Miskolci Egyetem
Egészségtudományi Kar

Tudományos Diákköri Konferencia

ABSZTRAKT KÖTET

2025. november 27.

Miskolci Egyetem

Egészségtudományi Kar

Tudományos Diákköri Konferencia
2025. november 27.

HALLGATÓI ELŐADÁSOK KIVONATAI

Tudományos Diákköri Konferencia
Miskolci Egyetem
Egészségtudományi Kar
2025

Asztalos Edina
Miskolci Egyetem
Egészségtudományi Kar

Konzulens:
Sándor Hajnalka

Apiterápia alkalmazása a gyógyászatban

Bevezetés és célkitűzés: Az apiterápia, a méhészeti termékekkel történő gyógyítás, a fitoterápia egyik fontos ága, mely a méz, propolisz, méhpempő, méhviasz és méhméreg jótékony hatásait használja fel. A dolgozat célja az apiterápia történetének, a méhcsalád működésének és a méhészeti termékek egészségre gyakorolt hatásainak bemutatása, valamint az apiturizmus, mint új természetközeli rekreációs lehetőség ismertetése.

Módszerek: A kutatásomat primer kutatás keretein belül saját magam gyűjtött anyagot alkalmaztam. A kvalitatív kutatás leggyakoribb formája az interjús vizsgálat. A kutatásomban 5 személy vett részt, 1 apiterápiát alkalmazó orvos, 1 apiterápiát alkalmazó természetgyógyász és 3 méhész. A kutatásom időintervalluma 2025. szeptember 10. és 2025. szeptember 20. napja közötti idő. Összesen 11 kérdést tettem fel minden interjúalanynak, a kérdések között 7 kérdés az alany szakmájából adódóan, 4 közös kérdés az apiterápia jövőjéről, létjogosultságáról.

Eredmények: Az elemzések szerint a méhészeti termékek jelentős antibakteriális, gyulladáscsökkentő és immunerősítő hatással bírnak. A méz és a propolisz természetes fertőtlenítők, a méhpempő regeneráló, a méhméreg pedig fájdalomcsillapító tulajdonságú. Az apiterápia hatékony kiegészítője lehet a hagyományos orvoslásnak.

Következtetés: Az apiterápia tudományosan is igazolt, természetes gyógyító módszer, amely elősegíti az egészség megőrzését és a betegségek megelőzését. A méhek védelme kiemelten fontos, hiszen termékeik pótolhatatlanok az emberiség számára. Az apiturizmus a fenntartható fejlődés és a természetközeli életmód új lehetőségét kínálja.

Bajzáth Beáta
Miskolci Egyetem
Egészségtudományi Kar

Konzulens:
Pászk Norbert

Mentális egyensúlyt segítő gyógynövények

Bevezetés és célkitűzés:

Az Egészségügyi Világszervezet által közzétett legújabb adatok szerint több mint 1 milliárd ember él mentális egészségi zavarokkal, olyan állapotokkal, mint szorongás és depresszió (WHO, 2025). Primer kutatásomban vizsgáltam mennyire érzik stresszesnek a mindennapokat az emberek, milyen stressz okozta tüneteket észlelnek magukon, mennyire érzik magukat egészségesnek, milyen gyógynövényeket és hogyan használnak mentális panaszaikban. Célom volt a figyelem felkeltése a gyógynövényekben rejlő lehetőségekre és kérdésekbe csomagolva, pár hasznos információ átadása is.

Módszerek:

Gyógynövények használata mentális panaszokban című, anonim kérdőíves kutatásom 2025.09.10-én kezdtem meg a közösségi média felületen, online kitölthető Google űrlap formában. Ismerőseimmel osztottam meg, akik közül néhányan továbbították is és kisebb közösségi csoportokkal, amiknek tagja vagyok. A kérdőív 32 db kérdésből állt, amelyből 6 demográfia adatkérést tartalmazott. A további 26 kérdésből 23 zárt és 3 db (nem kötelező) nyitott kérdés volt, mely utóbbiak a jelölt gyógynövényekkel kapcsolatos tapasztalatokra vonatkoztak. A kitöltés lehetőségét 2025.09.23-án zártam le és a közel 2 hét időintervallum alatt 154 válasz érkezett.

Eredmények:

A kutatással a válaszadók 59%-ában (91 fő) sikerült felkeltenem az érdeklődést a gyógynövények használata iránt mentális panaszokban.

Következtetés:

A kutatásban résztvevőknek több lehetséges stressz okozta tünetük is van, ami alapján elmondható, hogy nincsenek ugyan száz-százalékosan a mentális jólét állapotában ennek ellenére nagyobb arányban többnyire boldogok és nem nagyon jónak, de egész jónak értékelik az egészségüket. Változó gyakorisággal és módon, de használnak gyógynövényeket mentális panaszaikban és a hazai gyógynövényeket részesítik előnyben. Külföldi gyógynövényekkel kapcsolatosan kevesen rendelkeznek tapasztalattal. Vannak ismereteik a gyógynövényekről, de a felhasználhatóságuk sokszínű lehetőségeiről, alkalmazási módjukról, ellenjavallataikról, esetleges gyógyszerkölcsönhatásukról bővebb tájékozódást és tájékoztatást igényelnek.

Bakos Luca
Miskolci Egyetem
Egészségtudományi Kar

Konzulens:
Palácsik-Makula Zsanett
Ficsor Gerda

Obes betegek Rectus Diastasis kezelése, kiegészítő kinesio tape terápiával

Témaválasztás indoklása: Napjaink egyik megoldatlan és egyre nagyobb -az egészségügyet érintő- kihívásokat támasztó betegsége az elhízás. Az elhízás számos egyéb betegség előkapuja; egyik ilyen problémakör a hasfal szétnyílása. A rectus diastasis nem csupán esztétikai probléma, hanem az érintett csoport életminőségét jócskán befolyásoló tényező. Kutatásom célja, hogy e speciális igényekkel rendelkező betegcsoport számára kidolgozott komplex fogyókúraprogramhoz hasizomtréninget tervezzek, kivitelezzek; illetve a program hatékonyságát vizsgáljam.

Módszerek: A gyakorlati kutatásban a B-A-Z VM KK és EOK, Szent Ferenc Tagkórház Kardiológiai Rehabilitációs Osztály obesitas diagnózissal, eddig 8 fő vett részt. A vizsgálat kezdő időpontja 2025. 06., várható záró időpontja 2026. 09. Beválogatás kritériuma a fő diagnózis mellett a rectus diastasis megléte. A betegvizsgálat során mértem a testmagasságot (cm), a testsúlyt (kg). Meghatároztam a testtömeg indexet (BMI, kg/m^2). Testzsír-arány (%) került leírásra. Továbbá felvettem két kerületi méretet: has, csípő (cm); ebből arányt számítottam (HWR). Detektáltam a rectus diastasis hosszmértékét (cm), és szélességét (ujj). Hasizomerőt Oxford skálával (0-5) néztem. Kérdőívet pedig az inkontinencia, fájdalom, várandósság és hasiműtétek felderítésére. Intervenció: csoportos torna rectus diastasis problémakörre kifejlesztett gyakorlatokkal, kinesio tape terápia alkalmazása heti 5 alkalommal 3 héten keresztül.

Eredmények: Átlagban a M. rectus abdominis (1), Musculi obliqui abdominis (1,5) izomereje növekedett. Has körfogata átlagban 6 ±1,9 cm-el csökkent. Köldök felett rectus diastasis hossza átlagban 1,4 ±1,5cm-el, szélessége átlagban 0,6 ± 0,5 ujjnyit csökkent. Köldök alatt rectus diastasis hossza átlagban 1,4 ±1,9cm-el, szélessége 0,3 ±0,4ujjnyit csökkent.

Következtetés: A speciális rectus diastasis problémakörre kifejlesztett torna programommal már 3 hét alatt is érhető el mérhető eredmény. Az izomerő mértékében minden résztevőnél javulást tapasztaltam. Rectus diastasis mértéke minden résztvevőnél csökkent. A derékfájás és a testtartás is javult minden résztvevőnél. A szülési prediszpozíció nem befolyásolta az eredményességet. A kinesio tape terápia nem bizonyult hatékonynak, mert a betegek izzadékonysága miatt a ragasztás nem tartott.

Barna Zsófia Alexandra
Miskolci Egyetem
Egészségtudományi Kar

Konzulens:
Dr. habil Dózsa Csaba

Az alapellátási ügyeleti rendszer struktúraváltása a humánerőforrás szemszögéből

Bevezetés és célkitűzés:
Az elmúlt években jelentős változások léptek fel az alapellátásban, mivel korábban a munkaidőn túli ellátás biztosítása az önkormányzatok kezében volt. Egy fejlesztési folyamat eredményeképp a decentralizáltan működő ügyeleti rendszer állami irányítás alá került, és azóta az Országos Mentőszolgálat kapta meg feladatként ennek szervezését.
Egy ellátó rendszer lelkét az egészségügyi dolgozók képzik, és ha ők nem elégedettek a mindennapi munkavégzésük során, akkor a rendszer nem tud stabilan működni. Ezért célom feltárni, hogy ezek a szakemberek hogyan élték meg a változásokat, és milyen módon befolyásolta őket a mindennapi munkájukban.
Módszerek:
Kvalitatív kutatást végeztem félig strukturált interjúk segítségével. A kérdésvázlat előre össze lett állítva, tematikus blokkokra épült, de nem volt megszabva a résztvevők számára, hogy szigorúan kövessék a tematikát, a fő cél a saját tapasztalataik és nézőpontjaik kifejtése volt. Ezután a kész interjúkat tematikus kódolással elemeztem.
Eredmények:
Az interjúk során kiderült, hogy a dolgozók miután megszokták az újításokat sokkal gördülékenyebbnek és hatékonyabbnak érzik a rendszert. A humánerőforrás területén erősíteni kell, mivel a közeljövőben sok háziorvos fog kiesni az ellátó rendszerből, és utánpótlásukról gondoskodni kell. Az új rendszer minden tekintetben fenntartható, a szakemberek nem érzik terheltebbnek magukat, mint korábban, és szívesen vállalnak ügyeleti feladatokat. Javasolják a hatékonyság növelése érdekében a diplomás szakdolgozók feladatkörének bővítését, és a dokumentáció mennyiségének csökkentését.
Következtetés:
Az átállás már szükséges és időszerű volt. Időnként felül kell vizsgálni a rendszert ahhoz, hogy annak működésén, és hatékonyságán javítani tudjunk. Az ellátás szíve mégis maguk a dolgozók, akik motivációja, és megbecsülése elengedhetetlen, ahhoz, hogy teljes egészében jól tudjon működni.

Becskereki Friderika
Miskolci Egyetem
Egészségtudományi Kar

Konzulens:
Kató Csaba

Csípőízület fókuszú contract-relax stretching kezelés hatásosságának vizsgálata utánpótlás jégkorongozók körében

Bevezetés és célkitűzés:

A stretching minden sportágban preventív és rehabilitációs szempontból is jelentős szereppel bír, mely a jégkorongban a sérülések megelőzése, mobilitás megőrzése és a regeneráció okából is kardinális jelentőségű. A kutatás célja felmérni a sportolók csípőízületének állapotát, továbbá, ha fennáll mozgásbeszűkülés, azt speciális, contract-relax stretching technikával milyen módon, milyen mértékben befolyásolhatjuk.

Módszerek:

Egy teljes szezon idejét felölelő intervenciós kutatás zajlott, mely 2024 októberétől 2025 júliusáig tartott a DVTK Jegesmedvék JSA U18-as csapatánál. A 22 főből álló csoport tagjainál goniométerrel mozgásterjedelmet, mérőszalaggal megnyújthatóságot, speciális nyújtási teszteket és csípőízületet vizsgáló speciális teszteket alkalmaztunk és vizsgáltunk. Az objektív mérések sportdiagnosztikai felmérésekkel kerültek összegzésre, hogy nagyobb rálátást nyerjünk például az izomtömegbeli növekedésre, a testösszetétel alakulására is.

Eredmények:

Mozgásterjedelem vizsgálata során a flexios, extensios és az abductios irányú mozgások mutattak nagyobb mértékű mozgásterjedelem növekedést (5°, vagy annál nagyobb), a speciális nyújtási tesztek esetén pedig a homlok-térd távolság mutatott nagyobb mértékben szignifikáns javulást.

Következtetés:

A kapott eredmények alapján elmondható, hogy a csípőízületet célzó, rendszeresen végzett stretching program segítségével hatékonyan befolyásolható jégkorongozók esetén az ízületi mozgásterjedelem és a csípő körüli izmok megnyújthatósága. Látványos javulás érhető el azon sportolók esetén, akik a szezon ideje alatt egyénileg is nagy hangsúlyt fektettek a rendszeres nyújtásra.

