

OGÓLNOPOLSKA KONFERENCJA NAUKOWA

# ZAGROŻENIA ZDROWIA CZŁOWIEKA

PRZYCZYNY, STAN OBECNY, SPOSOBY NA PRZYSZŁOŚĆ

ABSTRAKTY

Redakcja: Iwona Domina, Ewelina Chodźko

Lublin, 26 maja 2022 r.

**Ogólnopolska Konferencja Naukowa  
„Zagrożenia zdrowia człowieka –  
przyczyny, stan obecny,  
sposoby na przyszłość”**

**Abstrakty**



**Ogólnopolska Konferencja Naukowa  
„Zagrożenia zdrowia człowieka –  
przyczyny, stan obecny,  
sposoby na przyszłość”**

**Abstrakty**

Redakcja:  
Iwona Domina  
Ewelina Chodźko

Fundacja na rzecz promocji nauki i rozwoju TYGIEL  
Lublin 2022

**Ogólnopolska Konferencja Naukowa „Zagrożenia zdrowia  
człowieka – przyczyny, stan obecny, sposoby na przyszłość”  
26 maja 2022 r.**

**Abstrakty**

Redakcja:

Iwona Domina

Ewelina Chodźko

Skład i łamanie:

Monika Maciąg

Projekt okładki:

Marcin Szklarczyk

© Copyright by Fundacja na rzecz promocji nauki i rozwoju TYGIEL

ISBN 978-83-67194-47-1

Wydawca:

Fundacja na rzecz promocji nauki i rozwoju TYGIEL

ul. Głowackiego 35/348

20-060 Lublin

[www.fundacja-tygiel.pl](http://www.fundacja-tygiel.pl)

## **Komitet Naukowy:**

- **prof. dr hab. n. med. i n. o zdr. Joanna Gotlib**, Zakład Edukacji i Badań w Naukach o Zdrowiu, Wydział Nauki o Zdrowiu, Warszawski Uniwersytet Medyczny
- **dr hab. n. med. i n. o zdr. Dorota Lasota**, Katedra i Zakład Farmakologii Doświadczalnej i Klinicznej, Wydział Lekarski, Warszawski Uniwersytet Medyczny
- **dr hab. n. o zdr. Anna Pacian, prof. uczelni**, Katedra Zdrowia Publicznego, Wydział Nauk o Zdrowiu, Uniwersytet Medyczny w Lublinie
- **dr hab. n. pr. Jolanta Pacian**, Zakład Promocji Zdrowia, Katedra Rozwoju Pielęgniarstwa, Wydział Nauk o Zdrowiu, Uniwersytet Medyczny w Lublinie
- **dr hab. n. farm. Anna Serefko**, Katedra i Zakład Farmacji Stosowanej i Społecznej, Wydział Farmaceutyczny z Oddziałem Analityki Medycznej, Uniwersytet Medyczny w Lublinie
- **dr n. farm. Anna Biernasiuk**, Katedra i Zakład Mikrobiologii Farmaceutycznej z Pracownią Diagnostyki Mikrobiologicznej, Uniwersytet Medyczny w Lublinie
- **dr inż. Łukasz Łopusiewicz**, Centrum Bioimmobilizacji i Innowacyjnych, Materiałów Opakowaniowych, Wydział Nauk o Żywności i Rybactwa, Zachodniopomorski Uniwersytet Technologiczny w Szczecinie

## **Komitet Organizacyjny:**

- Ewelina Chodźko
- Agnieszka Cichońska
- Alicja Danielewska
- Iwona Domina
- Joanna Jędrzejewska
- Kinga Kalbarczyk
- Joanna Kozłowska
- Kamil Maciąg
- Monika Maciąg
- Izabela Mołdoch-Mendoń
- Paulina Pomajda
- Marcin Szklarczyk
- Paulina Szymczyk

## **Organizator:**



Fundacja  
**TYGIEL**

# Spis treści

## Wystąpienia Gości Honorowych

Adaptacja zawodowa i społeczno-kulturowa pielęgniarek uchodźczyń z Ukrainy – wyzwanie czy szansa dla polskiego systemu ochrony zdrowia? .....11

Alkohol jako element stylu życia współczesnego człowieka – zagrożenie dla zdrowia publicznego .....13

Współczesne zagrożenia zdrowia wyzwaniem dla profilaktyki medycznej .....14

## Wystąpienia Uczestników

Alkohol w ciąży jako czynnik zaburzający rozwój płodu .....17

Coaching zdrowia jako praktyczne rozwiązanie problemu niskiej świadomości w obrębie działań prozdrowotnych .....18

Depresja – nowe cele farmakoterapii .....19

E-papierosy zdrowszą alternatywą dla tradycyjnego „dymka”? .....21

Ocena funkcji rozkurczowej lewej komory za pomocą echokardiografii – aktualne możliwości i znaczenie w praktyce klinicznej .....23

Ocena funkcji skurczowej prawej komory za pomocą echokardiografii – aktualne możliwości i znaczenie w praktyce klinicznej .....25

Ocena prawdopodobieństwa nadciśnienia płucnego za pomocą echokardiografii – aktualne możliwości i znaczenie w praktyce klinicznej .....27

Profilaktyka czyli „autostrada” do zdrowia .....29

Redukcja stresu oraz poprawa w zakresie funkcjonowania emocjonalnego, psychicznego i sposobów radzenia sobie ze stresem pod wpływem treningu mindfulness (MBSR) .....30

Specyfika opieki pielęgniarskiej nad pacjentem z zaburzeniami psychicznymi w schizofrenii. Studium przypadku .....32

Sprawność funkcjonalna chorych z cukrzycą typu II .....33

Wpływ aktywności fizycznej na stan gospodarki lipidowej .....35

Wpływ pandemii COVID-19 na zmianę przyzwyczajzeń kosmetycznych i higienicznych Polek .....36

Indeks Autorów .....37





# **Wystąpienia Gości Honorowych**



## **Adaptacja zawodowa i społeczno-kulturowa pielęgniarek uchodźczyń z Ukrainy – wyzwanie czy szansa dla polskiego systemu ochrony zdrowia?**

*prof. dr hab. n. med. i n. o zdr. Joanna Gotlib, joanna.gotlib@wum.edu.pl, Zakład Edukacji i Badań w Naukach o Zdrowiu, Wydział Nauki o Zdrowiu, Warszawski Uniwersytet Medyczny*

Wraz z napływem do Polski uchodźców z Ukrainy rośnie również liczba pracowników medycznych, w tym pracujących przed wojną na Ukrainie lekarzy i pielęgniarek chcących obecnie podjąć zatrudnienie w jednostkach systemu ochrony zdrowia w Polsce. Według danych Ministerstwa Zdrowia na dzień 11 kwietnia 2022 roku 500 pielęgniarek z Ukrainy złożyło aplikacje i jest zainteresowanych podjęciem pracy zawodowej w wyuczonym zawodzie w Polsce. Wraz z dalszym napływem uchodźców, szacuje się, że liczba ta będzie systematycznie rosła. Sytuacja ta może się okazać również aktualna już po zakończeniu (w nieznanym czasie) konfliktu zbrojnego Rosja-Ukraina. Polityka Unii Europejskiej i dotychczas wydane dokumenty zachęcają polskie podmioty do zatrudniania uchodźców z Ukrainy na preferencyjnych warunkach.

