

Spis treści

I. Organizacja służby medycznej w Polsce

(Joanna Gromadzka-Ostrowska)	7
1. Reforma służby zdrowia	7
2. Rodzaje i działania poradni specjalistycznych i innych placówek lecniczych	14

II. Zagadnienia zdrowia publicznego i ochrony środowiska

(Joanna Gromadzka-Ostrowska)	21
1. Pojęcie i cel ochrony zdrowia	21
2. Ochrona zdrowia w Polsce	22
3. Promocja zdrowia i edukacja prozdrowotna	28
4. Światowa Organizacja Zdrowia i inne organizacje związane z ochroną zdrowia	31
5. Społeczne organizacje ochrony zdrowia	32
6. Działania profilaktyczne	32

III. Mechanizmy obronne organizmu ludzkiego

(Joanna Gromadzka-Ostrowska)	35
1. Główne składniki układu odpornościowego	35
a. Wprowadzenie	35
b. Komórki układu odpornościowego	36
c. Pozakomórkowe składniki układu odpornościowego	43
d. Narządy limfatyczne	46
e. Pozostałe składniki układu odpornościowego	50
2. Odpowiedź immunologiczna	51
a. Wprowadzenie	51
b. Odporność swoista i nieswoista	53
c. Rozwój odporności w ontogenezie i modelowanie odporności	54
d. Patologiczne mechanizmy odpornościowe	59
3. Wpływ żywienia na odporność	63

IV. Choroby i ich profilaktyka

(Joanna Gromadzka-Ostrowska i Dariusz Włodarek)	66
1. Podział chorób i czynniki chorobotwórcze	66

2. Schorzenia układu pokarmowego (<i>Dariusz Włodarek</i>)	67
a. Wirusowe zapalenie wątroby	67
b. Zakażenie <i>Helicobacter pylori</i>	73
c. Zakażenia enterowirusami	76
3. Zakażenia i zatrucia pokarmowe (<i>Joanna Gromadzka-Ostrowska</i> i <i>Dariusz Włodarek</i>)	77
a. Wprowadzenie	77
b. Zatrucia pokarmowe wywołane zakażeniem bakteryjnym (<i>Dariusz Włodarek</i>)	79
c. Zatrucia pokarmowe wywołane enterotoksynami bakteryjnymi (<i>Dariusz Włodarek</i>)	84
d. Zatrucia grzybami (<i>Joanna Gromadzka-Ostrowska</i>)	87
e. Zatrucia roślinami zielnymi (<i>Joanna Gromadzka-Ostrowska</i>)	89
f. Zatrucia chemiczne (<i>Joanna Gromadzka-Ostrowska</i>)	90
4. Schorzenia układu krążenia (<i>Dariusz Włodarek</i>)	95
a. Nadciśnienie tętnicze	95
b. Choroby niedokrwienne serca	101
c. Udary mózgu i ich profilaktyka	107
5. Schorzenia układu kostnego (<i>Dariusz Włodarek</i>)	112
a. Krzywica	112
b. Osteoporoza	117
6. Zakaźne choroby wieku dziecięcego (<i>Dariusz Włodarek</i>)	122
a. Wprowadzenie	122
b. Wybrane choroby bakteryjne	122
c. Wybrane choroby wirusowe.....	126
7. Gruźlica jako choroba społeczna (<i>Dariusz Włodarek</i>)	134
8. Choroby metaboliczne (<i>Dariusz Włodarek</i>)	141
a. Otyłość	141
b. Cukrzyca	152
c. Hiperlipoproteinemie	162
9. Choroby nowotworowe (<i>Dariusz Włodarek</i>)	171
10. Zespół nabytego niedoboru odporności – AIDS (<i>Joanna Gromadzka-Ostrowska</i>)	190
11. Choroby alergiczne (<i>Joanna Gromadzka-Ostrowska</i>)	198
12. Wybrane choroby pasożytnicze i odzwierzęce (<i>Joanna Gromadzka-Ostrowska</i>)	210
a. Choroby pasożytnicze	210
b. Choroby odzwierzęce	227

V. Pomoc przedmedyczna w nagłych wypadkach

(Joanna Gromadzka-Ostrowska i Dariusz Włodarek) **253**

1. Zasady udzielania pierwszej pomocy 253
 - a. Wprowadzenie 253
 - b. Ustalenie stanu świadomości 254
 - c. Przenoszenie i ułożenie nieprzytomnego 255
 - d. Rozpoznawanie zaburzeń oddychania 257
 - e. Rozpoznawanie zatrzymania krążenia krwi 259
 - f. Rany 264
 - g. Złamania 265
 - h. Omdlenia 266
 - i. Zachłyśnięcie 267
 - j. Objawy i pierwsza pomoc przy wstrząsie 267
 - k. Oparzenia termiczne 268
 - l. Oparzenia chemiczne 270
 - m. Oparzenia elektryczne 270
 - n. Ostre oparzenia słoneczne 270
 - o. Utonięcie 271
2. Wyposażenie apteczki domowej 272

VI. Powstawanie i profilaktyka wad słuchu, wzroku, narządu żucia i postawy

(Joanna Gromadzka-Ostrowska i Dariusz Włodarek) **274**

1. Wady narządu słuchu *(Joanna Gromadzka-Ostrowska)* 274
2. Wady narządu wzroku *(Joanna Gromadzka-Ostrowska)* 278
3. Choroby i wady narządu żucia i profilaktyka stomatologiczna *(Joanna Gromadzka-Ostrowska)* 282
4. Wady postawy *(Dariusz Włodarek)* 290

VII. Uzależnienia i metody zapobiegania im

(Joanna Gromadzka-Ostrowska) **299**

1. Wiadomości ogólne 299
2. Uzależnienie od narkotyków – narkomania 301
3. Alkoholizm 307
4. Palenie tytoniu 312
5. Inne uzależnienia 317

VIII. Zaburzenia odżywiania

(Joanna Gromadzka-Ostrowska) **320**

1. Wiadomości ogólne 320
2. Jadłowstręt psychiczny – anoreksja 320
3. Bulimia 328

IX. Wybrane zagadnienia zdrowia psychicznego

(Zuzanna Toeplitz)	331
1. Zagrożenia rozwoju psychicznego – teoria kryzysów rozwojowych Eriksona	331
a. Wprowadzenie	331
b. Kryzys rozwojowy – konsekwencje różnych rozwiązań	336
c. Podstawy dobrego wychowania – właściwy stosunek do dziecka	343
2. Psychiczne podłoże schorzeń – choroby psychosomatyczne	346
a. Co to są choroby psychosomatyczne?	346
b. Czynniki psychiczne jako źródło zagrożeń i nadziei w procesie zdrowienia	348
c. Temperament jako podłoże chorób psychosomatycznych	349
d. Jak zmniejszyć ryzyko zachorowania na chorobę psychosomatyczną?	355
Literatura	359
Leksykon	361