Bódis Eliza
Kossuth Lajos Evangélikus Óvoda
Általános Iskola, Alapfokú Művészeti Iskola
Gimnázium, Szakgimnázium és Technikum

Konzulens
Bóna Tímea

Lelki táplálékok a fiatalság életében

Bevezetés és célkitűzés:
Kutatómunkám témaválasztásának indítéka, hogy a 14-18 éves korosztály körében a mentális problémák gyakoribbak, mint az emberek gondolják. A fiatalok 40-50-%-a küszködik mentális problémákkal, amely kihat későbbi életükre. Kutatómunkám célja, hogy felmérjem a 14-18 éves körében előforduló mentális problémák előfordulási gyakoriságát, megismerjem a kiváltó okokat, felmérjem az iskolai „Mentálkuckó" edukációs foglalkozás jelentőségét.

Módszerek:
Vizsgálatom 4 hónapon keresztül zajlott, online, anonim kérdőíves felmérést alkalmaztam a 14-18 korosztály bevonásával. Az anonim kérdőíves adatfelvételben 324 személy vett részt. A kérdőíves felmérést kombináltam a szakmai interjú módszerével. Az összegyűjtött adatok feldolgozását százalékszámítási, gyakorisági vizsgálattal végeztük

Eredmények:
Vizsgálatom alapján a 14-18 éves fiatalok körében a leggyakrabban előforduló mentális problémák: hangulatzavar, szorongás, depresszió, pánik betegség, önértékelési zavarok, testképzavar, függőségbe menekülés, elszigetelődés. Felmérésem szerint a mentális problémáinak kiváltó okai a következő tényezők: rossz családi körülmények, túlzó társadalmi elvárások, testkép zavar, elhanyagoló szülői attitűd, iskolai problémák, párkapcsolati problémák. Felmértem a kortársaink körében, hogy fontosnak tartják-e a mentális egészség megőrzését segítő, iskolai mentálkuckó edukációs foglalkozást: a diákok 82% -a igen, 8%-a nem, 10%-a nem tudja megítélni a jelentőségét.

Következtetés:
Valami nagy baj van a 14-18 éves fiatalokkal, súlyosan szoronganak és depressziósak. Az iskolai mentálkuckó edukációs foglalkozásokat „kapuőröknek" is nevezhetjük, mivel jelentős szerepe van a tanulók mentális problémáinak megelőzésében és leküzdésében. Hatékonyabb prevenciós munkára lenne szükség, ezért tartom fontosnak kutatómunkámat és az iskolai „Mentálkuckó" iskolai edukációs foglakozás megvalósítását.

Bodnár Nóra
Miskolci Egyetem
Egészségtudományi Kar

Konzulens:
Dr. Ráskiné Dr. Lakatos Andrea

Lepénytapadási rendellenességek mágneses rezonanciás képalkotása: 10 év eredményeinek áttekintése

Témaválasztás indoklása: Az utóbbi évtizedekben, hazánkban is növekedett a császármetszések aránya, amelynek párhuzamos következményeként emelkedett a lepénytapadási rendellenességek előfordulása. Vizsgálatom célja a mágneses rezononciás (MR) képalkotás szerepének, pontosságának értékelése a placenta praevia és accreta kórképek diagnosztikájában.

Módszerek: A kutatás a B.-A.-Z. Vármegyei Kórházban zajlott, és azokat a betegeket foglalta magában, akiknél lepénytapadási rendellenesség gyanújával 2016. november és 2024. október között MR vizsgálat készült. Az ultrahang (UH) és az MR vizsgálatok eredményeit, valamint a szülés műtéti leírásait hasonlítottam össze.

Eredmények: Placenta praevia és a placenta accreta együttes fennállása esetén 15 beteg UH, MR és műtéti leírásait dolgoztam fel. Az MR vizsgálatok időpontjában betegek átlag életkora 31 év volt (a legfiatalabb 20, a legidősebb 40 éves), az átlag vizsgálati gesztációs idő 30 hét volt. A születési gesztációs kor átlaga 34 hét volt. Mind a 15 esetben császármetszést alkalmaztak. Az előző terhességek száma átlagosan 4, a korábbi császármetszések száma átlagosan 1 volt. Hysterectomia 5 betegnél történt. Placenta accreta esetében az UH és az MR eredmények csupán 13%-ban mutattak teljes, további 13%-ban részleges egyezést. Az MR vizsgálatok és a szülési műtéti leírások 33%-ban különböztek, 13%-ban részben megegyeztek és 53%-ban teljesen egyeztek. Placenta praevia esetében az UH és MR eredmények összehasonlítása 87%-os egyezést mutatott, valamint a fennmaradó 13%-ban részben megegyeztek az eredmények. Az MR leletek és a műtéti leírások összehasonlítása szintén 87%-ban egyezett meg, 13%-ban részben egyeztek az eredmények.

Következtetés: Megállapítható, hogy placenta accreta fennállásakor az MR az UH vizsgálattal szemben megbízhatóbbnak bizonyul, mivel az eredmények jóval nagyobb arányban egyeztek meg a műtéti leírásokkal. Placenta praevia esetén mind az UH , mind az MR vizsgálatok eredményei nagyarányú egyezést mutattak a műtéti leírásokkal.

Dr. Bodnár-Molnár Edina
Miskolci Egyetem
Egészségtudományi Kar

Konzulens:
Pászk Norbert

Fitoösztrogének hatása a női nemi ciklusra, különös tekintettel a menopauza időszakára

Bevezetés és célkitűzés: A menopauza a női élet természetes, ugyanakkor komplex testi, lelki és társadalmi változásokkal járó időszaka, melyet az ösztrogénszint csökkenése és a hormonális egyensúly felborulása, illetve átalakulása kísér. A gyógyszeres hormonpótló terápia a leghatékonyabb kezelési módszer, de a biztonságosságával kapcsolatos, gyakran tévesen megalapozott aggodalmak világszerte növelték a természetes, növényi eredetű alternatívák iránti érdeklődést. A kutatás célja a magyar nők menopauzával kapcsolatos ismereteinek, attitűdjeinek és kezelési szokásainak feltárása, különös tekintettel a fitoösztrogének ismeretére, megítélésére és alkalmazására.
Módszerek: A vizsgálat kvantitatív, keresztmetszeti, leíró jellegű kutatás volt, amely 238 fős, nem reprezentatív mintán alapult. Az adatgyűjtés online, önkéntes és anonim kérdőív formájában zajlott, 22 kérdést tartalmazva, amelyek a demográfiai jellemzőkre, a menopauzális tünetek ismeretére, a kezelési preferenciákra és a fitoösztrogénekkel kapcsolatos attitűdökre irányultak. Az adatok feldolgozása leíró statisztikai módszerekkel, Microsoft Excel és Python szoftverekkel történt.
Eredmények: A válaszadók döntő többsége tisztában volt a menopauza élettani hátterével, ugyanakkor a kezelési lehetőségek gyakorlati ismerete korlátozott. A nők 71,5%-a ismeri a menopauzális tünetek enyhítésére alkalmazható módszereket, de mindössze 13,1% használ fitoösztrogéntartalmú készítményeket. A leggyakrabban választott kezelések az életmódbeli változtatások (49,4%) és a gyógynövényes készítmények alkalmazása (35,9%) voltak, míg a hormonpótló terápia aránya csupán 5,5%-ot tett ki. A nők többsége a természetes, mellékhatásmentes megoldásokat preferálta, ugyanakkor a fitoösztrogénekkel kapcsolatos ismeretek hiányosak.
Következtetés: A kutatás eredményei rávilágítanak arra, hogy a menopauza megélése és kezelése erősen függ az információ-hozzáféréstől és az egészségnevelés színvonalától. A nők jelentős része nyitott a természetes eredetű kezelések iránt, de a tájékozottság gyakran felszínes. Szükséges a fitoösztrogénekkel és a fitoterápiás lehetőségekkel kapcsolatos szakmai kommunikáció és edukáció erősítése, valamint a gyógynövénytanácsadók és egészségügyi szakemberek bevonása a menopauza-tudatosság növelésébe. A vizsgálat megerősíti, hogy a menopauza nemcsak biológiai, hanem társadalmi és pszichoszociális kérdés is, amely komplex, interdiszciplináris megközelítést igényel.

Bolla Bálint László
Miskolci Egyetem
Egészségtudományi Kar

Konzulens:
Szabó Tünde

Elesési kockázat osteoporotikus betegek esetén

Bevezetés és célkitűzés:
Magyarországon a csontritkulás előfordulási gyakorisága egyre növekszik, és az érintett betegek elesése jelentős kockázatot jelent. Kutatásom célja az osteoporosisos betegek elesési rizikójának és izomerejének mérése fizikális vizsgálatokkal, majd javaslattétel az eredményektől függően prevenciós célzattal. Magyarországon fizikális vizsgálattal történő kutatás még nem készült, csak kérdőíves vizsgálatot végeztek.

Módszerek:
A programban a Borsod-Abaúj-Zemplén Vármegyei Központi Kórház és Egyetemi Oktatókórház, Szent Ferenc Tagkórház reumatológiai ellátásban részesülő járó- és fekvőbetegei vettek részt, kiknél osteoporosis diagnózisa állt fenn. Az anamnézis vizsgálat kérdőív formájában történt, mely a FRAX kérdőívet, valamint saját összeállítású kérdéseket tartalmazott. A testtartás megfigyelésére a wall teszt, Fal-occiput távolság, borda-csípőlapát távolság és a súlyvonal vizsgálata lett végezve. Az izomerő mérése biofeedback nyomásmérővel történt, mellyel a musculus transversus abdominis stabilizáló aktivitása került felmérésre háton fekvő helyzetben, illetve a Sahrmann teszt alkalmazásával a hasizmok ereje és kontrolláló funkciója is mérhető volt. További gyakorlatokkal, mint a Hip Bridge és Side plank teszt, a csípő extensorok és a törzs izomzat funkcionális állapota került értékelésre. Egyensúly vizsgálatára pedig a Poszturális kontroll, Timed up and go, 4 lépéses egyensúly, 4 négyzetlépcsős és a súly felemelés tesztjei kerültek elvégzésre.

Eredmények:
Az eddig felmért 13 beteg közül 6 főnél alacsony, 5 páciensnél mérsékelt, 2 érintettnél pedig magas elesési kockázat jött ki eredményül. A gluteális izomzat a többségüknél nem mutatott gyengülést, ugyanakkor a hasizmok esetében a legtöbb résztvevőnél csökkent izomerő volt észlelhető. Mindemellett azoknál a személyeknél, akiknél a háti szakasz saggitalis görbülete kóros mértékben fokozódott, az eredmények mérsékelt vagy súlyos rizikójúak.

Következtetés:
Bár a vizsgálat tovább folytatódik, az eredmények alapján úgy látszik, hogy a felmért izmok ereje nincs közvetlen hatással az elesés kockázatára. Illetve úgy tűnik, hogy a csontritkulás súlyossági foka nincs erős kapcsolatban az izomerővel sem az elesés esélyével. A háti kyphosis mértéke viszont feltételezhetően befolyásolhatja az egyensúlyt.

Börtsök Réka Beatrix
Miskolci Egyetem
Egészségtudományi Kar

Konzulens:
Dr. Rucska Andrea

A drogfüggőség utáni rehabilitáció lehetőségei és kihívásai a magyar egészségügyi és szociális ellátórendszerben

Bevezetés és célkitűzés: A szakdolgozat célja, hogy feltérképezzem a jelenleg kábítószer használók számára fennálló erőforrásokat, amelyek segítségével elindulhatnak a leszokás útján. Szeretném feltárni, hogy milyen egészségügyi, szociális intézményekhez fordulhatnak a rehabilitációra vágyó emberek, továbbá a non-profit, alapítványi segítségnyújtás is érdekes új nézeteket hozhat az ellátást illetően.

Módszerek: Kvalitatív, primer kutatás szakemberekkel és páciensekkel készült interjúkon keresztül.

Eredmények: Sokféle különböző véleményt kaptam vissza, van egy kis eltérés a szakemberek és a páciensek észrevételei között, tapasztalataikban, de ez várható volt.

Következtetés: Magyarországon a drogfüggőség utáni rehabilitáció igénybevételére sokféle lehetőség van, a páciensek meg tudják találni a számukra leghatásosabb módszert, viszont az ellátórendszer így is hiányosságokkal küzd

Budai Panna
Miskolci Egyetem
Ferenczi Sándor Egészségügyi Technikum

Konzulens:
Lődár Ildikó

Függőségeink, rossz szokásaink
Hova tűnnek értékes óráink? Pazarlás vagy pihenés?

