

# **Zdrowie i jego uwarunkowania**

**Wydawnictwo Naukowe  
NeuroCentrum  
Lublin  
ISBN 978-83-61495-51-2**



Redaktor  
Krzysztof Turowski

Korekta i tłumaczenie  
Mark Wheatley  
Douglas Williams

Statystyka  
Józef Jasik

Projekt okładki  
Sławomir Wróbel

Wydawca  
Wydawnictwo Naukowe  
NeuroCentrum  
ul. Hirszfelda 3/9 U  
20-092 Lublin

ISBN 978-83-61495-51-2

Druk  
'WSCHÓD' AG.Usł.  
ul. Długa 5,  
Lublin



# Zdrowie i jego uwarunkowania

## Redaktorzy naukowci

Prof. dr hab. n. med. Krystyna MARKOCKA-MĄCZKA  
Uniwersytet Medyczny  
we Wrocławiu

Prof. dr hab. n. hum. Grażyna NOWAK-STARZ  
Uniwersytet Jana Kochanowskiego  
w Kielcach

## Recenzenci

Prof. dr hab. n. med. Wiesław KURLEJ  
Uniwersytet Medyczny  
we Wrocławiu

Prof. dr hab. n. hum. Bożena ZBOINA  
Wyższa Szkoła Biznesu i Przedsiębiorczości  
w Ostrowcu Świętokrzyskim

Prof. dr hab. n. boil. Józef Tatarczuk  
Uniwersytet Zielonogórski  
W Zielonej Górze

Lublin, 2017

**NEURO  
ENTRUM**

## SPIS TREŚCI

Asienkiewicz Ryszard, Wandycz Artur Związki wybranych cech somatycznych i komponentów ciała ze sprawnością motoryczną studentów i studentek Uniwersytetu Zielonogórskiego Relationships of selected somatic features and body components with motor skills of Zielona Góra University students.....	15
<i>Artykuł zawiera 26890 znaków ze spacjami + grafika</i>	
Belniak Ewa, Halczuk Iwona, Belniak Piotr, Halczuk Paweł, Tynecka-Turowska Marta, Rejda Konrad Leczenie w stwardnieniu rozsianym – podejście holistyczne Treatment of multiple sclerosis – holistic dimension.....	39
<i>Artykuł zawiera 32366 znaków ze spacjami</i>	
Biczysko Grażyna, Asienkiewicz Ryszard, Nowacka-Chiari Ewa, Skorupka Ewa Wybrane zachowania zdrowotne a warunki społeczno-bytowe seniorów Selected health behaviours and socio-economic conditions of seniors .....	51
<i>Artykuł zawiera 28546 znaków ze spacjami</i>	
Bilewicz-Wyrozumska Teresa, Bilewicz-Stebel Monika, Krenzel Izabella, Szulc Mariola, Krukowska Joanna Piękne ciało a zdrowie Beautiful body and Health.....	67
<i>Artykuł zawiera 43442 znaki ze spacjami + grafika</i>	
Celej-Szuster Jolanta, Turowski Krzysztof, Przychodzka Elżbieta, Lorenkowicz Regina Wydolność funkcjonalna pacjentów z dyskopatią lędźwiową Functional ability of patients with lumbar discopathy.....	85
<i>Artykuł zawiera 24900 znaków ze spacjami</i>	

Cichońska Małgorzata, Zboina Bożena, Maciąg Dorota, Czajka Hanna, Borek Monika, Krawczyk Wioletta Poprawa wybranych zakresów sprawności funkcjonalnej osób po udarze niedokrwiennym mózgu Improvement of selected functional ranges of patients after ischemic stroke .....	95
<i>Artykuł zawiera 51059 znaków ze spacjami + grafika</i>	
Cieślik-Majchrzak Ewa, Strzelecka Agnieszka, Nowak-Starz Grażyna Jakość usług zdrowotnych w świetle subiektywnej opinii pacjentów Poradni Okulistycznej The quality of health services in the light of the subjective opinion of patients Ophthalmology Clinic .....	121
<i>Artykuł zawiera 22702 znaki ze spacjami + grafika</i>	
Denysiuk Adrianna, Mazurek Marek, Tynecka-Turowska Marta, Rejda Konrad, Papuć Ewa Implikacje zawrotów głowy dla jakości życia The impact of vertigo on quality of life .....	135
<i>Artykuł zawiera 24575 znaków ze spacjami</i>	
Domagała Zygmunt, Karykowska Aleksandra, Kurc-Darak Bożena, Kurlej Wiesław, Staszak Katarzyna Normy biologiczne w wieku starszym i sędziwym Biological standards in old age .....	145
<i>Artykuł zawiera 24730 znaków ze spacjami</i>	
Dybińska Ewa, Rafalska Karolina Aktywność ruchowa w środowisku wodnym w opiniach osób w wieku od 40-60 lat, aktywnych fizycznie w odniesieniu do uwarunkowań osobniczych Aquatic environment physical activity among people aged 40-60 in their opinions in relation to the conditions between individuals .....	155
<i>Artykuł zawiera 33356 znaków ze spacjami</i>	
Gałuszka Grzegorz, Gałuszka Renata, Molenda Karolina, Borecki Mateusz, Legawiec Wojciech Obciążenia i problemy osoby starszej Charges and problems people senior .....	173
<i>Artykuł zawiera 36863 znaki ze spacjami</i>	

