

3rd IRI Health Conference

STÚROVO, 7-8 DECEMBER 2015
SLOVAKIA

PROGRAM AND ABSTRACTS

International Research Institute s.r.o.
Komárno, Slovakia

2015

© International Research Institute s.r.o., 2015
Editor © KARLOVITZ János Tibor

**3rd IRI Health Conference. Stúrovo, 7-8 December 2015, Slovakia
Program & abstracts**

Editor **KARLOVITZ János Tibor**

Vydal: **INTERNATIONAL RESEARCH INSTITUTE s.r.o.**
Odborárov 1320/46
945 01 Komárno
Slovakia

ISBN 978-80-89691-25-8

3rd IRI Health Conference

Helyszín:

Vadas Thermal Resort
Pri Vadaši 2, 943 01 Štúrovo, Szlovákia
GPS: 47.80015, 18.71988, 47°48'0"N, 18°43'11"E
„Esztergom” terem

Tudományos bizottság

Harjánné Dr. Brantmüller Éva, University of Pécs, Pécs, Hungary
Dr. Karlovitz János Tibor, International Research Institute sro, Komárno, Slovakia
Dr. Kiss-Tóth Emőke, University of Miskolc, Miskolc, Hungary
Dr. Prisztóka Gyöngyvér, University of Pécs, Pécs, Hungary
Dr. Rucska Andrea, University of Miskolc, Miskolc, Hungary
Dr. Tóvári Ferenc, Ph.D., University of Pécs, Pécs, Hungary

Program

7 December 2015 (Monday / hétfő)

9.00-10.00: Registration (regisztráció)
10.00 Opening Conference

10.00-12.20 – Session No 1 (English):

Healthy Lifestyle <i>Chair:</i> Judit TORGYIK	Damla AYKORA, Hatice ÖNTÜRK: The Relationship of Healthy Lifestyle Behaviors and Health-Related Quality of Life in Vocational School of Health Services Students
	Ágnes KERNER, Adrien HANZEL: Physiotherapy for Equal Opportunity
	Alexandra MAKAI, Kata FÜGE, Zita BREITENBACH, Mária FIGLER: Physical Activity Level of Adults in Two Counties of Hungary according to Sociodemographic Inequalities
	Homan KAMRANIAN, Somayeh ZAMIRINEJAD, Alireza MOSLEM, Fatemeh GHEZELI: Assessing validity and reliability of Mental Toughness Questionnaire and its relation with success in university entrance national exam
	Masoumeh HASHEMIAN, Arezo FALLAHI, Vahideh Moghaddam HOSSEINI, Zahra ASADI, Atoosa SOLEYMANIAN: Quality of life of breast cancer patients' family caregivers in Iran
	Gyöngyvér VAMOSINÉ ROVÓ: The Importance of Health Surveys in workplaces, with emphasis on the field of public health, in the target group of employees who work in shifts
	Adrienn HANZEL, Ágnes KERNER, Csaba VARGA: Research related to patients with cox and gonarthrosis

13.00-15.00 – Session No 2 (English):

Sport <i>Chair:</i> Karolina Eszter KOVÁCS	Emrah AYKORA, Ali TEKIN, Gülcan TEKIN: Sociotropic – Autonomic Profiles of Elit Sport Climbers
	Mehmet Ali ÖZTÜRK, Özer SAĞLAM, Melih ÇALIŞIR: The Adaptation Study of the Q-Sport 14 Scale for the Private Sport Establishments
	Gülcan TEKIN, Emrah AYKORA, Serdar BAYRAKDAROĞLU, Ahmet YIKILMAZ: Emotional Intelligence: Individual (Combat) and Team Athletes' Comparison
	Mehmet Ali ÖZTÜRK, Kadir GÖKDEMİR, Ali TEKIN: The Examination and Comparison of Recreational Sports Centers with Regard to Quality of Service
	Ali TEKIN, Mehdi DUYAN, Gülcan TEKIN: Comparison of Combat and Team Athletes: Psychological Help Seeking, Needs and Adjustment
	Karolina Eszter KOVÁCS: Sport Motivation, Anxiety and Coping on the Sport Field of Junior Handball Players in Debrecen

15.10-16.50 – Session No 3 (Hungarian):

Sport és genetika	SHENKER-HORVATH Kinga, KERÉKES Éva, VARGA Nóra, REPASI Eszter, RZEPIEL Andrea, KOLLER Ákos, NAGY B. Zsolt: A fáradásos törésre való genetikai hajlam: sportorvosi vonatkozások
<i>Levezető elnök:</i>	RZEPIEL Andrea, KERÉKES Éva, RÉPÁSI Eszter, KOLLER Ákos, NAGY B. Zsolt: A fiatal sportolók thromboembóliás genetikai kockázati tényezőinek vizsgálata és az egyén-specifikus prevenció
PRISZTÓKA Gyöngyvér	SZOKOLAI Viola, SHENKER-HORVATH Kinga, KERÉKES Éva, REPASI Eszter, NAGY B. Zsolt, ELBERT Gábor: A nutrigenomika és a dietetika helye a 21. század sporttudományában
	RÉPÁSI Eszter, KERÉKES Éva, RZEPIEL Andrea, SHENKER-HORVATH Kinga, KOLLER Ákos, NAGY B. Zsolt: Az angiotenzin konvertáló enzim (ACE) allélok hatása a magas vérnyomásra és eloszlása a különböző sportágakban
	TÓVÁRI Anett, TÓVÁRI Ferenc, PRISZTÓKA Gyöngyvér: A mindennapos testnevelés bevezetésének hatása a vázrendszeri elváltozásokra

8 December 2015 (Tuesday / kedd)

10.30-11.30 – Session No 4 (Hungarian):

Szociális tér és egészségvédelem	CSÉPLŐ Máté, BALLA Imre, TIGYINÉ PUSZTAFALVI Henriette: Rendőri és a vagyonőri pályán dolgozók egészségi állapotának, egészségmagatartásának összehasonlító vizsgálata
<i>Levezető elnök:</i>	BALLA Imre, CSÉPLŐ Máté, TIGYINÉ PUSZTAFALVI Henriette: Vagyonőr szakmában dolgozók egészségi állapotának, egészségmagatartásának vizsgálata 2012 és 2014-ben végzett felmérés alapján
RUCSKA Andrea	RUCSKA Andrea, KISS-TÓTH Emőke: Lakossági állapotfelmérés egy lehetséges levegőszennyezettséggel terhelt településen

12.30-14.10 – Session No 5 (Hungarian):

Egészségfejlesztés	KORMOS-TASI Judit, SZABÓ László, GÁCSI Erika: Gyermekkori elhízás előfordulása budapesti középiskolásoknál
<i>Levezető elnök:</i>	VÉGH Veronika, ZSIGMOND Csilla, ELBERT Gábor, NAGY Zsolt B.: Genetikai ismeretterjesztés fontossága óvodákban és általános iskolákban
<i>Levezető elnök:</i>	LUKÁCSNÉ SIPKÓ Gabriella: Autizmussal élők helyzetének javítása a korai felismerés és fejlesztés előnyei tükrében
KARLOVITZ János Tibor	FOGARASI-GRENCZER Andrea, TARCEA, Monica, PÉNZES Melinda, BALÁZS Péter, FOLEY, Kristie L., ÁBRÁM Zoltán: Dohányzáskutatások Magyarországon és Romániában várandósok körében, felmérésekre alapozott intervenciók bevezetésének szükségessége
	SOÓS Rita, WILHELM Márta: Mennyi energiatartalmat fogyasztanak a halmozottan hátrányos helyzetű térségben élő fiatalok?

14.20-15.20 – Session No 6 (Hungarian):

Szekunder prevenció	BRANTMÜLLER Éva, GALGÁN Kitti, GYURÓ Mónika, PAKAI Annamária: Iktákat szült édesanyák posztpartum lelkiállapota egy magyarországi kutatás tükrében
<i>Levezető elnök:</i>	PAKAI Annamária, HARJÁNNÉ BRANTMÜLLER Éva, KARÁCSONY Ilona, BALÁZS Péter: A méhnyakrák szűrésén való megjelenés motivációjának vizsgálata
BRANTMÜLLER Éva	PAKAI Annamária, FARKASNÉ BUZÁNCZKY Gabriella, SÉLLEYNÉ-GYURÓ Mónika, HARJÁNNÉ BRANTMÜLLER Éva: Az emlőrák-szűrésével kapcsolatos ismeretek Bács- Kiskun Megyében élő nők körében

Closing Conference

Abstracts

The Relationship of Healthy Lifestyle Behaviors and Health-Related Quality of Life in Vocational School of Health Services Students

Damla AYKORA, Hatice ÖNTÜRK

Bitlis Eren University, Vocational School of Health Services, Bitlis, Turkey

The aim of this study was to examine the relationship of the socio-demographic variables such as (sex, number of brother, birth order) with healthy lifestyle behaviors and health-related life quality of the students in health sector schools.

This is a cross-sectional and descriptive study. The participants are 211 voluntary students (57 male, 154 female, age mean: 19.12 Std: ,978) from different programs of Vocational School of Health in Bitlis Eren University

Independent t-test, Pearson Correlation and Kruskal-Wallis were used to analyze the data. The significance level $p < 0.05$ 'dir.

According to correlation test there are negative correlations between life quality and birth order ($r = -,457$) and healthy life style and birth order ($r = -,340$). But there are not any relationships between life quality and number of brother ($r = -,066$) and health life style and number of brother ($r = -,059$).

As the results, one can say that number of brother predicts the healthy life style behaviors, moreover, number of brother and birth order may predict quality of life. There isn't a significant difference for healthy life behaviors and quality of life as to gender.

In conclusion it's found out that brother quantity and birth order are predictors of healthy life-style behaviors and quality of life.

Keywords: Healthy life-style behaviors, Quality of life.

Sociotropic – Autonomic Profiles of Elit Sport Climbers

Emrah AYKORA, Ali TEKIN, Gülcan TEKIN

Bitlis Eren University, School of Physical Education and Sports, Bitlis, Turkey

Sociotropy means a sense of social belonging. People who have high sociotropic characteristics give more importance to be approved and liked by other people. Autonomy means to decide and implement decisions independently. Those people who have high personality characteristics want to manage their activities and actions around. Negative improvements in both cases bring depression and stress for those people.

The aim of the study is to examine sociotropic-autonomic personality qualities of elit sport climbers and is to find out the relationship between those and gender, age, educational level and success in sports level factors.