Témaválasztás indoklása:
A függőségek és rossz szokások mindennapjaink részei, akár tudatosan, akár észrevétlenül jelen vannak az életünkben. Legyen szó a közösségi média használatról vagy komolyabb függőségekről. A függőség nemcsak testi, hanem lelki és társadalmi probléma is. Ezért fontos megérteni, hogyan jönnek létre és mit tehetünk ellenük.
Célkitűzések:
Célom, hogy bemutassam a függőségek és rossz szokások közötti kapcsolatot, és rávilágítsak arra, milyen okok állhatnak a kialakulásuk mögött. Emellett szeretném megvizsgálni, hogyan lehet ezeket felismerni, megelőzni, illetve legyőzni
Módszerek:
A téma feldolgozása során többféle módszert alkalmaztam, hogy minél átfogóbban megismerjem a függőségek és rossz szokások jelenségét. Elsőként internetes forrásokat és szakkönyveket tanulmányoztam, hogy alapvető ismereteket szerezzek a függőségek típusairól. Emellett áttekintettem néhány pszichológiai és egészségügyi cikket, melyek segítettek megérteni a függőségek lelki hátterét.
Eredmények:
Az interjúk és a források feldolgozása alapján több érdekes eredmény született. A leggyakrabban említett „függőségek” a telefon- és közösségi médiahasználat, a koffeinfogyasztás, valamint a halogatás. Sokan mondták, hogy tudják, hogy rossz hatással van a szervezetükre, mégis megszokássá váltak. Gyakran a stressz levezetésének egyik módja. Érdekes eredmény, hogy a diákok többsége nem tekinti ezeket valódi függőségnek, inkább „rossz szokásként” beszélnek róluk. A válaszokból az is kiderült, hogy sokan tudatosan próbálnak változtatni. Ez azt mutatja, hogy a fiatalokban megvan az igény az önreflexióra és az önkontroll fejlesztésére is.
Következtetés:
A kutatás és az interjúk alapján megállapítható, hogy a függőségek és rossz szokások szorosan összefonódnak a mindennapi életünkkel, különösen a fiatalok körében. Pozitív eredmény viszont, hogy a legtöbben felismerik ezeket a szokásokat, és nyitottak a változtatásra, ha megértik a hátterüket és kapnak gyakorlati tanácsokat. Összességében elmondható, hogy a függőségek elleni küzdelem nemcsak tiltásról vagy lemondásról szól, hanem önismeretről, egyensúlyról és tudatos döntésekről.

Curtis Muchai Wangati
University of Miskolc
Faculty of Health Sciences

Supervisor:
József Túri

Examining perceptions of drug use

Introduction and objectives:
The image of drug use and drug users has changed in recent decades, but many people still think in stereotypes. Drug users are often portrayed in the media as criminals and as living on the margins of society, which reinforces rejection and discrimination - instead of a helpful attitude. At the same time, the other extreme, which presents drug use as free self-expression, idealizes the problem, which is opposed to a health-conscious approach.
The aim of my research is to explore attitudes towards drug use based on literature sources and previous research. My further aim is to design my own questionnaire research and later implement the research and analyze the results.

Methods:
After studying the international literature on the topic, I designed my own questionnaire, which, in addition to demographic questions, contains a Likert scale and closed questions.
My hypotheses are as follows: I assume that the respondents primarily have an accepting attitude towards those struggling with drug problems, they show openness and a willingness to help. At the same time, they distance themselves from drug use, considering both occasional and regular drug use dangerous.

Results:
Research has shown that attitudes toward drug use have changed in recent decades and that attitudes can vary across generations. For example, a 2018 Gallup Poll found that support for legalizing recreational cannabis was 78% among 18- to 34-year-olds, compared with 65% among 35- to 54-year-olds and 59% among older respondents. A Pew Research Center survey found that 57% of Americans aged 18- to 29-year-olds support legalizing cannabis for “medical and recreational use.”

Conclusion:
The literature sources draw attention to drug prevention and the importance of appropriate, fact-based, and broad information.

Csáki Tímea
Miskolci Egyetem
Egészségtudományi Kar

Konzulens
Pászk Norbert

Komplementer medicina és bizonyítékokon alapuló gyakorlat: A gyógymasszázs hatékonyságának vizsgálata

Bevezetés és célkitűzés A téma választását személyes érintettségem is indokolja, hiszen 2025-ben elvégeztem a Miskolci Egyetem Ferenczi Sándor Egészségügyi Technikum felnőttoktatás keretein belül a rehabilitációs terapeuta (gyógymasszőr) képzését, amelynek során közvetlen tapasztalatokat szerezhettem a masszázs terápiás alkalmazásáról. Arra szeretnék vállalkozni, hogy a kutatásommal feltárjam a gyógymasszázs helyét és szerepét a hazai egészségügyi ellátásban.

Módszerek: A kutatásom során primer kutatásként egyaránt alkalmaztam kvantitatív és kvalitatív módszereket. A kvantitatív vizsgálat kérdőíves módszerrel valósult meg, melynek mintavételi helye az internet volt. Az adatfelvétel 2025. szeptember 17 és október 19 között zajlott. A kvalitatív kutatásom során félig strukturált interjút készítettem egy egészségügyi szakemberrel.

Eredmények: 144 fő töltötte ki a kérdőívet, ebből 115 fő (79,9%) nő és 29 fő (20,1%) férfi. A válaszadók döntő többsége 138 fő ismeri a gyógymasszázst, mint terápiás lehetőséget, azonban állami finanszírozási keretek között 16 fő vette igénybe a kezelést, a válaszadók körében inkább a magánpraxis felé tolódás vehető észre. A leggyakrabban mozgásszervi eredetű panaszok esetén, valamint fájdalomcsillapítás miatt veszik igénybe. A korcsoport és a nem is meghatározó tényező, hiszen amíg fiatalok inkább preventív jelleggel veszik igénybe a szolgáltatást, az egyre idősödő korcsoport és főleg a nők körében a rehabilitáció kerül az előtérbe. Az alulfinanszírozottság, a hosszú betegút és a várakozási idő is nagyban befolyásolja a gyógymasszázs helyét az állami egészségügyi rendszerben.

Következtetés: Összességében a kutatásom eredményei azt tükrözik, hogy a gyógymasszázs iránt erős bizalom van a lakosság körében, de a hatékonyabb alkalmazás érdekében elengedhetetlen lenne az állami egészségügyi rendszerben a rendszerszintű fejlesztés. Többek között a finanszírozási háttér megerősítése, a területi hozzáférés javítása, a betegéletutak lerövidítése és a várakozási idő csökkentése. Az a meglátásom, hogy a gyógymasszázs a jövőben akkor töltheti be a valódi szerepét a hazai egészségügyi rendszerben, ha a komplementer medicina szemlélete szervesen beépül a betegellátásba és a kezelések széles körben elérhetővé válnak mindenki számára.

Császár Adél
Miskolci Egyetem
Egészségtudományi Kar

Konzulens:
Juhászné Dr. Szalai Adrienn
Simon Nóra

Klímaváltozás és családtervezés: a gyermekvállalási döntések alakulása napjainkban

Bevezetés és célkitűzés: A klímaváltozás napjaink egyik legsúlyosabb globális problémája, amely nem csupán ökológiai, hanem társadalmi és pszichológiai következményekkel is jár. Kutatásom célja annak feltárása volt, hogy a klímatudatosság és a klímaszorongás milyen módon befolyásolja a gyermekvállalási szándékokat a 19–40 éves magyar lakosság körében.

Módszerek: Vizsgálatom kvantitatív, keresztmetszeti adatfelvételre épült (N=148). Öt hipotézis mentén elemeztem a környezeti attitűdök, a pszichológiai tényezők, a nemi különbségek és az iskolai végzettség szerepét a reproduktív döntésekben. A vizsgálat módszere egy online, önkitöltős kérdőív volt, amelyet hólabda-módszerrel terjesztettek. Az adatfeldolgozás Microsoft Excel programmal történt, leíró és összefüggésvizsgálati statisztikai elemzések (khi-négyzet (χ^2) próba, Cramer féle V mutató, lineáris regresszió) alkalmazásával.

Eredmények: A klímatudatosság és a tervezett gyermekszám között gyenge, de szignifikáns kapcsolat mutatkozott ($\chi^2 = 9{,}92$; $p = 0{,}019$), a kevesebb gyermeket tervezők bizonyultak környezettudatosabbnak. A klímaszorongás és a gyermekvállalási szándék között szintén szignifikáns kapcsolat volt kimutatható ($\chi^2 = 165{,}97$; $p < 0{,}001$; Cramer-V = 0,29). A vizsgálat kimutatta azt is, hogy a nők körében átlagosan magasabb a klímatudatosság ($\chi^2 = 10{,}36$; $p = 0{,}016$), és a klímaszorongás gyermekvállalásra gyakorolt hatása is nemi mintázatokat követ. Az iskolai végzettség vizsgálatánál a felsőfokú végzettség esetén a klímatudatosság szignifikánsan negatívan befolyásolta a gyermekvállalási attitűdöt ($\chi^2 = 9{,}5$; $p = 0{,}023$).

Következtetés: A kutatás rámutatott, hogy a klímaszorongás valós, de nem domináns tényező a gyermekvállalási döntésekben, ugyanakkor a klímatudatosság, a nem és az iskolai végzettség különböző mértékben befolyásolják ezt a kapcsolatot. A klímaváltozással kapcsolatos félelmek tehát nem önmagukban gátolják a családalapítást, hanem inkább a jövőbiztonság, a felelősségvállalás és a fenntarthatóságról alkotott egyéni meggyőződések mentén hatnak. A kutatás eredményei fontos üzenetet hordoznak a védőnői gyakorlat számára is: a klímaszorongás felismerése, a hiteles tájékoztatás és a támogató kommunikáció hozzájárulhat ahhoz, hogy a fiatal felnőttek tudatosan és reményteli szemlélettel hozzák meg családalapítási döntéseiket.

Csernainé Szutorcsik Anasztázia
Miskolci Egyetem
Egészségtudományi Kar

Konzulens:
Breznai Annamária

Munkahelyi pszichoterror az egészségügyi dolgozók körében és összefüggései az Eysenck-féle személyiségtípusokkal

Bevezetés és célkitűzés: A munkahelyi pszichoterror (mobbing) az egészségügyi szektorban kiemelten súlyos pszichoszociális jelenség, amely komplex módon hat az érintettek mentális egészségére és a betegellátás minőségére. Kutatásom célja a mobbing előfordulásának feltárása volt az egészségügyi dolgozók körében, továbbá annak vizsgálata, milyen összefüggések mutathatók ki az Eysenck-féle személyiségdimenziók (extraverzió, neuroticizmus, pszichoticizmus) és a pszichoterror megtapasztalása között.
Módszerek: A vizsgálat kvantitatív, keresztmetszeti elrendezésben valósult meg online kérdőíves adatfelvétellel (N=210 egészségügyi dolgozó). A munkahelyi pszichoterror mérésére a Leymann-féle Mobbing Skálát, a személyiségvonások vizsgálatára pedig az Eysenck Personality Questionnaire (EPQ) egyszerűsített változatát alkalmaztam. Az adatok feldolgozása leíró statisztikai módszerekkel történt, a hipotézisek vizsgálatát kereszttáblás elemzés támogatta.

Eredmények: A válaszadók 72,38%-a számolt be személyes atrocitás megtapasztalásáról. A neurotikus típusba sorolt válaszadók 74,23%-a élt át pszichoterrort, míg a pszichotikus vonásokkal jellemezhető személyek 16,67%-a vallott be mobbingoló magatartást. Az érintettek 46,67%-a nem ismerte a mobbing fogalmát, és közel háromnegyede nem fordult formális segítségért, hanem passzív megküzdést választott.

Következtetés: A kutatás megerősíti a mobbing széles körű elterjedtségét, és rámutat, hogy a személyiségjellemzők – különösen a magas neuroticizmus – lényeges szerepet játszanak az áldozattá válás gyakoriságában. A jelenség megelőzése érdekében elengedhetetlen a tudatosság növelése, valamint a mentálhigiénés szemléletű, személyiségdimenziókat is figyelembe vevő prevenciós programok fejlesztése az egészségügyi szervezetekben.

Csilik Noémi
Miskolci Egyetem
Egészségtudományi Kar

Konzulens:
Greutter Zoltán

Digitális egészségturizmus és mesterséges intelligencia

Bevezetés és célkitűzés: A mesterséges intelligencia (MI) használata már az élet minden területén elterjedt, így az egészségturizmusban is. A hagyományos egészségturisztikai szolgáltatások mellett egyre elterjedtebben alkalmaznak digitális megoldásokat, amelyek új módszereket kínálnak mind az egészségmegőrzés, mind a gyógyulás területén. Kutatásom a MI használatának ismertetésével és elfogadottságának vizsgálatából áll az egészségturizmusban. Célom annak feltárása, hogy a lakosság mennyire nyitott az MI alkalmazására az egészségturisztikai szolgáltatások igénybevétele során. A kutatás eredményei hozzájárulhatnak ahhoz, hogy rálássunk mik azok a tényezők, amik jobban segítenék az MI-alapú megoldások szélesebb körű használatát az egészségturisztikai szolgáltatásokban, illetve mik azok a szempontok, amik jobban elősegíthetik a hazai szolgáltatók digitális fejlődését.

Módszerek: Kutatásom első felében a releváns hazai és nemzetközi szakirodalmakat tekintettem át az MI egészségturisztikai alkalmazását illetően. A feldolgozás során bemutattam a MI szerepét az egészségügy és turizmus kapcsolatában, ezen felül megemlítettem globális és makroszinten is az MI-alapú rendszereket ezeken a területen. A kutatás második részében primer módszert alkalmaztam: egy online kérdőív segítségével, amit közösségi média felület használatával osztottam meg. A kérdőívet összesen 138 ember töltötte ki.

