



## V. Életmóddorvosi és II. Mozgás Receptre Konferencia – programtervezet Mezőkövesd, 2025. október 9-11.

### 1. nap október 9-e csütörtök

#### 8.30 – Regisztráció

#### 10.00-11.00 Megnyitó

Elnök: Dr. Babai László

- Dr. Babai László, *elnök (ÉMOT)*
- Dr. Bidló Judit, *az egészségügy szakmai irányításáért felelős helyettes államtitkár*
- Prof. Andree Rochfort, *elnökségi tag (ELMO)*
- Prof. Dr. Kiss István, *intézetvezető egyetemi tanár (PTE ÁOK Orvosi Népegészségtani Intézet): A vastagbél-mikrobióta szerepe az életmód-prevencióban és az életmóddorvoslásban*

#### 11.00-11.15 Kávészünet

#### 11.15-12.30 Életmóddorvostan szakképzés itthon és külföldön – Workshop

Moderátor: Prof. Dr. Paulik Edit

- Dr. Bidló Judit, *az egészségügy szakmai irányításáért felelős helyettes államtitkár (BM)*
- Dr. Ioan Hanes, *alelnök (ELMO), elnök (BELMO)*
- Prof. Dr. Sándor János, *intézetvezető egyetemi tanár (DE ÁOK Népegészség- és Járványtani Intézet)*
- Dr. habil. Kolozsvári László, *tanszékvezető egyetemi docens (DE ÁOK Családorvosi és Foglalkozás-egészségügyi Tanszék)*
- Dr. Babai László István, *elnök (ÉMOT)*

#### 12.30-13.30 EBÉD

#### 13.30-14.30 Kommunikáció, edukáció szerepe az életmóddorvoslásban

Elnök: Dr. Babai László István

- Dr. Surján Orsolya, *országos tisztifőorvos (NNGYK): Publikus informálás, edukáció - Egészségvonal és Egészségablak tapasztalatai (EGYEZTETÉS ALATT)*
- Dr. Mohos András, *oktató családorvos (Tiszasziget), egyetemi tanársegéd (SZTE SZAKK Családorvosi Intézet és Rendelő): Orvos-beteg kommunikáció a rendelőben*
- Dr. habil. Prónay Szabolcs, *egyetemi docens (SZTE Gazdaságtudományi Kar): Ellentmondásos digitalizáció az életmód-fogyasztásban: folyamatos önmonitorozástól a digitális detoxig*
- Dr. habil. Szántó Richárd, *egyetemi docens (Corvinus Egyetem): Nudge kommunikációval elérhető hatások*



### 14.30-14.45 Kávészünet

### 14.45-15.45 Az életmórvorvoslás gazdasági vetületei, kerekasztal

Elnök: Dr. Merész Gergő

- Dr. Joó Tamás, *egyetemi docens (SE Egészségügyi Menedzserképző Központ)*: Az egészségkárosodás társadalmi költségei a munkaképes korú lakosság körében
- Balatoni András, *vezető elemző (Magyar Nemzeti Bank)*: Egészséges társadalom, mint versenyképességi indikátor
- Kárpáti Péter, *alelnök (Budapesti Kereskedelmi és Iparkamara)*: Egészség, életmód szerepe a vállalatok termelékenységében, versenyképességében, exportképességében
- Dr. Váradi Péter (*Prémium Egészségpénztár csoport*)
- Dr. Merész Gergő, *jelölt elnök (META)*

### 16.00-17.00 Gyakorlati életmórvorvoslás szervezeti együttműködések tükrében - kerekasztal megbeszélés

Elnök: Dr. Pataki Mariann

- Dr. Sinkó Eszter, *programigazgató, dékánhelyettes (SE Egészségügyi Menedzserképző Központ)*
- Dr. Kóti Tamás, *igazgató (Pilisvörösvári Szakrendelő, elnökségi tag, Medicina 2000 - Magyar Járóbeteg Szakellátási Szövetség)*
- Dr. Bagi Anett, *irodavezető (Kecskeméti Egészségfejlesztési Iroda)*
- Dr. Kovács Eszter, *házi orvos, egyetemi tanársegéd (20-as felnőtt házi orvosi körzet Debrecen, DE ÁOK Családorvosi és Foglalkozás-egészségügyi Tanszék)*
- Dr. Pataki Mariann, *intézményvezető (Egészségügyi és Szociális Intézmények)*

