



EGÉSZSÉGFEJLESZTÉS

TANULÁSI EREDMÉNY ALAPÚ TANTÁRGY TEMATIKA

Képzés neve:	Általános orvosképzés
Tantárgy címe:	Egészségfejlesztés – AOK-OMKV241, AOK-OMKV242
Tantárgy típusa:	kötelezően választható
Tanév és félév:	II. évfolyam / őszi félév
Tantárgyfelelős:	Dr. habil Kelemen Oguz Ph.D. – intézetvezető egyetemi docens, pszichiáter
Intézeti felelős:	Dr. habil. Barabás Katalin Ph.D. – ny. egyetemi docens Magatartástudományi Intézet (6722 Szeged, Mars tér 20.) e-mail: katalin.barabaas@gmail.com Kapcsolattartásra kijelölt e-mail cím: admin.magtud@med.u-szeged.hu
Tanóra típusa:	előadás és gyakorlat
Heti óraszám:	1 + 1
Kreditértéke:	2
Értékelése:	beszámoló (5), aláírás
Előfeltétel:	Pszichológiai alafogalmak, kommunikáció – AOK-OMK131/132

Tantárgy célja:

Az **Egészségfejlesztés tantárgycsoport** oktatási célja: egymásra épülő kurzusok keretei között olyan hallgatók kibocsátása, akik a környezetükben élők egészségét a legeredményesebb képesek pozitívan befolyásolni, fejleszteni. A kurzusok ehhez biztosítják a szükséges elméleti ismereteket, gyakorlati készségeket és személyes tapasztalatokat.

Az **Egészségfejlesztés** kurzus végére:

- A hallgatók legyenek tisztában az egészségfejlesztés koncepciójával, lássanak „jó példákat”. Ugyanakkor sajátítsák el az ezzel kapcsolatos „kritikus gondolkodást”.
- Legyenek képesek önálló egészségnevelői és egészségfejlesztői feladat ellátására családjukban, baráti körükben, évfolyamtársaik között, vagy későbbi orvosi hivatásukban.

Kimeneti követelmények:

Tudás

- ismeri az egészségre veszélyes ártalmakat
- tisztában van az egyén és a társadalom egészségvédelmének alapjaival
- átfogó ismerettel rendelkezik az egészségfejlesztésről
- ismeri a megelőzés (primer, szekunder és terciér prevenció) fogalmait, területeit
- ismeri az egészségügyi szűrővizsgálatok elvi alapjait és a gyakorlati megvalósítását
- tisztában van az egészségügyi rendszer alapvető felépítésével és működésével
- ismeri az egészség-kommunikáció alafogalmait és módszereit

Képesség

- hatékonyan támogatja az egészség-magatartás megváltoztatását (pl. dohányzás leszokás, alkohol absztinencia, fogyókúra, rendszeres testmozgás)
- a terápiás és gyógyszeres adherencia növelésének módszereit célravezetően használja
- képes egészségnevelő előadás tartására egy adott témában
- képes online egészségnevelő intervenció létrehozására



- képes összeállítani és szükség esetén kivitelezni egy egészségfejlesztő programtervet

Attitűd

- megérti az egészség-magatartás változtatás nehézségeit
- elfogadja az egyén autonómiáját egészségének fejlesztésében
- az egészségre ártalmas magatartásformákat és életmódot felismeri
- a gyógyítás mellett a megelőzésre is hangsúlyt fektet
- az egészséget személyes példamutatással is közvetíti

Autonómia – Felelősség

- személyes felelősséget vállal a társadalom egészségi állapotának javításáért
- egészségnevelő tevékenységet önállóan kezdeményez és végez
- felelősettéljesen hoz döntést saját egészségének kérdéseiben
- a kiegészítő megelőzési módszereit eredményesen alkalmazza

Témakörök:

Az előadások betekintést nyújtanak az egészségfejlesztés („health promotion”) módszereibe, szerteágazó területeibe, és önálló egészségfejlesztő munkára sarkall.