Analizując sytuację w polskim systemie ochrony zdrowia, w których od lat zauważyć można rosnącą grupę pacjentów z Ukrainy, napływ personelu medycznego z Ukrainy mógłby stanowić wsparcie systemu (np. opieka nad pacjentami z Ukrainy, niwelująca różnice językowe i kulturowe). Z drugiej jednak strony zatrudnienie w podmiotach leczniczych pielęgniarek z Ukrainy na preferencyjnych warunkach (np. bez dodatkowych szkoleń) może stanowić istotną barierę w chęci do adaptacji w miejscu pracy wśród polskich pielęgniarek. Ze względu na znaczne różnice w systemie kształcenia pielęgniarek na Ukrainie, jak również, ze względu na istotną różnicę w sposobie organizacji systemu ochrony zdrowia, pielęgniarki z Ukrainy wymagają szybkiej, efektywnej i skutecznej adaptacji do pracy w nieznanym im dotychczas systemie ochrony zdrowia. Dlatego też jednym z opisywanych w literaturze, najskuteczniejszych narzędzi w adaptacji zawodowej oraz społeczno-kulturowej jest objęcie pielęgniarek z Ukrainy mentorigiem zawodowym.

Podczas wykładu przedstawione zostaną najskuteczniejsze i najefektywniejsze metody adaptacji zawodowej pielęgniarek uchodźczyń i pielęgniarzy uchodźców, analizowane na podstawie literatury światowej oraz podjęta zostanie próba określenia, które z tych narzędzi mogłyby okazać się skuteczne w Polsce w obecnej sytuacji napływu uchodźców, w tym również pracowników medycznych z Ukrainy.

## **Alkohol jako element stylu życia współczesnego człowieka – zagrożenie dla zdrowia publicznego**

*dr hab. n. med. i n. o zdr. Dorota Lasota, dorota.lasota@wum.edu.pl, Katedra i Zakład Farmakologii Doświadczalnej i Klinicznej, Wydział Lekarski, Warszawski Uniwersytet Medyczny, ul. Banacha 1B, 02-097 Warszawa*

Cechą czasów współczesnych jest ogromna dynamika, występująca niemal we wszystkich obszarach aktywności człowieka. Życie w pośpiechu, sytuacje związane z pracą, zbyt duża ilość obowiązków czy przytłaczające zmęczenie, związane są z odczuwaniem silnego napięcia, co skłania do poszukiwania sposobów służących jego redukcji. Jednym z takich sposobów jest sięganie po rozmaite substancje psychoaktywne, w tym po alkohol, który z uwagi na społeczne przyzwolenie na jego konsumpcję, zajmuje czołową pozycję na liście substancji psychoaktywnych współcześnie stosowanych. Jednak spożywanie alkoholu rodzi poważne zagrożenia zdrowotne, jak i społeczne. Oczywiście ryzyko szkód spowodowanych alkoholem zależne jest od sposobu picia i ilości spożywanego alkoholu. Według Światowej Organizacji Zdrowia tzw. szkodliwe spożywanie alkoholu stanowi jeden z głównych problemów zdrowia publicznego i ważny czynnik ryzyka dla populacji.

Podstawowy patomechanizm alkoholu związany jest z jego depresyjnym oddziaływaniem na czynność ośrodkowego układu nerwowego. Poza tym działa szkodliwie na niemal wszystkie tkanki i narządy, prowadząc do układowych patologii, indukuje szereg zaburzeń metabolicznych, a nadużywany może powodować zaburzenia zdrowia psychicznego. Uważany jest także za najważniejszy czynnik ryzyka w urazach, które skutkują ciężkimi obrażeniami lub śmiercią. Jako czynnik zachowań ryzykownych w sposób istotny wpływa na występowanie i skutki wypadków drogowych. Spośród wszystkich substancji psychoaktywnych jest też najsilniejszym predyktorem zachowań impulsywnych i autoagresywnych, stanowiąc istotny czynnik ryzyka zachowań samobójczych.

Aby skutecznie ograniczyć skalę szkód zdrowotnych i społecznych wynikających ze spożywania alkoholu, konieczne jest wdrażanie oraz konsekwentne realizowanie odpowiednio zaprojektowanych działań profilaktycznych.

## **Współczesne zagrożenia zdrowia wyzwaniem dla profilaktyki medycznej**

***dr hab. n. o zdr. Anna Pacian, prof. uczelni, Katedra Zdrowia Publicznego,  
Wydział Nauk o Zdrowiu, Uniwersytet Medyczny w Lublinie***

Współczesny rozwój cywilizacji niesie z sobą mnóstwo korzyści, ale jednocześnie stwarza dla człowieka wiele zagrożeń zdrowia, które prowadzą do chorób cywilizacyjnych. Choroby cywilizacyjne są przyczyną przedwczesnych zgonów, niepełnosprawności, generują duże koszty społeczne oraz olbrzymie koszty leczenia. Biorąc pod uwagę powyższe konsekwencje należy podkreślić, że wdrożenie działań z zakresu profilaktyki medycznej jest niezbędne w zwalczaniu współczesnych zagrożeń zdrowia. Jednym z ważnych elementów działań profilaktyki medycznej jest realizacja Krajowych Programów Profilaktycznych, która pozwala na przeprowadzenie wczesnej diagnostyki zagrożeń zdrowia i wdrożenie działań terapeutycznych. Istotne znaczenie ma również edukacja zdrowotna, która powinna być realizowana przez wszystkich profesjonalistów i kierowana do pacjentów zdrowych, zagrożonych chorobą oraz chorych, co przyczyni się do zwiększenia poziomu wiedzy na temat czynników ryzyka współczesnych zagrożeń zdrowia i ich zwalczania.

# **Wystąpienia Uczestników**





## **Alkohol w ciąży jako czynnik zaburzący rozwój płodu**

*Marta Bronikowska, bronikowskamarta@gmail.com, Studenckie Koło Naukowe Ginekologii, Perinatologii i Medycyny Rozrodu, Wydział Lekarski, Collegium Medicum im. Ludwika Rydygiera w Bydgoszczy Uniwersytet Mikołaja Kopernika w Toruniu, <https://www.cm.umk.pl/>*

