projekt „Healthy Aging in Industrial Environment HAIE CZ.02.1.01/0.0/0.0/0.16
_019/0000798“ je spolufinancován Evropskou unií.



MÁTE-LI
KARDIOSTIMULÁTOR
ČI DEFIBRILÁTOR,
KOCHLEARNÍ IMPLANTÁT
NEBO INZULÍNOVOU PUMPU
NESMÍTE BÝT V ŽÁDNÉM
PŘÍPADĚ MAGNETICKOU
REZONANCÍ
VYŠETŘEN(A)!!!

U elektromagnetické energie, která se při MR používá, nebyly dosud prokázány škodlivé biologické účinky, vyšetření je tedy zcela bezpečné, nicméně se preventivně neprovádí u žen do 3 měsíce těhotenství. MR je bezpečná diagnostická metoda, při jejíž aplikaci (podle individuální vnímavosti) můžete pocítovat mírnou závrať, nevolnost, vizuální efekty (magnetické fosfeny - hvězdičky v očích) nebo kovovou chuť v ústech.



Kognitivní testování

Potřebuji
mít s sebou:
ponožky, krátké
kraťasy (viz. foto),
triko, mikinu

Kognitivní testování bude probíhat hravou formou na počítači v laboratoři. Trvá cca 35 minut a obnáší testování paměti, plánování a uvažování. Měření nenese žádná rizika ani vedlejší účinky, pouze se může objevit psychická únava.

Odběr pramínku vlasů

Na temeni blízko vlasové pokožky Vám bude ustříhnut tenký pramínek vlasů (jen několik milimetrů), který bude následně uchován v igelitovém sáčku. Z vlasů je možné analyzovat hladinu některých hormonů, které souvisí se zátěží. Tento úkon nenese žádná rizika ani vedlejší účinky.

Potřebuji
mít s sebou:
ponožky, krátké
kraťasy (viz. foto),
triko, mikinu

www.4haie.cz

info4haie@osu.cz

11



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání



Projekt „Healthy Aging in Industrial Environment HAIE CZ.02.1.01/0.0/0.0/0.19/0/000798“ je spolufinancován Evropskou unií.

Spánková měření

Výzkumná měření budou probíhat dva dny, respektive od 18:00 do cca 13:00 následujícího dne. Ubytování budete v našem Smart bytu, kde přes noc (22:00-6:30) proběhne neinvazivní spánkové měření za použití monitorovací spánkové podložky – nebudete žádným způsobem omezeni v pohybu ve spánku. K dispozici je jednolůžkový i dvojlůžkový pokoj. Proto pokud se studie účastníte společně s „partákem nebo partačkou“, oznamte to při sjednávání termínu našemu koordinátorovi a můžete být ubytováni spolu na dvojlůžkovém pokoji.

Monitorování pohybové aktivity pomocí Fitbit

V průběhu dlouhodobého monitorování (12 měsíců), budete vyzváni k nošení smartphonu spolu s monitorem aktivity připevněným na zápěstí. K tomuto účelu Vám po dobu studie zapůjčíme fitness náramek, s jehož pomocí budeme měřit v průběhu jednoho roku Vaši pohybovou aktivitu, kvalitu spánku a zdravotní indikátory. Náramek nevyžaduje žádnou manipulaci, monitoruje pouze zrychlení Vašeho pohybu či tepu a pomocí Bluetooth spojení s Vaším telefonem nám tato data zasílá na zabezpečený server, kde jsou párována s daty o znečištění ovzduší (na základě Vaší hrubé, ne přesné, polohy) a s daty z dotazníků.

Náramek je voděodolný.



Musím mít s sebou chytrý telefon s operačním systémem Android 5.0 nebo vyšší či systémem iOS

Na Vaš osobní chytrý telefon Vám za tímto účelem bude nainstalována aplikace, která Vás vyzve (čtyřikrát za rok, vždy po dobu 14 dnů) k vyplnění krátkého dotazníku (max 3 min) čtyřikrát denně.

Výzkumníci nebudou mít přístup k žádným jiným informacím na Vašem chytrém telefonu kromě těch získaných prostřednictvím dotazníků, které vyplníte, a informace o Vaší hrubé poloze (vzhledem k nejbližší stanici pro měření kvality ovzduší). V případě, že budete mít v průběhu jednoho roku od návštěvy v Centru diagnostiky lidského pohybu jakékoliv svalově kosterní zranění, rádi bychom, abyste nás kontaktovali přímo přes naši mobilní aplikaci nebo kontaktujte našeho koordinátora (info4HAIE@osu.cz), který s Vámi domluví termín další návštěvy, diagnostiku a ošetření ortopedem.

Po uplynutí 12 měsíců od Vaší první návštěvy laboratoře si od Vás na kontaktním místě odebereme fitness náramek a poskytneme Vám souhrnné informace o čistotě ovzduší, ve kterém se pohybujete a o některých parametrech Vaší pohybové aktivity.

Důležité otázky:

Budu mít z účasti v projektu nějaký prospěch?

