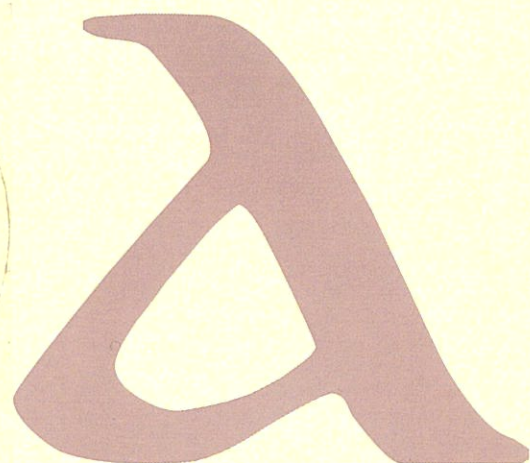
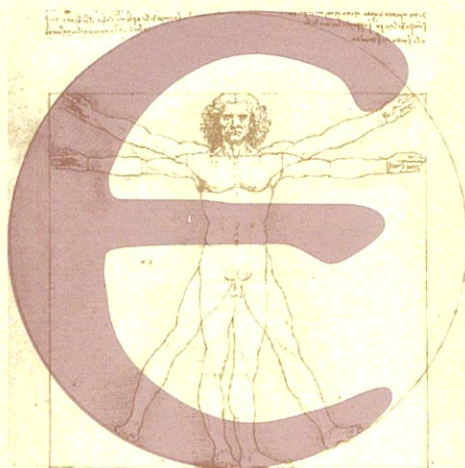




PÉCSI TUDOMÁNYEGYETEM
UNIVERSITY OF PÉCS



EGÉSZSÉG-ΑΚΑΔΕΜΙΑ

Health-Αcademy

7. évfolyam, 2. szám

2016



Egészség-Akadémia / Health Academy
2016. 7. évfolyam 2. szám / 2016 Volume 7, No 2

Alapító főszerkesztő / Founding Editor-in-Chief:
Prof. Dr. Bódis József MTA doktora, rektor
Pécsi Tudományegyetem / University of Pécs

Felelős szerkesztő / Managing Editor:
Prof. Dr. Betlehem József
Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Kar /
University of Pécs, Faculty of Health Sciences

Szerkesztő / Editor:
Dr. Oláh András
Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Kar /
University of Pécs, Faculty of Health Sciences

Olvasószerkesztő / Proof-Reader Editor:
Prof. Dr. Széll Kálmán
Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Kar /
University of Pécs, Faculty of Health Sciences

Szerkesztőbizottság / Editorial Board:

Prof. Dr. Bogner Péter
Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Kar /
University of Pécs, Faculty of Health Sciences

Prof. Dr. Boncz Imre
Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Kar /
University of Pécs, Faculty of Health Sciences

Prof. Dr. Figler Mária
Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Kar /
University of Pécs, Faculty of Health Sciences

Dr. Lampek Kinga
Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Kar /
University of Pécs, Faculty of Health Sciences

**Tudományos Tanácsadó Testület tagjai /
International Advisory Board:**

Elnöke / President: Prof. Dr. Kovács L. Gábor
Iriní Antoniadou MSc. (Svédország)

Dr. Martina Baskova (Szlovákia)

Dr. Sonia Bentling (Svédország)

Dr. Buda József

Prof. Dr. Gulácsi László

Prof. Dr. Vlastimil Kozon (Ausztria)

Dr. Lukácskó Zsolt

Dr. Pogány Magdolna

Prof. Dr. Sulyok Endre

Prof. Dr. Hans-Rudolf Tinneberg (Németország)

Prof. Dr. Valerie Tothova (Csehország)

Szerkesztőség címe / Editorial correspondence:
PTE ETK 7621 Pécs, Vörösmarty u. 4.
Tel./Fax: (72) 513-671
E-mail: egeszsegakademia@etk.pte.hu

Kéziratok beküldése / Acceptance of manuscripts:
E-mail: egeszsegakademia@etk.pte.hu

Felelős Kiadó / Responsible for publishing:
Prof. Dr. Bódis József
egyetemi tanár, rektor, az MTA doktora

A megjelenést támogatja / Sponsor:
PTE Egészségtudományi Kar
PTE Egészségtudományi Doktori Iskola

Terjesztésért felel / Distribution:
PTE Egészségtudományi Kar

A hirdetésekért felelős / Advertising executive:
Dr. Lampek Kinga

Hirdetésfelvétel / Advertising:
Kóczán Katalin

Megjelenik / Published:
negyedévente 200 példányban

Online elérhetőség (Absztrakt):
<http://www.etk.pte.hu/menu/296>

Megrendelhető / Subscription orders:
Kóczán Katalin
PTE Egészségtudományi Kar
7621 Pécs, Vörösmarty u. 4.
Tel.: (72) 251-146, Fax: (72) 251-146 / 11 mellék

Tipográfia, tördelés / Typography, layout:
Emődyné Ollmann Ágnes

Nyomás / Printing:
SZ.K.Stúdió Kft.