Narażenie na alkohol w okresie prenatalnym jest uważane za jedno z głównych wyzwań zdrowia publicznego. W Polsce alkohol spożywa 17-38% kobiet ciężarnych, z czego regularne picie alkoholu deklaruje około 2% kobiet. Wiele ciąż w krajach rozwijających się i rozwiniętych jest nieplanowanych, ze zwiększonym ryzykiem mimowolnego narażenia zarodka na działanie alkoholu w najwcześniejszym okresie ciąży. Teratogenne działanie alkoholu jest najbardziej odczuwalne podczas embriogenezy, dlatego alkohol zaburza rozwój zwłaszcza w pierwszym trymestrze. Eliminacja alkoholu przez płód jest bardzo powolna, a efekt jest zwielokrotniony przez wydalanie alkoholu do płynu owodniowego. Etanol wywiera działanie neurotoksyczne na rozwijający się mózg bezpośrednio poprzez oddziaływanie na tkanki mózgu płodu oraz pośrednio poprzez ingerencję w fizjologię łożyska i upośledzenie odżywiania matki. Brak niezbędnych do prawidłowego wzrostu rozwijającego się płodu jest ważnym czynnikiem ograniczającym wzrost dziecka. Częstość nadużywania alkoholu, wzorce spożycia i okres ekspozycji są krytycznymi czynnikami związanymi z nasileniem odrębnych cech płodowego spektrum zaburzeń alkoholowych (FASD). Najcięższa postać FASD jest znana jako płodowy zespół alkoholowy (FAS) i objawia się opóźnieniem wzrostu, charakterystycznymi wadami twarzoczaszki i defektami ośrodkowego układu nerwowego. Szacuje się, że globalne rozpowszechnienie FAS w populacji ogólnej wynosi 1,4 na 1000. Przypuszcza się, że zmiany te uwarunkowane są w nieprawidłowej metylacji DNA. Nie ustalono bezpiecznej dawki spożycia alkoholu w ciąży i stwierdza się, że niepicie alkoholu jest najbezpieczniejszą opcją. FAS jest chorobą, której można skutecznie zapobiegać, ale jej genetyczne podłoże sprawia, że wyleczenie jest niemożliwe, dlatego tak ważne jest zapobieganie zjawisku spożywania alkoholu w ciąży.

## **Coaching zdrowia jako praktyczne rozwiązanie problemu niskiej świadomości w obrębie działań prozdrowotnych**

**Małgorzata Makowska**, [malgorzata.makowska@ujk.edu.pl](mailto:malgorzata.makowska@ujk.edu.pl), Filia w Sandomierzu, Instytut Nauk o Zdrowiu, Uniwersytet Jana Kochanowskiego w Kielcach, <https://ujk.edu.pl/>

Współczesne czasy cechują się niespotykanym w historii ludzkości dostępem do wiedzy, a nowe odkrycia naukowe w medycynie, biologii, epigenetyce czy fizyce kwantowej pozwalają zrozumieć i znaleźć skuteczne narzędzia do profilaktyki i wspierania leczenia większości chorób, zwłaszcza o podłożu psychosomatycznym, co z kolei pozwala pacjentowi na aktywne uczestnictwo w procesie profilaktyki i leczenia. Powszechny dostęp do publikacji, książek, niewyczerpanych źródeł internetowych, akcji medialnych, projektów profilaktycznych stwarza możliwości edukacji prozdrowotnej na niespotykaną dotąd skalę. A jednak nadal obserwuje się dość niski poziom świadomości społecznej w kwestii przyczyn chorób psychosomatycznych, stanowiących większość wśród chorób cywilizacyjnych. Nawet jeśli społeczeństwo posiada szkolną wiedzę na ten temat, to wykorzystanie jej w praktyce swojego życia wciąż stwarza wiele problemów. Rozwiązaniem może być wspomaganie działań profilaktycznych czy leczenia medycznego o coaching, który stanowi metodę pracy z ludzkim potencjałem. Ponadto wspomaga klienta/pacjenta w odkrywaniu potencjału własnego organizmu i umysłu, a także w budowaniu zasobów psychoemocjonalnych, pozwalających mu wziąć odpowiedzialność za swoje zdrowie oraz aktywnie współuczestniczyć w profilaktyce i leczeniu dotyczących go chorób. Istotę coachingu stanowi odblokowanie potencjału osoby w celu maksymalizacji jej dokonań i działań – zatem jest pomaganiem w zdobywaniu zasobów wiedzy i praktycznych narzędzi aktywnego dbania o swój dobrostan psychofizyczny. Z tego punktu widzenia coaching, wsparty także specjalistycznym mentoringiem, stanowić może skuteczne uzupełnienie pracy lekarza, pielęgniarki, fizjoterapeuty czy dietetyka, jako element holistycznej strategii w profilaktyce i leczeniu chorób cywilizacyjnych. Opracowanie prezentuje przegląd obecnych możliwości stosowania coachingu zdrowia oraz analizę przykładowych przypadków i działań z pracy coacha praktyka.

## Depresja – nowe cele farmakoterapii

**Ewelina Sujkowska**, [esujkowska@ur.edu.pl](mailto:esujkowska@ur.edu.pl), Zakład Fizjologii Człowieka, Instytut Nauk Medycznych, Kolegium Nauk Medycznych, Uniwersytet Rzeszowski, [www.ur.edu.pl](http://www.ur.edu.pl)

**Patrycja Pańczyszyn-Trzewik**, [ppanczyszyn@ur.edu.pl](mailto:ppanczyszyn@ur.edu.pl), Zakład Fizjologii Człowieka, Instytut Nauk Medycznych, Kolegium Nauk Medycznych, Uniwersytet Rzeszowski, [www.ur.edu.pl](http://www.ur.edu.pl)

**Magdalena Sowa-Kućma**, [msowa@ur.edu.pl](mailto:msowa@ur.edu.pl), Zakład Fizjologii Człowieka, Instytut Nauk Medycznych, Kolegium Nauk Medycznych, Uniwersytet Rzeszowski, [www.ur.edu.pl](http://www.ur.edu.pl)

Depresja to najczęstsze schorzenie psychiczne i czwarty najpoważniejszy problem zdrowotny na świecie. Zgodnie z WHO aktualnie cierpi na nią ok. 280 milionów ludzi (3,8% populacji) i coraz częściej diagnozowana jest u ludzi młodych, w tym u dzieci. W USA dotyczy około 2,3 mln (9,7%) nastolatków. W Europie szacuje się, że 9 milionów nastolatków żyje z zaburzeniami zdrowia psychicznego, przy czym lęk i depresja stanowią ponad połowę przypadków. Pandemia COVID-19 i aktualny konflikt zbrojny w Ukrainie mogą jedynie pogorszyć te statystyki. U osób z zaburzeniami depresyjnymi obserwuje się obniżony nastrój, spadek napędu psychoruchowego, zaburzenia rytmu okołodobowego oraz objawy somatyczne. Wszystko to istotnie wpływa na funkcjonowanie człowieka w społeczeństwie, w tym jego myślenie oraz postrzeganie rzeczywistości. Najpoważniejszym skutkiem depresji jest samobójstwo, które corocznie popełnia ok. 700 000 osób. Jest to czwarta najczęstsza przyczyna śmierci w grupie 15-29-latków.

