

A kardiovaszkuláris prevenció, azaz a szív-érrendszeri betegségek kialakulásának megelőzése nem orvosi feladat! Az orvos segítséget nyújthat, ám minden embernek tisztában kell lenni azzal, hogy megőrizheti egészségét, ha helyes életmódot folytat.

E könyv szerzője belgyógyász. Orvosként több évtizede segít tanácsaival emberek ezreinek, és gyógyítja a már kialakult betegségeiket. Számos szakmai és ismeretterjesztő könyv szerzőjeként, előadóként, egyetemi oktatóként is vallja, hogy az ismeretek átadásával, a megfelelő kommunikációval hatékonyabb az együttműködés orvos és beteg között.

E könyv átfogó ismeretanyaga segít azoknak, akik személyes felelősségük tudatában vannak és megfelelő életvitellel - helyes táplálkozás és mozgás, stresszkezelés, káros szenvedélyek felszámolása - szeretnék a szív-érrendszeri betegségek kialakulásának kockázatát csökkenteni.

Jobb előbb, mint később elkezdni az egészségtudatos életet, de sosem késő!

A könyv 5 nagy fejezetből áll:

- 1. A szív-érrendszeri betegségek kialakulásának ismert kockázati tényezői**
- 2. A helyes életmód (táplálkozás, mozgás, lelki egyensúly) ismérvei**
- 3. Egyes kardiovaszkuláris betegségek kialakulását előidéző tényezők bemutatása**
- 4. Ajánlott lakossági szűrővizsgálatok**
- 5. A beteg-együttműködés elemei**

A fejezetek végén kész előadások anyagai is megtalálhatók, amelyek a szerző jóvoltából szabadon felhasználhatók. Ez segítséget nyújthat az orvosok, egészségügyi szakdolgozók, gyógyszerészek prevenció munkájához is.

Ezen kívül részletes tápanyagtáblázat is segíti az Olvasót az életmód tervezésben vagy átalakításban.

Dr. Barna István

Kardiovaszkuláris prevenció

A szív-és érrendszeri betegségek megelőzése



A kötet szerzője:



dr. habil Barna István

istvan.barna@hypertension.hu

A Semmelweis Egyetem I. Belgyógyászati Klinikán habilitált egyetemi docens. 1979 óta részt vesz a belgyógyászat egyetemi oktatásában, magyar és angol nyelven (szigorlatok, államvizsgák, rektori pályázatok, szakdolgozatok, mentori és tutori feladatok).

Nephrológia és családorvostan szakvizsgákkal, emellett hypertonológus és obesitológus licence-vizsgákkal is rendelkezik.

2005 óta az Egészségügyi Főiskola Dietetikai tanszékén tanít, államvizsgabizottsági elnök.

Számos szakmai orvostársaság tagja, szakmai és civil szaklap szerkesztőbizottsági tagja, vezetője. A Magyar Nephrológiai Társaság és a Magyar Hypertonia Társaság vezetőségi tagja, 2011-2014 között a Nemzeti Veseprogram Programbizottságának, 2010 óta a Pécsi Tudományegyetem Általános Orvostudományi Kar Doktori Iskolájának tagja. 2010-2020 Magyarország Átfogó Egészségvédelmi Szűrőprogramjában Tudományos Bizottsági tag.

37 könyv- és könyvrészlet, 306 tudományos cikk, 398 kongresszusi-, 270 továbbképző előadás fűződik tudományos munkájához.

Sorozatszerkesztő, a könyv lektora:



Dr. Balogh Zoltán

E-mail: baloghz@se-etk.hu

A Magyar Egészségügyi Szakdolgozói Kamara elnöke, a Semmelweis Egyetem Egészségtudományi Kar Ápolástudományi Tanszék docense, mb. tanszékvezetője. Szakterülete a neurológiai, pszichiátriai ápolás, a közösségi ellátás, az otthoni szakellátás, és a rehabilitáció. Ehhez az alapot az 1994-ben megszerzett kiegészítő diplomás

ápolói, illetve az 1995-ben megszerzett gyógytornász oklevele mellett a fekvőbeteg-ellátás és az otthoni szakápolás területén eltöltött gyakorlata adta.

Tudományos előmenetelét a brit Exeter Egyetemen 1997-ben az egészségügyi szakképzés területéről megszerzett egyetemi fokozata alapozta meg. Tudományos fokozatát a Semmelweis Egyetem Doktori Iskolában szerezte 2008-ban. Jelenleg is az egyetem több képzésében –ápolói, gyógytornászi, védőnői–, valamint egészségügyi tanári szakirányon oktat.

A SPRINGMED KIADÓ SZAKDOLGOZÓI KÖNYVTÁR SOROZATA

EGYÜTTMŰKÖDŐ PARTNER: Magyar Egészségügyi Szakdolgozói Kamara



**A KÖNYVEKET MEGRENDELHETI KEDVEZMÉNNYEL A WWW.SPRINGMED.HU
HONLAPON VAGY MEGVÁSÁROLHATJA A SPRINGMED KÖNYVSAROKBAN!**



SpringMed Könyvsarok: 1117 Budapest, Fehérvári út 12.

(Rendelőintézet fszt.) • TELEFON (Könyvsarok): +36 (1) 279 2100/2232 mellék

TELEFON (MOBIL): +36 (20) 511 6269 • E-MAIL: info@springmed.hu