

Obsah

1.	Úvod (Pavlík V.)	5
2.	Lékařské preventivní prohlídky (Pavlík V.)	6
2.1.	Úvod do problematiky	6
2.2.	Preventivní prohlídky v oboru praktický lékař pro dospělé	6
2.3.	Preventivní prohlídky v podmínkách AČR	7
2.4.	Shrnutí problematiky a závěr	9
3.	Racionální výživa jako nástroj prevence (Pavlík V., Habánová M.)	12
3.1.	Úvod do problematiky	12
3.2.	Preventivní význam výživy	12
3.3.	Nutriční stav	14
3.4.	Výživová doporučení	15
3.5.	Hypokalorická dieta	17
3.6.	Kuchyňská sůl	19
3.7.	Jód	21
3.8.	Vláknina	22
3.9.	Pitný režim	22
3.10.	Konsumace piva a lidské zdraví	24
4.	Obezitologie (Pavlík V.)	27
4.1.	Definice obezity	27
4.2.	Prevalence obezity	28
4.3.	Etiopatogeneze obezity	28
4.4.	Komplikace obezity	30
4.5.	Prevence a léčba obezity	32
4.6.	Výživová doporučení a hypokalorická dieta	33
4.7.	Prevence a léčba obezity fyzickou aktivitou	33
4.8.	Farmakoterapie obezity	34
4.9.	Charakteristika vybraných antiobezitik	36
4.10.	Nová potencionální antiobezitika	39

5. Pohybová aktivita (Lašák P., Kupsová B.)	41
5.1. Úvod do problematiky	41
5.2. Význam pohybové aktivity	42
5.3. Reakce a adaptace organismu na pohybovou aktivitu	44
5.4. Pohybové schopnosti	45
5.5. Druhy pohybových aktivit	50
5.6. Hodnocení pohybové aktivity	50
5.7. Pohybová aktivita v Armádě České republiky	52
6. Nealkoholová tuková choroba jater (Šafka V., Fajfrová J.)	56
6.1. Úvod	56
6.2. Epidemiologie	56
6.3. Patogeneze	57
6.4. Diagnóza	58
6.5. Léčba	59
6.6. Závěr	62
7. Prevence onkologických onemocnění (Horáček J.M., Pavlík V.)	63
7.1. Úvod	63
7.2. Kouření	63
7.3. Výživa	64
7.4. Fyzikální, chemické a biologické vlivy	64
7.5. Sekundární prevence	65
7.6. Nutriční podpora onkologických pacientů	66