

Spis treści

Wykaz skrótów.....	5
1. Wstęp	7
1.1. Wprowadzenie.....	7
1.1.1. Umieralność z powodu chorób układu krążenia w Polsce oraz w innych krajach Unii Europejskiej.....	7
1.1.2. Umieralność z powodu chorób układu krążenia w województwie śląskim ..	8
1.1.3. Wpływ czynników ryzyka na rozwój chorób układu krążenia	9
1.1.4. Aktywność ruchowa związana z wykonywaniem pracy zawodowej.....	11
1.1.5. Aktywność ruchowa w czasie wolnym od pracy	12
1.2. Rola i znaczenie wysiłku fizycznego	13
1.3. Bezczynność ruchowa i jej skutki	18
1.4. Zalecenia dotyczące aktywności ruchowej	22
1.5. Metody oceny aktywności ruchowej	25
2. Cel pracy	29
3. Materiał i metoda badań.....	31
3.1. Charakterystyka materiału	31
3.2. Metoda badań	32
3.3. Metodyka oceny statystycznej	52
4. Wyniki badań	53
4.1. Elektrokardiograficzna próba wysiłkowa	53
4.2. Badanie echokardiograficzne	59
4.3. Badanie profilu lipidowego krwi i stężenia glukozy	62
4.4. Wskaźnik BMI	65
4.5. Kwestionariusze aktywności fizycznej	66
4.5.1. Minnesota Leisure Time Physical Activity Questionnaire (MLTPAQ)	66
4.5.2. Paffenbarger Physical Activity Questionnaire (PPAQ)	74
4.5.3. Seven Day Physical Activity Recall (SDPAR)	82
4.6. Korelacje kwestionariuszy aktywności fizycznej z analizowanymi wskaźnikami badań dodatkowych	90
4.6.1. Korelacje wskaźników próby wysiłkowej z wynikami kwestionariuszy	90
4.6.2. Korelacje wskaźników UKG z wynikami kwestionariuszy	105
4.6.3. Korelacje profilu lipidowego krwi i stężenia glukozy z wynikami kwestionariuszy.....	111
4.6.4. Korelacje wskaźnika BMI z wynikami kwestionariuszy	116

4.6.5. Korelacje pozostałych czynników ryzyka oraz innych wskaźników z wynikami kwestionariuszy	116
4.6.6. Korelacje pomiędzy wynikami poszczególnych kwestionariuszy	123
5. Omówienie wyników	127
5.1. Elektrokardiograficzna próba wysiłkowa	128
5.2. Badanie echokardiograficzne	133
5.3. Profil lipidowy krwi i stężenie glukozy	134
5.4. Wskaźnik BMI.....	136
5.5. Kwestionariusze aktywności fizycznej	136
6. Wnioski	142
7. Piśmiennictwo	143
8. Streszczenie	159
9. Summary	162
Aneks	165