To this end, sport climbers, who took place in sport climbing competitions organized by Turkish and International Mountaineering Federations, participated in the study. This is a cross-sectional and causal study. Total 48 participants (27 male 21 female, age mean: 23.35 Std: 4.061). Their level of sociotropy and autonomy was assessed by Beck's Sociotropy-Autonomy Personality Questionnaire (Beck et al., 1983). The adaptation study of this measurement tool was done by Şahin et al. (1993). And also an online socio-demographic information form was administered to the participants. Independent t-test and one way variance of analyze (ANOVA) were used to analyze the data. Significance level is $p < 0,05$.

There are no significant differences in sociotropy ($t = -.684$, $p = .498$) and autonomy ($t = -.477$, $p = .636$) scores considering to sex. Comparisons regarding to age groups also did not indicate any meaningful differences for sociotropy ($F = 1.933$, $p = .138$) and autonomy ($F = 2.158$, $p = .106$). The similar results were obtained for education and success level in sport.

For this study but general, sex, age, education and success level in sports climbers have not an effect on sociotropic and autonomic personality traits.

Keywords: sport climbing, sociotropy, autonomy.

Research related to patients with cox and gonarthrosis

Adrienn HANZEL¹, Ágnes KERNER¹, Csaba VARGA²

¹PTE-ETK Egészségtudományi Doktori Iskola

²PTE-ÁOK Környezet-egészségtani Tanszék

Our research focuses on the therapeutic effect of this thermal water on patients suffering from rheumatic diseases, especially cox disease and gonarthrosis. Our study is double-blind and prospective. The main objective is to explore the potential improvement in the quality of life and the effect of the thermal water as opposed to warm tap water (placebo). It is assumed that the water with organic material content has a therapeutic effect. Every patient is given tangentor and bath tub treatment altogether 15 times. The treatment of 5 days /patient is performed on the premises of Szigetvár spa in two randomly selected groups, using two tubs, and lasting 30 minutes each time. The methods used for the collection of data include the VAS scale, document analysis, physical examination and the WOMAC score. Data were processed with the Microsoft Office Excel 2003 and Windows SPSS 20.0 software, and the results were tested with, the Wilcoxon, the Mann-Whitney and the Khi square tests. There were also significant changes in outward rotation ($p=0.007$) and flexion in knee ($p=0,046$) and hip adduction ($p=0,047$). Effect of thermal water was significantly better in all cases. A survey was conducted to compare the general condition of patients before and after the treatments. Those receiving treatment with thermal water were found to be significantly better than those treated with tap-water. ($p=0.014$) Further studies are needed to recognize the compounds having therapeutic effectivity. Our hypothesis proposes the organic compounds of water have the main role in healing.

Keywords: balneo-therapy, thermal water, WOMAC, Szigetvár, arthrosis,

Quality of life of breast cancer patients' family caregivers in Iran

Masoumeh HASHEMIAN¹, Arezo FALLAHI², Vahideh Moghaddam
HOSSEINI³, Zahra ASADI⁴, Atoosa SOLEYMANIAN⁵

¹School of Medical Sciences Sabzevar University, Sabzevar, Iran

²Department of Public Health, School of Health,
Kurdistan University of Medical Sciences, Sanandaj, Iran

³Doctoral School of Health Sciences, Faculty of Health Sciences,
University of Pécs, Pécs, Hungary

⁴Department of Social Medicine,
AJA University of Medical Sciences, Tehran, Iran

⁵Health Education Office, Health Departments,
Ministry of Health and Medical Education, Tehran, Iran

Purpose. This study aims to determine the quality of life of female caregivers of breast cancer patients in the city of Sabzevar with regard to the particular cultural features of this district.

Methods. This cross-sectional study was carried out in 2013 on 105 women members of families due to take care of cancer patients in the city of Sabzevar, Iran. The sampling method was based on the objectives and the data collection instrument was the revised translation of a questionnaire that was filled out by the participants (family caregivers) through interviews. The minimum and maximum of the total scores were in a range of 0 to 140, which were later altered to a range of 0 to 100.

Results. The mean age of the research subjects was 36.9 ± 10.9 and the mean total quality of life score was 55.48 ± 10.87 . The highest score was obtained for the sub-scale 'lifestyle disorder' with a mean of 66.14 ± 17.31 and the lowest score was related to the sub-scale 'emotional and psychological burden' with a mean of 49.43 ± 18.49 . When the caregivers were the patient's sister, their total quality of life score was 4.678 units more than for caregivers who were the patient's daughter. Moreover, the quality of life of patients who did not have any insurance was 5.457 less than those who had insurance.

Conclusion. Considering the results of this study, paying attention to the emotional and psychological problems of breast cancer patients' caregivers is essential.

Keywords: quality of life, family caregivers, breast cancer

Assessing validity and reliability of Mental Toughness Questionnaire and its relation with success in university entrance national exam

**Homan KAMRANIAN¹, Somayeh ZAMIRINEJAD² Alireza MOSLEM¹,
Fatemeh GHEZELI³**

¹Sabzevar University of Medical Sciences, Sabzevar, Iran

²University of Medical Sciences, Tehran, Iran

³Jahrom University of Medical Sciences, Jahrom, Iran

Introduction. Mental toughness is a multifaceted construct that enables people to effectively manage confrontations with stress and rebound following setbacks. Individuals who possess high levels of mental toughness tend to be very competitive and maintain high effort regardless of prevailing circumstances. This cross-sectional study aimed to assess the validity and reliability of mental toughness questionnaire MTQ48, and it was carried out in East of Iran.

Method. The population were the students in all universities of Birjand. 714 individuals were selected through stratified random sampling method and their Mental Toughness and their university entrance exam rank were studied. To check the reliability of content in quantitative form the Content Validity Ratio (CVR) was used and to determine the need for each item, Content Validity Index (CVI) was used. To evaluate mental toughness MTQ48 was used. To assess construct validity of MTQ48 confirmatory factor analysis was performed with (χ^2 / df), Root Mean Square Error of Approximation (RMSEA) indicators and model's goodness of fit indices CFI, IFI, NFI were assessed and presented. Confirmatory factor analysis was performed using LISREL software and statistical analysis was performed using SPSS software. The significance level was considered 0.05.

Results. In this study, 714 students were assessed. Of these, 42% were female and 58% male. 89.5% of students were single. The average age of the students was 21.1 ± 1.9 years. Construct validity of MTQ48 with six factors was approved by confirmatory factor analysis. CFA result was $\chi^2 / df = 0.397$ and goodness of fit indices were CFI = 0.91, IFI = 0.91, NFI = 0.89, and RMSEA = 0.072. The average score of students' mental toughness out of a hundred possible score was 56.95 ± 9.65 . And there was no significant difference in mental toughness mean between boys and girls. There was a significant inverse correlation between mental toughness and university entrance exam rank, adjusted for the area of education. This means that students with higher mental toughness score, had better ranks in the university entrance exam.

Discussion. since participating in university entrance exam is an extremely stressful situation and entering universities is highly competitive in Iran, in addition to educational abilities, it requires a high levels of commitment, control, confidence and challenge, which are the components of mental toughness. Therefore students with more mental toughness get better outcomes in stressful situations like university entrance exam.

Keywords: Mental toughness, validity, reliability, university entrance national exam

Physiotherapy for Equal Opportunity

Ágnes KERNER, Adrien HANZEL

Doctoral School, Faculty of Health Sciences, University of Pecs, Pécs, Hungary

Our aim was to examine the participants of the physiotherapy to see the change of their living standards, future prospects, rate of their development and the change of the children's conditions. Our further aim was to describe those methods that could lead us to reach development despite their disadvantages, avoiding financial and infrastructural gaps. We applied a self-structured questionnaire. 107 people were involved in our analysis, 53 boys and 54 girls. The average of the children were 3 years old (0-6 years, SD: 1,65). The analysis was provided by all the kindergarten schools (Csököly, Kadarkút, Hedrehely, Jákó, Nagybjajom, Pálmajor, Bárdudvarnok) and child houses (Kadarkút, Csököly, Kőkút, Kaposfő - Vadászdomb, Kaposmérő - Baglaspusztá, Pálmajor in Kadarkút) in Kadarkút subregion. The research lasted from December 2013 to August 2014. The physiotherapy is manual-like and based on the Dévény exercises. We separated individual and group sessions. In terms of frequency the physiotherapy treatments were implemented once a week (cca 30 mins). We processed our data with Microsoft Office Excel 2007 statistics system, and we got the results with using SPSS 19.0. We applied Chi-squared test, Mann-Whitney test, and correlation. Compared to the parents' satisfaction in the 4th month, the examined results of this kind developed significantly by the 8th month ($p < 0,01$). In the 8th month, the therapy had much better effects in comparison with the results in the 4th month. Since we are talking about isolated areas in terms of infrastructure, the lack of professionals and proper institutions have always been a problem. Our hypothesis was correct in this topic, the result was statistically significant ($p < 0,01$). Our hypothesis claims that from a financial point of view, TÁMOP project affects the children's attendance in the therapy on a great extent. It turned out that 82% of the respondents cannot afford the therapy for their children. We are convinced that the project works effectively, it meets the requirements. The success and need of the project can be justified by the parents in consultation. Key words: child physiotherapy, equal opportunity, disadvantage, TÁMOP, rehabilitation.

Sport Motivation, Anxiety and Coping on the Sport Field of Junior Handball Players in Debrecen

Karolina Eszter Kovács, Beáta Erika Nagy

University of Debrecen, Debrecen, Hungary

The aim of study was to examine coping and motivation of adolescent handball players in Debrecen. Forty-six male and thirty-one female handball player completed the questionnaires, furthermore eighteen male and eighteen female was participated in focus groups. The purpose of this study was to measure gender differences in sport motivation, psychological immune system and athletic coping skills in a population of adolescent handball players. The applied psychological measure method were the *Sport Motivation Scale (SMS-28)*, Pelletier, Tuson, Fortier, Vallerand, Brière and Blais, 1995), four subscale of *Psychological Immune System Inventory* (Oláh, 2005) and the *Athletic Coping Skills Inventory (ACSI-28)*, Smith, Schutz, Smoll and Ptacek, 1995). Results revealed that males have a better self-efficacy and athletic coping skills and have a higher level of intrinsic motivation too. The outcome of the survey confirm that adolescence boys have a better self-efficacy and coping which can be seen on the sport ground as well. Other way focus groups were indicated the measure anxiety on sport ground, the applied coping strategies, and the motivation viewpoints of playing handball at the beginning of the activity and currently. at the Results has showed that at the beginning of playing handball participant have some kind of extrinsic motivation (e. g. the stimulation of their parents) but currently the reason of the activity is some kind of intrinsic motivation (e. g. health, future). Additionally, during the match there is a significant difference between the perceived anxiety against hard and weak teams at the beginning, in the middle and in the end of the match; furthermore females have a higher level of anxiety during the match, against hard and weak teams too, but the difference is not significant. Finally there is no significant difference between males and females in the applied coping strategies and it doesn't have any effects on anxiety.