### 17.15-18.30 Komplex intervenciók az életmórvorvoslásban

Elnök: Dr. habil. Kósa István

- Dr. habil. Kósa István: Mesterséges intelligencia támogatott betegvezetés lehetőségei
- Dr. Smolics Katalin, Bottyán Barna, Csehné Böhm Ilona, Horváthné Stemler Dóra, Lendvainé Keresztes Mária: Csillagtúra az egészséges felnőttkorért
- Dr. Kőházi Anikó: Életmórvorvoslás egy vidéki praxisban: lehetőség vagy illúzió?
- Dr. habil. Rafael Beatrix: Társas támogatás meghatározása, típusai és hatása a kardiometabolikus egészségre
- Molnár Beáta: A mozgásterápia vérnyomáscsökkentő hatása egy esettanulmányon keresztül
- Varga Dóra: A táplálkozástérápia hatékonyságát bemutató esettanulmány

### 17.15-18.15 Életmód az asztalon – Egészségtudatos táplálkozás

Elnök: Szűcs Zsuzsanna

- Szűcs Zsuzsanna, *elnök (Magyar Dietetikusok Országos Szövetsége)*: Táplálástérápia jelentősége; orvos-páciens-dietetikus együttműködés fontossága és lehetőségei



- Kókai Zsuzsanna *Tudományos bizottsági tag* (Magyar Dietetikusok Országos Szövetsége): Új MDOSZ állásfoglalás a növényi alapú étrendek egészség hatásairól
- Dr. G. Kiss Orsolya: A rostfogyasztás szerepe az egészséges életmódban és a betegség megelőzésben
- Arnóthné Balla Krisztina, Dr. Molnár Szilvia: A növényi alapú étrend kardiovaszkuláris prevencióban betöltött szerepe: egy online keresztmetszeti vizsgálat eredményei
- Börcsök Nikolett, Dr. Simonka Zsolt, Prof. Dr. Paulik Edit: Sebészeti ellátásban részesülő betegek testösszetétele és tápláltsági állapotának vizsgálata
- Pilling Róbert, Antal Emese, Dr. Molnár Szilvia, Prof. Dr. Torzsa Péter: Egészséges életmóddal kapcsolatos attitűdök és magatartás a serdülők körében

### **2. nap október 10-e péntek**

#### **Mozgás Receptre Nap**

##### **9.00-10.30: Aktív Magyarország**

Elnök: Dr. Babai László

- 9.00-9.30: Aktív Magyarország, NETA programok áttekintés - Révész Máriusz Aktív Magyarországért felelős államtitkár
- 9.30-9.40 NETA Bölcsék Tanácsa – Pintér Attila NETA Bölcsék Társelnök
- 9.40-10.00 Hol tart a Mozgás Receptre program? – Dr. Babai László
- 10.00-10.30 Díjak átadása

#### **10.30-10.45 Kávészünet**

##### **10.45-12.00: Páciens az ajánlások útján**

Elnök: Dr. Cs. Szabó Zsuzsanna

- 10.45-10.55 Mozgás élettani hátterei, hatásai – Dr. Radványi Ildikó Pécsi Tudományegyetem házi orvos, belgyógyász szakorvos, foglalkozás-egészségügyi szakorvos
- 10.55-11.05 Mozgás Receptre rendszer, betegút – Dr. Babai László ÉMOT elnök
- 11.05-11.15 Orvosi állapotfelmérés és kockázatértékelés testmozgás-ajánlás előtt – Dr. Cs. Szabó Zsuzsanna házi orvos, sportorvos
- 11.15-11.25 Ajánlások a rendszeres fizikai aktivitáshoz – Dr. Veres-Balajti Ilona Debreceni Egyetem, Egészségtudományi Kar, Egészségtudományi Intézet, Fiziotherápiás Tanszék tanszékvezető
- 11.25-11.35 Állapotfelmérés mozgásszakembereknél – Lacza Gyöngyvér Magyar Testnevelési és Sporttudományi Egyetem tanszékvezető egyetemi docens
- 11.35-12.00 *Diszkusszió*