<p> Gałuszka Renata, Borecki Mateusz, Legawiec Wojciech,  Gałuszka Grzegorz  Outsourcing obsługi logistycznej szpitala na przykładzie utylizacji  odpadów medycznych  Outsourcing logistics hospital for example disposal  of medical waste..... </p>	187
<p><i>Artykuł zawiera 20357 znaków ze spacjami + grafika</i></p>	
<p> Gałuszka Renata, Cezary Kubik, Borecki Mateusz Wojciech Legawiec,  Grzegorz Gałuszka  Logistyka w przestrzeni medycznej na przykładzie usług fizjoterapii  w warunkach ambulatoryjnych  Logistics in the medical services on the example of physiotherapy  in an outpatient setting..... </p>	197
<p><i>Artykuł zawiera 27655 znaków ze spacjami</i></p>	
<p> Kawala Beata, Kurlej Wiesław, Mandzios Natalia, Staszak Katarzyna  Powiązania układu stomatognatycznego z innymi układami  anatomicznymi człowieka  Relationship between stomatognathic system and other anatomical  systems of the human body..... </p>	209
<p><i>Artykuł zawiera 22812 znaków ze spacjami</i></p>	
<p> Lautenbach Dariusz, Kardasz Karolina, Rolnik Agnieszka,  Kaźmierczak Aleksandra, Preis Krzysztof  Ocena działań prozdrowotnych kobiet planujących zajście w ciążę  Evaluation of health behaviors of women planning the conception..... </p>	219
<p><i>Artykuł zawiera 22825 znaków ze spacjami</i></p>	
<p> Lesczcyńska Katarzyna, Maciejewska-Paszek Izabela, Maciąg Martyna,  Paszek Patrycja, Szostak-Trybuś Magdalena, Irzyniec Tomasz  Ocena żywienia i aktywności fizycznej u studentek  pierwszego roku kierunku pielęgniarstwo  Śląskiego Uniwersytetu Medycznego w Katowicach  Evaluation of nutrition and physical activity among first year students  of nursing in Medical University of Silesia in Katowice..... </p>	231
<p><i>Artykuł zawiera 25760 znaków ze spacjami</i></p>	
<p> Lorencowicz Regina, Jasik Józef, Szacoń Monika, Przychodzka Elżbieta,  Celej-Szuster Jolanta, Turowski Krzysztof  Wydolność funkcjonalna pacjentów z przewlekłym bólem kręgosłupa  Functional capacity of patients with chronic spine pain..... </p>	243
<p><i>Artykuł zawiera 25498 znaków ze spacjami + grafika</i></p>	