Physical Activity Level of Adults in Two Counties of Hungary according to Sociodemographic Inequalities

Alexandra MAKAI¹, Kata FÜGE², Zita BREITENBACH³, Mária FIGLER³

¹Doctoral School of Health Sciences, Faculty of Health Sciences, University of Pécs, Pécs, Hungary

²Institute of Emergency Care and Pedagogy of Health, Faculty of Health Sciences, University of Pécs, Pécs, Hungary

³Institution of Nutritional Science and Dietetics, Faculty of Health Sciences, University of Pécs, Pécs, Hungary

Introduction. Decreased physical activity (PA), sedentary lifestyle and inappropriate dietary habits was observed in modern societies in the last decades. The cardiovascular efficiency of the adults is increasing by systematic physical activity which has positive effects on their health status, too. Besides, PA has remarkable effects on preventing several illnesses, like diabetes, cardiovascular illnesses, even cancer related diseases.

Materials and methods. Data were collected in summer 2014. The representative (by age & gender) sample consisted of 1059 adults. The research (called “E-Harmónia”) was carried out in two Hungarian counties, Baranya and Zala. We developed a tablet-based survey to examine PA using the IPAQ long questionnaire and gathered anthropometric data with body composition monitors. Data analysis was carried out by SPSS 22.0 for Windows. The significance level was set at $p < 0.05$.

Results. The sample size of adult participants was 1059 (female (F)=53.1%, male (M)=46.9%), their mean age was 48 ± 17.54 years. In our analyses we examined the level of physical activity according to sociodemographic inequalities, like gender, age, education, etc. Regarding gender differences, women were less active than men in PA, carrying out significantly less vigorous PA ($p < 0.05$). We examined the physical activity level of the different age-groups where we found the high level of low PA (13.6%) of aged people (60 aged or more) which regards an evidence as opposed to the young people’s PA level (18-29 aged) where we found the second-worst result as 9.2% of them is almost inactive ($p < 0.05$). Furthermore, we found significant relationship in PA and education level of the adults ($p < 0.001$), where it needs further analyses to determine the different risk groups according to the educational inequalities.

Conclusion. Research showed the connection between health condition and sociodemographic factors, in addition to which social factors of physical activity, as a determinant of health should be examined. Results propose the possibility of creating exact and well-aimed interventions as well as lifestyle programs that help reaching the adequate physical activity level, whose success could justify the relevance of our findings about the relationship of PA and sociodemographic parameters.

The Examination and Comparison of Recreational Sports Centers with Regard to Quality of Service

Mehmet Ali ÖZTÜRK¹, Kadir GÖKDEMİR², Ali TEKİN¹

¹School of Physical Education and Sports, Bitlis Eren University, Bitlis, Turkey

²School of Physical Education and Sports, Gazi University, Ankara, Turkey

Investigating of sports centers, operating in recreational activity in the cities of İzmir and Manisa, in terms of service quality and comparing of those with regard to several variables has formed the aim of this study. Based on "Service Quality Assessment Scale" that is developed by Lam, The Service Quality Assessment Scale (SQAS), which was adopted by Gürbüz for Turkish, was used in this study. The SQAS consists of 4 sub-dimensions (Personal, Program, Locker Room and Facilities). Total 750 scales were distributed and 527 scales returning from those and filling completely were evaluated. The research has been carried out with 527 persons, including 177 women and 350 men. The average age of participants is $27,36 \pm 6,87$. In the analysis; descriptive statistics, demographic data and distribution scores of Service Quality Satisfaction were reflected. The possible differences in service quality satisfaction scores were measured by independent t-test and one-way analysis of variance (ANOVA). Pearson Correlation Test was used to determine the relationship between age and service quality satisfaction. The significance level accepted as $p < 0,05$ and confidence interval considered as 95 %. According to the results, mean difference values of participants (service quality satisfaction scores) determined (perceived service quality- expected service quality) in negative direction in all dimensions. It was seen, except for the personnel dimension, that the service quality satisfaction scores of participants from Manisa were lower in proportion to the participants from the city of İzmir. It was found that personnel satisfaction scores of women participants were lower proportionally to men participants. The participants whose income level are lowest concerning the locker rooms and the facilities of sports centers inadequate with respect to the participants whose income level higher. According to participation period, significant difference ($p < 0.05$) could not be determined in any sub-dimensions. It was seen that the participants using the sports centers 3-4 and over 5 times a week consider the service quality lower in the dimension of locker rooms in proportion as the participants using these centers once-twice a week.

The Adaptation Study of the Q-Sport 14 Scale for the Private Sport Establishments

Mehmet Ali ÖZTÜRK¹, Özer SAĞLAM², Melih ÇALIŞIR³

¹Bitlis Eren University, School of Physical Education and Sports, Bitlis, Turkey

²Doctoral Student, National Sports Academy, Vassil Levski, Bulgaria

³Sport Expert, Muğla, Turkey

The objective of this study is to adapt the “Q-SPORT 14” scale which is a tool to measure service quality for the private sport establishments. The “Q-SPORT 10” scale, developed by Ria et al. (2007), reliability and validity study was conducted by Yıldız (2011) and adapted in Turkish, was used as data gathering tool. Total 585 scales were distributed to the participants and were withdrawn. The researcher ignored 103 of them due to incomplete marking. In the study, factor analysis, the rotated components matrix test, KMO and Barlet sphericity test, and the anti-image correlation test were used. The significance level was $p < 0,05$ and the confidence interval was 95%. With respect to the results of the study, KMO test was performed for the suitability of the sample size and it was 0,905. Bartlett sphericity test score was significant ($p < 0.01$). After rotated components matrix analysis two sub-dimensions were identified (higher greater than 0,5); 9 items were related to "program and instructor quality" and the rest 5 items were related to "the physical environment and quality of equipment. " The total variance description exposed 2 factors that Eigenvalues were higher than 1 and contributions to variance of these factors are 55%. The anti-image correlation presented that all items were higher than 0,5. All scores were more higher than 0,3 in the corrected item-total correlation and higher than 0,7 in Cronbach's alpha when item deleted. The value of Cronbach's alpha means that the scale is highly reliable. The result of the study indicated that Q-SPORT 14 scale is highly reliable and usable measurement tool to test service quality in private sport establishments.

Comparison of Combat and Team Athletes: Psychological Help Seeking, Needs and Adjustment

Ali TEKIN¹, Mehdi DUHAN², Gülcan TEKIN¹

¹Bitlis Eren University, School of Physical Education and Sports, Bitlis, Turkey

²Provincial Directorate of Sports, Muğla, Turkey

The comparisons between combat (individual) and team athletes (TA) exposed that the athletes' psychological and emotional features considering sports type are different from each other (Tekin, 2009). For instance, Nia and Besharat (2010) revealed that individual athletes' autonomy scores are higher than TA whereas TA's scores of sociotropy are higher than the combat ones. Although there are many studies done related to seeking psychological help, psychological needs, and psychological adjustment on different sample groups there is few on combat (CA) and TA. Thus, comparison of psychological help-seeking attitudes, psychological needs and psychological requirements levels of different branches athletes' in terms of sex, age, sports type, level of income and education was aimed in this study. Totally volunteer 400 athletes from Muğla and Hatay provinces (184 female and 216 male; 156 combat and 244 team athletes), who engaged in a sports branch for at least 2 years, participated in the sample of the study. Attitudes Toward Seeking Psychological Help Scale with 5 factors (Özbay et al ark., 1999), Basic Psychological Requirements Scale with 3 subscales (Kesici et al., 2003), Personality Assessment Questionnaire with 7 subscales (Varan, 2003) and Personal Information Form were used as data gathering materials. Descriptive statistics such as mean (X), standard deviation (SD), frequency (f) and percentage (%) were given. Parametric independent t-test for comparison of two different groups, one-way analysis of variance for the different groups of more than two were used. Upon occurrence of the difference, the Tukey HSD post-hoc was preferred for multiple comparisons to find out the resource of the difference. The significance level as $p < 0.05$, the interval confidence as 95% was accepted. The results reflected that TA are more eager to seek and get psychological help than CA. Combat athletes are more autonomous and independent in social affairs than TA but CA feel more relationship need than TA. Psychological adjustment problems of CA athletes are more than TA. For both, as age, education and income levels increase so psychological help seeking level does but psychological adjustment problems decrease. Disregarding social acceptance factor, one can say that the athletes are in similar level of seeking psychological help, basic psychological needs and psychological adjustment as to sex. Further studies are suggested.

From the authors. We thank to the athletes (participants). We declare that there is no competing interests exist. Author 1 designed the study and managed the literature searches, Author 2 performed the applications of scales, Author 3 did the statistical analysis, and author 4 read and approved the final manuscript.