Chociaż istnieje wiele leków (np. escitalopram, sertralina, wenlafaksyna, duloksetyna itp.), które przywracają prawidłowe funkcjonowanie neuroprzekaznictwa w mózgu (główna przyczyna depresji), to ich skuteczność bardzo często bywa niezadowalająca. Ponadto wywołują niekorzystne dla pacjentów skutki uboczne. Stąd intensywnie poszukuje się efektywniejszych leków przeciwdepresyjnych w oparciu o nowe mechanizmy komórkowe, których związek z etiologią depresji został udowodniony. Wśród najnowszych koncepcji można wymienić m.in. próby zastosowania modulatorów receptorów dla glutaminianu (w tym potencjatorów AMPAR i antagonistów NMDAR) oraz

GABA (GABAA), inhibitorów cyklooksygenazy (COX) i antycytokin, czy związków redukujących stres oksydacyjny.

Celem niniejszej pracy jest przedstawienie nowych kierunków badań i nowych trendów w poszukiwaniu skuteczniejszych farmakoterapii depresji.

Praca powstała w ramach realizacji projektów: UMO-2016/21/B/NZ7/01623 oraz UMO-2016/23/N/NZ4/01337 finansowanych przez Narodowe Centrum Nauki.

## **E-papierosy zdrowszą alternatywą dla tradycyjnego „dymka”?**

**Paweł Mroczek**, [pawinio18@wp.pl](mailto:pawinio18@wp.pl), Kolegium Szkoły Doktorskiej Wydziału Nauk Medycznych w Zabrze Śląskiego Uniwersytetu Medycznego w Katowicach, Katedra i Zakład Chemii; Wydział Nauk Medycznych w Zabrze, Śląski Uniwersytet Medyczny w Katowicach, Jordana 19, 41-808 Zabrze, [www.katedra-chemii.sum.edu.pl](http://www.katedra-chemii.sum.edu.pl)

Od wprowadzenia w 2006 roku na rynek e-papierosów stały się one w krótkim czasie niezwykle popularne, zwłaszcza wśród młodzieży. Dodatkowym ich atutem była teza, iż są one zdrowszą alternatywą tradycyjnych papierosów. Jednak w trakcie wielu badań naukowych odkryto ich szkodliwy wpływ na układ oddechowy, krążenia, czy procesy nowotworzenia. W trakcie waporyzacji z prostych związków powstają toksyczne substancje takie jak: akroleina, acetaldehyd oraz formaldehyd, które powodują stres oksydacyjny i wywierają negatywne skutki na metabolizm komórkowy. Ponadto tworzą się kancerogenne związki z grupy nitrozoamin. Kolejną substancją stanowiącą poważne zagrożenie dla zdrowia jest nikotyna. Związek ten łatwo przenika do krwioobiegu, a jako neurotransmitter stymuluje wydzielanie dopaminy w mózgu, pobudzając tym samym układ nagrody, co przyczynia się do uzależnienia. Wypalenie jednego papierosa dostarcza około 1 mg nikotyny, natomiast ilość nikotyny w liquidach osiąga wartość nawet do 20 mg/ml. Objawami przedawkowania nikotyny mogą być: nudności, wymioty, drgawki, a nawet śmierć. W badaniach prowadzonych na myszach wykazano upośledzenie odporności na zakażenie *S. pneumoniae* i wirusa grypy typu A w układzie oddechowym, u osobników narażonych na dym z e-papierosów. Podobnie jak w przypadku tradycyjnych papierosów, dym z e-papierosów predysponuje do rozwoju przewlekłej obturacyjnej choroby płuc. W badaniach wykazano również, że nawet krótkotrwałe używanie e-papierosów jest szkodliwe dla układu oddechowego mimo braku nikotyny. Badania potwierdzają także wzrost akcji serca oraz ciśnienia tętniczego krwi u osób palących e-papierosy, które w następstwie mogą prowadzić do niedokrwienia mięśnia sercowego. Zaletą stosowania e-papierosów zauważalną w danych statystycz-

nych jest pomoc w rzuceniu palenia. W ciągu roku od rozpoczęcia używania e-papierosów aż 8,7% więcej osób pozbywa się nałogu i jest to skuteczniejsze niż stosowanie zastępczej terapii nikotynowej.

## **Ocena funkcji rozkurczowej lewej komory za pomocą echokardiografii – aktualne możliwości i znaczenie w praktyce klinicznej**

**Grzegorz K. Jakubiak**, *grzegorz.k.jakubiak@gmail.com*, Katedra i Oddział Kliniczny Chorób Wewnętrznych, Angiologii i Medycyny Fizykalnej w Bytomiu, Wydział Nauk Medycznych w Zabrze, Śląski Uniwersytet Medyczny w Katowicach, [www.angiomedfiz.sum.edu.pl](http://www.angiomedfiz.sum.edu.pl)

**Grzegorz Cieślar**, *cieslar1@tlen.pl*, Katedra i Oddział Kliniczny Chorób Wewnętrznych, Angiologii i Medycyny Fizykalnej w Bytomiu, Wydział Nauk Medycznych w Zabrze, Śląski Uniwersytet Medyczny w Katowicach, [www.angiomedfiz.sum.edu.pl](http://www.angiomedfiz.sum.edu.pl)

**Agata Stanek**, *astanek@tlen.pl*, Katedra i Oddział Kliniczny Chorób Wewnętrznych, Angiologii i Medycyny Fizykalnej w Bytomiu, Wydział Nauk Medycznych w Zabrze, Śląski Uniwersytet Medyczny w Katowicach, [www.angiomedfiz.sum.edu.pl](http://www.angiomedfiz.sum.edu.pl)

Echokardiograficzna ocena funkcji rozkurczowej lewej komory cieszy się dużym zainteresowaniem i jest szczególnie istotna u osób z podejrzeniem niewydolności serca, u których nie stwierdzono cech dysfunkcji skurczowej. Strukturalną podstawą dysfunkcji rozkurczowej jest remodeling miokardium, prowadzący do zwiększonego ciśnienia napełniania lewej komory. Wyróżnia się trzy stopnie dysfunkcji rozkurczowej miokardium lewej komory: zaburzenia relaksacji (I stopień), pseudonormalizacja (II stopień) oraz restrykcja (III stopień). Do najważniejszych parametrów przydatnych w ocenie funkcji rozkurczowej lewej komory należy: stosunek prędkości fali E do prędkości fali A w profilu napływu mitralnego, prędkość E' ruchu pierścienia mitralnego oceniona za pomocą tkankowej echokardiografii dopplerowskiej, stosunek wartości E do wartości E', indeks objętości lewego przedsionka oraz prędkość maksymalna fali niedomykalności zastawki trójdzielnej. Do dodatkowych parametrów, które można uwzględnić w ocenie funkcji rozkurczowej lewej komory, należy: czas trwania fali A napływu mitralnego, czas deceleracji fali E napływu mitralnego, prędkość fali S przepływu w żyłach płucnych, prędkość fali D przepływu w żyłach płucnych, czas trwania fali Ar przepływu w żyłach płucnych oraz czas trwania rozkurczu izowolumetrycznego. Spośród wspomnianych, dodatkowych parametrów, użyteczność niektórych podlega



dopiero ewaluacji w badaniach naukowych i nie są one na razie szeroko stosowane w praktyce klinicznej. Celem niniejszego wystąpienia było przedstawienie wyników przeglądu literatury w zakresie aktualnego stanu wiedzy na temat echokardiograficznej oceny funkcji rozkurczowej lewej komory oraz znaczenia tej metody w praktyce klinicznej.