Eredmények: A céljaim megvalósítását a kérdőíves felmérés kiértékelése segítette. Az eredmények azt mutatják a kitöltők közel többsége már hallott az MI-ról, és alapvetően nyitott annak egészségturizmusban való alkalmazására, azonban az elfogadás mértékét befolyásolja az adatbiztonsággal, átláthatósággal és emberi tényezőkkel kapcsolatos bizalomhiány. Emellett látható a generációs különbségek is: a fiatalabb korosztály (Y és Z generáció) könnyebben elfogadja és szívesebben használná MI-alapú megoldásokat a szolgáltatások során.

Következtetések: Az eredmények alapján az a következtetés vonható le, hogy az MI iránti érdeklődés pozitív, a válaszadók többsége támogatja az MI alkalmazását, ha annak működése biztonságos, és átlátható módon kezelik a személyes adatokat. Ezek mellett leggyakrabban felmerülő félelmek, az emberi kapcsolatok gyengülése, valamint MI-alapú rendszerek hibázásra hajlamos eshetősége. Így azt a következtetést lehet levonni, hogy a MI alkalmazása az egészségturizmusban ígéretes lehetőség, de a sikeres bevezetéshez elengedhetetlen a bizalom kiépítése, az adatbiztonság garantálása és a felhasználók megfelelő tájékoztatása.

Csorba Stefánia
Drotár Cintia Napsugár
Kossuth Lajos Evangélikus Óvoda,
Általános Iskola és Alapfokú Művészeti Iskola,
Gimnázium, Szakgimnázium és Technikum

Konzulens:
Molnárné Litványi Krisztina

A tudatmódosítószerek hatása

Bevezetés és célkitűzés: Egyre népszerűbb a fiatalok körében a tudatmódosítószerek használata. A pszichiátriai betegségek között is az egyik legkényesebb téma az alkoholfüggés és a drogfogyasztás. A tudatmódosító szereknek számos típusa ismert, mi a munkánk során csupán a legelterjedtebb kábítószerek áttekintését tűztük ki célul. Célunk, a fiatalok ismereteinek feltérképezése a tudatmódosítószerekkel kapcsolatosan. Majd egy olyan figyelemfelkeltő transzparens megalkotása, ami a meghökkentés eszközével próbálja felhívni a fiatalok figyelmét a tudatmódosítószerek veszélyeire.

Módszerek: Szakirodalmi kutatás után interjút készítettünk Dr. Orosz Zsolt pszichiáterrel és a miskolci drogambulancia szakmai vezetőjével, Vitányi Dániellel. Google Kérdőívet vettünk fel iskolánk diákjaival a drogokkal kapcsolatos ismereteikről. Majd egy figyelemfelkeltő transzparenst készítettünk, ahol egy drogos életútján keresztül hívjuk fel a figyelmet a veszélyekre, és mutatunk be egy lehetséges kiutat.

Eredmények:A kérdőívet 57 fő 14-20 közötti fiatal töltötte ki. 79% lány, 21% fiú. A kitöltők 4%-a több, mint 10 féle drogot ismer, a legtöbben 4-6 féle drogról hallottak életük során. Érdekes a fiatalok drogokról alkotott véleménye is. A válaszadók 60%-a gondolja úgy, hogy egyre több életet tesznek tönkre a drogok, 4 % véli úgy, hogy a drog serkentőleg hat. A válaszadók 29%- nak a környezetében él droghasználó, és 14%-uk már kipróbált valamilyen drogot.

Következtetés: Elkeserítő, hogy a 14-20 év közötti korosztály 14%-a használ valamilyen tudatmódosító szert. Megtudhattuk, hogy a drogprobléma 2X annyi férfit érint, mint nőt. Megyénkben 13 éves a legfiatalabb, 79 éves a legidősebb drogambulancián kezelt beteg. A fiatalokat tényleges veszély fenyegeti a mindennapjaik során, ezért úgy gondoljuk, nagyon hasznos lenne egy olyan kampány indítása, amelyben a kortársak maguk hívják fel a figyelmet a drogok okozta káros hatásokra. Ezt szeretnénk az általunk készített poszterrel elérni.

Dienes Kamilla
Miskolci Egyetem
Egészségtudományi Kar

Konzulens:
Sándor Hajnalka

K-Beauty – koreai szépségápolás

Bevezetés és célkitűzés:

A K-Beauty, vagyis a koreai szépségápolás napjainkban meghatározó trenddé vált, amely nemcsak a kozmetikai iparra, hanem a fogyasztói magatartásra is jelentős hatást gyakorol. A kutatásom célja annak feltárása volt, hogy a magyar fogyasztók mennyire ismerik a K-Beauty fogalmát, illetve milyen tényezők befolyásolják vásárlási döntéseiket.

Módszerek:

A kutatásom során primer, kvantitatív módszert, azon belül online kérdőíves adatgyűjtést alkalmaztam. Az eredmények bemutatását főként diagramokkal szemléltettem a K-Beauty iránti attitűdök, vásárlói magatartás közötti összefüggések, valamint demográfiai jellemzők vizsgálatával.

Eredmények:

A válaszadók döntő többsége ismeri a K-Beauty fogalmát, és pozitívan viszonyul a koreai szépségápolási termékekhez. Kiemelt jelentőséget tulajdonítanak a természetes összetevők használatának, valamint a bőrápolás több lépéses, tudatos megközelítésének.

Következtetés:

A kutatásom eredményei azt mutatják, hogy a K-Beauty iránti érdeklődés Magyarországon is erősödik, különösen a 26-35 éves fiatal nők körében. A természetes, innovatív és bőrbarát összetevők iránti igény növekedése új lehetőségeket kínál a hazai szépségipar számára.

Dózsa Zsanett
Seres Lili
Kossuth Lajos Evangélikus Óvoda,
Általános Iskola és Alapfokú Művészeti Iskola,
Gimnázium, Szakgimnázium és Technikum

Konzulens:
Molnárné Litványi Krisztina

Hogyan segíti a sport a mentális egészségünket?

Bevezetés és célkitűzés:
Megszületésünktől egészen a halálunkig tart személyiségünk fejlődése. A számos fontos hatás mellett, mint a szülők, a család, később a kortársak és a barátok, a sportolás is rendkívül nagy befolyással bír az életünkre. Fontos a szocializáció folyamata, mely során a gyermek megtanul alkalmazkodni a társadalmi környezetéhez, hogy minél hatékonyabb szereplője lehessen annak. Amennyiben egy gyermek elkezd sportolni, temérdek új, erősen személyiségformáló hatás éri.

Hipotézis:
Minél több területen nem nyújt a környezet megfelelő érzelmi gondoskodást, annál valószínűbb, hogy a beilleszkedésünk nehéz, a közérzetünk pedig tartósan rossz lesz. Az utóbbi időben, egyre inkább a tudományos érdeklődés fókuszába került két fogalom: az alapvető, és a feltételes önbecsülés fogalma. Azok az emberek, akiknek magas a feltételes önbecsülésük, hamarabb válnak szorongó emberekké. Azok az emberek, akiknek az alapvető önbecsülésük stabil, könnyebben dolgozzák fel az őket ért sérelmeket. Vajon hozzájárul-e a sport a stabil önbecsülés kialakításához? Erre a kérdésre kerestük a választ szerzőtársammal.

Módszerek: Két kérdőívet vettünk fel osztálytársainkkal, majd a Diósgyőri Sport osztályos lányokkal, és a DVTK utánpótlás focistáival.

- Vonásönbecsülés/-önértékelés kérdőív magyar adaptációja nyomán - az Alapvető Önbecsülés (Basic Self-Esteem, BSE) skálát
- A feltételes önbecsülés mérésére, készítettem egy google űrlapot, egy 26 tételes Feltételes Önbecsülés Skálát
-

Következtetés:
A grafikonok kiértékelése után látható, hogy azok a diákok, akik sportolnak, magasabb önbecsüléssel rendelkeznek, nincs szükségük mások szeretetére, hogy magukat elfogadják. Hogy lehetne segíteni az alacsony önértékelésű csoporton? Ehhez állítottunk össze néhány „receptet”, mit tehetünk pedagógusként.

Erdeiné Gergely Szilvia
Miskolci Egyetem
Egészségtudományi Kar

Konzulens:
Andreica Szilvia

A Z generáció gyógynövényhasználati szokásai

Bevezetés és célkitűzés:
Az elmúlt években számos tanulmány született, mely a Z generáció viselkedési formáit, szokásait vizsgálja. Megváltozott értékrendszerük a gyógynövények felhasználására, egészség tudatosságuk kialakulására is hatással van. A kutatás célja, hogy felmérje, hogy a Z generáció tagjai használnak-e gyógynövényeket és az ezzel kapcsolatos ismereteiket honnan és milyen formában szerzik legjellemzőbben. Ezek ismeretében pedig azoknak az információ átadási csatornáknak a kidolgozása, melyek felkeltik az érdeklődésüket és közelebb viszik ezt a tudást ehhez a generációhoz.

Módszerek:
Vizsgálatomhoz primer kutatást végeztem, anonim, papír alapú kérdőíves formában a Debreceni Egyetem Általános Orvosi Karán, 121 magyar és 121 külföldi hallgató részvételével. Ezáltal nemcsak általános képet kaptam a Z generáció gyógynövényhasználati szokásairól, hanem a magyar és külföldi válaszadók preferenciái közti különbségeket is összehasonlítottam.

Eredmények:
A kérdőívek kiértékelése során kiderült, hogy a magyar fiatalok mind megelőzésre, mind betegségek kezelésére nagyobb százalékban választanak gyógynövényeket, mint a külföldiek, de csak nagyon kevesen használják őket rendszeresen. Ennek legfőbb oka az ismeretek hiánya. A témával kapcsolatos információkat a magyar fiatalok legnagyobb részt az internetről, míg a külföldiek inkább a családtagoktól szerzik. Mindkét csoport szeretne többet megtudni a gyógynövényekről, de míg a külföldiek esetében egyértelműen a közösségi média a legnépszerűbb platform, a magyaroknál emellett a személyes jelenlétet igénylő workshopok is vonzó lehetőséget jelentenek.
Következtetések:
A Z generáció tagjai közül kevesen használnak rendszeresen gyógynövényeket, főképp az információ hiány következtében. Szeretnék bővíteni a tudásukat, de az erre a generációra jellemző tanulási módszerekkel és formában. Ahhoz, hogy már fiatalon megismerjék az egészség megőrzéssel kapcsolatos alternatívákat, fontos, hogy olyan programok jöjjenek létre, melyek ötvözik a weboldalak, gyógynövényes online játékok lehetőségeit a gyakorlatban történő vezetett sétákkal, workshopokkal és felkeltik a fiatalok érdeklődését a gyógynövények iránt.

Falucskai Eszter
Miskolci Egyetem
Egészségtudományi Kar

Konzulens:
Sándor Hajnalka

A Balaton turisztikai térségben hogyan jelenik meg a fenntartható turizmus?

Bevezetés és célkitűzés:
A fenntarthatóság napjaink turizmusának egyik kulcskérdése, mely az utazási szokások átalakulása, valamint a környezeti kihívások miatt stratégiai szükségszerűséggé vált. A Balaton, mint Magyarország egyik legkedveltebb turisztikai célpontja jelentős kihívásokkal néz szembe, mint a szezonalitás, a növekvő turistaforgalom és az éghajlatváltozás hatásai. E kutatás elsődleges célja, hogy feltárja, milyen módon jelenik meg a fenntarthatóság a Balaton turisztikai térségében. A vizsgálat kiterjed a térségi szereplők szemléletmódjára, a megvalósuló gyakorlatokra, valamint azonosítja azokat az akadályokat, melyek a fenntartható turizmus gyakorlati megvalósítását hátráltatják.
Módszerek: A kutatás kvalitatív megközelítést alkalmazott. Az adatgyűjtés félig strukturált interjúk segítségével történt. A vizsgálatban öt, a térségben működő turisztikai szolgáltató és szervezet képviselője vett részt. Az online és telefonos interjúk hangfelvétellel való rögzítését követően az adatok feldolgozása átírással, anonimizálással és tematikus elemzéssel valósult meg.
Eredmények: Az eredmények alapján a fenntarthatóság komplex fogalomként (környezeti, gazdasági és társadalmi pillérek) jelenik meg a térség szereplőinek gondolkodásában. A gyakorlatban ez leginkább a környezettudatos működésben, helyi termelők és alapanyagok támogatásában, valamint szemléletformáló közösségi és oktatási programokban nyilvánul meg. A turisták tudatossága növekvő tendenciát mutat, de az árérzékenység továbbra is meghatározó tényező. A kutatás azonosította a fő akadályozó tényezőket is: a legnagyobb kihívást a szezonalitás, a pénzügyi korlátok és a célzott állami támogatások hiánya jelenti.
Következtetés: A kutatás megállapította, hogy a fenntartható turizmus a Balaton térségében már megjelent, azonban a folyamat még nem tekinthető egységesen beépült gyakorlatnak. A fenntarthatóság leginkább a szolgáltatói szintű intézkedésekben és a civil szervezetek által végzett környezeti nevelési projektekben érhető tetten. A legfőbb akadályt a szezonális működésből fakadó terhelés, a pénzügyi korlátok és a fenntarthatósági fejlesztéseket célzó támogatások hiánya jelenti. A térség hosszú távú fenntarthatóságának kulcsa az összehangolt regionális együttműködés, a szemléletformálás folytatása és a négy évszakos turizmus erősítése.