Emotional Intelligence: Individual (Combat) and Team Athletes' Comparison

**Gülcan TEKİN¹, Emrah AYKORA¹, Serdar BAYRAKDAROĞLU²,
Ahmet YIKILMAZ¹**

¹Bitlis Eren University, School of Physical Education and Sports, Bitlis, Turkey

**²Gümüşhane University, School of Physical Education and Sports,
Gümüşhane, Turkey**

For the sport psychologists to investigate the construct of emotional intelligence is a desire (1). Emotional intelligence is related to mental skills and emotion management. Athletes higher in emotional intelligence were most likely use mental skills to regulate their emotions. (2). Researchers of sport psychology indicated that there is a difference between psychological profiles of team and individual athletes. Thus the objective of the present study was to achieve a more detail understanding of emotional intelligence levels of combat and team athletes considering sports type, sex, age, and sports experience. This cross-sectional study was conducted at Physical Education and Sport Departments of Bitlis Eren and Adnan Menderes Universities between March and August of 2015. After obtaining permission from the club directors the researchers have made scale applications to the athletes (male_n:132; female_n:88) in the provinces of Muğla and Aydın in Turkey. A hundred combat (boxer-kickboxer-muaythaist-taekwondoer) and 120 team athletes (basketballer-footballer-handballer-volleyballer) who carried out their sports participation at least a year and more, and regularly attend to sports (a session of an hour, at least 3 times a week), participated in the study in a voluntary base. The Emotional Intelligence Scale that was developed by Schutte et al. (3) was modified by Austin et al. (4) and adapted into Turkish by Göçet (5) was used as data gathering material. The Turkish form of the scale consists of 37 items and 3 subscales: optimism, benefit from emotions, and expression of emotions. For data analysis, the researchers used parametric independent t-test and Kruskal Wallis H test (as there was not normal distribution, non-parametric) for comparisons of different groups. The significance level is $p < 0.05$. Results indicated significant differences in optimism and expression of emotions factors of emotional intelligence between combat and team athletes in favor of combat ones; optimism ($t = 2,134$; $p = ,034 < 0.05$), expression of emotions ($t = -2,966$; $p = ,003 < 0.01$). Significant differences in aforesaid factors with respect to sex of athletes were found ($t = 2,470$; $p = ,014 < 0.05$), ($t = -2,285$; $p = ,023 < 0,05$). Optimism increases ($\chi^2 = 8,022$; $p = ,046 < 0.05$) in naive group for sports experience. Age factor didn't affect the emotional intelligence level. It can be concluded that sports type, sex, and sports experience are effective factors for emotional intelligence while age is ineffective. Further researches are a need to generalize and make the results more precise.

From the authors. We thank to the athletes and club managers. We declare that there is no competing interests exist. Author 1 designed the study and managed the literature searches, Author 2 performed the applications of scales, Author 3 did the statistical analysis, and author 4 read and approved the final manuscript.

The Importance of Health Surveys in workplaces, with emphasis on the field of public health, in the target group of employees who work in shifts

Gyöngyvér VÁMOSINÉ ROVÓ

University of Pécs, Pécs, Hungary

The Work code regulates, that we have to measure the sources of danger which can risk the workplace health. This process is called risk assessment. This includes a risk, which is called *psychological risk assessment*, This independently of the extent of the companies applies for them all. This assessment contains the stress survey too, which means that in the given workplaces, What kind of stress sources can be found. All of these can turn up from the organization, so they depend on the workplace culture, the actual activity, the shifted work organization, the atmosphere, the leaders, the communication, but they depend on the individual too. After the processing of the gained results, We have to measure the possibilities of change, on the part of the management, and respectively the co-workers in the same way.

This starting base prepares the process superb, In which we get to know the qualities of the target group who is exposed to these stress factors and who works in the field of public health. Firstly, We think about the nurses who work in shifts, who are exposed to the stress factors above average physically and mentally. To get to know the current state, and to express interventional actions with regard to the negative phenomenon , There's need to get an accurate image supported with measures about the physical and mental workload of the employee's of the Medical Service System. This extends to the following areas:

- Monitoring with instruments, whose aim is to show a real image about the given weekly *physical activity* of the nurses.
- Aggressivity deriving from the nurses schedule, and the measure of the stress level, catching of the *mental state*.

The result based interventional and improvement process helps the target group to get better work environment, whose benefit is important from both the social and the economic side.

Absztraktok

Vagyonőr szakmában dolgozók egészségi állapotának, egészségmagatartásának vizsgálata 2012 és 2014-ben végzett felmérés alapján

BALLA Imre¹, CSÉPLŐ Máté¹, TIGYINÉ PUSZTAFALVI Henriette²

¹PTE ETK Egészségtudományi Doktori Iskola

²PTE ETK Egészségbiztosítási Intézet

Bevezetés. A vagyonőr szakma munka, ahol a megbecsültség sem anyagi, sem erkölcsi szempontból nem áll összhangban a megterheléssel. Korábbi kutatásunkban megállapítottuk, hogy a vagyonőr szakmában dolgozókat munkájuk során jelentős stressz éri és a kedvezőtlen életmódjuk következtében az állomány 77%-a küzd túlsúllyal. A vagyonőrök 50%-a dohányzott, és az alkohol fogyasztási szokások tekintetében is érintett volt az állomány fele, illetve megjelentek a kiégés és az egészségügyi panaszok jelei. Fontosnak tartottuk további vizsgálatok folytatását a biztonsági szektorban dolgozók között. Meggyőződésünk szerint a szakmában végzett kutatás nem veszti el aktualitását, időszerűek és egyben figyelemfelkeltő.

Célkitűzés. Elsődleges cél volt, hogy 2012. évi kutatásomat megismételjük, és az akkor kapott eredményeket a jelenlegi eredményekkel összevessük, illetve azokat a dolgozókat, akiket 2012. évi mintában és a jelenlegi vizsgálatban is részt vettek az eltelt évek alatt bekövetkezett változásokat, különbségeket szemléltessük. Célként határoztuk meg, hogy az elmúlt években a szakmában történt változtatások, változások kapcsán milyen hatással voltak a munkájukra, munkakörülményeikre, egészségi állapotukra fizikai és mentális szempontból.

Anyag és módszerek. Keresztmetszeti leíró vizsgálat Budapest és vonzáskörzetében készült. Az adatgyűjtés standardizált és részben saját szerkesztésű, anonim, önkitöltős kérdőív segítségével történt. Korábbi vizsgálatunk alkalmával 2012-ben 113 fő alkotott mintát, 2014-ben 97 dolgozó került bevonásra. A két felmérés alkalmával feldolgozott vizsgálati eszközök segítségével 32 dolgozó követéses vizsgálatát tudtuk végrehajtani.

Adatfeldolgozás. A statisztikai számítások SPSS 15.0-val történt. A dolgozók munkaidő-beosztás közötti különbségek tesztelésére a kategorikus változók esetén, illetve az összefüggések vizsgálatára χ^2 -próbát alkalmaztunk. A fő hipotézis megválaszolására többszörös lineáris regresszió analízist és a különbségek szignifikanciáját t-próbával vizsgáltuk.

Eredmények. 24 órás szolgálatban és a más időbeosztásban dolgozók egészségi állapota lényegesen eltér egymástól, mégpedig a nem 24 órás szolgálatban dolgozók javára. Kiderült, hogy a dolgozókat munkájuk során jelentős stressz éri, és a kedvezőtlen életmódból következően az állomány 65.97%-a küzd túlsúllyal, illetve 52.6%-a dohányzik, és az alkoholt fogyasztási szokások tekintetében érintett az állomány fele. A dolgozók körében már jelen vannak a kiégés jelei, illetve az egészségügyi panaszok, pszichoszomatikus tünetek is megjelennek. Azonban a vagyonőrök nagyobbik része sportol, havi, illetve heti rendszerességgel. Az utánkövetéses vizsgálat során szignifikáns eredményt nem kaptunk, azonban a 2012-ben végzett kutatáshoz képest 2014. évben a kérdésekre adott válaszok elemzésekor kismértékű romlást lehetett felfedezni a pszichoszomatikus tünetek, kiégés jelei, dohányzási szokások terén. A testmozgásnak jelentős szerepe van az egészség megőrzésében.

Kulcsszavak: vagyonőrök, egészségi állapot, munkakörülmények, fizikai aktivitás

Ikreket szült édesanyák posztpartum lelkiállapota egy magyarországi kutatás tükrében

BRANTMÜLLER Éva¹ GALGÁN Kitti² GYURÓ Mónika¹ PAKAI Annamária¹

¹Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Kar

²Zirci Járás Szociális Szolgáltató Központ

Bevezetés. A posztnatális depresszió (PND) felismerése nehéz, mivel a betegek szakemberhez fordulási hajlandósága alacsony. A kezeletlen eseteknél számos káros, rövid és hosszú távú hatás jelentkezik.

Célkitűzés. Az ikreket nevelő édesanyák körében a szülést követő első félévben a depresszióra gyanús esetek gyakoriságának azonosítása, valamint néhány háttértényező feltárása.

Módszer. A kvantitatív, retrospektív kutatás során kényelmi mintavétel történt a legalább fél éve, de legfeljebb három éve ikreket szült édesanyák körében (n=72). Az adatok összegyűjtése 2014-ben több forrásból (Országos Ikertalálkozó Ercsi, internet, zirci és veszprémi védőnői szolgálat), saját szerkesztésű moduláris és standard EPDS kérdőív anonim kitöltésével valósult meg. Az eredmények kiértékelése leíró statisztikával, Khi négyzet próbával, Fisher Exact teszttel történt.

Eredmények. Az ikreket szült édesanyák 35%-a elérte, vagy meghaladta a depresszióra gyanús küszöbértéket (EPDS kérdőíven 12 pont). A primi- és a multiparák nem mutattak számottevő különbséget a depresszióra gyanús esetek előfordulásában (p=1,000). A fogantatás módja és a PND között jelentős kapcsolatot találtunk (p=0,019), a mesterséges úton fogant ikrek édesanyjai (37%) hajlamosabbak a szülés utáni hangulatzavarra. A zaklatott családi légkör (p=0,001), a párkapcsolatok kedvezőtlen alakulása (p=0,009) jelentősen emelte az ikreket szült édesanyák körében a depresszióra gyanús esetek számát.

Megbeszélés. Az ikerszülés már önmagában a PND releváns kockázati tényezője. A mesterséges megtermékenyítés, a diszharmonikus családi légkör és a párkapcsolat kedvezőtlen alakulása negatívan hat az anyák lelkiállapotára. A védőnő a családok intim miliójében mozogva, ismeri annak struktúráját, gyengeségeit, erősségeit ezért az anyai hangulatzavarok felismerésében szerepe kiemelkedő. A családlátogatás során kitöltött EPDS kérdőív pontszámát a tapasztalataival összevetve, szükség esetén speciális szakemberhez tud irányítani.

Kulcsszavak: ikerszülés, posztpartum depresszió, EPDS standard kérdőív, védőnő

Rendőri és a vagyonőri pályán dolgozók egészségi állapotának, egészségmagatartásának összehasonlító vizsgálata

CSÉPLŐ Máté¹, BALLA Imre¹, TIGYINÉ PUSZTAFALVI Henriette²

¹PTE ETK Egészségtudományi Doktori Iskola

²PTE ETK Egészségbiztosítási Intézet

A rendőri pályán és a biztonsági szektorban dolgozók fizika és mentális állapota, befolyásolhatja biztonságunkat a mindennapi tevékenységünk során. Minkét szakmáról egyaránt elmondható, hogy sokrétű feladatot látnak el az élet minden területén, azonban a társadalmi és anyagi megbecsülés elmarad. Alapvető, hogy a két szakmában dolgozók más-más feladatot látnak el és más jogszabályi környezet vonatkozik az állományra azonban „rokonszakmának” tekinthetők. A munkakörülmények közel azonosak, tehát mind fizikailag, mind mentálisan folyamatos stressz hatások érik őket. Munkabeosztásuk megegyezőnek tekinthető: kénytelenek éjszaka, hétvégén, ünnepnapokon is dolgozni, szolgálatot teljesíteni.