## Ocena funkcji skurczowej prawej komory za pomocą echokardiografii – aktualne możliwości i znaczenie w praktyce klinicznej

**Grzegorz K. Jakubiak**, [grzegorz.k.jakubiak@gmail.com](mailto:grzegorz.k.jakubiak@gmail.com), Katedra i Oddział Kliniczny Chorób Wewnętrznych, Angiologii i Medycyny Fizykalnej w Bytomiu, Wydział Nauk Medycznych w Zabrze, Śląski Uniwersytet Medyczny w Katowicach, [www.angiolmedfiz.sum.edu.pl](http://www.angiolmedfiz.sum.edu.pl)

**Grzegorz Cieślar**, [cieslar1@tlen.pl](mailto:cieslar1@tlen.pl), Katedra i Oddział Kliniczny Chorób Wewnętrznych, Angiologii i Medycyny Fizykalnej w Bytomiu, Wydział Nauk Medycznych w Zabrze, Śląski Uniwersytet Medyczny w Katowicach, [www.angiolmedfiz.sum.edu.pl](http://www.angiolmedfiz.sum.edu.pl)

**Agata Stanek**, [astanek@tlen.pl](mailto:astanek@tlen.pl), Katedra i Oddział Kliniczny Chorób Wewnętrznych, Angiologii i Medycyny Fizykalnej w Bytomiu, Wydział Nauk Medycznych w Zabrze, Śląski Uniwersytet Medyczny w Katowicach, [www.angiolmedfiz.sum.edu.pl](http://www.angiolmedfiz.sum.edu.pl)

Przezkłatkowe badanie echokardiograficzne odrywa podstawową rolę w ocenie geometrii oraz funkcji skurczowej prawej komory. Podstawowym parametrem, najszerzej stosowanym w rutynowej praktyce klinicznej do oceny funkcji skurczowej prawej komory jest amplituda skurczowego ruchu pierścienia zastawki trójdzielnej (TAPSE, ang. *tricuspid annular plane systolic excursion*), oceniona za pomocą obrazowania jednowymiarowego. Do innych parametrów, przeznaczonych do oceny funkcji skurczowej prawej komory, należą: maksymalna prędkość skurczowa pierścienia zastawki trójdzielnej, zmiana pola powierzchni prawej komory (FAC, ang. *fractional area change*), globalne odkształcenie prawej komory, wskaźnik sprawności mięśnia prawej komory oraz frakcja wyrzutowa prawej komory oceniona za pomocą echokardiografii trójwymiarowej. Echokardiograficzna ocena funkcji skurczowej prawej komory odgrywa kluczową rolę w diagnostyce niewydolności serca, a także w ocenie ryzyka wczesnego zgonu u chorego z zatorowością płucną. Ponadto, istnieją wyniki badań pokazujące, że ocena funkcji skurczowej prawej komory posiada rokownicze znaczenie w takich populacjach chorych, jak m.in.: pacjenci leczeni z powodu niewydolności serca zarówno z zachowaną, jak również z obniżoną funkcją skurczową lewej komory, pacjenci leczeni za pomocą terapii resynchronizującej, pacjenci leczeni inwazyjnie z powodu

wady zastawkowej oraz pacjenci z rozpoznaną kardiomiopatią. Celem niniejszego wystąpienia było przedstawienie wyników przeglądu literatury na temat aktualnego stanu wiedzy w zakresie echokardiograficznej oceny funkcji skurczowej prawej komory oraz znaczenia tej metody w praktyce klinicznej.

## Ocena prawdopodobieństwa nadciśnienia płucnego za pomocą echokardiografii – aktualne możliwości i znaczenie w praktyce klinicznej

**Grzegorz K. Jakubiak**, [grzegorz.k.jakubiak@gmail.com](mailto:grzegorz.k.jakubiak@gmail.com), Katedra i Oddział Kliniczny Chorób Wewnętrznych, Angiologii i Medycyny Fizykalnej w Bytomiu, Wydział Nauk Medycznych w Zabrze, Śląski Uniwersytet Medyczny w Katowicach, [www.angiolmedfiz.sum.edu.pl](http://www.angiolmedfiz.sum.edu.pl)

**Grzegorz Cieślar**, [cieslar1@tlen.pl](mailto:cieslar1@tlen.pl), Katedra i Oddział Kliniczny Chorób Wewnętrznych, Angiologii i Medycyny Fizykalnej w Bytomiu, Wydział Nauk Medycznych w Zabrze, Śląski Uniwersytet Medyczny w Katowicach, [www.angiolmedfiz.sum.edu.pl](http://www.angiolmedfiz.sum.edu.pl)

**Agata Stanek**, [astanek@tlen.pl](mailto:astanek@tlen.pl), Katedra i Oddział Kliniczny Chorób Wewnętrznych, Angiologii i Medycyny Fizykalnej w Bytomiu, Wydział Nauk Medycznych w Zabrze, Śląski Uniwersytet Medyczny w Katowicach, [www.angiolmedfiz.sum.edu.pl](http://www.angiolmedfiz.sum.edu.pl)

Nadciśnienie płucne (NP), definiowane jako nieprawidłowy wzrost ciśnienia w tętnicy płucnej, nie jest jednorodną jednostką chorobą, lecz może być konsekwencją wielu procesów o zróżnicowanej etiopatogenezie, dotyczących pierwotnie m.in.: serca, płuc oraz naczyń płucnych. W praktyce klinicznej powszechne zastosowanie znajduje klasyfikacja etiologiczna NP, opracowana przez Europejskie Towarzystwo Kardiologiczne. Choć złotym standardem diagnostycznym, wykonywanym w celu jednoznacznego rozpoznania NP, jest inwazyjny pomiar ciśnienia na drodze cewnikowania tętnicy płucnej w pracowni hemodynamiki, to taka procedura jest zasadna jedynie u części chorych z podejrzeniem NP. Podstawowym badaniem dodatkowym, pozwalającym na ocenę prawdopodobieństwa NP, jest przezklatkowe badanie echokardiograficzne. Pomiar maksymalnej prędkości niedomykalności zastawki trójdzielnej pozwala na zakwalifikowanie chorego do grupy o niskim ( $\leq 2,8$  m/s), pośrednim (2,9-3,4 m/s) lub wysokim ( $> 3,4$  m/s) prawdopodobieństwie NP, zaś obecność dodatkowych cech przeciążenia prawej komory pozwala na zmianę pierwotnie oszacowanego prawdopodobieństwa na wyższą kategorię. Do takich cech należy: stosunek rozkurczowego wymiaru podstawnego prawej komory do analogicznego wymiaru lewej komory  $> 1,0$ , skrócony czas akceleracji prędkości przepływu krwi mierzony na poziomie zastawki tętnicy

płucnej i/lub śródskurczowe zwolnienie wyrzutu, wczesnorozkurczowa prędkość niedomykalności zastawki tętnicy płucnej  $> 2,2$  m/s, poszerzenie tętnicy płucnej, poszerzenie żyły głównej dolnej ze zmniejszoną zmiennością oddechową oraz zwiększone pole powierzchni końcowoskurczowej prawego przedsionka. Duża wartość badania echokardiograficznego w ocenie ciśnienia w krążeniu płucnym została potwierdzona w metaanalizach. Celem niniejszego wystąpienia było przedstawienie aktualnego stanu wiedzy na temat echokardiograficznej oceny prawdopodobieństwa NP oraz znaczenia tej metody w praktyce klinicznej.