Markocka-Mączka Krystyna, Grabowski Krzysztof, Taboła Renata Problemy w leczeniu chirurgicznym chorych w starszym wieku Problems in surgical treatment of elderly patients.....	261
<i>Artykuł zawiera 34903 znaki ze spacjami</i>	
Martyniuk-Gęca, Agnieszka Gontarz, Magdalena Tynecka-Turowska Marta, Rejda Konrad, Papuć Ewa Obciążenie opiekuna w chorobie Alzheimer Caregiver burden in Alzheimer's disease.....	277
<i>Artykuł zawiera 28380 znaków ze spacjami</i>	
Nowacka-Chiari Ewa, Bonikowska Iwona Ocena zdrowia a skład ciała młodzieży środowiska zielonogórskiego Health assessment and body composition of adolescents in Zielona Góra.....	289
<i>Artykuł zawiera 23586 znaków ze spacjami + grafika</i>	
Nowak-Starz Grażyna, Babiarz Anna, Salwa Agata, Siwek Marta, Bujnowska Monika, Jabłońska Sylwia, Kowalski Filip, Strzelecka Agnieszka Problem narkomanii i narkotyków w Polsce. Rozmiar trendy i zjawiska The problem of drugs and drug addiction in Poland. Size and trends of the phenomenon .....	303
<i>Artykuł zawiera 24506 znaków ze spacjami + grafika</i>	
Porwolik Michał, Porwolik Krystian, Domagała Zygmunt, Stachura-Pużyńska Alicja, Pużyński Marek, Dudek Krzysztof, Woźniak Sławomir, Kurlej Wiesław Ocena związku środowiska studentów z ich nawykami żywieniowymi Evaluation of the relation between students' environment and their dietary habits .....	315
<i>Artykuł zawiera 24429 znaków ze spacjami + grafika</i>	
Przychodzka Elżbieta, Turowski Krzysztof, Lorencowicz Regina, Jasik Józef, Celej-Szuster Jolanta Ocena poziomu pielęgnowania świadczonego pacjentom po operacji kręgosłupa Evaluation of the level of nursing care provided to patients after spine surgery .....	335
<i>Artykuł zawiera 38599 znaków ze spacjami + grafika</i>	

Strzelecka Agnieszka, Pawlusek Katarzyna, Wójcik Tomasz,  
Markowski Kamil, Nowak-Starz Grażyna  
Trening interpersonalny jako metoda stymulująca proces  
samoaktualizacji  
Interpersonal training as a method stimulating self-actualisation .....355  
*Artykuł zawiera 49457 znaków ze spacjami*

Zboina Bożena, Ślusarska Barbara, Kuzka Jolanta,  
Wojciechowska Mariola, Nowak-Starz Grażyna  
Wybrane uwarunkowania występowania zespołu słabości wśród słuchaczy  
uniwersytetów trzeciego wieku w województwie świętokrzyskim  
Selected determinants of weakness syndrome among  
The Universities of the Third Age students in Świętokrzyskie district ....373  
*Artykuł zawiera 41930 znaków ze spacjami*



Od Redaktorów

Oczywistym jest fakt, że zdrowie stanowi warunek normalnego funkcjonowania i satysfakcji z życia. Jak dotąd nie opracowano jednak jego idealnej definicji. Może być rozumiane wielorako - jako przeciwieństwo lub brak choroby, może wyrażać fizjologiczno-biologiczną charakterystykę zdrowia, może też oznaczać wielowymiarowe zjawisko obejmujące zależne od siebie aspekty fizyczne, psychologiczne i społeczne. Najpopularniejsza obecnie definicja zaproponowana przez Światową Organizację Zdrowia mówi, że zdrowie to stan dobrego samopoczucia fizycznego i psychicznego, a nie tylko brak choroby lub niepełnosprawności. Definicja ta, jako pierwsza uwzględniła holistyczne podejście do problemu, bowiem nie poprzestaje na samym negującym ujęciu, że zdrowie jest brakiem choroby, ale bardzo mocno akcentuje, że zdrowie ma w sobie aktywny aspekt, którym jest dobrostan. Oznacza to, że w kwestiach zdrowia nie mamy jedynie koncentrować się na chorobach i próbach ich zwalczania, ale powinniśmy skupiać się na samym zdrowiu i jego wzmacnianiu, ponieważ można je zachować i polepszyć nie tylko dzięki zastosowaniu dorobku medycyny, ale także poprzez wybór prawidłowego stylu życia i troski o środowisko - zarówno to w sensie przyrodniczym jak i w sensie psychospołecznym, ekonomicznym i kulturowym. Zdrowie nie jest czymś stałym, danym raz na zawsze, należy je zdobywać tak jak inne dobra. Olbrzymia jest więc rola promocji zdrowia jako procesu umożliwiającego zwiększenie kontroli nad własnym zdrowiem i jego poprawą poprzez edukację zdrowotną i szeroko rozumianą profilaktykę. Rozpoznawanie czynników ryzyka najgroźniejszych chorób oraz precyzowanie i wdrażanie prozdrowotnego stylu życia ma szansę przynieść radykalną poprawę stanu zdrowia jednostki i populacji.

Prof. dr hab. n. med. Krystyna MARKOCKA-MĄCZKA  
Uniwersytet Medyczny  
we Wrocławiu

Prof. dr hab. n. hum. Grażyna NOWAK-STARZ  
Uniwersytet Jana Kochanowskiego  
w Kielcach