Célkitűzés. Vizsgálatunk elsődleges célja volt, hogy a két szakmában dolgozók észlelt egészségi állapotáról, egészségmagatartásáról, egészségi problémáiról és egészségi állapotukat befolyásoló tényezőkről világos képet kapjunk és az eredményeket felhasználva javaslatokat tudjunk megfogalmazni a megoldásokra.

Módszerek. Keresztmetszeti leíró vizsgálat Budapest és vonzáskörzetében készült 2012.-ben. Az adatgyűjtés standardizált és részben saját szerkesztésű, anonim, önkitöltős kérdőív segítségével történt, amely az észlelt egészségi állapot alábbi tényezőit mérte: egészségi állapot önértékelése, fizikai fittségi állapot önértékelése, napi munkavégzésben akadályozó egészségi problémák. A vagyonőr szakmában végzett vizsgálatban 113 fő, a rendőri állomány 137 fő került bevonásra.

Adatfeldolgozás és a statisztikai számítások SPSS 15.0 szoftvercsomag segítségével történt. A dolgozók munkaidő beosztás közötti különbségek tesztelésére a kategorikus változók esetén, illetve az összefüggések vizsgálatára χ^2 -próbát alkalmaztunk, a különbségek szignifikanciáját t-próbával vizsgáltuk.

Eredmények. Vagyonőr szakmában dolgozók vizsgálata alapján megállapítást nyert, hogy a 24 órás szolgálatban dolgozók jobban ki vannak téve a fizikális, mint a mentális megterhelésnek. Az eredmények rámutatnak arra, hogy a szakmában dolgozókat munkájuk során jelentős stressz éri, és a kedvezőtlen életmódból következően az állomány 77%-a küszködik túlsúllyal. A felmérésben résztvevő vagyonőrök 50%-a dohányzik, és az alkoholt fogyasztási szokások tekintetében érintett az állomány fele. A rendőrként szolgálatot teljesítők 17,5 %-a egyáltalán nem végez testgyakorlatokat, a BMI értékek vizsgálata kapcsán az állomány 60 % -nál normál érték feletti eredményt kapunk. Az önkárosító magatartás, úgy mint dohányzási szokások az állomány 27%-a érintett, és az alkoholfogyasztás vonatkozásában a dolgozók 68%-a fogyaszt alkalmilag alkoholt. Az egészségi panaszok vizsgálatánál körvonalazódott, hogy a rendőrök 19,7 % -a szenved különféle nyak-, hát-, gerincfájdalommal és 27,7 % -nal megjelennek a kiegész jelei.

Következtetések. Mindkét szakma dolgozói hasonló problémákkal küzdenek, mind fizikai, mint egészségi szempontból. A fizikai állapot javítása érdekében a helyes mozgásformák, sportolási szokások kialakítására kellene ösztönözni a dolgozókat. Nagyobb figyelmet kellene fordítani a mozgásszervi megbetegedések kialakulásának megelőzésére.

Kulcsszavak: rendőr, vagyonőr, egészségi állapot, stressz, munkakörülmények, fizikai aktivitás, egészségmagatartás, munkahelyi egészségfejlesztés

Dohányzáskutatások Magyarországon és Romániában várandósok körében, felmérésekre alapozott intervenciók bevezetésének szükségessége

**FOGARASI-GRENCZER Andrea¹, TARCEA, Monica², PÉNZES Melinda³,
BALÁZS Péter⁴, FOLEY, Kristie L.⁵, ÁBRÁM Zoltán⁶**

**¹Családgondozási Módszertani Tanszék Semmelweis Egyetem
Egészségtudományi Kar Budapest, Hungary**

**²Department of Community Nutrition, University of Medicine and Pharmacy
Tirgu-Mures, Romania**

**³⁻⁴Népegészségtani Intézet Semmelweis Egyetem Általános Orvostudományi
Kar, Budapest, Hungary**

**⁵Department of Social Sciences and Health Policy, Wake Forest School of
Medicine, Winston-Salem, NC, USA**

**⁶Department of Hygiene, University of Medicine and Pharmacy Tirgu-Mures,
Romania**

Háttér: A dohányzás jelentős népegészségügyi probléma, hiszen számos ismert negatív egészségi kockázattal jár együtt. Speciális formája, amikor a gyermeket váró nő dohányzik, hiszen nem csak saját állapotát, de a magzatét is veszélyezteti. Növeli a koraszülések előfordulását, halvaszülést, a fejlődés elmaradását és egyéb neonatológiai kockázatokat. *Célok:* kutatásunk célja az volt, hogy Magyarországon néhány megyéjében, valamint Románia Mures megyéjében megismerjük a várandósság alatti dohányzás arányait, a várandósok környezeti dohányfüst terhelését (SHS), valamint ezek egyes jellemzőit. Eredményeink felhasználhatók az intervenciók célzott tervezéséhez. *Módszer:* Magyarországon 5 megyéjében egyéni interjú formájában történt az adatfelvétel 2009-2013 közötti időszakban, míg Románia Mures megyéjében 2013-2014 között kérdőíves adatfelvétel történt a gyermekágyas nők körében. Mindkét minta esetén azonos kérdések mentén mértük a demográfiai, szociális és dohányzásra vonatkozó adatok körét. Elemzéseinket SPSS 22-es statisztikai programmal végeztük. Jelenlegi munkákban leíró statisztikai adatokat és esélyhányadosok értékét mutatjuk be az SHS kialakulásával kapcsolatban. Szignifikancia szint <0.05 . *Eredmények:* A magyarországi elemszám: 16.150 fő volt, míg Mures megyében 1.278 fő. A magyarországi és romániai mintában (bemutatása magyar/román sorrendben) az alacsony iskolai végzettségűek (érettségi nélküli) aránya a dohányosok körében 88,5 %/64,9 %. Közvetlenül várandósságot megelőzően rendszeresen dohányzó volt a nők 34,2 %/30,04 %-a. A várandósság előtti időszakban 5 száznál többet szívott 82,4 %/51,5 %-a. Várandósság alatt tovább dohányzott a nők 25,9 %/21,54 %-a. 5 száznál többet szívott várandósság alatt a nők 64,5 %/19,7 %-a. A partnerek dohányzási gyakorisága: 48,3 %/ 57,5 %. Az apák dohányzása 4,16/1,5-szoros eséllyel növeli a várandósok környezeti dohányfüst-terhelését. Romániában azonban a szülők és munkahelyi dohányfüst terhelés is jelentős a várandósság során. *Konklúzió:* Mindkét mintában magas a várandósság előtt álló nők és várandósok dohányzása. Magyarországon magasabbak az arányok és az elszívott cigaretták száma is. A dohányos várandósok nagyrészt alacsonyabb iskolai végzettségűek. Az SHS terhelést egyik meghatározó tényezője az apák rendszeres dohányzása. *Javaslatok:* A prevenció és intervenció mindkét országban elkezdődött a szakemberek bevonásával, ennek részleteit szertnénk előadásunkban bemutatni.

Gyermekkori elhízás előfordulása budapesti középiskolásoknál

KORMOS-TASI Judit, SZABÓ László, GÁCSI Erika

Semmelweis Egyetem Egészségtudományi Kar Egészségfejlesztési és Klinikai Módszertani Intézet Családgondozási Módszertani Tanszék

Háttér. Az elhízás napjainkban nemcsak a felnőtt lakosságot veszélyeztető probléma, hanem a gyermekeket is érintő egészségügyi elváltozás. A gyermekkori elhízás szoros kapcsolatot mutat a felnőttkori elhízással, és a társuló betegségekkel. Magyarországon a gyermekkori elhízás prevalenciája növekszik, 10-12 %. (OGYEI, 2012.)

Módszer. Budapest 19 középiskolájából a Fővárosi Önkormányzat pályázatának segítségével 2010. áprilistól 2011. májusig tartó komplex egészségi állapot felmérésében összesen 2467 diák 1509 leány és 958 fiú vett részt szűrővizsgálatokon a 15-18 éves korosztályból. A program célja egy komplex, egészségi állapotfelmérés volt. A vizsgálatok egyik fő területe a felnőttkori kardiovaszkuláris megbetegedések rizikófaktorainak kiszűrése volt: magas vérnyomás, magas testzsír-százalék (mérése bioimpedancia alkalmazásával), emelkedett koleszterinszint, emelkedett éhgyomri vércukorszint. Az adatokat Microsoft Excel és SPSS programokkal dolgoztuk fel.

Eredmények. Az egy évig tartó vizsgálat során a 2467 főből 231 főnél (9,3%) találtunk magas testzsír (body fat) értéket. Lányoknál a vizsgált 1509 főből 177 esetben (7,12%) 30%-nál magasabb testzsír értéket, fiúknál a 958 főből 54 esetben (2,17%) találtunk 25%-nál magasabb testzsír értéket. A vérnyomásmérés eredményei: 671 esetben (27,2%) volt a mért érték 130/85 Hgmm fölött, lányoknál 234 főnél, fiúknál 437 főnél. Az éhgyomri vércukorszint alakulása a következő volt: összesen 37 főnél (1,5%), 23 fiúnál és 14 lánynál mértünk 5,5 mmol/l feletti értéket. A szérum koleszterinszint alakulása: 264 esetben (10,7%), lányoknál 166 esetben, fiúknál 98 esetben volt 5,22 mmol/l felett az érték. A kapott értékekből BMI számítás is történt, melyet európai adatokkal hasonlítottunk össze.

Következtetések. A rizikófaktorok korai felismerése, valamint az időben megkezdett kezelés megelőzheti a felnőttkori kardiovaszkuláris betegségek kialakulását, mely növeli az egészségben eltöltött életevek számát.

