



2025/26. tanév

II. félév

Intézet neve: DE Sporttudományi Koordinációs Intézet

Szak megnevezése: Gyógytestnevelő osztatlan tanárszak

Tagozat: nappali

Specializáció megnevezése: -

Félév: 4.

Tantárgy neve, Neptun-kódja: Civilizációs betegségek, GYTCl_0001

Tantárgy óraszám: 2 E

Kreditértéke: 2

A tantárgy előkövetelménye: -

1. A KURZUS OKTATÓI: DR. DIÓS ÁDÁM, DR. PAPP GÁBOR

2. A KURZUS CÉLJA:

A hallgatók ismerjék meg a civilizációs betegségek fogalmát. az életmód emberi szervezetre gyakorolt hatásait, a szív-érrendszeri, a daganatos-, az emésztőrendszeri – és a pszichés betegségek kockázatát illetve megelőzési lehetőségeit mind fiatal, mind idős korban. A mozgás és a prevenció jelentőségét a betegségek kialakulásának megelőzésében.

3. A KURZUS ÜTEMEZÉSE, TANANYAGA

időpont	téma	megjegyzés
1.	A kurzus tantárgyi követelményeinek ismertetése. A félév menetrendjének megvitatása. A civilizációs betegségek csoportosítása.	
2.	A civilizációs fejlődés történelmi háttere, civilizációs betegségek fogalma, okai, válfajai.	
3.	A civilizációs betegségek megelőzései csecsemőkorban.	
4.	Szív- és érrendszeri megbetegedések: hipertónia fogalma, jellemzői, kezelési lehetőségei, sporttal való kapcsolata. Szív- és érrendszeri megbetegedések: atherosclerosis fogalma,	



5.	előfordulásának okai, tünetei, diagnózisa, kezelése.	
6.	Szív- és érrendszeri civilizációs betegségek: az agyvérzés okai, tünetei, diagnózisa, kezelése.	
7.	Szív- és érrendszeri civilizációs betegségek: a szívinfarktus okai, tünetei, diagnózisa, kezelése. Tavaszi szünet	
8.	Daganatos megbetegedések típusai, szűrővizsgálatok. A tüdőrák az	
9.	emlőrák-, vastagbél-, végbél- és prosztatatarák.	
10.	Beadandó feladatok leadási határideje. Civilizációs anyagcsere betegségek: a diabétesz típusai, tünetei, kezelése. Az elhízás következményei, mérési módszerei, kezelése.	
11.	Anyagcsere betegségek: a kösvény, az epekövesség és a vesekő tünetei, diagnózisa, kezelése.	
12.	Zárthelyi dolgozat. Mozgásszervi civilizációs betegségek: a reumatoid arthritis jelentése, tünetei, terápiája.	
13.	Pótzárthelyi dolgozat. az osteoporosis jelentése, fajtái, diagnosztikája, terápiája.	
14.	Derékfájást okozó betegségek, a scoliosis. A félév során hallottak összegzése, ismétlése.	

4. FÉLÉVKÖZI ÉS VIZSGAKÖVETELMÉNYEK

Az aláírás feltétele az órán való aktív részvétel (maximum 3 hiányzás). A zárthelyi dolgozat legalább elégséges szintű teljesítése (60%). Amennyiben az első zárthelyi dolgozat sikertelen, pót zh-ra van lehetőség egyszeri alkalommal a szorgalmi időszakban. Továbbá az aláírás feltétele még a megadott témában prezentáció elkészítése és előadása határidőkre.

5. ÉRTÉKELÉS MÓDJA : KOLLOKVIUM – ÍRÁSBELI VIZSGA

A vizsgaidőszakban történő kollokvium során a hallgatók írásbeli vizsgán adnak számot tudásukról. A félévzáró kollokviumi vizsgán szereshető érdemjegy: 1-től 5-ig (60%-tól elégséges).

6. KÖTELEZŐ IRODALOM



Az órán elhangzottak és a ppt-k.

7. AJÁNLOTT IRODALOM

1. Dr. Réthy L.A. (2011): Civilizációs betegségek megelőzési lehetőségei csecsemőkorban (ISBN 978-615-5166-07-5)
2. Szendi G. (2009): A nyugati életmód és a civilizációs betegségek (ISBN 978-963-9971-01-1)

8. EGYÉB INFORMÁCIÓK

Az oktatók elérhetősége: dios.adam@med.unideb.hu; papp.gabor@sport.unideb.hu

Debrecen, 2026. február 01.

Dr. Papp Gábor
egyetemi docens

A kurzussal és a követelmények teljesítésével kapcsolatos kérdésekben a Debreceni Egyetem Tanulmányi és Vizsgaszabályzata, valamint a Debreceni Egyetem Etikai Kódexe az irányadók.