

Międzynarodowa w zakresie medycyny

Uzyskanie „Międzynarodowego Dyplomu Specjalisty w zakresie Medycyny Przeciwstarzeniowej” jest możliwe po zrealizowaniu pełnego programu specjalizacji i pomyślnym zdaniu teoretycznej i praktycznej części egzaminu atestacyjnego.

Międzynarodowa specjalizacja w zakresie medycyny przeciwstarzeniowej funkcjonuje od 2002 roku jako szkolenie poddyplomowe, prowadzone przez Europejski Instytut do Badań Naukowych w Zakresie Medycyny Przeciwstarzeniowej (EURISCIA – European Institute for Scienti-

fic Anti-Aging Medicine) w ramach Światowego Towarzystwa Medycyny Przeciwstarzeniowej (WOSAAM – World Society of Anti-Aging Medicine).

Dwuletni program specjalizacji obejmuje 240 godzin seminariów oraz ćwiczeń teoretycznych i praktycznych, realizowa-

nych podczas 3-4-dniowych kursów.

Uzyskanie „Międzynarodowego Dyplomu Specjalisty w zakresie Medycyny Przeciwstarzeniowej” jest możliwe po zrealizowaniu pełnego programu specjalizacji i pomyślnym zdaniu teoretycznej i praktycznej części egzaminu atestacyjnego. Medycyna prewencyjna i przeciwstarzeniowa, zgodnie z definicją sformułowaną przez prof. Stefana Zgliczyńskiego, prezesa Polskiego Towarzystwa



dr n. med.
**Magdalena
Krzyczkowska-
Sendrakowska**
specj. endokrynolog

dr n. med.
Ryszard Ratajczak
specj. endokrynolog
■ Polskie Towarzystwo
Medycyny Prewencyjnej
i Przeciwstarzeniowej

Główne zagadnienia i obszary zainteresowania medycyny przeciwstarzeniowej to m.in.:

■ Starzenie się

- Teorie starzenia
- Fizjologia starzenia – starzenie się układów: krążenia, nerwowego, narządów zmysłu, oddechowego, immunologicznego
- Ocena wieku biologicznego

■ Odżywianie

- Zaburzenia czynności przewodu pokarmowego
- Znaczenie mikroflory jelitowej
- Alergie pokarmowe
- Alergie na metale ciężkie
- Zdrowa żywność: zdrowe białka, zdrowe węglowodany, zdrowe tłuszcze
- Szkodliwa żywność: nabiał, kofeina, słodczyce, cukier
- Probiotyki
- Antyoksydanty
- Kwasowość i zasadowość diety
- Mikroelementy – ocena niedoborów

specjalizacja przeciwstarzeniowej

Medycyny Prewencyjnej i Przeciwwstarzeniowej, to nowa specjalność lekarska, której celem

jest działanie na rzecz poprawy stanu zdrowia już u zdrowych, młodych ludzi i zapobie-

ganie występowaniu chorób uwarunkowanych genetycznie lub zależnych od wieku.

- Zaburzenia odżywiania: anoreksja, bulimia
- Insulinooporność jako czynnik przyspieszający starzenie się
- Otyłość, cukrzyca
- Wpływ diety na poziom i wydzielanie hormonów
- Wpływ diety na zaburzenia seksualne, zaburzenia snu, pamięci, depresję

■ Wpływ środowiska na zdrowie

- Czynniki środowiskowe szkodliwe dla zdrowia
- Jak wykrywać czynniki szkodliwe w środowisku i jak je eliminować
- a) „Endocrine disruptors” – potencjalny wpływ zanieczyszczeń środowiskowych na system endokryny
- b) Amalgamaty a ryzyko chorób immunologicznych
- c) Detoksykacja – metody, skuteczność
- d) Niedobory hormonalne
 - Fizjologia wydzielania hormonów tarczycy, nadnerczy, przysadki, szyszynki, gruczołów płciowych żeńskich i męskich
 - Rozpoznawanie i ocena niedoborów hormonalnych
 - Leczenie niedoborów hormonalnych
 - Wpływ stresu na poziom hormonów
 - Wpływ alkoholu na poziom hormonów
 - Wpływ diety na poziom hormonów

■ Wysiętek fizyczny

- Fizjologia wysiętku fizycznego
- Wpływ wysiętku na poziom i wydzielanie

hormonów

- Wysiętek fizyczny a długowieczność

■ Pozytywne emocje a długowieczność

- Stres a długość życia
- Radzenie sobie ze stresem
- Psychologia stulatków

■ Zaburzenia funkcji seksualnych związanych z wiekiem i możliwości ich poprawy

■ Schorzenia neurodegeneracyjne – możliwości profilaktyki

■ Genotypowanie – oznaczanie polimorfizmów, interpretacja wyników badań i wynikające z nich możliwości profilaktyczne

■ Programowanie płodowe – wpływ na długość życia w okresie prenatalnym

■ Pediatriczne aspekty medycyny przeciwstarzeniowej

■ Komórki macierzyste – teoria, zastosowanie w medycynie

■ Medycyna przeciwstarzeniowa w praktyce:

- Zbieranie wywiadu
- Ocena niedoborów żywieniowych i hormonalnych
- Ocena ryzyka chorób
- Modyfikacja stylu życia
- Uzupełnianie niedoborów hormonalnych i żywieniowych

Światowe Towarzystwo Medycyny Przeciwstarzeniowej (WOSAAM) organizuje
po raz pierwszy w Polsce,
na promocyjnych warunkach,

**INTENSYWNY KURS UPRAWNIAJĄCY DO PRZYSTĄPIENIA
DO MIĘDZYNARODOWEGO EGZAMINU
W ZAKRESIE MEDYCYNY PRZECIWSTRARZENIOWEJ**

Program pierwszego cyklu szkolenia zostanie zrealizowany w trakcie intensywnego kursu specjalizacyjnego, obejmującego jedynie 120 godzin (12 dni) w ciągu 2 lat, w systemie czterech 3-dniowych seminariów (2 seminaRIA roczne).

Inauguracyjny intensywny kurs medycyny przeciwstarzeniowej odbędzie się w Warszawie w Hotelu Marriott 11 września 2009 r., godz. 9.00 -13.30

Prowadzenie kursu:

dr Thierry Herthoge

Prezes World Society of Anti-Aging Medicine (WOSAAM)

Tematyka kursu:

- Rodzaje diet wpływających na długowieczność (The type of longer life diets)
- Ćwiczenia fizyczne przedłużające życie (Physical exercise that prolongs life)
- Suplementy żywieniowe wpływające na jakość i długość życia (Efficient nutritional supplements for better and longer life)
- Stosowanie hormonu wzrostu w leczeniu starszych mężczyzn (Growth hormone treatment for older man)
- Leczenie testosteronem młodych i starszych mężczyzn (Testosterone treatment for younger and older man)
- Bezpieczna estrogenoterapia zwiększająca długość życia (Safe estrogen treatment for longer life)
- Leczenie tarczycy według zasad medycyny przeciwstarzeniowej (Thyroid treatment adapted to anti aging medicine)

Kurs tłumaczony symultanicznie z j. angielskiego na j. polski

Kurs zaliczany jest jako jeden z wymaganych do specjalizacji w zakresie medycyny przeciwstarzeniowej. **Informacje:** 0602 669 174