Előadás

- Bevezetés, mentális egészség
- Személyiségkalauz, pályaválasztás
- Életkrízisek
- „Életre nevelés”, önismeret
- Egészségügyi iránytű: Hova forduljunk segítségért?
- Szexualitás: szexuálpszichológia
- Életmód: táplálkozás és testkép
- Szennedélybetegség a függő személyiség szempontjából
- Kardiovaszkuláris prevenció
- Gyermek egészség és a gyermekbarát ellátás
- Gyermekbalesetek megelőzése
- A komplementer és alternatív medicina
- Egészséges táplálkozás, evészavarok
- Összefoglalás, rítusok szerepe

Az előadásokon megbeszéltek szerint lehetőséget biztosítunk egészségnevelői tevékenység megfigyelésére, illetve ilyen tevékenységhez történő csatlakozásra az SZTE ÁOK Magatartástudományi Intézet és a Szegedi Orvostanhallgatók Egyesülete (SZOE) szervezésében.

Gyakorlat

- Egészségügyi szerepjáték keretei csökkenteni a gyermekek egészségügyi félelmeit
- Az egészségkárosodás megakadályozása, és a sikeres újraélesztés esélyének növelése
- Általános szexuális egészségnevelés
- Egészséges életmód, szennedélybetegségek, stresszkezelés, tumorprevenció

Módszerek:

- Szakmai kerekasztal beszélgetések
- Élménypedagógia tapasztalati szakértők bevonásával



- Szerepmodellek, orvos és kortárs előadók meghívása
- Interaktív előadások, applikációk alkalmazása
- Oktatófilmek használata, diavetítés (ppt, prezi)
- Házi feladatok, folyamatos visszajelzések
- Választható kurzuskritérium (programterv megírása vagy megvalósítása)

A tárgy teljesítésének feltételei, vizsga követelményei:

- Jelenlét az előadásokon és a gyakorlatokon kötelező, 2 hiányzás lehetséges.
- Házi feladatok beadása.
- Kötelező egészségfejlesztő programterv megírásának vagy megvalósításának elemzése.

HÁZI FELADAT

Formai és tartalmi követelmények:

Előlapon: név; évfolyam; tantárgy neve; adott téma vagy óra címe.

Terjedelem: 5-10 mondat, A/5-ös lapon, mindig a soron következő óra elején kérjük az oktatónak közvetlenül leadni!

EGÉSZSÉGFEJLESZTŐ PROGRAMTERV MEGÍRÁSA

Formai követelmények:

Előlapon: név; évfolyam; tantárgy neve; dolgozat címe.

Terjedelem: 3-4 oldal, A/4-es méret. Betűméret: 12. Sorköz 1.5. Margók: 2,5 cm.

Tartalmi követelmények:

A dolgozat tartalmazza a következő egységeket: Program célja és jelentősége; Program rövid áttekintése; Program részletes leírása; Program értékelése (ld. intézeti honlap).

EGÉSZSÉGFEJLESZTŐ PROGRAM MEGVALÓSÍTÁSA

Amennyiben ezt választja, **mielőbb egyeztessen az oktatóval!**

Követelmények:

A megvalósítás előtt a program vázlatát mutassa meg az oktatónak (sablon a Coospace-en és az intézeti honlapon is megtalálható). A megvalósítás után a program meglétét igazolnia kell az oktatóval megbeszéltek szerint. (pl.: fényképpel)

- Kérjük a **COOSPACE-re** feltölteni!
(Word formátumban, fájlnev: Hallgató Neve_Dolgozat címe.doc)
- Programvázlat sablon és az előző év mintaprogramjai megtalálhatóak az intézeti honlapon.
- **Érdemjegy javítására a vizsgaidőszakban van lehetőség szóbeli vizsga formájában.**

Javítóvizsgálathoz ajánlott szakirodalom: Ewles – Simnett: *Egészségfejlesztés. Gyakorlati útmutató.* Medicina, 2013. *Tételsor:*

1. Egészség fogalma, befolyásoló tényezők
2. Egészségfejlesztés fogalma, etikája, szereplői
3. Alapvető tervezési és értékelési folyamatok
4. Szükségletek és prioritások meghatározása
5. Tervezés, kutatás, eredményesség készségei
6. Hatékony együttműködés és kapcsolattartás
7. Kommunikációs segédeszközök használata
8. Tanítás, nevelés, oktatás
9. Csoportfoglalkozások



10. Viselkedés- és magatartásváltoztatás
11. Közösségi munka és együttműködés
12. Egészségpolitika

Értékelés:

EGÉSZSÉGFEJLESZTŐ PROGRAMTERV MEGÍRÁSA esetén

- Jó (4) vagy Jeles (5) érdemjegy: A programterv **a hallgató által megvalósítható legyen!**
Kedves Hallgató! Arra várjuk a választ, hogy ön, mint hallgató vagy később, mint orvos, mit tud tenni környezete egészségéért, nem általánosságban, hanem egy **konkrét példán keresztül**.
- Elégséges (2) vagy Közepes (3) érdemjegy: A hallgató által nem megvalósítható programterv, de a formai és tartalmi követelményeknek megfelel.
- Elégtelen (1) érdemjegy: Nem önálló, formai/tartalmi követelményeknek nem megfelelő munka.