#### **12.00-13.00 EBÉD**

##### **13.00-14.10 Szabadidős, egészségcélú fizikai aktivitás szakemberei és helyszínei**

Elnök: Buranits Ildikó



- 13.00-13.10 Vezetett versus nem vezetett fizikai aktivitás egészség hatásai – Ádámné Vágó Krisztina DE ETK Egészségtudományi Intézet, Fizioerápiás Tanszék
- 13.10-13.20 Mozgás Receptre - mozgásszakember képzés – Lacza Gyöngyvér Magyar Testnevelési és Sporttudományi Egyetem tanszékvezető egyetemi docens
- 13.20-13.30 Fitnesztermek lehetőségei – Buranits Ildikó, MTK alelnöke, fitnesz szakértő
- 13.30-13.40 Sportklubok lehetőségei, Sétafoci szabályrendszere – KERESZTES Péter Ferencvárosi Tornaclub nemzetközi projektmenedzser
- 13.40-13.50 Vállalati lehetőségek
- 13.50-14.00 Mozgás Receptre informatikai háttér – Vadon Attila Healzz Kft.
- 14.00-14.20 *Diskusszió*

### **14.30-15.30 Önkormányzatok – sikerek, kihívások, tervek**

- 14.30-14.40 Kecskemét
- 14.40-14.50 Veszprém – Európa Sportrégiója
- 14.50-15.00 Kaposvár – Egészséges Kaposvár
- 15.10-15.20 Zalaegerszeg
- 15.20-15.30 Jakabszállás

### **15.45-16.30 Nemzetközi kitekintés**

- 15.30-15.45 Sepsiszentgyörgy, Zsigmond József
- 15.45-16.00 Spanyolország
- 16.00-16.15 Finnország

### **16.40-17.20 Jó gyakorlatok – mozgáshelyszínek, közösségek I.**

- 16.40-16.50 Molnár Beáta: Életmód Orvosi Központ
- 16.50-17.00 Tanai Gerda: Egy mozgás-klub lehetőségei. Balatonfüred
- 17.00-17.10 Nyakas Eszter: FITT-Kórház, program - Komplex munkahelyi egészségfejlesztési program a Fejér Vármegyei Szent György Egyetemi Oktató Kórházban
- 17.10-17.20 Dr. Hirdi Henriett Éva: Mozgásprogram, mint egy életmódváltó program része vállalati környezetben. Lehetőségek és kihívások. NAV

### **16.40-17.20 Jó gyakorlatok – mozgáshelyszínek, közösségek II.**

- 16.40-16.50 Dr. Kántor Irén: Mozgás receptre gyermekeknek – jó gyakorlat
- 16.50-17.00 Monzpart Zsolt a Monzpart Sarolta Alapítványelnöke: Gyaloglással az egészségért
- 17.00-17.10 Tyukász Brigitta (Szeniorörömtánc-oktatók Országos Egyesülete Magyarország): Idősek fizikai aktivitásának növelése szenior örömtánc - a táncolás bio-pszicho-szociális hatásainak ismertetése
- 17.10-17.20 Dr. Kántor Katalin, Fancsaliné Garai Gabriella: Gyermekkori obesitas mozgásterápiás lehetőségei

### **17.30-18.30 Bemutatók**

- Örömtánc - SZegyesület
- Sétafoci – Fradi



- Evezés – MAVITUSZ
- Aquafitness – VMkomm
- Edzőterem – edző kell
- Futás – Gajdos Tamás

