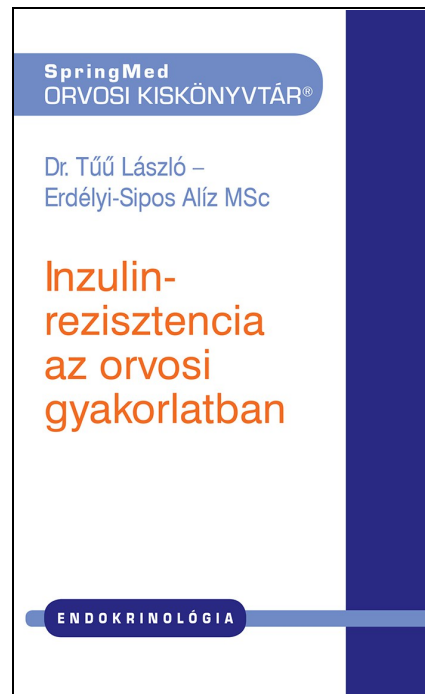


Örömmel értesítjük, hogy a **SpringMed Kiadó** gondozásában megjelent a SpringMed Orvosi Kiskönyvtár 1. köteteként

**Dr. Túú László- Erdélyi-Sipos Alíz MSc:
Inzulinrezisztencia az orvosi gyakorlatban**



Méret: 130 x 200 mm

Terjedelem: 96 oldal

Ár: 2480 Ft

ISBN 978-615-5166-82-2

ISSN /SpringMed Orvosi Kiskönyvtár/: 2064-907X

A könyvről:

Az inzulinrezisztencia fogalma az utóbbi években jelentősen megváltozott. Számtalan tudományos publikáció született a témában, melyek sajnos sok esetben nem adnak a mindennapi gyakorlatban használható útmutatást.

Az orvos szerző ezért kicsit más szemlélettel közelíti meg a témát, kihangsúlyozza a vércukor-szabályozás rendszerének összetettségét, előtérbe helyezi a hormonális rendszerek interakcióit, egymásra kifejtett hatásait. Újszerű megközelítése segít rendszerbe foglalni a kórképet kísérő szerteágazó tüneteket, eligazodni a diagnosztika útvesztőjében, és a szükséges terápiás lépések elindításában is támpontot nyújt.

A könyv a terjedelmi korlátok miatt nem törekszik teljességre, ugyanakkor a mindennapi betegellátásban könnyen hozzáférhető segítséget nyújt a szénhidrát-anyagcsere korai zavarainak felismeréséhez, adekvát kivizsgálásához és a helyes terápiás lépések elindításához.

A könyv külön értéke, hogy az inzulinrezisztens (IR) betegek kezelési mintájának is tekinthető módon, az orvos szerző mellett kiválóan képzett dietetikus kolléga segíti az IR-diéta beállítását, követését. Ajánljuk a könyvet a betegellátás frontvonalában dolgozó kollégáknak (házi orvosoknak, nőgyógyászoknak).

A tartalomból:

Bevezetés

I. RÉSZ

INZULINREZISZTENCIA AZ ORVOSI GYAKORLATBAN

/Írta: Dr. Túú László belgyógyász, endokrinológus/

1. AZ INZULINREZISZTENCIÁRÓL RÖVIDEN

- 1.1. A magas inzulinszint kialakulásának mechanizmusai
- 1.2. A kialakult magas inzulinszint biológiai következményei

2. KLINIKAI TÜNETEK, DIAGNOSZTIKA

- 2.1. Az inzulinrezisztencia klinikai tünetei
- 2.2. A laboratóriumi diagnosztika elemei

3. TERÁPIÁS LEHETŐSÉGEK

- 3.1. Az életmód szerepe az inzulinrezisztencia
- 3.2. Gyógyszeres beavatkozási pontok, a gyógyszeres kezelés személyre szabásának jelentősége

II. rész

AZ INZULINREZISZTENS BETEG DIETOTERÁPIÁJA

/Írta: Erdélyi-Sipos Alíz MSc, dietetikus, táplálkozástudományi szakember/

1. BEVEZETÉS AZ INZULINREZISZTENCIA DIÉTÁJÁBA

2. OKOSTÁNYÉR[®], ÉTKEZÉSEK SZÁMA, GYAKORISÁGA

- 2.1. OKOSTÁNYÉR[®]
- 2.2. A napi étkezési ritmus kialakítása

3. MÉRÉSI MÓDSZEREK ÉS JELENTŐSÉGÜK

- 3.1. A normál testtömeg meghatározása
- 3.2. Energiaigény és tápanyagszükséglet