EGÉSZSÉGFEJLESZTŐ PROGRAM MEGVALÓSÍTÁSA esetén

- Jó (4) vagy Jeles (5) érdemjegy: A program megfelelően legyen kivitelezve!
Kedves Hallgató! Az oktatóval ismertetnie kell a program részleteit. Az oktató fogja eldönteni, hogy a befektetett idő és energia arányos-e a fent ismertetett programterv megírásával.
- Elégséges (2) vagy Közepes (3) érdemjegy: Nem megfelelően kivitelezett program.
- Elégtelen (1) érdemjegy: Nem önálló, vagy nem megvalósított program.

Kötelező irodalom:

- Ewles – Simnett: *Egészségfejlesztés. Gyakorlati útmutató.* Medicina, 2013.
- Dr. Barabás Katalin (szerk.): *Egészségfejlesztés. Alapismeretek pedagógusok számára.* Medicina, 2006.

Ajánlott irodalom:

-



EGÉSZSÉGFEJLESZTÉS ELŐADÁS ÉS GYAKORLAT

2023/2024. tanév őszi szemeszter

Előadások helye:	Szent-Györgyi Albert Oktatási Központ, Ivanovics György terem (Nagy Oktatási Épület, 6722 Szeged, Dóm tér 13.)
Előadások időpontja:	csütörtök, 15⁰⁰–16³⁰
Tárgyfelelős:	Dr. habil. Barabás Katalin Ph.D. – ny. egyetemi docens e-mail: katalin.barabaas@gmail.com Kapcsolattartásra kijelölt e-mail cím: admin.magtud@med.u-szeged.hu Dr. Kassai Szilvia Ph.D. - interkulturális pszichológia szakértő e-mail: kassai.szilvia@med.u-szeged.hu
Vendégelőadók:	Dr. Bálintné Dr. Kovács Szilvia – bőrgyógyász, pszichoterapeuta Dr. Csupor Dezső – egyetemi docens Dr. Fejes Imola – belgyógyász szakorvos Dr. Hóhn József – általános sebész szakorvos Dr. Huszák László – orvos, vállalkozó Dr. Mogyorósi Lilla – gyermekgyógyász Nyíri Zoltán – közgazdász, író, tréner Dr. Pócs Dávid – sürgősségi orvostan szakorvos, oxyológus Dr. Vizi András – gyermeksebész
Vendégeink:	Schädt Zoltán Szilágyi András
Egészségfejlesztő program/programterv:	Beadási határidő: 2023. dec. 16. 23:55

Előadások tematikája:

1.	2023.09.14.	Bevezetés	Dr. Barabás Katalin
2.	2023.09.21.	Személyiségkalauz, önismeret, pályaválasztás	Nyíri Zoltán
3.	2023.09.28.	Szenvedélybetegség - az „Ingovány”	Schädt Zoltán Szilágyi András
4.	2023.10.05.	A komplementer és alternatív medicina	Dr. Csupor Dezső
5.	2023.10.12.	„Életre nevelés”, önismeret	Dr. Huszák László
6.	2023.10.19.	Életkrízisek: mindig van kiút	Dr. Kovács Szilvia és vendége(i)
7.	2023.10.26.	Szexualitás: szexuálpszichológia	Dr. Kovács Szilvia és vendége(i)
8.	2023.11.02.	Életmód: a táplálkozás és testkép	Dr. Hóhn József
9.	2023.11.09.	Kardiovaszkuláris prevenció és vesevédelem	Dr. Fejes Imola
10.	2023.11.16.	Gyermekek egészség: baleset-megelőzés	Dr. Vizi András
11.	2023.11.23.	Egészségügy iránytű: Hova forduljunk segítségért?	Dr. Pócs Dávid
12.	2023.11.30.	Gyermekek egészsége: gyermekbarát ellátás	Dr. Mogyorósi Lilla
13.	2023.12.07.	Jól tudták a régiek	Dr. Barabás Katalin