A lapban megjelent cikkek, fotók újraközléséhez a kiadó írásbeli engedélye szükséges. A hirdetések tartalmáért a hirdető vállalkozás a felelősséget. A szerkesztőség nem felelősen ért egyet a szerzők által megfogalmazott gondolatokkal. / All copyrights reserved. Reproduction of all written or photographic information published in the journal prior written consent of the Publisher.

HU ISSN 2061 2850

Alapító főszerkesztő / Founding Editor-in-Chief:
Prof. Dr. Bódis József MTA doktora, rektor
Pécsi Tudományegyetem / University of Pécs

Felelős szerkesztő / Managing Editor:

Prof. Dr. Betlehem József
Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Kar /
University of Pécs, Faculty of Health Sciences

Szerkesztő / Editor:

Dr. Oláh András
Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Kar /
University of Pécs, Faculty of Health Sciences

Olvasószerkesztő / Proof-Reader Editor:

Prof. Dr. Széll Kálmán
Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Kar /
University of Pécs, Faculty of Health Sciences

Szerkesztőbizottság / Editorial Board:

Prof. Dr. Bogner Péter
Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Kar /
University of Pécs, Faculty of Health Sciences

Prof. Dr. Boncz Imre
Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Kar /
University of Pécs, Faculty of Health Sciences

Prof. Dr. Figler Mária
Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Kar /
University of Pécs, Faculty of Health Sciences

Dr. Lampekinga
Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Kar /
University of Pécs, Faculty of Health Sciences

Tudományos Tanácsadó Testület tagjai /

International Advisory Board:

Elnöke / President: Prof. Dr. Kovács L. Gábor
Irimi Antoniadou MSc. (Svédország)

Dr. Martina Baskova (Szlovákia)

Dr. Sonia Bentling (Svédország)

Dr. Buda József

Prof. Dr. Gulácsi László

Prof. Dr. Vlastimil Kozon (Ausztria)

Dr. Lukácskó Zsolt

Dr. Pogány Magdolna

Prof. Dr. Sulyok Endre

Prof. Dr. Hans-Rudolf Tinneberg (Németország)

Prof. Dr. Valerie Tothova (Csehország)

Szerkesztőség címe / Editorial correspondence:

PTE ETK 7621 Pécs, Vörösmarty u. 4.
Tel./Fax: (72) 513-671
E-mail: egeszsegakademia@etk.pte.hu

Kéziratok beküldése / Acceptance of manuscripts:

E-mail: egeszsegakademia@etk.pte.hu

Felelős Kiadó / Responsible for publishing:

Prof. Dr. Bódis József
egyetemi tanár, rektor, az MTA doktora

A megjelenést támogatja / Sponsor:

PTE Egészségtudományi Kar
PTE Egészségtudományi Doktori Iskola

Terjesztésért felel / Distribution:

PTE Egészségtudományi Kar

A hirdetésekért felelős / Advertising executive:

Dr. Lampekinga

Hirdetésfelvétel / Advertising:

Kóczyán Katalin

Megjelenik / Published:

negyedévente 200 példányban

Online elérhetőség (Absztrakt):

<http://www.etk.pte.hu/menu/296>

Megrendelhető / Subscription orders:

Kóczyán Katalin

PTE Egészségtudományi Kar

7621 Pécs, Vörösmarty u. 4.

Tel.: (72) 251-146, Fax: (72) 251-146 / 11 mellék

Tipográfia, tördelés / Typography, layout:

Emődyné Ollmann Ágnes

Nyomás / Printing:

SZ.K. Stúdió Kft.

A lapban megjelent cikkek, fotók újraközléséhez a kiadó írásbeli engedélyre szükees. A hirdetések tartalmáért a hirdető vállalk a felelősséget. A szerkesztőség nem felelősen ért egyet a szerzők által megfogalmazott gondolatokkal. / All copyrights reserved. Reproduction of all written or photographic information published in the journal prior written consent of the Publisher.

HU ISSN 2061 2850

TARTALOM

E számunk szerzői

80

Eredeti közlemények

Az óvodai közétkeztetés mennyiségi és minőségi változása Baranya megyében 2009–2015 között
Qualitative and quantitative changes in kindergarten catering in Baranya County between 2009 and 2015

Mózes Noémi, Figler Mária, Gubicskóné Kisbenedek Andrea

81

Nyaki gerincszakasz mérése és a fejlődését befolyásoló tényezők általános iskolától az érettségig
Examination of cervical vertebra and factors influencing its development, from primary school until the end of high school

Kiss Beatrix, Járomi Melinda, Telek Laura, Virág Regina, Jász Anna, Kajos Luca

94

Antioxidáns kapacitás mérése szeptikus betegek szérumból
Examination of antioxidant capacity from serum of septic patients

Kósa Brigitta, Vassné Lakatos Ágnes, Kőszegi Tamás

99

Egészségfejlesztéssel foglalkozó szakemberek egészségi állapota és egészségmagatartása
Health status and health behaviour of health promotion professionals

