

SPIS TREŚCI

(...)

Rozdział 7. Zdrowie seksualne *Zbigniew Lew-Starowicz*

7.1. Zdrowie seksualne i reprodukcyjne

7.1.1. Wybrane aspekty promocji zdrowia seksualnego

7.1.2. Zakończenie

7.2. Zaburzenia erekcji

7.2.1. Zapobieganie zaburzeniom erekcji

7.2.2. Przyczyny zaburzeń erekcji

7.2.3. Badania diagnostyczne

7.2.4. Typologia zaburzeń erekcji

7.2.5. Leczenie zaburzeń erekcji

7.3. Rola seksu dla zdrowia psychicznego

7.3.1. Zmiany postaw wobec roli seksu dla zdrowia psychicznego

7.3.2. Seks a zdrowie psychiczne: typowe warianty

7.3.3. Seksualne przyczyny zaburzeń zdrowia psychicznego

7.3.4. Czy można być zdrowym psychicznie bez seksu?

Piśmiennictwo

8. Starzenie się

8.1. Niedobory żywieniowe *M. Łukasiewicz, E. Snarski*

8.1.1. Niedożywienie w wieku podeszłym – problem większy niż się wydaje

8.1.2. Niedożywienie – definicja

8.1.3. Niedożywienie – metody oceny stanu odżywienia

8.1.4. Niedożywienie w wieku podeszłym – główne przyczyny

8.1.5. Niedożywienie w wieku podeszłym – możliwości terapeutyczne

8.1.6. Profity z prewencji oraz leczenia niedożywienia

8.1.7. Aspekty etyczne

8.2. Słońce i skóra *Dominika Dąbrowska*

- 8.2.1. Budowa skóry
- 8.2.2. Starzenie się skóry
- 8.2.3. Promieniowanie UV
- 8.2.4. Fotostarzenie
- 8.2.5. Skóra jako narząd immunologiczny
- 8.2.6. Nowotwory skóry
- 8.2.7. Zapobieganie
- 8.3. Choroby przewlekłe *Dariusz Garecki, Dominika Dąbrowska*
 - 8.3.1. Statystyka
 - 8.3.2. Choroby przewlekłe – cele
 - 8.3.3. Problem wielu schorzeń u jednego pacjenta

Piśmiennictwo

Rozdział 9. Zdrowa ONA

- 9.1. Pozycja społeczna kobiet *Anna Adamska-Wełnicka, Marcin Wełnicki*
 - 9.1.1. Feminizm w teorii
 - 9.1.2. Polski feminizm w praktyce
 - 9.1.3. Kobieta w modelu rodziny
 - 9.1.4. Podsumowanie
- 9.2. Badania skriningowe *Anna Adamska-Wełnicka*
 - 9.2.1. Nowotwory u kobiet
 - 9.2.2. Badania skriningowe u kobiet w ciąży
 - 9.2.3. Prewencja sercowo-naczyniowa
 - 9.2.4. Osteoporoza
 - 9.2.5. Podsumowanie
- 9.3. Szczepienia
 - 9.3.1. Strategia kokonowa szczepień ochronnych *Aneta Nitsch-Osuch*
 - 9.3.2. Szczepionka przeciwko wirusowi brodawczaka ludzkiego *Ewa Zwolińska, Aneta Nitsch-Osuch*
- 9.4. Żywienie kobiet w okresie ciąży i laktacji *Małgorzata Jackowska, Damian Parol*