4. TÁPANYAGOKRÓL AZ INZULINREZISZTENCIA TÜKRÉBEN

- 4.1. Fehérjék
- 4.2. Zsírterek
- 4.3. Szénhidrátok
- 4.4. Mikrobiom, pro- és prebiotikumok

5. FÓKUSZBAN A SZÉNHIDRÁTOK

- 5.1. Lassan felszívódó szénhidrátok
- 5.2. A rostok

5.3. Gyorsan felszívódó szénhidrátok

5.4. Az édesítőszerekről

5.5. A szénhidrátok felszívódását befolyásoló tényezők

6. EGY ÉLETRE SZÓLÓ EGÉSZSÉGES ÉS FINOM ÉTREND

A szerzőkről:

Dr. Túú László

Belgyógyász-endokrinológus

1993-ban szereztem diplomámat a Semmelweis Orvostudományi Egyetem Általános Orvostudományi Karán Budapesten. 1999-ben belgyógyászati, majd 2002-ben endokrinológiai szakvizsgát szereztem. 2009-ig a Szent Imre Kórház Endokrinológia-Diabetológiai Osztályán dolgoztam. Alapító tagja voltam a Mens Mentis Egészségcentrumnak, ahol szakmai vezetőként dolgoztam 2017 áprilisig. Ezt követően alapítottuk meg elszánt kollégáimmal az EndoCare Reproductív Endokrinológiai Centrumot, ahol a női és férfi reproductív rendszer zavarainak okait, lehetséges kezelési módjait kutatjuk. 1998 óta foglalkozom endokrinológiával, 2000 óta kiemelten az endokrinológia-diabetológia határterületeivel. Fő kutatási területem a női és férfi reproductív rendszer endokrinológiája, a meddőség endokrin okainak vizsgálata, a szénhidrát-anyagcsere korai zavarainak diagnosztikája és terápiája. 2019 óta a Magyar Szülészeti és Nőgyógyászati Endokrinológiai Társaság elnökségi tagja vagyok.

Erdélyi Alíz MSc

Dietetikus, okleveles táplálkozástudományi szakember, egészségügyi szóvivő és kommunikációs tanácsadó

A Semmelweis Egyetem mesteroktatója. Az Endocare Intézet dietetikusa, a Magyar Dietetikusok Országos Szövetségének (MDOSZ) főtitkára. 2004 és 2008 között a Magyar Egészségügyi Szakdolgozói Kamara (MESZK) Dietetikai Tagozatának tagozatvezetője, majd a MESZK kommunikációs titkára volt. Korábban az MDOSZ hivatalos, lektorált folyóiratának főszerkesztője, 2016 és 2019 között a Magyar Dietetikusok Országos Szövetségének főtitkára. 2020-ban ismét megválasztották az MDOSZ főtitkárának. Megkapta az Emberi Erőforrások Miniszterének elismerő oklevelét és a Pro Diaeta Sana díjat. Dolgozott kórházban, több évig egy – a szív- és érrendszeri betegségek megelőzését szolgáló – prevenció programban, egészségfejlesztési irodában (EFI) és közreműködött dietetikusként az alapellátásban. 2015 óta intenzíven foglalkozik szénhidrátanyagcsere-zavarral, kifejezetten inzulinrezisztenciával, túlsúlyos és elhízott páciensekkel, valamint várandósokkal.

Terjesztés:

A könyvet *20% kedvezménnyel* vásárolhatja meg a SpringMed internetes webáruházban, és közvetlenül (postai úton, vagy személyes átvétellel) a SpringMed Kiadótól. Kontaktszemély: Végh Rita (info@springmed.hu). A könyv *e-book* formájában is letölthető.

Figyelje akcióinkat, ahol a 20% kedvezményen felül további engedményeket is adunk egyes könyveinkre. Iratkozzon fel hírlevelünkre, hogy közvetlenül kapjon ezekről értesítést!

A könyv és az e-book kapható még a *Lira és Libri egyes könyvesboltjaiban*, és azok webáruházaiban is.

További kiadványainkról bővebb információ honlapunkon:

www.springmed.hu és www.springmedkonyvaruhaz.hu