- Zapojením do projektu získáte k zapůjčení na jeden rok fitness náramek v ceně 3 700 Kč, vyzkoušíte si kvalitní běžeckou obuv a získáte informace z vybraných laboratorních vyšetření.
- V rámci participace na výzkumu získáte zdarma výsledky magnetické rezonance a hodnocení osteoartrózy kolenního kloubu (odpovídající 5 000 Kč).
- Výsledek zátěžového běžeckého testu popisující aktuální úroveň trénovanosti (odpovídající 1 500 Kč).
- Výsledek biomechanické analýzy běhu (odpovídající 1 500 Kč).
- Výsledek analýzy složení těla včetně kostních parametrů a predikce možných zdravotních rizik (odpovídající 1 000 Kč).
- Obdržíte dárkovou tašku s funkčním tričkem, USB diskem, sportovní láhví... v hodnotě 1 200 Kč.
- Po jednom roce také získáte informace o čistotě ovzduší, ve kterém se osobně pohybujete, a vybraných parametrech Vaší pohybové aktivity. Tyto informace Vám mohou pomoci změnit Vaše chování a minimalizovat v budoucnu zdravotní postižení.
- Výhodou je také garance diagnostiky magnetickou rezonancí a ošetření ortopedem v případě běžeckého zranění.

- Na závěr studie budete informováni o konečných výsledcích a poznatcích výzkumného šetření.
- Budete mít možnost podílet se na dobré věci a svou účastí tak přispět k odhalování nových poznatků o vlivu kvality ovzduší a životního stylu na zdraví, běžecká zranění a spokojenost, které mohou být velmi cenné v rámci prevence zdraví a při vzniku doporučení pro zdravé stárnutí mužů a žen v Moravskoslezském a Jihočeském kraji.

Odměna za účast?

Účast v projektu je finančně odměněna částkou

- 1900 Kč/hrubého (tj. 1615 Kč po odečtení 15% daně) pro účastníky z Jihočeského kraje,
- 1100 Kč/hrubého (tj. 935 Kč po odečtení 15% daně) pro účastníky z Moravskoslezského kraje.

Jaké jsou předpokládané komplikace, nevýhody a případně nežádoucí účinky při účasti ve studii?

Pokud se projektu rozhodnete účastnit neočekáváme žádné komplikace, nevýhody ani nežádoucí účinky, nad rámec těch, které zažíváte v každodenním životě. Některé otázky jsou osobní a mohou vyvolat nepříjemné pocity či zátěž při opakovaných hodnoceních. Pokud se během laboratorního vyšetření objeví velmi nepravděpodobná situace, která bude vyžadovat zdravotní péči, bude k dispozici lékařsky vyškolený člen týmu.

Jak dlouho výzkum potrvá?

- Chytrý telefon spolu s fitness náramkem budete nosit po dobu jednoho roku.
- Celkem čtyřikrát po dobu jednoho roku v 14 denních intervalech Vás chytrý telefon vyzve k vyplnění krátkého dotazníku - čtyřikrát denně, po pohybové aktivitě, popřípadě po zranění.

Jak bude během projektu nakládáno s mými údaji?

Informace, které během výzkumu sdělíte, jsou zcela důvěrné.

V dotazníku nebudete tázáni na žádné informace, které by mohly vést k Vaší identifikaci. Všechny shromážděné údaje budou zašifrovány a uloženy v zabezpečené síti pod identifikačním číslem. Klíč spojující Vaši identitu s tímto identifikačním číslem bude uchovávan odděleně a znovu využit pouze za účelem opětovného kontaktu s Vaší osobou v případě pozvání k účasti v následné studii.

V případě jakékoli publikace či prezentace výsledků výzkumu nemůžete být žádným způsobem identifikován/a, neboť Vaše jméno nebude spojováno s Vašimi odpověďmi. Etická komise pro výzkum Ostravské univerzity schválila tento projekt v souladu s Deklarací práv a svobod.

Co se stane se získanými výsledky?

Výsledky sledování budou publikovány v odborných časopisech a prezentovány na odborných konferencích. Vy osobně nebudete v žádné zprávě ani publikaci jmenován(a).

Jaký je minimální věk?

Abyste se mohli účastnit této studie, musíte být ve věku 18 let nebo starší.

Kde studie probíhá?

Centrum diagnostiky lidského pohybu, Katedra studií lidského pohybu Pedagogická fakulta Ostravské univerzity. Veškeré laboratorní zázemí se nachází v jednom komplexu budov. Pokud jste z Jihočeského kraje na místo Vás dopraví náš automobil s řidičem. V tomto komplexu je také umístěn Smart byt, kde budete ubytováni a kde přes noc proběhne neinvazivní spánkové měření.

Varenská 40a
702 00 Moravská Ostrava
Za obchodním centrem FUTURUM,
v areálu TJ Ostrava.

www.4haie.cz

info4haie@osu.cz

15



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání



Projekt „Healthy Aging in Industrial Environment HAIE CZ.02.1.01/0.0/0.0/16
_019/0000798“ je spolufinancován Evropskou unií.

Pokud máte jakékoliv dotazy či komentáře ohledně této studie, kontaktujte prosím:
info4haie@osu.cz



**Ústav
experimentální
medicíny AV ČR, v.v.i.**
EU Centre of Excellence



www.4haie.cz

e-mail: info4haie@osu.cz

mobil: +420 731 459 961

Ostravská univerzita, Varenská 40a, Ostrava
Centru diagnostiky lidského pohybu