

**SZTE SZAOK NÉPEGÉSZSÉGTANI INTÉZET**

**2022/2023. tanév II. félév**

**Életmód orvostani alapismeretek (AOK-OMKV631)**

**IV. és V. éves orvostanhallgatók**

**Csütörtök, 18.00-19.30 óra**

**Népegészségtani Intézet Berencsi György terem**

1. hét	02.09.	Jelenléti – Népegészségtani Intézet	Bevezetés. Az életmód orvoslás helye és szerepe a megelőzésben és a gyógyításban. Az életmód és az életmódkutatások szociológiai aspektusai. (E-L)
2. hét	02.16.	E-L	Tápláltsági állapot vizsgálata. Táplálkozási alapismeretek.
3. hét	02.23.	E-L	Mozgásterápia alapjai. „Mozgás receptek” krónikus betegségek esetén.
4. hét	03.02.	Jelenléti – SZTE Sportközpont, Hattyas u. 10.	Tápláltsági állapot, fittség, erőnlét felmérés a gyakorlatban.
5. hét	03.09.	E-L	Divatos diéták, étrendkiegészítők pro és kontra.
6. hét	03.16.	E-L	A dietetikus szerepe az életmód orvoslásban. Táplálkozásterápia életmóddal összefüggő betegségek esetén.
7. hét	03.23.	E-L	Dohányzás és alkoholfogyasztás „szűrése”. Leszokástámogatás az evidenciák tükrében.
8. hét	03.30.	E-L	Telemedicina az életmód orvoslásban
9. hét	04.06.	<b>TAVASZI SZÜNET</b>	
10. hét	04.13.	Jelenléti – Népegészségtani Intézet	Egészséges ételek és tudatos táplálkozás a gyakorlatban.
11. hét	04.20.	E-L	Szexualitás és egészség. A szexuális egészség bio-pszicho-szociális modellje. Szexuális zavarok epidemiológiája.
12. hét	04.27.	Jelenléti – Népegészségtani Intézet	Szexológia, szexuális zavarok diagnosztikája és kezelése
13. hét	05.04	Jelenléti – Népegészségtani Intézet	Élhetnénk jobban is. A stressz következményei, valamint a meditáció helye és szerepe az életünkben.
14. hét	05.11.	Jelenléti – Népegészségtani Intézet	Hallgatói visszajelzések, kurzus értékelés

E-L: E-learning (önálló tanulás)