9.4.1. Cięża

9.4.2. Laktacja

Piśmiennictwo

Rozdział 10. Zdrowy ON

10.1. Pozycja społeczna mężczyzny *Marcin Wełnicki*

10.1.1. Teoretycznie o społeczeństwie

10.1.2. Mężczyzna w tradycyjnym i partnerskim modelu rodziny

10.1.3. Praktyczne implikacje oczekiwań społecznych

10.1.4. Podsumowanie

10.2. Badania skriningowe *Marcin Wełnicki*

10.2.1. Męska onkologia

10.2.2. Skrining kardiologiczno-metaboliczny

10.2.3. Skrining w kierunku POChP

10.2.4. Podsumowanie

10.3. Zdrowy mężczyzna i szczepienia ochronne *Ewa Zwolińska, Aneta Nitsch-Osuch*

10.3.1. Styl życia podróżnika – jak bezpiecznie połączyć pasję i zdrowie

10.3.2. Jak przygotować się do podróży?

10.3.3. Szczepienia przed podróżą

Piśmiennictwo

Rozdział 11. Zdrowe dziecko

11.1. Poczęcie i kalendarz kontrolny *Anna Adamska-Wełnicka*

11.1.1. Opieka przedkoncepcyjna

11.1.2. Kalendarz badań w ciąży

11.1.3. Podsumowanie

11.2. Szczepienia ochronne *Ewa Talarek, Maria Pokorska-Śpiewak, Magdalena Marczyńska*

11.2.1. Szczepienia obowiązkowe

11.2.2. Szczepienia zalecane

11.2.3. Niepożądane odczyny poszczepienne i ruchy antyszczepionkowe

11.3. Żywnienie niemowląt i małych dzieci *Katarzyna Wolnicka, Anna Taraszewska*

11.3.1. Wybrane produkty w żywieniu dzieci

11.3.2. Problem nadwagi i otyłości wśród dzieci i młodzieży a zdrowie publiczne

11.3.3. Prawidłowe żywienie dzieci starszych i młodzieży (4–18 lat)

11.3.4. Zasady zdrowego żywienia związane z piramidą zdrowego żywienia i aktywności fizycznej dzieci i młodzieży wraz z komentarzem

11.3.5. Suplementacja diety dzieci zdrowych

11.4. Aktywność fizyczna dziecka *Ewa Wujek-Krajewska*

Piśmiennictwo

Rozdział 12. Medycyna stylu życia w prewencji i leczeniu

12.1. Choroby układu krążenia *Daniel Śliż*

12.1.1. Epidemiologia

12.1.2. Czynniki ryzyka

12.2. Otyłość *Agnieszka Sosnowska*

12.2.1. Definicja

12.2.2. Metody oceny

12.2.3. Epidemiologia

12.2.4. Etiologia

12.2.5. Otyłość trzewna

12.2.6. Choroby związane z otyłością

12.2.7. Prewencja otyłości

12.2.8. Podsumowanie

12.3. Medycyna stylu życia w prewencji i leczeniu chorób gastroenterologicznych *Mirostaw Jarosz*

12.3.1. Częstość występowania i główne przyczyny rozwoju chorób przewodu pokarmowego

12.3.2. Żywnienie i styl życia a choroby czynnościowe przewodu pokarmowego

12.3.3. Żywnienie i styl życia a choroby organiczne przewodu pokarmowego

12.4. Medycyna stylu życia w prewencji chorób nowotworowych *Daniel Śliż*

12.4.1. Definicja

12.4.2. Epidemiologia

12.4.3. Czynniki ryzyka

12.4.4. Modyfikacje stylu życia

12.4.5. Składniki protekcyjne

12.4.6. Aktywność fizyczna

12.4.7. Podsumowanie

12.5. Insulinooporność, cukrzyca *Wiesława B. Duda-Król*

12.5.1. Insulinooporność

12.5.2. Podsumowanie

12.6. Prewencja zaburzeń psychicznych *Bartosz Łoza*

12.7. Choroby płuc *Krzysztof Królikowski*

12.8. Medycyna stylu życia w prewencji i leczeniu chorób jamy ustnej *Rafał Dąbrowski*

12.8.1. Budowa zęba

12.8.2. Budowa przyzębia

12.8.3. Choroby zębów

12.8.4. Choroby dziąseł i przyzębia

12.8.5. Profilaktyka

Piśmiennictwo