## **Profilaktyka czyli „autostrada” do zdrowia**

**Maciej Strugała**, *strugalamaciej96@gmail.com*, Wydział Lekarski, Collegium Medicum im. Ludwika Rydygiera w Bydgoszczy, [www.cm.umk.pl](http://www.cm.umk.pl)

Zgodnie z definicją Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) zdrowie to stan pełnego/całkowitego dobrego samopoczucia/dobrostanu fizycznego, psychicznego i społecznego, a nie brak choroby czy niepełnosprawności. Jednym z większych zagrożeń dla człowieka jest utrata zdrowia, dlatego od opieki zdrowotnej w każdym kraju wymaga się stworzenia i wdrożenia odpowiednich działań, których celem jest uniknięcie wszelkich chorób w społeczeństwie.

Fundamentalnym elementem walki z chorobami jest profilaktyka, która pomaga nie tylko im zapobiec, ale także wcześniej je wykryć. Wśród korzystnych zachowań zdrowotnych wymienia się odpowiednią dietę, aktywność fizyczną, radzenie sobie ze stresem i trudnymi sytuacjami, a także poddawanie się okresowym kontrolom lekarskim oraz tak zwanym badaniom skriningowym.

W Polsce jest wiele przesiewowych badań profilaktycznych, których głównym celem jest zbadanie określonej populacji pod kątem wczesnych objawów danej choroby. Uważa się, że gdyby wszystkie osoby poddawały się zalecanej przesiewowej kolonoskopii, zaawansowany rak jelita grubego prawie by nie istniał. Niestety spora część społeczeństwa nie bierze udziału w programach profilaktycznych.

Celem mojego wystąpienia był przegląd podstawowych programów profilaktycznych w Polsce oraz omówienie kryteriów włączenia, a także podniesienie wiedzy i świadomości na temat korzystnego wpływu poddawaniu się badaniom przesiewowym dla całego społeczeństwa. Przedstawię także gdzie lub u kogo można uzyskać informacji na temat badań przesiewowych.

## **Redukcja stresu oraz poprawa w zakresie funkcjonowania emocjonalnego, psychicznego i sposobów radzenia sobie ze stresem pod wpływem treningu mindfulness (MBSR)**

*Sylvia Sumińska, [sysum@ciop.pl](mailto:sysum@ciop.pl), Centralny Instytut Ochrony Pracy – Państwowy Instytut Badawczy*

Stres jest jednym z najbardziej powszechnych problemów zdrowotnych w Unii Europejskiej. Przyczynia się do pogorszenia stanu zdrowia oraz pojawienia się depresji i zaburzeń lękowych. Jedną z metod przyczyniającą się do przezwyciężenia stresu jest trening mindfulness (lub MBSR). Wiele badań ujawnia, że trening mindfulness jest pomocny w leczeniu chorób somatycznych, zaburzeń lękowych, depresji, poprawie funkcjonowania społecznego, we wzroście energii życiowej i jakości życia. Celem projektu było sprawdzenie wpływu treningów MBSR na funkcjonowanie psychiczne oraz wpływu codziennego monitorowania poziomu stresu i parametrów fizjologicznych podczas 8-tygodniowej praktyki mindfulness na redukcję stresu. W badaniu wzięło udział 60 osób doświadczających wysokiego poziomu stresu, które uczestniczyły w 2 pomiarach w odstępie 8 tygodni i które zostały zakwalifikowane do grupy uczestniczącej w treningu MBSR, do grupy, która dodatkowo monitorowała parametry fizjologiczne za pomocą smartwatchy oraz do grupy kontrolnej. Pomiar przed i po treningu MBSR obejmowały pomiar poziomu stresu, objawów lękowych i depresyjnych (DASS-21), uważności w życiu codziennym (MAAS), ocenę ogólnego funkcjonowania (KOOF-58) oraz sposobów radzenia sobie ze stresem (COPE). Analizę wyników przeprowadzono za pomocą testów nieparametrycznych. Analiza ujawniła obniżenie poziomu stresu, spadek objawów lękowych i objawów zaburzeń odżywiania pod wpływem treningu w obu grupach uczestniczących, jak również wzrost uważności. Ponadto w grupie, która nie monitorowała parametrów fizjologicznych organizmu zaobserwowano redukcję objawów zaburzeń poznawczych, zaburzeń snu oraz objawów uzależnienia. W grupie kontrolnej nie zaobserwowano istotnych różnic między pomiarami. Analiza wskazuje, że monito-

rowanie parametrów fizjologicznych nie jest pomocne w zakresie redukcji stresu podczas praktykowania mindfulness. Wyniki te wskazują na konieczność dalszych badań dotyczących monitorowania poziomu stresu za pomocą smartwatchy.



## **Specyfika opieki pielęgniarskiej nad pacjentem z zaburzeniami psychicznymi w schizofrenii. Studium przypadku**

**Marek Matukin**, *marek.matukin@mail.de, Katedra Pielęgniarstwa i Ratownictwa Medycznego, Instytut Nauk o Zdrowiu, Akademia Pomorska w Słupsku*

**Aleksandra Góral-Kubasik**, *aleksandra.goral-kubasik@apsl.edu.pl, Zakład Pielęgniarstwa, Katedra Pielęgniarstwa i Ratownictwa Medycznego, Instytut Nauk o Zdrowiu, Akademia Pomorska w Słupsku*

**Kazimiera Hebel**, *kazimiera.hebel@apsl.edu.pl, Katedra Pielęgniarstwa i Ratownictwa Medycznego, Instytut Nauk o Zdrowiu, Akademia Pomorska w Słupsku*

Schizofrenia należy do najczęstszych chorób o podłożu psychicznym na całym świecie, z liczbą chorych szacowaną na 24 mln całkowitej populacji oraz z częstością występowania wynoszącą 0,7-1%. Zadania stawiane personelowi pielęgniarskiemu wobec osoby z zaburzeniami psychicznymi określanymi mianem schizofrenia wraz z dalekosiężnymi czynnościami realizowanymi w ramach profilaktyki trzeciorzędowej, stanowią osnowę działań podejmowanych przez pielęgniarki i pielęgniarzy dbających o powrót pacjenta do optymalnego stanu zdrowia.

Celem niniejszej pracy było przedstawienie propozycji procesu pielęgnowania pacjenta z zaburzeniami schizofrenicznymi, interpretacja wyników oraz wyciągnięcie wniosków z opracowanego planu opieki.