Frecskóné Szendrei Beatrix
Miskolci Egyetem
Egészségtudományi Kar

Konzulens:
Guzi Barbara

A robotasszisztált mozgásterápia hatásosságának vizsgálata cerebral paresises gyermekek körében

Bevezetés és célkitűzés:
A cerebralis paresis (CP) a gyermekkorban leggyakrabban előforduló mozgásszervi károsodás, amely az izomtónus, a testtartás és a mozgásszabályozásnak nem progresszív, tartós zavarával jár, és az egyén aktivitásának csökkenését eredményezi. Kutatásom célja cerebral paresisben szenvedő gyermekek robotasszisztált LEXO járástréner hatásának vizsgálata a funkcionális állapot, a járásteljesítmény és az izomerő fejlődésének szempontjából a hagyományos mozgásterápiával összehasonlítva.

Módszerek:
A vizsgálatban 30 fő, 7–17 éves gyermek vett részt, 15 fő a robotterápiás, 15 fő a kontrollcsoportban. A kutatás többkomponensű módszertannal zajlott, amely magában foglalta az anamnesztikus adatgyűjtést, az életminőség vizsgálatot, a funkcionális skálák (GMFCS), valamint a spaszticitás (Ashwort skála), izomerő (Oxford, Mingazzini), ízületi mozgásterjedelem (goniométer), egyensúly (Romberg, Timed Up and Go) és járásképesség vizsgálatát. Az intervenciós csoport 10 alkalomból álló csoportos gyógytornában és személyre szabott LEXO járásfejlesztésben, a kontroll csoport csoportos gyógytornában részesült.

Eredmények: Funkcionális deficitként mindkét csoportban spaszticitás, törzs és alsóvégtagi izomerő gyengeség, önellátás és járás nehezítettség volt a legjellemzőbb. Az intervenciós csoportban a legtöbb funkcionális mutató javulást mutatott. Szignifikáns különbség jelentkezett az izomerő ($p<0,001$) és az alsó végtagi ízületi mozgásterjedelem ($p=0,013$) növekedésében. A Timed Up and Go teszt ideje szignifikánsan csökkent ($p=0,003$), míg a járástávolság tendenciaszintű, de klinikailag releváns javulást mutatott ($p=0,076$). A LEXO objektív paraméterei szintén javultak, a passzív járási mód aránya csökkent. A gyermekek pozitív élményként értékelték a robotterápiát, jól motiválhatóak voltak és jó részvételi hajlandóságot mutattak, közepes fáradtságérzettel jellemezve a kezeléseket.

Következtetés:
Az eredmények alapján a robotasszisztált LEXO járásterápia hatékonyan egészíti ki a hagyományos rehabilitációt, elősegítve az izomerő, a mozgásterjedelem és a funkcionális mobilitás fejlődését. Bár a vizsgálat kis esetszámmal zajlott, a statisztikai, klinikai és szubjektív eredmények egyaránt alátámasztják gyakorlati jelentőségét. A LEXO korszerű, biztonságos és objektíven mérhető rehabilitációs eszköz, azonban hatékonyságának további igazolásához nagyobb mintájú, hosszabb távú kutatások szükségesek.

Gergely Zsuzsanna
Miskolci Egyetem
Egészségtudományi Kar

Konzulens:
Andreica Szilvia

Az immunrendszer erősítésének lehetőségei méhészeti termékekkel és gyógynövényekkel

Bevezetés és célkitűzés:

Manapság nagyon sok ember küzd immunrendszeri problémákkal. Célom az immunrendszer fontosságának bemutatása, erősítésének lehetőségeinek felsorolásával, mindezt a természetből vett gyógynövényekkel és apiterápiás termékekkel.

Módszerek:

A módszertan alapját a szakirodalmi elemzés képezi. Orvosok és népi gyógyászat tapasztalatai alapján íródott, több magyar és nemzetközi szakirodalmat és publikációt dolgoztam fel. Ezek alapján vizsgálatam a lehetőségeket, hogy tudjuk az immunrendszert segíteni természetes eszközökkel.

Eredmények:

Kutatásom során sok érdekes kutatást, elméletet és természetes lehetőséget találtam az immunrendszer erősítésére. Válaszokat kaptam, hogy a jó gyomor- és bélműködés, hogy befolyásolja pozitívan az immunrendszer működését. Ezeket már a népi gyógyászat ősidők óta tapasztalati úton, megfigyelések alapján tudta, használt. Hippokrátesz is megmondta, „minden betegség a belekben kezdődik”. Most pedig tudományos kutatások, megfigyelések támasztják alá. A bélrendszerben található az immunglobulint termelő sejteknek a 70-80%. C. elegans fonalféreg tanulmányozása vagy Antoine Bechamp elmélete is bizonyítja, hogy megfelelő természetes anyagok fogyasztásával az immunrendszer helyes működését tudjuk segíteni.

Következtetés:

Nagyon fontos az immunrendszer természetes anyagokkal való támogatása, erősítése, egészségünk megőrzése érdekében. Bebizonyított, hogy a megfelelő táplálkozással hozzájárulhatunk egészségünk megőrzéséhez.

Hanzlik Nikolett
Miskolci Egyetem
Egészségtudományi Kar

Konzulens:
Dr. Mándy Zoltán

Az esélyegyenlőség és az emberi jogok megítélése az egészségügyben: Az abortuszon átesett nők kórházi élményei

Bevezetés és célkitűzés: Célom annak kutatása, hogy az abortuszon átesett nők milyen bánásmódot tapasztalnak a kórházi ellátás során, és hogy ez mennyiben sérti az esélyegyenlőséget és a betegjogokat, illetve milyen hatással van ez a mentális egészségre. Ezen kívül azt vizsgálom, hogy az érintettek mennyire vannak tisztában az őket érintő emberi jogokkal, és jogi alapelvekkel.

Módszerek: Témám elsősorban jellegét tekintve internetes online kérdőívvel, és mélyinterjúkkal kutatható a legjobban. Mivel jogi témában azt tapasztaltam, hogy az emberekre nem jellemző, hogy nyilatkoznak interjún keresztül, a kutatásomat kvantitatív módszert alkalmazva a Google Formson keresztül végeztem online kérdőív formájában.

Eredmények: A legtöbb kitöltőm tisztában van vele, mit jelent a diszkrimináció, mint jogi fogalom, és hallott már az esélyegyenlőségről. Válaszadóim nagy többsége példán keresztül is ki tudja választani, és elkülöníteni mi az az esélyegyenlőség és diszkrimináció. A kitöltőim nagy része inkább negatív bánásmódot tapasztalt a kórházi ellátás során, függetlenül ennek okától. A kérdőív eredményei alapján a terhességmegszakításon átesett nők közel egyharmada tapasztalt negatív bánásmódot kórházi tartózkodása alatt a döntés miatt.

Következtetés: A kórházi dolgozók magatartása és hozzáállása nagy százalékban befolyásolja a kórházi tartózkodást, illetve döntő szerepet játszik az önbecsülés és az önértékelés állapotában. A terhességmegszakítás alatt az ellátás során nem fordítanak nagy figyelmet a megfelelő mentális támogatásra, és segítség biztosítására. Ez negatív hatással van a mentális egészségre egy amúgy is megterhelő és kiszolgáltatott állapotban, és hosszú távon is befolyásolja a mentális állapotot.

Horváth Fanni
Miskolci Egyetem
Egészségtudományi Kar

Konzulens:
Dojcsákné Kiss-Tóth Éva
Opláznik Krisztina

Koffein-és energiaital-fogyasztás hátrányos helyzetű településeken élő és tanuló fiatalok körében

Bevezetés és célkitűzés: Az elmúlt évtizedben aggasztó mértékben nőtt az energiaitalok fogyasztása a gyermek- és fiatalkorúak körében. A társas kapcsolatok, a kortárshatás, valamint a családi és iskolai háttér meghatározó szerepet játszanak a fogyasztási szokások kialakulásában. A prevenciós hiányosságok következtében sok fiatal nincs tisztában a rendszeres fogyasztás egészségügyi kockázataival. Kutatásom célja annak feltárása volt, hogy a hátrányos helyzetű fiataloknál mely életkorban történik az első energiaital-fogyasztás, mikor növekszik annak gyakorisága, valamint milyen társadalmi és motivációs tényezők befolyásolják a fogyasztási szokásaikat.

Módszerek: A vizsgálat kvantitatív, keresztmetszeti jellegű kérdőíves kutatás formájában valósult meg Google Forms felületen. A kérdőívet általános- és középiskolás tanulók töltötték ki iskolai informatikaórán, szülői beleegyezéssel. A célcsoportot hátrányos helyzetű településeken élő és tanuló fiatalok alkották. Az adatgyűjtés 2025. május 19–31. között zajlott, 375 résztvevő közül 367 válaszát vettem figyelembe. Az adatok feldolgozásához Microsoft Excel és GraphPad szoftvert használtam.

Eredmények: A válaszadók többsége tisztában van az energiaital-fogyasztás káros hatásaival, amelyeket főként az internetről, tanáraiktól és szüleiktől ismernek. A leggyakoribb motiváció az íz iránti kíváncsiság és a fáradtság leküzdése volt. A fogyasztás legjellemzőbb formája a napi egyszeri, kisebb mértékben a többszöri bevitel, jellemzően 1–2 doboz mennyiségben. Az alkoholos italokkal történő együttes fogyasztás minden korosztályban megjelenik, gyakorisága az életkor előrehaladtával nő. A rosszullét (fejfájás, gyors szívdobogás, szédülés, mellkasi fájdalom) főként a 9.-12. évfolyamosoknál fordult elő, de az érintettek csak elvétve fordultak orvoshoz.

Következtetés: A kutatás eredményei rámutattak, hogy a hátrányos helyzetű fiatalok energiaital-fogyasztása korán kezdődik, és a serdülőkor előrehaladtával gyakoribbá válik. A prevenció hatékonyságának növelése érdekében fontos a család, az iskola és a helyi közösségek bevonása, valamint a tudatos egészségnevelés erősítése. A célzott prevenciós előadások kulcsfontosságúak a káros fogyasztási szokások visszaszorításában és a fiatalok egészségének megőrzése érdekében.

Juhász Virág
Szalóki Anna Sára
Miskolci Egyetem
Egészségtudományi Kar

Konzulens(ek):
Dr. Juhász Eleonóra
Kiss-Kondás Dóra

Krónikus légzőszervi betegek körében alkalmazott mellkasmobilizációs eljárások összehasonlító elemzése

Bevezetés és célkitűzés: A pulmonalis rehabilitáció komplex folyamatában A szintű bizonyíték van a mellkasi fizioterápia hatásosságára. A szerzők célja volt krónikus obstruktív légzőszervi betegeknél az egyéni és csoportos mellkasmobilizációs kezelések eredményességét elemezni.
Módszerek: Bevonásra kerültek 2025. június-szeptember időszakban a miskolci Semmelweis Tagkórház Tüdőgyógyászati Osztály Légzőszervi Rehabilitációs részlegének COPD-s és asthmás betegei. A betegek az osztályos rehabilitációs programon túl heti 5 alkalommal egyéni lágyrészmobilizáció és terapeuta független auto stretching kezelésben (E csoport: 14 fő; 73,63 ±8,35 év; 2 férfi), illetve csoportos dinamikus rezisztencia tréningben (CS csoport: 14 fő; 70,06 ±6,99 év; 2 férfi) részesültek 3 héten keresztül. A betegvizsgálat során nyugalmi légzésvizsgálat, mobil spirométerrel FEV_1 és PEF érték meghatározás, gerinc megtekintéses vizsgálat és mellkaskitérés mérés történt. Funkcionális tesztekkel a gerinc aktív mozgásterjedelmét, a segédbelégző izmok nyújthatóságát és az állóképességet (Talk, Járás, Borg), Powerbreath KH-2 készülékkel a belégzési maximális teljesítőképességet (MIF, PIF S, VOL) értékelték. Használták a COPD Assessment tesztet. Az adatfeldolgozás (MS Excel) során átlag és szórás számítás, a paraméterek közötti kapcsolat vizsgálatára Pearson teszt történt. A csoportok közötti eltérések és a változások vizsgálata t-próbával valósult meg ($p<0,005$).
Eredmények: A kezdeti felmérés során a csoportokra legjellemzőbb funkcionális deficitként a nehézlégzés (23 fő; 82,14%), az emelkedett légzésszám (21 fő; 75,00%) és a mellkasmobilitás csökkenése (27 fő; 96,43%) volt meghatározható. Terápia előtt az E csoport betegei szignifikánsan rosszabb állapotban voltak, mint a CS csoporté (PEF p=0,0425; PIF S p=0,0614; VOL p=0,0179; kétoldali m. pectoralis major, m. trapesius p=0,0094 és 0,0368; Járás p=0,0704; Borg p=0,0025). A PEF közepes erősségű pozitív kapcsolatot mutatott a belégzés ritmusa/koordinációjával (r=0,58), a belégzési maximális térfogattal (r=0,55) és a mellkaskitéréssel (r=0,56). Terápia után mindkét csoportban szignifikáns javulást mutatott a belégzés hatékonysága, a gerinc és a mellkas mobilitása, valamint az állóképesség.
Következtetés: A légzésrehabilitációban az egyénileg kivitelezett manuális kezelés a rosszabb funkcionalitású betegek állapotában jelentős javulást eredményezhet, míg a jobb állapotú betegeknél az ellenállásos elemek hatásosságát érdemes kihasználni mellkasmobilizáció során.