Csutorás Bernadett, Deutsch Krisztina

112

Az integrált oktatás hatása a sajátos nevelési igényű tanulók társas kapcsolataira, szubjektív jóllétére, valamint az ép tanulók elfogadási készségére
The effect of the integrated education of students with special educational needs on social relationships, subjective well-being, as well as on the acceptance skill of healthy students

Csima Melinda, Molnár Krisztina

123

A földi és légi mentésben dolgozók körében mért munkahelyi stressz és megküzdési stratégiák vizsgálata
Examining workplace stress and coping strategies in case of land and air paramedics

Schisler Bence, Endrei Dóra, Karamánné Pakai Annamária, Szabó Zoltán, Radnai Balázs

134

Programajánló

142

Szerzői útmutató

143

Instruction for Authors

145

Nyaki gerincszakasz mérése és a fejlődését befolyásoló tényezők általános iskolától az érettségiig

*Kiss Beatrix, Járomi Melinda, Telek Laura, Virág Regina,
Jász Anna, Kajos Luca*

Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Kar,
Fizioterápiás és Sporttudományi Intézet

Összefoglalás

Mind a felnőttek mind a gyermekek tartáshibája egyre jelentősebb népegészségügyi probléma. Kialakulásának oka lehet a hosszan tartó helytelen ülés, a számítógép használat, napjainkban már az okostelefon használat is. A helytelen ülés következtében növekszik a nyak protractio tartása, a fej előrehelyezettsége és a fokozott háti kyphosis lesz jellemző. Kutatásunk célja felmérni, hogy az általános és középiskolás diákok nyaktartása mennyiben tér el a helyestől, és ez hogyan változik a különböző korosztályokban.

Vizsgálati anyag és módszer: A vizsgálatban a Pécsi Református Kollégium 105 diákját mértük fel, 7-18 éves kor között. Minden tanuló esetében megvizsgáltuk a fal-occiput távolságot álló helyzetben, három pozícióban: habituális tartásban, a gyermek által vélt helyes testtartásban és a tényleges helyes testtartásban. Ülő helyzetben fotografikus vizsgálatot végeztünk ugyanebben a három pozícióban, és az elemzés során 5 szöget számítottunk ki: sagittális fej szöget, cervicalis szöget, protractio/retractio szöget, kar szöget, és thoracalis szöget. A statisztikai elemzést Microsoft Office Excel 2013 programmal készítettük el.

Eredmények: Az életkor előrehaladtával a habituális testtartás romlik. A 16 évesek fal-occiput távolsága szignifikánsan rosszabb, mint a 7-8 éveseké. A cervicalis szög esetében is szignifikáns a különbség. A 18 évesek cervicalis szöge szignifikánsan rosszabb volt, mint a 7-8 éves korcsoporté. A helyesnek vélt testtartás a 7-8 éves korcsoportban a legrosszabb. Ez azt jelenti, hogy ez a korosztály van legkevésbé tisztában azzal, hogyan kellene a helyes testtartást felvenni.

Következtetés: A testtartási problémák már az általános és a középiskolások korosztályában is megjelennek, és a testtartás az életkor előrehaladtával romlik.

Kulcsszavak: testtartás, fal-occiput, tartáskorrekció

Examination of cervical vertebra and factors influencing its development, from primary school until the end of high school

Summary

Bad posture amongst both children and adults is an increasingly important public health issue. It may develop for a number of reasons: sitting improperly for long periods of time, computer use, and nowadays smartphone use as well. As a result of sitting improperly, neck protraction increases, forward head posture and excessive thoracic kyphosis become characteristic features of bad posture. The aim of our research is to measure to what extent does neck posture of children of elementary and secondary schools differ from the proper neck posture, and how it changes in different age groups.

Test materials and methods: 105 students of the Calvinist School Centre of Pécs, Hungary aged 7-18 took part in the study. We examined the wall-occiput distance in three standing positions: habitual posture, a posture that the student believes is correct, and the correct posture. In sitting positions, we carried out a photographic examination in the same three positions, and we calculated 5 angles during this examination: sagittal head angle, cervical angle, protraction/retraction angle, arm angle and thoracic angle. We calculated the statistical analysis in Microsoft Office Excel 2013.

Results: As people get older their habitual posture deteriorates. The wall-occiput distance of 16 year olds is significantly ($p < 0,001$) worse than the wall-occiput distance of 7-8 year olds. The cervical angle of 18 year olds was significantly ($p < 0,001$) worse than the cervical angle of 7-8 year olds. The posture believed to be correct is the worst within the 7-8 age group. This means that this age group is the least aware of how to assume the correct posture.

Conclusion: Postural problems are already displayed in children of primary and secondary schools, that is, our posture deteriorates as we get older.

Keywords: posture, wall-occiput, correction of posture



PÉCSI TUDOMÁNYEGYETEM
Egészségtudományi Kar
Egészségtudományi Doktori Iskola



Magyar Tudományos Akadémia
Pécsi Területi Bizottsága
Egészségtudományi Munkabizottsága



Magyar Ápolástudományi Társaság

Magyarország első egyeteme®