Javaslatok. Az alapellátásban dolgozó védőnőknek kiemelt szerepe van a megelőzésben és a korai felismerésben, mivel a leggyakrabban találkozik a gyermekekkel területi és iskolai munkája során. A védőnő segítséget nyújthat a helyes táplálkozási szokások kialakulásában, valamint hangsúlyozhatja a sport és mozgás egészségvédő szerepét. A kapott eredményeket a védőnők graduális és posztgraduális képzésében is használjuk, elősegítve, hogy komplex egészségfejlesztési programok elindítói, kidolgozói és résztvevői lehessenek.

Autizmussal élők helyzetének javítása a korai felismerés és fejlesztés előnyei tükrében

LUKÁCSNÉ SIPKÓ Gabriella

Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Kar Doktori Iskola, Pécs

Bevezetés. Jelen vizsgálat célja annak igazolása, hogy azoknál a gyermekeknél, akiknél 3 éves kor előtt született a diagnózis, az adott elmaradásokat kevesebb idő alatt tudták a megfelelő fejlesztéssel behozni, mint akiknél 3 éves kor után történt a diagnózis.

Vizsgálati anyag és módszer. Az adatgyűjtés saját szerkesztésű kérdőívvel történt, melyeket 4 - 16 éves autista gyermek, városban és faluban élő szülei töltöttek ki. A feldolgozott 107 kérdőív adatainak a statisztikai elemzése az SPSS 22.0-s programmal történt. A változók közötti kapcsolat elemzéséhez keresztábra-elemzést, esélyhányados számítást, khi-négyzet próbát, egy- és többváltozós logisztikus regressziót, Mann-Whitney tesztet, korreláció-számítást valamint Wilcoxon próbát használtam. A szignifikancia határát $p < 0,05$ -ben választottam meg.

Eredmények. A vizsgálatom eredményeként elmondható, hogy a 3éves kor előtt született diagnózisokat, 2,7-szer nagyobb eséllyel a szülők veszik észre, s a tünetek felismerésétől a diagnózisig, több mint 6 hónap telik el. Nincs különbség a fejlesztési lehetőségek között a faluban és városban élőkénél, a távolság nem befolyásolja a fejlesztés időtartamát, a gyakoriságát viszont igen.

Következtetés. Jelentős szerepe van a védőnőknek a felismerésben, hiszen a legjelentősebb tüneti eltérések egy szakember számára jól láthatók. Kutatásom eredménye, hogy a fejlesztés gyakoriságának növekedésével csökkenthető az első eredmények megjelenéséig eltelt idő.

Kulcsszavak: autizmus, leggyakrabban előforduló tünetek, kialakulásának okai, fejlesztési lehetőségek, szülők szerepei

A méhnyakrák szűrésen való megjelenés motivációjának vizsgálata

**PAKAI Annamária¹, HARJÁNNÉ BRANTMÜLLER Éva¹, KARÁCSONY Ilona¹,
BALÁZS Péter²**

**¹PTE ETK Ápolástudományi, Alapozó Egészségtudományi és Védőnői Intézet,
Védőnői és Prevenciósz Tanszék**

**²Semmelweis Egyetem, Általános Orvostudományi Kar, Népegészségtani
Intézet**

Európában a méhnyakrák hatodik, a 15-44 éves korosztálynál a második leggyakoribb daganatos betegség. Európában évente megközelítőleg 58.373 új méhnyakrákos esetet diagnosztizálnak.

Keresztmetszeti vizsgálatunkat a zalaegerszegi, egészségügyi végzettséggel nem rendelkező nők körében rétegzett módszerrel kiemelt és kor szerint reprezentatív mintán (N=1000) végeztük. Zárt és félig nyitott kérdéseket tartalmazó, 35 kérdésből álló önkitöltős kérdőívvel végeztük az adatfelvételt. Az egyes kérdéscsoportok szocio-demográfiai adatokra, nőgyógyászati szűrővizsgálati motivációra és a szűrővizsgálat légköre irányultak. Az értékelés leíró és matematikai statisztikai módszerekkel történt ($p < 0,05$).

Eredményeink szerint a válaszadó nők 13,8%-a életében egyszer sem vett részt nőgyógyászati rákszűrésen. E kérdéskört tekintve a 15-19 évesek, az általános végzettségűek, a hajadonok, a munkaviszonnyal nem rendelkezők érdemelnek fokozott figyelmet. Közel négyszer nagyobb eséllyel maradtak el a méhnyak szűréstől azok a nők, akik úgy gondolják, hogy azért nem jelentkeztek, mert nem kaptak konkrét időpontot a vizsgálatra. A nőgyógyászati szűrésre 2,21-szer nagyobb eséllyel azok nem jelentkeztek még egyszer sem, akik kifejezték, hogy szégyellnék magukat egy ilyen vizsgálaton. Aki a szabadidejét nem áldozza fel, közel 2,5-szörös eséllyel még soha nem volt nőgyógyászati szűrésen.

Hazai mortalitási mutatóink további javításához változatlanul szükség van a rákszűrő vizsgálatok hatékonyabban motivált és folyamatos végzésére. Ehhez a méhnyakszűrésben rendelkezésre áll az egészségügyi kormányzat külön kidolgozott koncepciója és infrastruktúrája. A rendszer gyengéje a népesség alacsony részvételi aránya. Nem szabad azonban arról sem megfeledkezni, hogy azok között, akik megjelennek, a jelentős többség az egészségi állapotáért érzett felelősséggel vesz részt a szűréseken.

Az emlőrák-szűrésével kapcsolatos ismeretek Bács-Kiskun Megyében élő nők körében

PAKAI Annamária¹, FARKASNÉ BUZÁNCZKY Gabriella², SÉLLEYNÉ-GYÚRÓ Mónika³, HARJÁNNÉ BRANTMÜLLER Éva¹

¹PTE ETK Ápolástudományi, Alapozó Egészségtudományi és Védőnői Intézet, Védőnői és Prevenciósz Tanszék

²Bács-Kiskun Megyei Kórház, Kecskemét

³PTE ETK Egészségbiztosítási Intézet

Világszerte a nők körében az emlőrák mind a fejlett, mint a fejlődő országokba a leggyakrabban diagnosztizált rosszindulatú daganat és vezető halálok. Hazánkban 2013-ban mintegy 2263 halálesetet és 7594 új esetet regisztráltak.

Vizsgálat célja feltárni és megismerni, hogy milyen a Bács-Kiskun megyében élő nők szocio- demográfiai adatainak függvényében a szűrővizsgálatokhoz való viszonyulást, milyen ismeretekkel rendelkeznek az emlődaganatok kialakulásáért felelős rizikótényezőkről valamint az emlő önvizsgálatának gyakorlatát.

A kvantitatív, keresztmetszeti, leíró jellegű vizsgálat 2013. július 20. és október 10. között zajlott. A mintát nem véletlenszerű, kényelmi mintavétellel kiválasztott 23-65 év közötti, Kecskemét és vonzáskörében élő nők alkották, akiknél a kórelőzményben nem szerepelt emlőrák. Az adatgyűjtési módszer saját szerkesztésű, önkitöltős kérdőív, mely az alábbi kérdésköröket tartalmazta: szocio-demográfiai adatok, emlőszűréssel kapcsolatos ismeretek, távolmaradás okai, emlőönvizsgálattal kapcsolatos ismeretek és gyakorlat. A kiosztott 160 db kérdőívből 120 érkezett vissza, melyből 115 volt értékelhető. Az adatfeldolgozás SPSS 20.0 verzió felhasználásával történt. A leíró statisztika módszerén belül átlagot, szórást, abszolút és relatív gyakoriságot számoltunk, matematikai statisztikai próbaként χ^2 -próbát alkalmaztunk ($p < 0,05$).

A felmérésben résztvevők átlagéletkora $50,60 \pm 11,31$ év volt. Emlőrákszűrésen a megkérdezettek 69,6%-a jelent meg élete folyamán. A vizsgált mintát tekintve az első mammográfiás szűrésen való megjelenéskor az átlag életkor $43,09 \pm 7,74$ év. A magasabb iskolai végzettségű nők több ismerettel rendelkeznek a mellrák kialakulását elősegítő tényezőkről, emlőrák tüneteiről, mint az alacsonyabb iskolai végzettségűek ($p < 0,05$). A kutatásban résztvevők 64,3%-a végez emlőönvizsgálatot azonban csupán 15,7%-uk végzi helyesen.

Az eredmények rámutatnak arra, hogy hangsúlyt kell fektetni az információk szélesebb körű, többféle csatornán történő átadására az érintett és a fiatalabb korosztály körében is. Tudatosítani kell minden nő számára a szűrővizsgálat menetét, lehetséges hasznát, korlátait, és az esetleges nem kívánatos mellékhatásokat, valamint főként azt, hogy milyen kockázattal járhat a részvétel elmulasztása.

Az angiotenzin konvertáló enzim (ACE) allélok hatása a magas vérnyomásra és eloszlása a különböző sportágakban

RÉPÁSI Eszter¹, KEREKES Éva¹, RZEPIEL Andrea¹, SHENKER-HORVÁTH Kinga¹, KOLLER Ákos², NAGY B. Zsolt¹

¹GenePointPlus Hungary Kft., Budapest,

²Institute of Natural Sciences, University of Physical Education, Budapest, Hungary

A renin-angiotenzin-aldoszteron (RAAS) rendszer a szervezet egyik legfontosabb rövid és hosszútávú vérnyomás szabályozó mechanizmusa. A rendszer angiotenzinogén nevű fehérjéje a májban termelődik, belőle a vesében termelődő renin enzim angiotenzin I-et hoz létre. Az inaktív angiotenzin I-et az angiotenzin konvertáló enzim (ACE) alakítja át az aktív formává, az angiotenzin II-vé. Az angiotenzin II legfontosabb hatása, hogy érszűkítő, így a vérnyomás emelkedését okozza, illetve fokozza az aldoszteron nevű hormon termelését is, ami csökkenti a vizeletürítést és növeli a Na⁺ visszaszívást, így szintén a vérnyomás emelkedését eredményezi. A vérnyomás emelkedése mellett megfigyelték, hogy a magas ACE koncentráció vesekárosodást eredményezhet, megemeli az ischémiás és hemorrhágiás stroke kockázatát és ezen kívül összefüggésbe hozták az Alzheimer kórral is. Az ACE fontos sportélettani hatása, hogy az izomrostok hipertrófiájának mértékét is befolyásolja.

