



# MAGYAR ÉLETMÓD ORVOSTANI TÁRSASÁG I. KONGRESSZUSA

**2019. február 15. péntek**

**8:00-10:00 Regisztráció**

**10:00-10:15 Megnyitó**

Lezsák Sándor, a Magyar Országgyűlés alelnöke

**10:15-11:15 1. Plenáris ülés**

10:15-10:30 Dr. Babai László, Magyar Életmód Orvostani Társaság:

*Életmód orvoslás története*

10:30-10:45 Dr. Bíró Krisztina, EMMI Közegészségügyi és Járványügyi Osztály:

*Az egészséges táplálkozást elősegítő, illetve kapcsolódó kormányzati intézkedések és ezek hatásai, mérhető, bemutatható eredményei*

10:45-11:00 Kun Eszter, Szinapszis Kft.:

*Mit értenek az emberek életmód alatt*

11:00-11:15 Dr. Kudász Ferenc, NNK Munkahigiénés és Foglalkozás-egészségügyi Főosztály:

*Munkahely - Betegség és egészség forrása*

**11:15-11:30 Szünet**

**11:30-12:45 Életmód orvostan helye a gyógyításban**

11:30-11:45 Prof. Dr. Martos Éva, Testnevelési Egyetem:

*Fizikai aktivitás ajánlások egészségesek számára\**

11:45-12:00 Prof. Dr. Apor Péter, Országos Sportegészségügyi Intézet:

*A kardiorespiratorikus (aerob) fittség és az életkilátások*

12:00-12:15 Prof. Dr. Nékám Kristóf, Budai Irgalmasrendi Kórház:

*Mire számíthat az allergiás, ha betart minden életmód javaslatot?*

12:15-12:30 Dr. med. habil. Barna István, Magyar Életmód Orvostani Társaság:

*Életmód terápia helye a hypertóniás kezelésében és gondozásában*

12:30-12:45 Dr. Horváth-Nikolényi Alíz, PhD, SZTE ÁOK Onkoterápiás Klinika:

*Életmód orvoslás daganatos megbetegedésekben*

**12:45-13:45 Ebédszünet**

**13:45-14:45 Életmód orvoslás területei**

13:45-14:00 Dr. med. habil. Barna István, Magyar Életmód Orvostani Társaság:

*„Magyarország átfogó egészségvédelmi szűrőprogramja 2010-2020-2030 (MÁESZ)”. Az elmúlt kilenc év (2010-2018) eredményei*

14:00-14:15 Dr. Paulik Edit, PhD, SZTE ÁOK Népegészségtani Intézet:

*A dohányzás visszaszorítására tett lépések*

14:15-14:30 Kubányi Jolán, MSc, Magyar Dietetikusok Országos Szövetsége:

*Új magyar táplálkozási ajánlás - OKOSTÁNYÉR®*

14:30-14:45 Dr. Révay Edit, PhD, Sapientia Szerzetesi Hittudományi Főiskola:

*Stressz és lelki egészség*

**14:45-15:15 Szünet**

**15:15-16:45 Táplálkozásterápia a mindennapokban**

15:15-15:30 Szűcs Zsuzsanna, MSc, Magyar Dietetikusok Országos Szövetsége:

*Édes íz és édesítőszer az egészséges táplálkozás tükrében*



# MAGYAR ÉLETMÓD ORVOSTANI TÁRSASÁG I. KONGRESSZUSA

- 15:30–15:45 Erdélyi-Sipos Alíz, MSc, Magyar Dietetikusok Országos Szövetsége:  
*Fókuszban az inzulinrezisztencia, az egyénre szabott dietoterápia jelentősége IR-ben és diabéteszben*
- 15:45–16:00 Shenker-Horváth Kinga, Magyar Dietetikusok Országos Szövetsége:  
*Tudományos betekintés a vegetáriánizmusba vagy más néven növényi alapú táplálkozásba*
- 16:00–16:15 Dr. Badacsonyiné Kassai Krisztina, Magyar Dietetikusok Országos Szövetsége:  
*A hazai gyermekek táplálási, táplálkozási jellemzői –tanulságok, avagy mit mutatnak a számok*
- 16:15–16:30 Kegyes Réka, Magyar Dietetikusok Országos Szövetsége:  
*A kardiovaszkuláris betegségek dietetikai megközelítése*
- 16:30–16:45 Csengeri Lilla, Magyar Dietetikusok Országos Szövetsége:  
*A dietetikusok megítélése a lakosság szemszögéből*
- 16:45–17:15 Szünet**
- 16:50-17:05 Poszterek bemutatása**
- 16:50–16:55 Sápi Mariann, SZTE Traumatológiai Osztály:  
*Az aktív videójátékokkal végzett testmozgás hatása az idősödők egyensúlyára*
- 16:55-17:00 Peresztegi Sándor, PhD, Dr. Kim & Peresztegi Hungagu Biogyógyászat:  
*A biogyógyászat szerepe a sikeres életmódváltásban*
- 17:00-17:05 Szakács Ibolya, Parádfürdői Állami Kórház:  
*Mit tehetünk magunkért? - személyre szabott életmód tanácsadás az egészségfejlesztési irodában-a elmúlt 5 év tapasztalata az Parádfürdői Egészségfejlesztési Irodában*
- 17:15–18:45 Technológia**
- 17:15–17:30 Nagy-Barta József, FitExport Hungary:  
*POLAR Coach, mint életmód orvosi támogató rendszer*
- 17:30–17:45 Dr. Margitai Barnabás, Forgalmazók az Egészségért Szövetség:  
*Egészség felmérő, kockázatelemző, életmód támogató rendszerek alkalmazása Menedzserszűréstől az életmód tanácsadásig*
- 17:45–18:00 Kun Zoltán, Fusion Vital:  
*Stressz / Regeneráció / Mozgás: objektív, testszenzoros mérésekkel*
- 18:00–18:15 Dr. Oláh Dániel, Fitpuli Kft.:  
*Fitpuli, az egészség őrzője. Magyarország első vállalati digitális egészségprogramja*
- 18:15–18:30 Dr. Kóti Tamás, Szent Kristóf Szakrendelő Közhasznú Nonprofit Kft.:  
*Magas vérnyomással élő betegek távfelügyeleti rendszerének első eredményei*
- 18:30–18:45 Nagy Tamás, Finn Wellness Kft.:  
*Okosmozgás a Technogymmel*
- 19:00–21:00 Vacsora**



