

Występowanie wybranych dolegliwości organizmu wśród pielęgniarek pracujących w oddziałach zabiegowych i zachowawczych

Wstęp.....3

Cel pracy.....5

Rozdział I

Nadciśnienie tętnicze

1.1. Definicja i klasyfikacja nadciśnienia tętniczego.....6

1.2. Etiologia nadciśnienia tętniczego.....7

1.3. Diagnostyka nadciśnienia tętniczego.....11

1.4. Zagrożenia wynikające z nadciśnienia tętniczego14

Rozdział II

Profilaktyka nadciśnienia tętniczego

2.1. Profilaktyka. Program Polkard.....16

2.2. Aktywność fizyczna w zapobieganiu nadciśnienia tętniczego.19

2.3. Dieta a nadciśnienie tętnicze.....22

2.4. Wpływ palenia tytoniu na ciśnienie krwi25

2.5. Alkohol a nadciśnienie tętnicze.....26

2.6. Wpływ stresu na ciśnienie krwi.....27

Rozdział III

Materiał i metody badawcze

3.1. Charakterystyka badanej grupy30

3.2. Metoda i technika badań.....33

Analiza wyników badań.....34

dyskusja.....52

Podsumowanie i Wnioski.....55

Piśmiennictwo.....56

Aneks.....60