Az ACE fehérjét kódoló gén kétféle genetikai változatban lehet jelen, inzerációs allél (I), vagy deléciós (D) allél formájában. A magas ACE koncentráció megnövekedett magas vérnyomás, kardiovaszkuláris megbetegedések és stroke magas kockázatával jár, így a D allélhoz is ezek az élettani hatások kapcsolódnak. A D allélhoz társítanak még olyan betegségeket is, mint a 2-es típusú diabetes, rheumatoid arthritis, metabolikus szindróma, bal kamra hipertrófia és az érfal megvastagodása.

Az ACE genetikai allélokhöz fontos sportélettani hatás is kapcsolódik. A D allélt hordozó egyéneknél a tréning hatására bekövetkező hipertrófia mértéke az I allélhoz képest magasabb lehet, így a D allél a gyorsasági és erőorientált sportágakban résztvevő sportolóknál - mint például rövidtávfutók, -úszók, boxolók, birkózók, súlyemelők, testépítők, dobóatléták. Az I allél pedig a hosszútávú állóképességet igénylő sportolók: úszók, országúti kerékpárosok, kajakozók, kenusok, teniszezők, evezősök, hosszútávfutók, hegymászók között gyakoribb.

Az egészséges táplálkozási irányelvek napi javasolt, 12%-os fehérje-, 58%-os szénhidrát-, 30%-os zsírbeviteli arányainak százalékos megoszlása sportolók esetében jelentősen eltolódhat, attól függően, hogy milyen jellegű sporttevékenységről, versenyről és edzésről beszélünk. Tehát az ACE gén egyéni genotípusa a választott sportág, illetve a magas vérnyomásra való hajlam tekintetében is olyan szempont, amit a dietetikusnak szükséges figyelembe vennie a sportoló számára optimális étrend összeállításánál.

Lakossági állapotfelmérés egy lehetséges levegőszennyezettséggel terhelt településen

RUCSKA Andrea, KISS-TÓTH Emőke

Miskolci Egyetem, Miskolc

Az egészségi állapot az életminőség egyik legfontosabb meghatározója. Az egészségi állapotot különféle arányban határozza meg az egyéni, társadalmi, gazdasági és környezeti tényezők együttese, melyek kölcsönösen hatnak egymásra. Az egészséget és annak meghatározó tényezőit tág kontextusban közelítettük meg – a WHO definíciójából kiindulva – miszerint az egészség a testi, lelki, szociális jóllét állapota, nem pusztán a betegség hiánya. Számos dimenzióban vizsgáltunk, hiszen az egészségi állapotot befolyásoló tényezők: a fizikai állapot, az életmód, a környezet, a társas kapcsolatok és a lelkiállapot.

A vizsgált község helyzete speciális, mivel kiemelt ipari környezetben helyezkedik el, ezért nem lehet figyelmen kívül hagyni azt a kérdést, hogy ez a környezet milyen szinten befolyásolja a lakosság egészségügyi problémáinak kialakulási kockázatát.

Az egészséget befolyásoló életmódbeli tényezőkkel kapcsolatos információkat lakossági kérdőívek segítségével vizsgáltuk meg, mivel az életmódbeli, a szubjektív és a társadalmi tényezőkről nem minden esetben van információja az egészségügyi intézményeknek. A kérdőív változóinak alapja a 2000-ben végzett OLEF vizsgálat volt. A kérdőívben a funkcionalitás osztályozására és annak mérésére a WHO által ajánlott és az Országos Epidemiológia Központ által már alkalmazott mérések esetében is használt, továbbá OECD által javasolt az klasszifikációs rendszert alkalmaztuk. A kapott válaszokat összehasonlítottuk az orvosi rendelőből kapott hivatalos statisztikai adatokkal. A *kérdőíves adatfelvétel* a 18 év feletti lakosság körében történt reprezentatív mintavételi technikával (a kérdőíveket 306 fő töltötte ki - a község 18 éven felüli lakosainak száma 2014. január 1-én 1203 fő, 2015 április 1-én 1004 fő volt), melynek kapcsán a megkérdezettek egészségi állapotáról, valamint az egészségmagatartásáról kaptunk információkat. Az adatfelvételben a kar hallgatói aktívan részt vettek. A kutatás reprezentativitásának (abban az esetben nevezhetünk egy mintát reprezentatívnak, ha a populáció) minden egyes tagjának a mintába kerülési valószínűsége ismert és nem nulla) megőrzése érdekében többlépcsős valószínűségi mintavételi eljárást alkalmaztunk (Babbie, 2008). Az adatfelvétel újszerűsége többek között abból is állt, hogy a kérdező biztosok felkészítése nemcsak a kérdőívek felvételére vonatkoztatottan történt meg, hanem egy mentorprogram keretében felkészültek a hirtelen felmerülő, „ad hoc”, egészségmegőrzésre vonatkozó prevenció tanácsadásra is, mely az adatfelvétel közben is történhetett. A vizsgálat módszere: survey felmérés, megfigyelés, az adatfeldolgozás SPSS statisztikai szoftverrel történt.

A kérdőív a következő témaköröket érintette: egészségi állapot önértékelése, egészségügyi ellátórendszer igénybevétele, egészségmagatartás, háttértényezők. Az adatok összegzése alapján kijelenthető, hogy egészségét jónak, illetve nagyon jónak minősítette a nők valamivel több, mint 20%-a, míg a férfiak több, mint 60%-a, ugyanakkor minden ötödik nő és tizedik férfi úgy gondolta, hogy egészsége rossz, vagy nagyon rossz. Ennek értelmében a lakossági állapotfelmérés sikeresnek tekinthető, melyhez a kar egészségfejlesztési tervet készített a község lakossága részére.

A fiatal sportolók thromboembóliás genetikai kockázati tényezőinek vizsgálata és az egyén-specifikus prevenció

**RZEPIEL Andrea^{1,2}, KERÉKES Éva¹, RÉPÁSI Eszter^{1,2}, KOLLER Ákos²,
NAGY B. Zsolt¹**

¹GenePointPlus Magyarország Kft., Budapest

²Testnevelési Egyetem, Természettudományi Intézet, Budapest

A véralvadás azon folyamat, amely eredményeképpen a folyékony vér szilárd halmazállapotúvá válik a vérvesztést megakadályozza és a kórokozók szervezetbe való bekerülésének kivédése érdekében. Amennyiben ez a finoman szabályozott rendszer bármilyen okból zavart szenved, a vérpályán nem megfelelő időben és helyen vérrög (thrombus) alakulhat ki, ami különböző egészségügyi problémákat okozhat. A véralvadási rendszert kórosan befolyásoló tényezők között az öröklött génpolimorfizmusok fontos szerepet játszanak, mivel jelentős trombózisra való hajlamot eredményezhetnek. A genetikai diszpozíció felderítése és megelőzése kiemelkedően fontos az esetleges trombózisnak és következményeinek elkerülése szempontjából. Bár a thromboembóliás betegségekre való genetikai hajlam a lakosság minden rétegét érintheti, a speciális életmódjuk miatta sportolók, köztük a fiatalok sportolók, fokozottabban ki vannak téve a trombózis kialakulásának. Így könnyen belátható, hogy fiatal korban, de még inkább már gyermekkorú sportolóknál a genetikai hajlamot, ill. rizikót felmérjük, ami elősegítheti az egyéni prevenció kidolgozását (életvezetési és dietetikai tanácsadással) a thrombotikus megbetegedések csökkentését és/vagy elkerülését, a versenysport felügyelt folytatását vagy súlyos esetben a versenysporttól való eltanácsolását.

A fáradásos törésre való genetikai hajlam: sportorvosi vonatkozások

SHENKER-HORVATH Kinga¹, KERESKES Éva¹, VARGA Nóra¹, REPASI Eszter^{1,2}, RZEPIEL Andrea^{1,2}, KOLLER Ákos², NAGY B. Zsolt¹

¹GenePointPlus Magyarország Kft., Budapest

²Testnevelési Egyetem, Természettudományi Intézet, Budapest

A fáradásos törés az egyes sportágakban a sportolók számának növekedésével, a növekvő versenyhelyzet és a sportterhelés következtében egyre gyakoribb sportsérülésnek számít, így sportorvosi jelentősége nem elhanyagolható. A kialakult elváltozás gyógyulása hosszadalmas, a kiújulás lehetősége magas, így a megfelelő prevenció a hatékony orvosi ellátás része kell, hogy legyen. A táplálkozási, orvosi, sportági rizikótényezők felderítése mellett a prevenció szerves része lehet a veszélyeztetett sportolók fáradásos törésre való genetikai hajlamának kimutatására. A szerzők a fáradásos törés sportorvosi bemutatása mellett a közleményben a fáradásos törésre való genetikai hajlam vizsgálatának lehetőségét és hatékonyságát is szeretnék bemutatni.

Mennyi energiatalt fogyasztanak a halmozottan hátrányos helyzetű térségben élő fiatalok?

Soós Rita¹, WILHELM Márta²

**¹Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Kar Egészségtudományi
Doktori Iskola, Pécs**

**²Pécsi Tudományegyetem Természettudományi Kar Sporttudományi és
Testnevelési Intézet, Pécs**

Bevezetés. Az ÁNTSZ online felméréséből kiderült, hogy a 10-18 évesek 86%-a fogyasztott már energiatalt (Gradwohl és mtsai, 2015). Egy baranyai mintában a 11-19 éves tanulók körében végzett felmérésben a megkérdezettek 72%-a fogyasztott már energiatalt (Soós - Prisztóka, 2014). A fiatalok körében különösen magas az energiatal okozta káros mellékhatások száma, az USA-ban a koffein túladagolással kezeltek 46%-a 19 évesnél fiatalabb (Selfert és mtsai, 2011).

Anyag és módszer. Kérdőíves módszerrel végeztünk felmérést a halmozottan hátrányos helyzetű (HHH) Ormánságban élő 10-26 éves korosztály körében (n=825). A vizsgálat célja, hogy átfogó ismereteket kapjunk a térségben élő fiatalok és családtagjaik egészségmagatartási és energiatal fogyasztási szokásairól és ismereteiről. A kérdőíveket nemtől, sportolási szokástól, társadalmi helyzettől függetlenül osztottuk szét.