Zastosowano metodę indywidualnego przypadku pacjenta (Case study) ze zdiagnozowaną schizofrenią. W oparciu o przeprowadzone interwencje pielęgniarskie w powiązaniu z teorią deficytu samoopieki Dorothei Orem zdiagnozowano priorytetowe problemy oraz przeprowadzono implementację interwencji niwelujących. Wdrożona profilaktyka trzeciorzędowa przyjęła formę edukacji osoby chorej.

Potrzeby bio-psycho-społeczne zostały zaspokojone dzięki właściwej diagnozie i interwencji pielęgniarskiej realizowanej w ramach kompleksowej opieki psychiatrycznej. Komunikacja interpersonalna przyniosła pozytywne efekty w postaci zahamowania procesu pogłębiania osamotnienia prowadzącego do izolacji i wyobcowania społecznego.

## **Sprawność funkcjonalna chorych z cukrzycą typu II**

**Joanna Siwek**, [jsiwek@ump.edu.pl](mailto:jsiwek@ump.edu.pl) Katedra i Zakład Profilaktyki Zdrowotnej, Uniwersytet Medyczny im. Karola Marcinkowskiego w Poznaniu,

**Agata Makowiak**, [agata.makowiak@interia.pl](mailto:agata.makowiak@interia.pl)

**Joanna Stanisławska**, [jstanislawski@ump.edu.pl](mailto:jstanislawski@ump.edu.pl) Katedra i Zakład Profilaktyki Zdrowotnej, Uniwersytet Medyczny im. Karola Marcinkowskiego w Poznaniu

**Kinga Siwek**, [ksiwiek@ump.edu.pl](mailto:ksiwiek@ump.edu.pl) Katedra i Zakład Profilaktyki Zdrowotnej, Uniwersytet Medyczny im. Karola Marcinkowskiego w Poznaniu

**Dorota Talarska**, [dtalarska@ump.edu.pl](mailto:dtalarska@ump.edu.pl) Katedra i Zakład Profilaktyki Zdrowotnej, Uniwersytet Medyczny im. Karola Marcinkowskiego w Poznaniu

Cukrzyca typu 2 jest najczęściej występującą przewlekłą chorobą metaboliczną. Przebiega skrycie, o różnym podłożu. Wśród czynników predysponujących wymienia się czynniki genetyczne i środowiskowe (mała aktywność fizyczna, złe nawyki żywieniowe, nałogi, szybsze tempo życia, ciąża, napięcie nerwowe). Jakość życia pacjentów w dużej mierze zależy od stanu somatycznego, sprawności fizycznej, samopoczucia psychicznego i relacji społecznych.

Celem pracy była ocena funkcjonowania pacjentów z cukrzycą typu 2 w sferze fizycznej, emocjonalnej, społecznej oraz określenie czynników wpływających na ogólne funkcjonowanie i jakość życia diabetyków.

Analizie poddano 100 pacjentów z cukrzycą typu 2, hospitalizowanych w oddziale wewnętrznym SP ZOZ w Kościanie. Średnia wieku wynosiła 71 lat. Przebadano 42% kobiet i 58% mężczyzn. W badaniu wykorzystano: skalę Barthel oceniającą sprawność w zakresie podstawowych aktywności życiowych, skalę Becka badającą nasilenia objawów depresji, autorski kwestionariusz umożliwiający ocenę: przebiegu cukrzycy, jej leczenia, zachowań chorych związanych z cukrzycą, obecności schorzeń współistniejących, powikłań cukrzycy, aktywności fizycznej oraz wpływu cukrzycy na funkcjonowanie chorych oraz na jakość życia.

Z analizy danych wynika, że cukrzyca typu 2 wywiera negatywny wpływ na sprawność funkcjonalną pacjentów w sferze fizycznej, emocjonalnej, rodzinnej i społecznej. Wiek pacjentów, obecność chorób współistniejących, czas

trwania choroby, powikłania cukrzycowe, problemy z pamięcią i koncentracją oraz nasilenie objawów depresji to czynniki pogorszające sprawność i jakość życia osób z cukrzycą typu 2.

Cukrzyca typu 2 wpływa na sprawność funkcjonalną pacjentów. Obecność schorzeń współistniejących wpływała na pogorszenie funkcjonowania chorych z cukrzycą typu 2 głównie w sferze fizycznej.

## **Wpływ aktywności fizycznej na stan gospodarki lipidowej**

**Patrycja Gazda**, patigazda27@gmail.com, Wydział Nauk o Żywności i Biotechnologii, Uniwersytet Przyrodniczy w Lublinie

**Agnieszka Malik**, agnieszka.malik@up.lublin.pl, Katedra Biotechnologii, Mikrobiologii i Żywienia Człowieka, Wydział Nauk o Żywności i Biotechnologii, Uniwersytet Przyrodniczy w Lublinie

**Monika Pytka**, monika.pytka@up.lublin.pl, Katedra Biotechnologii, Mikrobiologii i Żywienia Człowieka, Wydział Nauk o Żywności i Biotechnologii, Uniwersytet Przyrodniczy w Lublinie

Globalnie postępujący rozwój chorób cywilizacyjnych i szczególna rola regularnej aktywności fizycznej sprawiają, że analiza wpływu wysiłku fizycznego na zaburzenia lipidowe jest niewątpliwie zasadna. Aktywność fizyczna korzystnie wpływa na ogólne funkcjonowanie organizmu człowieka i obniża ryzyko rozwoju wielu jednostek chorobowych. Systematycznie podejmowany wysiłek fizyczny wykazuje szereg prozdrowotnych oddziaływań na profil lipidowy krwi. Odpowiednio dobrany i regularny wysiłek korzystnie wpływa na kontrolę ciśnienia tętniczego krwi, przeciwdziała zaburzeniom rytmu serca, może obniżyć poziom lipoproteiny frakcji LDL oraz stężenie trójglicerydów we krwi, a nawet zwiększyć stężenie „dobrego cholesterolu” frakcji HDL. Skutkuje to zmniejszeniem progresji miażdżycy, a tym samym zmniejsza ryzyko rozwoju wielu chorób układu krążenia. Szereg analiz naukowych wskazuje na istotną rolę aktywności fizycznej w zapobieganiu i leczeniu również wielu innych chorób i dolegliwości. Aktywność fizyczna stanowi istotny element nefarmakologicznego przeciwdziałania otyłości. Podejmowany wysiłek fizyczny wspiera leczenie nadwagi i otyłości oraz zapobiega rozwojowi ich powikłań. Praca została opracowana na podstawie gruntownej analizy piśmiennictwa i dotyczy związku aktywności fizycznej z występowaniem zaburzeń lipidowych, które sprzyjają wystąpieniu chorób sercowo-naczyniowych min. nadciśnienia tętniczego, zawału mięśnia sercowego, arytmii serca oraz związanych z nimi zaburzeń gospodarki węglowodanowej w postaci cukrzycy typu II i otyłości.

