

SPIS TREŚCI

Emilia Kolarzyk

Wstęp.....	7
------------	---

Emilia Kolarzyk

Rozdział I. Stanowisko człowieka w przyrodzie.....	13
--	----

Jadwiga Helbin

Rozdział II. Środowiskowe czynniki fizyczne wpływające na organizm człowieka . . .	29
--	----

1. Hałas.....	30
2. Wibracje.....	42
3. Oświetlenie.....	50
4. Pole elektromagnetyczne.....	57
5. Infradźwięki i ultradźwięki.....	62
6. Działanie pyłów na organizm człowieka.....	67
7. Elementy biometeorologii i bioklimatologii.....	70
8. Wybrane zagadnienia balneologii i medycyny fizycznej.....	82
9. Zasady ergonomii i profilaktyki zawodowej.....	92

Artur Potocki

Rozdział III. Czynniki chemiczne i biologiczne obecne w żywności, glebie, wodzie, powietrzu atmosferycznym środowiska bytowania.....	101
--	-----

1. Żywność - substancje obce.....	101
2. Woda.....	116
3. Zanieczyszczenia gleby.....	133
4. Zanieczyszczenie powietrza atmosferycznego.....	134

Wojciech Szot

Rozdział IV. Karcinogeneza środowiskowa.....	147
--	-----

Emilia Kolarzyk

Rozdział V. Medycyna ekologiczna (środowiskowa).....	159
--	-----

1. Wywiad środowiskowy.....	160
2. Monitoring środowiskowy.....	161
3. Monitoring biologiczny.....	168
4. Biomarkery.....	173
5. Choroby zawodowe.....	180
6. Odpowiedź ustroju na ekspozycję środowiskową i zawodową.....	188

Emilia Kolarzyk

Rozdział VI. Mechanizmy biotransformacji.....	191
---	-----

1. Losy ksenobiotyków w organizmie.....	191
2. Metabolizm ksenobiotyków.....	194

Emilia Kolarzyk

Rozdział VII. Mechanizmy obronne ustroju.....	201
1. Anatomiczne i fizjologiczne mechanizmy obronne.....	201
2. Odporność immunologiczna.....	204
3. Czynniki modyfikujące odporność.....	210

Krystyna Dłużniewska

Rozdział VIII. Żywienie człowieka w praktyce promocji i ochrony zdrowia (część I)	213
1. Wprowadzenie.....	213
2. Obserwacje wpływu żywienia na zdrowie a współczesne cele racjonalnego żywienia.....	214
3. Przemiany i zapotrzebowanie energetyczne człowieka.....	217
4. Składniki pożywienia i ich rola w organizmie człowieka.....	226
5. Białka.....	227

Agnieszka Szpanowska-Wohn

Rozdział IX. Żywienie człowieka w praktyce promocji i ochrony zdrowia (część II)	237
1. Tłuszcze.....	237
2. Węglowodany.....	244
3. Normy żywienia. Zalecane ilości składników odżywczych w dobowych racjach pokarmowych.....	248
4. Zalecany model żywienia.....	251
5. Dietetyka.....	253

Agnieszka Ostachowska-Gąsior

Rozdział X. Produkty spożywcze jako źródło składników odżywczych.....	267
---	-----

Agnieszka Ostachowska-Gąsior

Rozdział XI. Ocena stanu odżywienia i sposobu żywienia.....	275
1. Czynniki predysponujące do wystąpienia zaburzeń stanu odżywienia.....	276
2. Charakter zaburzeń stanu odżywienia.....	279
3. Metody oceny stanu odżywienia.....	284

Agata Skop-Lewandowska

Rozdział XII. Odżywianie drogą pozajelitową.....	305
1. Żywienie pozajelitowe.....	305
2. Zapotrzebowanie na energię i składniki pokarmowe.....	306
3. Ocena skuteczności żywienia pozajelitowego.....	310
4. Zasady praktycznego obliczania zapotrzebowania organizmu na dobę u chorych odżywianych drogą pozajelitową.....	310

Agata Skop-Lewandowska, Jagoda Jaworska

Rozdział XIII. Zdrowie i jego uwarunkowania.....	311
1. Pojęcie zdrowia.....	311
2. Czynniki warunkujące stan zdrowia człowieka.....	312
3. Zachowania ryzykowne zagrażające zdrowiu.....	317
4. Promocja zdrowia.....	330