### **3. nap október 11-e szombat**

#### **9.00-9.25 Plenáris előadás**

Elnök: Prof. Dr. Paulik Edit

- Ioannis Arkadianos (ELMO, elnök): Obesity an epidemic disease and lifestyle interventions for prevention and treatment

#### **9.30-10.30 A jövő generációja – Gyermekek egészsége**

Elnök: Dr. Havasi Katalin

- Dr. Havasi Katalin: Kardiovaszkuláris betegségek korai szűrése és prevenciója
- Gitidiszné Gyetván Krisztina: A csecsemőtáplálás hosszú távú hatásai
- Dr. Kántor Irén: Gyermekkori obezitás - kikérdezési protokoll, gyakorlati teendők az egészséges felnőttkorért
- Dr. Sövényházi Ilona, Dr. Gács Zsófia: „Nemelhízni” program a házi gyermekorvosi praxisban
- Dr. Sándor György: Eliminációs problémák hosszú távú kockázatai és megelőzésük

#### **9.30-10.30 Függségek megelőzése és kezelése**

Elnök: Prof. Dr. Paulik Edit

- Prof. Dr. Paulik Edit, Dr. Péntes Melinda: Az addiktológiai problémák epidemiológiai helyzete Magyarországon
- Dr. Balogh Erika: Dohányzás: leszokástámogatás a mindennapi gyakorlatban – lehetőségek, kihívások
- Dr. Terebessy András: Minimálintervencióval kombinált alkoholprevenció a házi orvosi praxisban
- Dr. Erdős Csaba, Dr. Pócs Dávid, Dr. Kelemen Oguz, Prof. Dr. Paulik Edit: A pornográfianézési zavar, mint viselkedési addikció
- Dr. Radványi Ildikó, Dr. Szapáry Ádám: Digitális egyensúly és életmód: a problémás internethasználat kockázatai serdülőknél

#### **10.30-10.45 Kávészünet**



### 10.45-11.45 Életmód, jóllét és egészség

Elnök: Dr. habil. Nagy-Grócz Gábor

- Dr. habil. Nagy-Grócz Gábor, Dr. Körtési Tamás, Ajkay-Donáth Lilla, Vágvölgyi-Sümegei Evelin, Dr. Galla Zsolt, Prof. Dr. Tajti János, Prof. Dr. Vécsei László: Táplálékkiegészítőként alkalmazott triptofán: új lehetőség a migrén kezelésére?
- Németh Zsófia, Dr. Szentesi Andrea, Prof. Dr. Hegyi Péter: Multidiszciplináris megközelítés a hasnyálmirigy-gyulladás kezelésében
- Angyal M. Mercédesz, Stevanus Pangestu, Lakatos Péter L., Brodszky Valentin, Rencz Fanni: Az ICECAP-A kérdőív pszichometriai tulajdonságai és összehasonlító elemzése az EQ-5D-5L kérdőívvel cöliákiás betegek jóllétének értékelésében
- Mikó Alexandra, Bodor Norbert, Patakiné Bösze Júlia: Lakossági sportolási szokások és egészségügyi jellemzők vizsgálata Nagytarcsán – egy kérdőíves felmérés tapasztalatai
- Mátics Katalin, Dr. Margitai Barnabás: Idősen is egészségesen

### 10.45-11.45 Női egészség

Elnök: Dr. Margitai Barnabás

- Erdélyi Alíz: Konszenzus javaslat a táplálkozás szerepéről a perimenopauza és menopauza időszakában
- Dr. Vágvölgyi Anna, dr. Keller Nóra, Dr. Vedelek Viktor, dr. Szöllősi Dalma, Lada Szilvia, Prof. Dr. Nemes Attila, Prof. Dr. Kempler Péter, dr. Menyhárt Adrienn, Prof. Dr. Baczkó István, Prof. Dr. Várkonyi Tamás, Prof. Dr. Lengyel Csaba, Dr. Zádori János: A prekoncepcionális testsúlyoptimalizálás hatása a metabolikus paraméterekre és az in vitro fertilizáció sikerességére elhízott, meddő nőbetegekben
- Dr. Margitai Nóra: Életmód ajánlások a terhesség és a szoptatás alatt
- Dr. Margitai Barnabás: Változókor – Változó Életminőség?
- Angyal Viola, Dr. Bertalan Ádám, Prof. Dr. Dinya Elek: A ScreenGPT rendszer megbízhatóságának vizsgálata méhnyakrák prevencióval kapcsolatos információátadás támogatásában