Kasi-Magyar Pálma Gerda
Miskolci Egyetem
Egészségtudományi Kar

Konzulens:
Hankóczyné Domonkos Judit

Érzelmi intelligencia a mesterséges intelligencia korában

Bevezetés és célkitűzés: Az elmúlt években a mesterséges intelligencia (MI) a közoktatásban és a mindennapi tanulási folyamatokban is megjelent. Az MI által kínált tartalmak és interakciók új kihívásokat teremthetnek az érzelmek felismerésében, kezelésben és a társas kapcsolatok fenntartásában. Célom az volt, hogy feltárjam az MI-használat és az EQ egyes komponenseinek összefüggéseit, valamint gyakorlati ajánlásokat fogalmazzak meg az ifjúsági védőnők számára.

Módszerek: A vizsgálatot online kérdőív segítségével végeztem, melyet a 12–18 éves korosztályba tartozó, azok a fiatalok töltöttek ki, akiknek a szülei beleegyeztek a kutatásba. A kérdőív az MI-használat gyakoriságára és formáira, valamint az érzelmi intelligencia különböző dimenzióira kérdezett rá.

Eredmények: Összességében az EQ-val való összefüggések alapján a túlzott MI-használat egyértelműen alacsonyabb érzelmi intelligenciával járt együtt, különösen az önérvényesítés, az érzelem felismerés és az érzelemszabályozás területén. Ezzel szemben a mérsékeltebb MI-használatnál megjelent néhány pozitív hatás, például a stressz kezelés javulása, amely arra utal, hogy a serdülők számára a digitális eszközhasználat minősége és mértéke kulcsfontosságú tényező az érzelmi fejlődés szempontjából.

Következtetés: Az MI hatása kettős: megfelelő mértékű használata támogathatja a serdülők fejlődését, míg túlzott alkalmazása kockázatot jelenthet az empátia, a társas kapcsolatok és az érzelemszabályozás szempontjából. Az ifjúsági védőnők kulcsszerepe, hogy a fiatalok digitális tudatosságát fejlesszék, támogassák az érzelmi intelligencia erősítését, és az ezzel kapcsolatos prevenciós programuk tárházát bővítsék.

Kerékgyártó Réka
Miskolci Egyetem
Egészségtudományi Kar

Konzulens:
Dr. Ráskiné Dr. Lakatos Andrea

WHO ajánlások és a várandósgondozás gyakorlata Északkelet-Magyarországon

Bevezetés és célkitűzés: A várandósgondozás minősége meghatározó szerepet játszik az anyai és a magzati egészség megőrzésében. A WHO részletes szakmai ajánlásokat fogalmaz meg a gondozási folyamat minőségének biztosítására. Kutatásom célja annak feltárása volt, hogy ezen ajánlások milyen mértékben valósulnak meg a gyakorlatban Északkelet-Magyarországon.

Módszerek: A vizsgálatot egy 21 kérdésből álló online kérdőív segítségével végeztem. A mintát 40 várandós nő alkotta, akik egy médiacsoportban megjelent felhívásra önkéntesen töltötték ki a kérdőívet. Az anonim módon kezelt válaszok között demográfiai adatok, terhesgondozással kapcsolatos tapasztalatok, valamint a WHO-ajánlások teljesülésére vonatkozó vélemények kerültek elemzésre.

Eredmények: A kitöltők többsége (62,5%-a) első várandósságát viseli. Az alkohol fogyasztási és dohányzási szokások tekintetében a szélsőséges fogyasztási minták csak kis arányban fordultak elő. A válaszadások alapján a WHO által javasolt gondozási elemek nem minden esetben teljesülnek maradéktalanul (37,5%). Egyes résztvevők elégedettek voltak az állami várandósgondozás rendszerével (7,5%), annak eredményességét a kismama hozzáállásával és tájékozottságával hozták összefüggésbe. Más válaszadók ugyanakkor szakemberhiányról, anyagi nehézségekről, kórházi osztályok megszűnéséről, valamint hosszú várakozási időről számoltak be (75%). Összességében megállapítható, hogy a gondozás minőségét meghatározó tényezők jelentős mértékben függenek az adott egészségügyi intézmény helyi gyakorlatától.

Következtetés: A vizsgálat eredményei arra utalnak, hogy Északkelet-Magyarországon a terhesgondozás nem minden esetben felel meg teljeskörűen a WHO-ajánlásoknak. A válaszok alapján szakemberhiány, anyagi nehézségek vagy egyéni mulasztás miatt nem részesülnek időben vagy megfelelő színvonalú ellátásban a várandós nők. A kórházi szolgáltatások fejlesztése és bővítése, a várakozási idők csökkentése, valamint a várandós nők célzott és rendszeres tájékoztatása várhatóan elősegíthetné a gondozás hatékonyságának és eredményességének javítását.

Dr. Kis Szilvia Zsuzsanna
Miskolci Egyetem
Egészségtudományi Kar

Konzulens:
Pászk Norbert

Gyógynövények, mint az egészségnevelés lehetséges eszközei

Bevezetés és célkitűzés:

A hazai és nemzetközi adatok egyaránt jelzik, hogy a gyermekek körében gyakorivá váltak a helytelen táplálkozásból, a mozgásszegény életmódból és a stresszből fakadó egészségügyi problémák. A gyógynövények használata nem helyettesíti az orvosi ellátást, de hozzájárulhat a betegségek megelőzéséhez és az egészségtudatos életmód kialakításához. A dolgozat célja, hogy feltárja a gyógynövények pedagógiai hasznosíthatóságát, bemutassa oktatásuk lehetőségeit az iskolai gyakorlatban, rávilágítson a téma aktualitására és hiánypótló jellegére.

Módszerek:

A szakirodalom áttekintése képet ad hazai és nemzetközi viszonylatban az egészségnevelés és az iskolai egészségfejlesztés elméleti, jogszabályi alapjairól, valamint a gyógynövényismeret tantervi megjelenéséről. A szakirodalom metaelemzésére épülő kutatás Somogy és Tolna vármegye 455 diákjának válaszai alapján vizsgálja a gyógynövényismeret helyét és szerepét az oktatásban. Az eredmények feltárják a hiátusokat, javaslatot tesznek a gyógynövények pedagógiai integrációjára. A 455 tanuló válaszait az IBM SPSS Statistics programmal elemeztem. Az eltérések vizsgálatához egytényezős varianciaanalízist és Kruskal–Wallis próbát alkalmaztam, a gyógynövényhasználattal kapcsolatos attitűdöket pedig Likert-skálás kérdésekkel mértem.

Eredmények:

A kutatás több szinten is alátámasztja a szakirodalom megállapításait. Egyrészt megerősíti a hazai és nemzetközi tapasztalatokat a gyógynövények oktatásának hiányosságairól és lehetőségeiről, másrészt új empirikus adatokkal szolgál a magyarországi diákok ismereteiről, attitűdjeiről és gyakorlatairól, valamint a gyógynövények oktatásban való felhasználásáról.

Következtetés:

Az eredmények rávilágítanak arra, hogy a gyógynövények egészségnevelésbe való integrálása rendszerszintű fejlesztést igényel, amely magában foglalja: a tantervi és tankönyvi háttér megerősítését; a pedagógusok módszertani támogatását; az egészségügyi szakemberek és családok bevonását; a közösségi kertek és projektek fejlesztését is.

Kosler Barbara
Miskolci Egyetem
Egészségtudományi Kar

Konzulens:
Dr. Gyulai Anikó

Lépésről lépésre az egészséges lábakért:
Az iskolavédőnő szerepe az általános iskoláskorú gyermekek lábegészségében

Bevezetés és célkitűzés: A lábproblémák felnőttkorban jelentős életminőség-romlást okozhatnak, ezért a korai felismerés és prevenció népegészségügyi szempontból kiemelt jelentőségű. Az ortopédiai elváltozások közül a lúdtalp, a bütyök, a kalapácsujj, több gyermeknél megfigyelhető. A benőtt köröm előfordulása az iskoláskorú gyermekeknél megnövekszik. A szemölcs, és gombás fertőzések is egyre több problémát okoznak az iskoláskorú korosztályban. A legtöbb lábproblémát addig lehet a legjobban kontrollálni, javítani, amíg a végleges csontosodás be nem fejeződik. A kutatás célja az iskolavédőnők szerepének vizsgálata az általános iskoláskorú gyermekek lábegészségének megőrzésében, valamint a szülők edukációjának és a szakmai tanácsadás jelentőségének feltárása.

Módszerek: Leíró jellegű kutatásomat saját szerkesztésű Google Forms kérdőív segítségével végeztem. Az általam ellátott Pest vármegyei általános iskolában az 1-8 osztályos szülők számára KRÉTA rendszeren keresztül küldtem ki. Kitöltése önkéntes és anonim módon történt. Több féle kérdéstípust használtam, például a Likert skálát.

Eredmények: A vizsgált iskolába járó tanulók szüleinek 27,75%-a töltötte ki a kérdőívet. A minta elemszáma 116 fő volt. Az életkor óodusza a leggyakrabban előforduló szám, azaz a 45 volt, szórása 6,19 volt. A medián 42, alsó kvartilise 36, felső kvartilise 45 volt. A szülők többsége tapasztalt már lábproblémákat gyermekénél. A szülők 43%-a a megfelelő cipő választásában bizonytalan. A megkérdezettek szerint nagyon fontos a körömápolásra (77,6%), lábmosásra (72,4%), bőrápolásra (63,8%) a gyermekeket megtanítani. A szülők nagy része (75%-a) szeretné, ha őket is tájékoztatnánk, 4%-uk személyesen is beszélgetne a lábproblémákról.

Következtetés: A kutatás rámutatott, hogy az iskoláskorú gyermekek körében gyakoriak a lábproblémák, ugyanakkor a szülők ismeretei hiányosak, és ritkán kérnek szakmai segítséget. A szülők igényt tartanak a lábápolással, cipőválasztással és prevencióval kapcsolatos tájékoztatásra. Az eredmények hangsúlyozzák az iskolavédőnők szerepét a szülők edukációjában és a gyermekek lábegészségének megőrzésében, valamint azt, hogy az iskolai egészségnevelésbe érdemes beépíteni a lábápolás ismereteit. Programot erre kidolgozom.

Kovács Anett
Miskolci Egyetem
Egészségtudományi Kar

Konzulens:
Pászk Norbert

Az immunrendszer válasza a vitamin és mozgás hiányára, valamint a stressz hatására

Bevezetés és célkitűzés*:* Kutatásom során az immunrendszert vizsgáltam, amelyet napjainkban számos környezeti és lelki tényező is gyengíthet, ugyanakkor különféle gyógynövények alkalmazásával hatékonyan támogatható. A munka során három területre fókuszálok a táplálkozás, mozgás és lelki folyamatok, mindegyik esetben kiemelek egy-egy gyógynövényt, bemutatva annak immunerősítő hatásait és gyakorlati felhasználását. Célom annak bizonyítása, hogy ezen területek erősítésével és a megfelelő gyógynövények alkalmazásával eredményesen támogatható az immunrendszer.

Módszerek*:* A kutatás során hazai és nemzetközi irodalmi forrásokat dolgoztam fel. Igyekeztem fókuszálni a sport, stresszkezelés és vitaminpótlás témaköreire, külön hangsúlyt fektetve a gyógynövények immunerősítő hatásainak elemzésére. Így sikerült áttekintően összefoglalni, miként támogatják ezek a módszerek az immunrendszer egészséges működését.

Eredmények*:* Az immunrendszer erősítésében fontos szerepet játszanak a gyógynövények, mint például a kasvirág, amely támogatja a szervezet védekezőképességét, valamint a közönséges orbáncfű, amely nyugtató hatású és segíti az idegrendszer regenerálódását. Emellett az európai homoktövis gazdag vitaminforrásként hozzájárul a sejtek egészséges működéséhez, míg a mértékletes testmozgás és a megfelelő vitaminbevitel elengedhetetlen az immunrendszer optimális működéséhez, különösen a hormonális változásokkal járó életszakaszokban. Ezek a természetes támogatók komplex módon járulnak hozzá az egészség megőrzéséhez és az immunrendszer hatékonyságához.

Következtetés*:* Az általam választott gyógynövények hozzájárulnak immunrendszerünk erősítéséhez, támogatják a vitaminellátást, és segítenek a stressz csökkentésében. Ezek a gyógynövények természetes és hatékony támogatói lehetnek az egészséges életmódnak, de fontos, hogy mindig tartsuk be az adagolást, és szükség esetén kérjünk szakértői tanácsot. Egy komplex, holisztikus megközelítésben, ahol figyelembe vesszük testünk, lelkünk és környezetünk egyensúlyát, ezek a gyógynövények igazán hatékonyan segíthetnek aktivizálni immunrendszerünk helyes működését.