## **Wpływ pandemii COVID-19 na zmianę przyzwyczajień kosmetycznych i higienicznych Polek**

**Patrycja Mościcka**, [patrycja.moscicka@umb.edu.pl](mailto:patrycja.moscicka@umb.edu.pl), Zakład Medycyny Estetycznej, Wydział Farmaceutyczny z Oddziałem Medycyny Laboratoryjnej, Uniwersytet Medyczny w Białymstoku, [https://www.umb.edu.pl/wf/zaklad\\_medycyny\\_estetycznej](https://www.umb.edu.pl/wf/zaklad_medycyny_estetycznej)

**Andrzej Przyłipiak**, [andrzej.przylipiak@umb.edu.pl](mailto:andrzej.przylipiak@umb.edu.pl), Zakład Medycyny Estetycznej, Wydział Farmaceutyczny z Oddziałem Medycyny Laboratoryjnej, Uniwersytet Medyczny w Białymstoku, [https://www.umb.edu.pl/wf/zaklad\\_medycyny\\_estetycznej](https://www.umb.edu.pl/wf/zaklad_medycyny_estetycznej)

Pandemia COVID-19 wpłynęła na zmianę wielu zachowań z zakresu przyzwyczajień kosmetycznych i higienicznych. Zalecenia WHO wskazywały, na konieczność zwiększenia częstotliwości mycia rąk i regularnego stosowania preparatów dezynfekujących. Natomiast nagła zmiana trybu życia, którą spowodował lockdown, izolacja w domach w związku z wprowadzeniem obowiązku pracy i nauki zdalnej oraz nakaz noszenia maseczek ochronnych w miejscach publicznych, wpłynęły na zmianę częstotliwości wykonywania makijażu, a co za tym idzie – korzystania z kosmetyków kolorowych. Dodatkowy czas wolny można było spożytkować np. na domowe zabiegi kosmetyczne.

Celem przeprowadzonego badania było określenie zmian w nawykach kosmetycznych i higienicznych Polek podczas ograniczenia opuszczania domów spowodowanego pandemią COVID-19.

Praca jednoznacznie wskazuje, że podczas pandemii nastąpiły zmiany nawyków higienicznych i kosmetycznych Polek. Porównano odpowiedzi dotyczące częstości nawyków sprzed i w trakcie pandemii. Respondenci wskazali, że częściej myją ręce po powrocie do domu i po skorzystaniu z transportu miejskiego. Zaobserwowano zwiększone użycie środków dezynfekujących. Odnotowano zwiększoną częstotliwość korzystania z prysznica. Określono, że podczas pandemii Polki rzadziej myły włosy w stosunku do stanu przed lockdownem. Analiza wyników wskazała, że częstość używania kremu do rąk uległa zwiększeniu, a ilość kosmetyków używanych do wykonywania makijażu – zmniejszeniu. Prawie połowa badanych deklaruje, że planuje utrzymać nowe nawyki także po zakończeniu pandemii.

## Indeks Auorów

Bronikowska M. ....	17
Cieślak G. ....	23, 25, 27
Gazda P. ....	35
Gotlib J. ....	11
Góral-Kubasik A. ....	32
Hebel K. ....	32
Jakubiak G.K. ....	23, 25, 27
Lasota D. ....	13
Makowiak A. ....	33
Makowska M. ....	18
Malik A. ....	35
Matukin M. ....	32
Mościcka P. ....	36
Mroczek P. ....	21
Pacian A. ....	14
Pańczyszyn-Trzewik P. ....	19
Przylipiak A. ....	36
Pytka M. ....	35
Siwek J. ....	33
Siwek K. ....	33
Sowa-Kućma M. ....	19
Stanek A. ....	23, 25, 27
Stanisławska J. ....	33
Strugała M. ....	29
Sujkowska E. ....	19
Sumińska S. ....	30
Talarska D. ....	33

**dr n. med., dr n. praw. Łukasz B. Pilarz**

*Prawo międzynarodowe i krajowe wobec komercjalizacji ex mortuo komórek, tkanek i narządów ludzkich*



Zamówienia:

- [www.wydawnictwo-tygiel.pl](http://www.wydawnictwo-tygiel.pl)
- [kontakt@wydawnictwo-tygiel.pl](mailto:kontakt@wydawnictwo-tygiel.pl)
- tel. 733 933 178 (Alicja Danielewska)
- ul. Głowackiego 35/348, Lublin
- <https://allegro.pl/oferta/pilarz-prawo-komercjalizacja-ex-mortuo-kanek-10433004974>

**Grzegorz Gawlik, Barbara Pucelik, Adam Klóś, Ewelina Madej,  
Janusz M. Dąbrowski, Przemysław M. Płonka**

*Rozwój nowoczesnych metod terapeutycznych w leczeniu czerniaka.  
Mechanizmy molekularne i zastosowanie kliniczne*



**Zamówienia:**

- [www.wydawnictwo-tygiel.pl](http://www.wydawnictwo-tygiel.pl)
  - [kontakt@wydawnictwo-tygiel.pl](mailto:kontakt@wydawnictwo-tygiel.pl)
  - tel. 733 933 178 (Alicja Danielewska)
  - ul. Głowackiego 35/348, Lublin
- <https://allegro.pl/oferta/metody-terapeutyczne-w-leczeniu-czerniaka-11912304840>





Wydawnictwo  
**TYGIEL**

Zapraszamy do zapoznania się z aktualną ofertą  
**Wydawnictwa Naukowego TYGIEL**

[kontakt@wydawnictwo-tygiel.pl](mailto:kontakt@wydawnictwo-tygiel.pl)

[www.wydawnictwo-tygiel.pl](http://www.wydawnictwo-tygiel.pl)



© DZIAŁALNOŚĆ

#### Wydawnictwo

Wydawnictwo Naukowe TYGIEL to podmiot zrodzony z doświadczenia oraz zaangażowania zespołu osób w pełni poświęconych promocji nauki i szeroko rozumianego rozwoju.

Publikowane przez nas prace są odzwierciedleniem trendów badawczych oraz zainteresowań naukowych środowiska akademickiego.



© DZIAŁALNOŚĆ

#### Biblioteka Cyfrowa

Biblioteka Cyfrowa należąca do Wydawnictwa Naukowego TYGIEL zawiera wszystkie publikacje wydawane przez Wydawnictwo. Dodatkowo została przyłączona do Federacji Bibliotek Cyfrowych, dzięki czemu mogą Państwo przeglądać zbiory udostępniane na całym świecie.



© DZIAŁALNOŚĆ

#### Czasopisma naukowe

Wydawnictwo Naukowe TYGIEL rozpoczęło prace nad kilkoma tytułami czasopism naukowych. Więcej szczegółów wraz z aktualnym stanem prac dostępne jest w zakładce „Czasopisma naukowe”. Osoby zainteresowane współpracą prosimy o kontakt.

OGÓLNOPOLSKA KONFERENCJA NAUKOWA

# ZAGROŻENIA ZDROWIA CZŁOWIEKA

PRZYCZYNY, STAN OBECNY, SPOSOBY NA PRZYSZŁOŚĆ

ABSTRAKTY

Redakcja: Iwona Domina, Ewelina Chodźko

Lublin, 26 maja 2022 r.