Eredmények. A vizsgált minta csupán 63%-a tartja legfontosabbnak az egészséget, 2,6% számára egyáltalán nem fontos. Ezzel szemben 66,8%-uk végez rendszeres testmozgást. Káros hatású energiatalt a válaszadók 80,8%-a legalább egyszer fogyasztott, 75%-uk többfélet is kipróbált. A megkérdezettek 79%-a szerint ezek a készítmények káros hatásúak. A legtöbb válaszadó (40%) nagyon ritkán, míg napi szinten 19,1%-uk fogyasztja, legnagyobb arányban finom íze miatt (42%), fáradtság ellen (36%), 23%-ban alkohollal keverve. A készítményeket alkalmazók 60%-a kellemetlen tünetről, 41,5% több tünetről is beszámolt. Ezekből az italokból 37,4%-ban a 10-13 éves fiatalok isznak. Az energiatalt fogyasztók 78,5%-a maga vásárolja, 22,5%-a a szüleitől kapja a készítményeket. A vizsgált minta 75,5%-nál legalább egy családtag használja.

Következtetés. Az Ormánságban élő 10-26 éves korú fiatalok energiatal fogyasztása igen magas, annak ellenére hogy hátrányos helyzetűek és tudatában vannak a káros hatásoknak.

Nagyon fontos lenne a lehetséges káros hatások megismertetése a szülőkkel is. A gyerekek esetében az energiatalok okozta káros hatások közül különösen fontosak a keringési és anyagcserezavarok (pl. diabetes), valamint az idegrendszeri problémák.

A nutrigenomika és a dietetika helye a 21. század sporttudományában

SZOKOLAI Viola^{1,2}, SHENKER-HORVATH Kinga³, KERÉKES Éva³, REPASI Eszter³, NAGY B. Zsolt^{2,3}, ELBERT Gábor⁴

¹Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Kar Egészségtudományi Doktori Iskola, Pécs

²Genetikával Az Egészségért Egyesület, Budapest

³GenePointPlus Magyarország Kft, Budapest

⁴Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Kar Fiziológiás és Sporttudományi Intézet, Pécs

A megfelelő étrend kialakítása a sikeres és eredményes sportolói irányítás szerves része. A dietetika fontos egyrészt a sportolók fokozott energiaigényű, megfelelő tápanyagellátásának szempontjából, másrészt a dietetikus által javasolt, egyénre szabott, helyesen összeállított étrend a sportolói teljesítmények optimalizálását és a hatásos rehabilitációt is segítheti. Ezért a sportirányítás egyik kulcskérdésének tekinthető a dietetikai felmérés és tanácsadás is. A sportolói dietetikai felmérés része lehet a sportolók nutrigenomikai vizsgálata is, amely során a táplálkozási elváltozásokkal összefüggő polimorfizmusok (LCT, ADH, ALDH, ALDB, G6PD, HFE, SI, HLA-DQA1, HLA-DQB1) vizsgálata történik meg.

A nutrigenomika a 21. század egyik leggyorsabban fejlődő biológiai és dietetikai területe, ami a genetikai adottságoknak megfelelő személyes étrend kialakításával foglalkozik. Mivel a táplálék epigenetikus változásokat idézhet elő, így külső tényezőként befolyásolhatja a gének működését és az ezen keresztül az egészségi állapotot is. A táplálkozás védő és hajlamosító faktor is: képes ki-, és bekapcsolni a géneket annak megfelelően, hogy milyen a táplálék összetétele. Ha a táplálék olyan összetevőt tartalmaz, amelynek feldolgozása öröklötten hibás, akkor a betegségek, amelyekre a vizsgált személy genetikailag hajlamos, megnyilvánulnak és tüneteket okoznak. Amennyiben viszont az étrend a genetikai hajlamnak megfelelően összeállított, el lehet kerülni a genetikailag meghatározott betegségeket, illetve a rendellenes működés következtében kialakuló tüneteket. A nutrigenomikai vizsgálat során kiderül, hogy egy gén hibás variánsa megtalálható-e a páciensnél és így a feltárt genetikai információk ismeretében megfelelően összeállított étrend tervezhető.

Sportolók nutrigenomikai vizsgálatával, tehát az öröklött, táplálkozással összefüggő kisebb-nagyobb betegségek megismerésével, és az ennek tudatában összeállított helyes étrend alkalmazásával a rendellenességek és tünetek kiküszöbölhetők, ami így akár jelentősen segíthet a sportolói teljesítmény javításában is.

A mindennapos testnevelés bevezetésének hatása a vázrendszeri elváltozásokra

TÓVÁRI Anett², TÓVÁRI Ferenc¹, PRISZTÓKA Gyöngyvér¹

¹PTE TTK Sporttudományi és Testnevelési Intézet

²PTE ETK Egészségtudományi Doktori Iskola, Pécs;
Vasútegészségügyi Kft., Harkány

Bevezetés. A „mindennapos testnevelés” lépcsőzetesen történő bevezetése (2012) jelentős változásokat hozott az iskolai testnevelési foglalkozások szervezésében, és a tartalmi megvalósítás kérdéskörében is. Céljai között jelentős szerepet tölt be a fiatalok egyre inkább inaktív életmódjából adódó káros hatások ellensúlyozása, a fizikai erőnlét fokozása, és a sporttevékenység közösségteremtő erejének kihasználása mellett az egészséges testi fejlődés biztosítása.

Ismeretes, hogy az iskolai életkorban rendkívül fontos, hogy a naponta több órára padba kényszerült gyermekek vázrendszeri fejlődésében kiküszöböljük a testtartásért felelős izmok közötti egyensúly megbomlását; a serdülőkori gyors növekedés miatt – amennyiben az izomzat nem tudja követni – aanyag tartás, gerincferdülés, egyéb mozgásszervi problémák kialakulását, stb.

Ennek kapcsán vetődött fel a kérdés, hogy az iskolákban jelenleg rendelkezésre álló tárgyi- és személyi feltételrendszer, infrastruktúra mellett meg lehet-e tölteni a tanórákat a céloknak megfelelő tartalommal, és megoldja-e a mozgásszervi-, vázrendszeri problémák prevencióját? Működnek-e az iskolaorvosi szolgálaton belül megfelelő szűrővizsgálatok, amelyek segítik a testnevelő tanárokat abban, hogy a mozgásszervi elváltozások különböző formáit és szintjeit elszenvető gyermekek megfelelő mozgásterápiában részesüljenek?

Anyag és módszerek. Vizsgálatunkban (2014. tavasz) 10 megyében 104 testnevelő tanárt kérdeztünk meg elektronikus és papíralapú kérdőíven keresztül egyrészt a felkészültségükről, az iskolaorvosi szűrővizsgálatokról, az oktatás infrastruktúrájáról, a testnevelési órák hatásáról a diákok egészségi állapotára vonatkozóan. Feltételezésünk az volt, hogy a testnevelés órák jelenlegi körülményei nem segítik a mozgásszervi problémák megelőzését; valamint az iskolaorvosi szolgálattal sincs kellő összhang a prevencióban.

Eredmények. Eredményeink azt tükrözik, hogy az iskolák többségében nem megoldott a szakszerű szűrővizsgálat, a tárgyi feltételek hiányosságai negatív hatással lehetnek a tanulók egészségi állapotára, és a speciális mozgásfeladatok oktatását a tanárok többsége a jelenlegi körülmények között nem tudja megoldani.

Következtetés. Összességében jelen vizsgálat eredményei felhívják a figyelmet arra, hogy a mindennapi testnevelésben körültekintő hozzáértés és szakmai összefogás (iskolaorvosi szűrővizsgálatok + testnevelő tanárok) szükséges ahhoz, hogy a jövőben egy valóban egészségesebb felnőtt társadalomban, kevesebb vázrendszeri- és mozgásszervi probléma akadályozza a fizikailag is aktív életvitelt, javítva ezzel az egyének életminőségét.

Kulcsszavak: mindennapos testnevelés, mozgásszervi elváltozások, szakmai együttműködés

Genetikai ismeretterjesztés fontossága óvodákban és általános iskolákban

VÉGH Veronika¹, ZSIGMOND Csilla², ELBERT Gábor³, NAGY Zsolt B.⁴

¹Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Kar Egészségtudományi Doktori Iskola

²Sapientia-EMTE (Erdélyi Magyar Tudományegyetem)

³Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Kar Fizioterápiás és Sporttudományi Intézet

⁴Genetikával az Egészségért Egyesület

A természettudományok fontossága és a diákok közti szélesebb körű megismertetése, megszerettetése fontos részét képezi többek között az oktatáspolitikának is. Nem véletlenül, hisz a természettudományok megfelelő ismerete alapfeltétele a globális problémák lehetséges megoldásainak kidolgozására, a gazdaság és versenyképesség megtartására, illetve növelésére. Ezek ellenére mégis e tudományágak világszerte nehéz helyzetben vannak, és sokszor háttérbe szorulnak. A pályaválasztás előtt álló diákok sokkal inkább előnyben részesítik továbbtanulás céljából a humán, illetve gazdasági ágazatokat, mint a természettudományos területeket. A természettudományos ismeretterjesztés célja az, hogy e tudományágakat már egészen kiskortól kezdve megismertessék a gyermekekkel, felkeltsék az érdeklődésüket és életkoruk képességeinek megfelelően olyan tudáshoz jutassa őket, mely egyrészt nélkülözhetetlen mai világunkban a társadalom minden tagja számára, másrészt pedig könnyítse majd a pályaválasztás előtt álló fiatalok döntését és nagyobb számban való természettudományi szakok választását. A biológiai témákkal fontos foglalkozni nemcsak a diákok későbbi pályaválasztása megkönnyítése érdekében, hanem az egészségtudatosságukra való pozitív hatása miatt is. A szerzők olyan módszert próbáltak ki, mely a természettudományos oktatás modern, játékelméleti megközelítése révén keltette fel óvodás korú gyermekek érdeklődését a genetika iránt. A genetikai ismeretterjesztő programban 118 gyermek vett részt hat budapesti óvodából. Életkorukat és érettségüket figyelembe véve a célunk az volt, hogy a genetika érdekességeit megismerjék. A gyermeki nyitottságot és kíváncsiságot felhasználva, megfigyelhető emberi tulajdonságok megismertetésén alapult az ismeretterjesztő program. A foglalkozások alatt csoportmunkában dolgoztak a gyerekek, így a kooperatív oktatás pozitív hatásai is érvényesülnek. A megfigyelt tulajdonságok iránti kíváncsiság tovább mélyíthető házi feladattal. A gyakorlat szerves komponensévé válhat az óvodai nevelésnek, vagy az általános iskolás óráknak, mely olyan kompetenciáit fejleszti a felnövekvő nemzedéknek, amelyekre az élet minden területén szükségük lesz.