## 2019. február 16. szombat

- 9:00–10:45 Életmód orvoslás a gyakorlatban**
- 9:00–9:15 Dr. Arkadianos Ioannis, European Lifestyle Medicine Organization:  
*Lifestyle Medicine a tool for a healthier Europe*
- 9:15–9:30 Dr. Babai László, Magyar Életmód Orvostani Társaság:  
*Életmód orvoslás modellprogram a jánoshalmi praxisközösségben*
- 9:30–9:45 Dr. Bibok György, Prima Medica EgészségKözpont:  
*Az életmód terápia szerepe a diabetes mellitus megelőzésében és kezelésében*
- 9:45–10:00 Dr. Wagner László, Semmelweis Egyetem Transzplantációs és Sebészeti Klinika:  
*Az életmód szerepe vesetranszplantációt követően*
- 10:00–10:15 Dr. Majorosi Emese, háziorvos, életmódorvos, egészségkommunikációs szakember:  
*Az utolsó újévi fogadalom, avagy mi kell a sikeres életmódváltáshoz?*
- 10:15–10:30 Varga Dóra, Prima Medica EgészségKözpont:  
*Magas vérnyomásos betegek táplálkozásterápiája*
- 10:30–10:45 Dr. Dani Vilmos, a belgyógyászat, a háziorvostan és a sportorvostan szakorvosa  
*A mozgás mint gyógyító eszköz a családorvosi praxisban*
- 10:45–11:00 Szünet**
- 11:00–12:15 Mozgásterápia a mindennapokban**
- 11:00–11:15 Dr. Veres-Balajti Ilona, Debreceni Egyetem Népegészségügyi Kar Fiziotherápia Tanszék:  
*Az alapellátás fejlesztési törekvések talaján létrehozott praxisközösségi modellprogram tapasztalatai a gyógytorna-fiziotherápia tapasztalatai szemszögéből*
- 11:15–11:30 Prof. Dr. Apor Péter, Országos Sportegészségügyi Intézet:  
*A fizikai inaktivitás és aktivitás. Cardiovascularis kár és haszon*
- 11:30–11:45 Csuhai Éva Anett, DE NK Fiziotherápiás Tanszék:  
*A mozgásszegény életmód káros hatásainak megelőzését célzó prevenciók tréningprogram munkahelyi szintén, ülő munkát végző munkavállalók körében*
- 11:45–12:00 Dr. Lacza Zsombor, PhD, Testnevelési Egyetem:  
*Sporttartalmak megelőzése*
- 12:00–12:15 Dr. Zopcsák László PhD, IWI Nemzetközi Fitnesziskola:  
*A fitness edző helye és szerepe a prevenciók teamben és az egészségfejlesztésben. Nemzetközi kitekintés, hazai helyzetkép*
- 12:15–12:45 Szünet**
- 12:45–14:30 "Jó gyakorlat" - Civilek a pályán**
- 12:45–13:00 Dávid Zsuzsanna, Sportos Cukorbetegéért Egyesület:  
*Sportos Cukorbetegéért Egyesülete (SCE) - kezdetektől mostanáig*
- 13:00–13:15 Nagy-Tóth Ildikó, Mályvavirág Alapítvány:  
*Kerékpártúra a méhnyakrák megelőzésére*
- 13:15–13:30 Szabó Eszter, Dunakeszi Polgármesteri Hivatal:  
*Mozdulj Dunakeszi! programsorozat – Dunakeszi, a sportos város*
- 13:30–13:45 Fehérvári Livia, Springday Health Club:  
*Springday egészség klub küldetése, 55+ eddigi sikerei*
- 13:45–14:00 Berente Judit, Magyar Szervátültetettek Szövetsége:  
*A mozgás és a sport szerepe a rehabilitációban*



# MAGYAR ÉLETMÓD ORVOSTANI TÁRSASÁG I. KONGRESSZUSA

- 14:00–14:15 Pálos Attila, Vitakid Sportegyesület:  
*Gyerekkori mozgásszegény életmód és túlsúly okai*
- 14:15–14:30 Kriska Erika, Centrál Médiacsoport, Kulcsár Hajnal, Házipatika:  
*Életmód váltók*
- 14:30-14:45 Szünet**
- 14:45-15:25 Hazai eredmények az életmód orvoslásban**
- 14:45-14:55 Gyebnár Brigitta, MSc, Semmelweis Egyetem, Egészségtudományi Kar, Alkalmazott Egészségtudományi Intézet, Ápolástan Tanszék:  
*Egészség coaching: tények és tévhitek*
- 14:55-15:05 Mózes Noémi, MSc, Pécsi Tudományegyetem Általános Orvostudományi Kar Orvosi Mikrobiológiai és Immunitástani Intézet:  
*Fővárosi és vidéken élő roma fiatalok táplálkozási szokásainak összehasonlítása*
- 15:05-15:15 Lichthammer Adrienn, PhD, Semmelweis Egyetem Egészségtudományi Kar, Alkalmazott Egészségtudományi Intézet, Dietetikai és Táplálkozástudományi Tanszék:  
*Az elhízás, mint kardiovaszkuláris rizikótényező vizsgálata a mentőfeladatot ellátók, a tűzoltók és a rendőrök körében*
- 15:15-15:25 Kocsis Éva, PTE ÁOK doktorandusz hallgató:  
*Roma egészségmagatartás Magyarországon*
- 15:25–15:40 Zárszó**