Kovács Petra
Miskolci Egyetem
Egészségtudományi Kar

Konzulens:
Dr. Juhász Eleonóra

A Miskolci Egyetem dolgozóinak kardiális állapotfelmérésének részeredményei

Bevezetés és célkitűzés:
A kardiológiai rehabilitáció egy olyan komplex beavatkozás, mely magába foglalja a testmozgást, a fizikai aktivitásra ösztönzést, az egészségnevelést, a kardiovaszkuláris kockázatfelmérést (CVD) és pszichés támogatást, melyet a szívbetegségben szenvedő betegek egyéni igényeihez igazítanak. Szerző célja volt egy kutatócsoport tagjaként egyetemi dolgozók kardiális állapotfelmérésének végzése munkahelyi környezetben, valamint körükben CVD becslése és értékelése.
Módszerek:
Kutatási engedély birtokában (BORS-13/2025) bevonásra került (2025. október-november) a Miskolci Egyetem önkéntes 189 fő dolgozója (74 férfi). Meghatározásra került a testmagasság, a testsúly, a szaturáció, a nyugalmi pulzus, a szisztolés vérnyomás (SRR) és a diasztolés (DRR) egycsatornás EKG-val (Omron Complete HEM-7530T-E3), a stressz-szint (standard kérdőív, 12 kérdés) és az életmód (nem standard kérdőív, 18 kérdés). Microsoft Excel program segítségével a csoportok közötti eltérések kimutatása t-próbával ($p<0,005$).
Eredmények:
A dolgozók 14,8%-a hypertonia diagnózissal (HT) rendelkezett, a csoportban legmagasabb az 50-59 évesek aránya (46,43%) volt. A nem hypertoniásak (E) között leginkább a 30-59 évesek (82,61%) voltak jelen, az egyes korcsoportok arányai hasonlóak voltak. A HT csoport szignifikánsan kedvezőtlenebb RR (SRR $p=0,002$; DRR $p=0,005$) és BMI eredményeket mutatott ($p=0,009$) az E csoporthoz képest, a társbetegségek száma körükben átlagosan 1,143 ±0,59 darab volt. A rendszeres gyógyszerszedés ellenére emelkedett RR érték 42,86%-ban és magas RR (SRR és DRR) 39,29%-ban mutatkozott. Magas CVD kockázatot jelent az E dolgozóknál az emelkedett RR (57,76%), vagy magas RR (SRR és DRR) (14,9%), a napi 2-3 adag koffeinital (51,55%), a 7-8 óránál kevesebb alvás naponta (49,22%), a mozgással töltött idő kevesebb mint 3 óra hetente (46,58%), a mérsékelt a stressz-szint (41,61%), a túlsúlyosság (39,75%) és a dohányzás (18,63%) gyakorisága.
Következtetés:
Az eredmények részeredménynek tekinthetők, a bevonás folyamatosan zajlik. A kedvezőtlen eredmények a dolgozók magas CVD kockázatára mutattak rá. A bevont dolgozók munkahelyi körülmények közötti állapotfelmérése különleges elvárásokat támasztott. Szükséges volt az intézetek személyes megszólítása, s ezen keresztül a dolgozók motivációjának növelése a szűrővizsgálat irányába. Nagy igény mutatkozott az objektív, eszközös, gyors adatfelvételi módszertanra és az eredmények elérhetőségére.

Kövesdi Dávid
Miskolci Egyetem
Egészségtudományi Kar

Konzulens:
Sándor Hajnalka

Wellness szállodák az Észak-Magyarországi turizmusban

Bevezetés és célkitűzés:
TDK dolgozatomban elsősorban a hazai egészségturizmusra összpontosítok, részletesen bemutatva annak fogalmi kereteit és főbb termékkategóriáit szakirodalom alapján. Kutatásomat az egészségturizmusban elmélyülve, az Észak-magyarországi wellness szállodákra fókuszálva végeztem. Célom, hogy átfogó képet nyújtsak a szállodák jelenlegi helyzetéről, valamint fejlesztési javaslatokat fogalmazzak meg mind a vizsgált régióra, mind országos szinten.

Módszerek:
Konzulensem javaslatai alapján több szakirodalmi forrást is feldolgoztam. A kutatás során kérdőíves felmérést és egy félig strukturált személyes interjút alkalmaztam, továbbá a fogyasztói nézőpontot figyelembe véve elemeztem a turisták számára elérhető információkat az adott térség wellness szállodáiról.

Eredmények:
Átfogó képet kaptam a wellness szállodák aktuális helyzetéről, valamint az egészségturizmus fogalmi rendszeréről. Megalapozott fejlesztési javaslatokat fogalmaztam meg a wellness szállodákkal kapcsolatban.

Következtetés:
A térség kimagasló adottságokkal rendelkezik az egészségturizmus terén, viszont a kutatásaim alapján megállapítható, hogy lennének elérhető lehetőségek bizonyos fejlesztések végrehajtására.

Krystian Rudek
Academy Tarnów

Supervisor:
Dr. Andrzej Nosiadek

Title of the presentation

The Impact of Saddle Height on Lower-Limb Kinematics in Cyclists During FTP Performance Testing in the Context of Health-Related Aspects Using LEOMO Accelerometers and Kinovea Video Analysis

Introduction and objectives: Saddle height is one of the key components of cyclist position setup, influencing both biomechanical efficiency and the potential risk of musculoskeletal overload. Incorrect adjustment leads to compensatory pelvic movement, increased vertical displacement (Pelvic Rock), and reduced cycling economy. Previous research (Burt, P., 2022) confirms that saddle height significantly affects lower-limb kinematics and pelvic stability during cycling.The aim of this study was to determine the effect of raising the saddle by 2.5 cm on pelvic stability and lower-limb kinematic parameters during FTP performance tests, using LEOMO motion sensors and video analysis in the Kinovea software. It is important to emphasize that the 2.5 cm adjustment was proposed by an experienced bike fitter based on the analysis of the first two tests and the parameters recorded by the LEOMO system motion sensors and video analysis in Kinovea.

Methods: This case study included five testing sessions conducted between March and May 2025 with one amateur cyclist (FTP ≈ 4 W/kg). The first two tests were performed in the baseline position, while from the third session onward the saddle height was increased by 2.5 cm. The LEOMO system was used (five IMU sensors – feet, thighs, pelvis), along with parallel video recording using four GoPro HERO 9 cameras, processed in Kinovea.
Results: The mean Pelvic Rock value decreased significantly from 6.5° (before fitting) to 3.8° (after fitting and the adaptation period), indicating approximately a 40% increase in pelvic stability. After a 6-week adaptation period, optimal Pelvic Rock values (≈ 4°) were achieved. Kinovea video recordings clearly showed improved pelvic stability and reduced vertical compensations, consistent with the data obtained from LEOMO sensors.

Conclusion: Raising the saddle by 2.5 cm improved cycling biomechanics by stabilising the pelvis, reducing compensatory movements, and enhancing force transfer along the pedal axis. The post-fitting position demonstrated higher biomechanical efficiency from a performance perspective. The combination of LEOMO and Kinovea video analysis may serve as a diagnostic standard in assessing bike-fitting effectiveness; however, as these results represent
a single case, they should be interpreted with caution, and future studies should be conducted on a larger group of cyclists.

Kurovics Lilien
Miskolci Egyetem
Egészségtudományi Kar

Konzulens:
Pászk Norbert

Állatok hatása az emberek egészségi állapotára: kutyás terápia alkalmazása különös tekintettel gyermekek részére

Bevezetés és célkitűzés:

A szakdolgozatom témája az állatok hatása az emberek egészségi állapotára, ezen belül a kutyás terápia alkalmazása különös tekintettel gyermekek részére. Szakdolgozatom célja az volt, hogy felmérjem milyen hatásai lehetnek a kutyás terápiának a gyermekeknél, illetve melyik az a terület, ahol a leghatékonyabb lehet ez a fajta terápia. Ezen kívül felmértem, hogy az általános lakosság körében mennyire ismert ez a terápia típus.

Módszerek:

Készítettem egy kérdőíves felmérést, melyet a közösségi médián keresztül osztottam meg. Ezen kívül készítettem 5 kutyás felvezetővel interjút a témával kapcsolatban. Ebből 3 beszélgetés telefonhívásos formában, 1 írásos formában és 1 pedig személyesen történt.

Eredmények:

A kutatási kérdőívemet Google Forms formában hoztam létre, melyen 103 válaszadó vett részt. A 103 kitöltő között 19 fő volt, akinek van olyan gyermeke vagy olyan gyermek a környezetében, akinél alkalmazzák a kutyás terápiát. A résztvevők körében nagyon változatos volt az, hogy kinek milyen probléma esetén alkalmazzák a gyermekénél az állatasszisztált terápiát. Kutatásom alapján kiderült, hogy a kitöltők közül legnagyobb arányban az ADHD-val diagnosztizált gyermekek körében alkalmazzák ezt a fajta terápiát. Emellett megvizsgáltam a szakmai oldalt is. Az interjúim alapján megtudtam, hogy rengeteg területen nagyon hasznos a foglalkozás. Interjúalanyaim közt volt, aki kiemelte személyes tapasztalat alapján a beszéd- és mozgásfejlesztést.

Következtetés:

A kutatásom során számomra kiderült, hogy a kitöltők többsége tisztában van azzal, hogy mi azaz állatasszisztált terápia és mivel is foglalkozik, viszont sokan azt szeretnék, ha jobban elterjedt lenne ez a terápiás módszer. A szülők/hozzátartozók és kutyás felvezetők összesített véleménye alapján azt a következtetést vontam le, hogy jótékony hatással van a gyermekekre a kutyás terápia és rohamos fejlődést értek el vele minden területen, ahol alkalmazzák, főleg a beszéd- és mozgásfejlesztés területén

Laczkó Napsugár
Miskolci Egyetem
Egészségtudományi Kar

Konzulens:
Pászk Norbert

Az aromaterápia története az ókortól napjainkig

Bevezetés és célkitűzés:
Témaválasztásom aktualitását az adja, hogy az emberek egészségtudatosságának növekedése okán egyre többen foglalkoznak a testi mellett lelki egészségük megőrzésével is. Ennek egyik lehetséges módja az illóolajok használata terápiás jelleggel. Az emberiség a gyógyító olajokat évezredek óta használja, a terápiás alkalmazásuk mára széles körben elterjedt az egész világon. Dolgozatomban ezt a témát kívánom interjúkon keresztül is bemutatni.
Módszerek:
Kutatásom során feltártam és bemutattam a téma szakirodalmára alapozva az illóolajok használatának tudománytörténetét az ókortól a 20. századig. Dolgozatom második felében interjúk elkészítésével, melyben a témához kapcsolódó tizenöt kérdésre kerestem a választ, szakemberek bevonásával tártam fel az illóolajok terápiás használatának tapasztalatait. Az interjúkat összesítettem, az abban foglaltakat szakdolgozatomban összegeztem.
Eredmények:
Az általam levont eredményekből megállapítható, hogy a társadalom egyre nagyobb aránya találkozik az illóolajokkal és azoknak a szervezetre gyakorolt jótékony hatásával. A közvetlen aromaterapeutákon kívül a masszőrök, kozmetikusok, vagy aromaterápiás tanácsadók munkáján keresztül ismerik meg sokan ezt a természetgyógyászati szakterületet. A mélyinterjúk alapján kimutatható az aromaterápia hatása az érzelmi állapotokra.
Következtetés:
A kutatásból levont következtetésem az, hogy már az ókorban tapasztalták az illóolajok használata kapcsán azok jótékony hatását a szervezetre. A 20. század modern technológiájának köszönhetően sikerült 100%-os tisztaságú olajokat előállítani, melyek hatékonysága a gyógyításban a jelenleg ismert legmagasabbnak mondható. Az illóolajok használatával, az ajánlott adagolás betartása mellett közérzetjavító sikereket tud felmutatni a terapeuta.

Lovász Fanni Nóra
Miskolci Egyetem
Egészségtudományi Kar

Konzulens:
Sándor Hajnalka

A thaiföldi wellness turizmus és annak népszerűsége a magyar turisták körében

Bevezetés és célkitűzés: A dolgozat célja, hogy feltárja Thaiföld wellness turizmusának fejlődését és megvizsgálja, mennyiben tekinthető az ország vonzó úti célnak a magyar turisták számára. A kutatás kiindulópontját a globális trend adta, miszerint a wellness- és egészségturizmus az utóbbi években a turisztikai piac egyik dinamikusan növekvő szegmensévé vált. Thaiföld tudatosan pozícionálta magát ezen a területen: a tradicionális thai gyógyászat, a modern wellness szolgáltatások és az autentikus kulturális élmények kombinációja különleges rekreációs élményt kínál.