### 11.45-13.00 EBÉD

### 13.00-13.40 Test és lélek harmóniája – Mentális egészség

Elnök: Dr. Hargittay Csenge

- Szeifert Noémi Mónika, Dr. Gonda Xénia: Rendszeres testmozgás szerepe a depresszió megelőzésében és kezelésében
- Dr. Hargittay Csenge, Dr. Vörös Krisztián, Dr. Eőry Ajándék, Dr. Márkus Bernadett, Szabó Georgina, Prof. Dr. Rihmer Zoltán, Dr. Gonda Xénia, Prof. Dr. Torzsa Péter: A depresszió és az affektív temperamentum típusok hatása a 2-es típusú cukorbetegség glikémiás kontrolljára
- Horváth Eszter, Gede Anikó, dr. Tóth Melinda: Biofeedback – tudatos önszabályozás az életmóddorvoslásban



# V. Életmódorvosi és II. Mozgás Receptre Konferencia

2025. OKTÓBER 9-11., Mezőkövesd



<https://www.emot.hu/eletmodorvosi-konferencia-2025> [konferencia2025@emot.hu](mailto:konferencia2025@emot.hu) +36 30 634 8720

**13.00-13.40 Diabetológia**

Elnök: Dr. Tschurtz Nándor

- Dr. Fürst Ágnes: Mik lehetnek a nehézségek egy diabéteszes páciens mozgásprogramjának elindításában, hosszú távú fenntartásában?
- Dr. Tschurtz Nándor: „Miért nem működik, ami olyan jól működik?”
- Szálka Brigitta: Diabetes és IBS táplálkozás-terápiájának egymásra hangolása - Az alacsony FODMAP étrend adaptációja cukorbetegekre.

**13.45-14.45 Pulmonológia – COPD**

Elnök: Prof. Dr. Varga János Tamás

- Prof. Dr. Varga János Tamás, Dr. Lukácsovits József, Prof. Dr. Pórszász János: A terhelés alatt indukálta dinamikus hyperinfláció légzésmechanikai és keringésélettani következményei COPD-ben
- Prof. Dr. Szilasi Mária, Dr. Gajdócsi Réka, Dr. Uhlyarik Dóra, Boros Emese, Dr. Kerti Mária: A légzésrehabilitáció jelentősége a COPD exacerbációjában
- Dr. Fekete Mónika, Prof. Dr. Varga János Tamás: Kulcsfontosságú vitaminok, ásványi anyagok, antioxidánsok és speciális étrend-kiegészítők hatékonyságának vizsgálata krónikus obstruktív tüdőbetegségben
- Dr. Csizmadia Zoltán, Dr. Kovács Antal, Prof. Dr. Varga János Tamás: Légzésvisszatartási gyakorlatok rövid- és hosszútávú adaptációs hatásainak alkalmazási lehetőségei sportolók felkészítésében és légzési rendellenességgel élők életminőségének javításában

**13.45-14.45 Egészség és környezet**

Elnök: Toldy Anna

- Toldy Anna: Dolgozói jóllét és produktivitás
- Margitai Virág, Dr. Veres-Balajti Ilona: A Debreceni Egyetem Fogorvostudományi Kar hallgatói mozgásszervi állapotának és ergonómiai ismeretének felmérése
- Dr. Sánta Emese, Dr. Somogyi Angéla, Dr. habil Bánfai Bálint, Mátrai Balázs: A pandémia nyomában – Prehospitális ellátók egészsége a COVID érában
- Könyves Fanni, Dr. habil. Nagy-Grócz Gábor: Frontérzékenység az egészségügyi dolgozók és a lakosság körében

**14.50 – Konferencia zárása**