Módszerek: A kutatás során primer és szekunder adatgyűjtési módszereket egyaránt alkalmaztam. Készült online kérdőíves felmérés a magyar utazók körében, amely a thaiföldi wellness iránti érdeklődést, motivációkat és attitűdöket vizsgálta. A szekunder kutatás keretében a Központi Statisztikai Hivatal (KSH), az ENSZ Turisztikai Világszervezete (UNWTO), valamint nemzetközi tanulmányok és piaci elemzések adataira támaszkodtam. A módszertan kvalitatív és kvantitatív elemeket is ötvözött: egyrészt statisztikai adatfeldolgozás és összehasonlító elemzés történt, másrészt tartalomelemzés révén bemutatásra került a thai wellness kultúra és a magyar utazók percepciója.

Eredmények:A kérdőívet összesen 99 fő töltötte ki, melynek kicsit több, mint 60%-a nő, és alig 40%-a férfi nemű. Kormegoszlásukat tekintve vegyes korosztálynak tekinthető. A feltett kérdések alapján a magyar turisták magas arányban utaztak már valaha Thaiföldre, illetve a desztináció által is népszerűsített wellness szolgáltatások nagy része ismert a magyar utazók körében, azonban az ismertségtől mondhatni alacsonyabb számban vettek már igénybe valamely szolgáltatást. A válaszadók körében az is érdekelt, hogy a statisztikai adatok alapján magas ismertségű desztinációk milyen mértékben ismertek, melyre az általam felvetett 3 desztináció közül 1 volt a legtöbb kitöltő által is ismert, azonban egyéb térségek is felmerültek a válaszadó által. Kutatni kívántam továbbá, hogy az utasok, milyen motivációval látogatnak Thaiföldre, melyre legtöbb válaszként a helyi kultúra megismerése érkezett. Felmérni kívántam, hogy milyen további utazási szokásokkal látogatnának el az országba. A válaszok többsége 5-600 ezer magyar forint között mozogtak, amit főként saját szervezés által tennének meg, 5-10 napot töltenének ott és leginkább a téli időszakban látogatnának el oda.

Következtetés: Az eredmények rávilágítanak, hogy Thaiföld nemcsak egzotikus, hanem testi-lelki megújulást kínáló desztináció, amely iránt a magyar turisták érdeklődése folyamatosan növekszik.

Lövey Laura
Miskolci Egyetem
Egészségtudományi Kar

Konzulens:
Sándor Hajnalka

Az influencer marketing hatása Magyarország turizmusára

Bevezetés és célkitűzés

A közösségi média meghatározó szerpet tölt be az utazási döntések alakításában, különösen az influenccerek által megosztott élményalapú tartalmakon keresztül. Kutatásom célja feltárni, hogy a Magyar Turisztikai Ügynökség „Spice of Europe" kamányának Budapest Influencer Trip eseménye, hogyan járult hozzá Magyarország turisztikai imázsának formálásához, és milyen módon befolyásolta a közönség érdeklődését.

Módszerek

A kutatás netnográf módszertanra épült, amelnyek keretében 5011 tartalmat gyűjtöttem össze, és az előszűrés után 2596 db a kampányhoz köthető posztot elemeztem az Instagram, TikTok és Youtube felületeiről. Vizsgáltam a hashtagek struktúráját, a tartalomtípusokat, a felhasználói reakciókat, valamkint a kampány vizuális és narratív mintázatait. A turisztikai hatás méréséhez a KSH 2022-2024 közötti időszak vendégéjszaka-statisztikát is felhasználtam.

Eredmények

A vizsgálat alapján a kampány tudatos és következetes online kommunikációs stratégiát alkalmazott, amely sikeresen ötvözte a desztinációs marketing elemeit a nemzetközi influencer trendekkel. A hashtag használat fő fókuszpontjai, a márkaépítés, a desztinációs cimkék, és az utazási témájú globális hashtagek, hatékonyan támogatták a tartalmak láthatóságát és kategorizálást. A platformok eltérő szerepet töltöttek be: az Instagram a vizuális vonzerőt, a YouTube az érzelmi bevonódást, a TikTok a dinamikus kommunikációt erősítette. A statisztikai adatok alapján a 2023 májusi Influencer Trip-et követően jelentős növekedés mutatkozott a vendégéjszkák számában. A 2023 második félévében a külföldi vendégéjszakák ugrásszerűen emelkedtek, 2024-ben, pedig már elérték és meghaladták a pandémia előtti értékeket. Ez azt jelzi, hogy a kampány nem csak láthatóságot növelt, hanem mérhető módon hozzá járult a Magyarország iránti nemzetközi érdeklődés élénküléséhez.

Következtetés

A kutatás igazolja, hogy a kampány hatékonyan alkalmazta az influencer marketing eszközeit, és érdemben hozzájárult Magyarország tursiztikai imázsának erősítéséhez. A hiteles, élményalapú és vizuálisan is vonzó tartalmak képesek voltak befolyásolni az utazási motivációt, míg a több platformos kommunikáció széles közönséget ért el. A kampány gyakorlati eredményei alapján az influencer marketing hosszú távon is jelentős potenciált hordoz.

Lucia Adeoti Obisanya
Osuagwa Chioma
University of Miskolc
Faculty of Health Sciences

Supervisor:
Andrea Lukács PhD, habil

Work environments, engagement and well-being of hospital nurses in Nigeria and Hungary

Introduction and objectives*:* Nurses' work engagement and well-being are important for sustaining workforce stability and ensuring high-quality patient care. This study examined how cultural and organisational contexts shape hospital nurses' work engagement, perceived practice environment and well-being in Nigeria and Hungary, two countries with distinct healthcare structures and sociocultural backgrounds.

Methods*:* An online survey was conducted among hospital nurses through social media platforms in both countries. Data collection was managed via the EvaSys system, which complies with EU GDPR standards for data protection and anonymity. A total of 228 completed questionnaires were obtained; however, after excluding incomplete or non-hospital responses, the sample included 79 nurses from 18 Nigerian states and 124 nurses from ten Hungarian counties. Standardized instruments were used: Utrecht Work Engagement Scale, Practice Environment Scale of the Nursing Work Index and the WHO Well-Being Index. Data were analysed using SPSS 30.0 statistical software.

Results: Mean age did not differ significantly (Nigeria = 38.10 ±9.90; Hungary = 40.70 ±8.99; $p = 0.066$), but Hungarian nurses had more professional experience (17.17 ±9.80 vs 12.62 ±8.88 years; $p = 0.001$). Work engagement ($p = 0.608$) and perception of practice environment ($p = 0.096$) scores were comparable across groups, while Nigerian nurses reported significantly higher well-being (71.08 ±20.16) compared to Hungarian nurses (62.72 ±19.90; $p = 0.004$).

Conclusion*:* Although work engagement was similar across the two samples, Nigerian nurses reported higher overall well-being, suggesting that factors beyond professional experience or material conditions may contribute to their psychological health. These results suggest that psychological resilience, social cohesion, and cultural factors may play a compensatory role in sustaining well-being in less favorable structural contexts.

Macsóné Pálfalvi Mária
Miskolci Egyetem
Egészségtudományi Kar

Konzulens:
Sándor Hajnalka

Az önkormányzatok szerepe a turizmus fejlesztésében

Bevezetés és célkitűzés: A helyi önkormányzatok kiemelt szerepet töltenek be a települések gazdasági, társadalmi, turisztikai fejlődésében. Szakdolgozati kutatásommal azt vizsgáltam Tiszalúc nagyközség példáján keresztül, hogy a helyi önkormányzat milyen eszközökkel tud hozzájárulni a turizmus fejlődéséhez, hogyan lehetne bevonni a lakosságot, a civileket, vállalkozókat ebbe a feladatba.

Módszerek: Szakdolgozatom során primer, kvalitatív kutatási módszert választottam. A kutatásom során 5 interjút készítettem. Az interjú alanyok között volt aki az önkormányzat, voltak akik civil szervezetek részéről, volt aki a településen élő művelődés és rendezvényszervező és volt aki a településen élő településmérnök volt. Minden interjú alany érintett volt a témában, más -más területen.

Eredmények: A kutatás során készített öt interjú megerősítette, hogy Tiszalúc turisztikai lehetőségei adottak, viszont nincsenek kihasználva. Legfontosabb erőforrások a természeti adottságok. A turizmusban rejlő lehetőségeket először 10-15 évvel ezelőtt kezdték el a település vezetői felismerni és a helyi turizmus fejlődésére is ható intézkedéseket is tenni. Jelenleg is az önkormányzat a motorja a turisztikai fejlesztéseknek, viszont a lehetőségek korlátozottak, a forráshiány és a pályázati lehetőségek miatt a turizmus fejlődésének üteme lassú. Az önkormányzat mellett a turizmus fenntartható fejlődéséhez szükség van a civil szektor és a vállalkozói szféra aktívabb bevonására, mely kapcsolat jelenleg korlátozott. A kutatás során kiderült, hogy a partnerség erősítésére lenne igény.

Következtetés: A kutatás során arra következtetésre jutottam, hogy hosszú távon pozitív lehetőséget látnak Tiszalúc turizmusának fejlődésében. A turizmus élénkítése helyi munkahelyeket teremthet. A turizmus sikeres fejlesztése azonban nem valósulhat meg kizárólag önkormányzati szinten. A civil szervezetek, a helyi vállalkozók és a lakosság bevonása nélkül a fejlesztések nem lesznek hosszú távon fenntarthatóak. Partnerségi kapcsolatokra, térségi együttműködésre van szükség

Madzinné Nagy Anikó
Miskolci Egyetem
Egészségtudományi Kar

Konzulens:
Andreica Szilvia

A kamilla - egy hagyományos gyógynövény mai szemmel

Bevezetés és célkitűzés:

A kamilla (Matricaria recutita L.) régóta ismert gyógynövény, amely a magyar népi gyógyászatban és a modern fitoterápiában egyaránt jelen van. Gyulladáscsökkentő, sebgyógyító, görcsoldó és nyugtató tulajdonságai miatt a fitoterápiában is gyakran használják. A dolgozat célja a kamilla hagyományos alkalmazásainak és a 21. századi tudományos ismereteknek az összevetése, különös tekintettel a magyar vadon termő kamilla sajátosságaira és társadalmi jelentőségére.

Módszerek:

A feldolgozás kvalitatív megközelítést alkalmazott. A szakirodalmi áttekintés a 16–21. századi magyar és nemzetközi forrásokat foglalta össze. A gyakorlati részben hét félig strukturált interjú készült. Az interjúk tematikus elemzése lehetővé tette a hagyományos tapasztalatok és a modern szakmai nézőpontok összevetését.

Eredmények:

Az interjúk alapján a szakemberek egyöntetűen hangsúlyozták a kamilla biztonságos, sokoldalú és hagyományosan megbízható alkalmazását. A védőnők és az orvos kiemelték, hogy a kamilla ma is gyakran alkalmazott gyógynövény ellátottaik esetében. A fitoterapeuta és az aromaterapeuta a kamilla testi-lelki regeneráló hatását emelte ki, és néhány saját receptet is megosztottak, ami ritka a szakmai gyakorlatban. A felvásárló szerint a kamilla termesztése az olcsó import miatt nem gazdaságos, ugyanakkor a vadon gyűjtött növény jó minőségű és keresett alapanyag. A kereskedő a növény széles körű ismertségét és elfogadottságát említette. A szakirodalmi források megerősítik a fő hatóanyagok – α-bisabolol, kamazulén, apigenin – gyulladáscsökkentő, antioxidáns és nyugtató hatásait, amelyek tudományosan is alátámasztják a hagyományos felhasználást.

Következtetés:

A kamilla a népi gyógyászat és a modern fitoterápia találkozási pontja. A dolgozat rávilágított arra, hogy a tradicionális tudás és a korszerű tudományos eredmények egymást kiegészítve biztosítják a növény mai relevanciáját. A magyar vadon termő kamilla minősége nemzetközileg is kiemelkedő, így egyszerre hordoz gyógyászati, gazdasági és kulturális értéket. A kamilla értékeinek megőrzése és korszerű felhasználás egyaránt fontos; jövője a fenntartható gyűjtésen, a minőségi feldolgozáson és a tudatos alkalmazáson alapul.

Majdanicsné Bátki Beatrix
Miskolci Egyetem :
Egészségtudományi Kar

Konzulens:
Sándor Hajnalka

A horgászturizmus jelenlegi helyzete és jövője Magyarországon

Bevezetés és célkitűzés:
Az utóbbi években látványosan megnövekedett a természetközeli, fenntartható és aktív kikapcsolódást biztosító turisztikai formák iránti kereslet. Ezen tendenciák közé illeszkedik a horgászturizmus is, amely az egyik legnépszerűbb szabadidős tevékenység nemcsak Magyarországon, hanem nemzetközi szinten is. Ötvözi a természet iránti vonzalmat, a sportos időtöltést, valamint a társas élmények és a kikapcsolódás lehetőségét. A dolgozat célja, hogy átfogó képet adjon a horgászturizmus magyarországi helyzetéről, bemutassa a fejlődési lehetőségeket, valamint elhelyezze a turizmus egészén belül.
Módszerek:
Szakdolgozatom elkészítéséhez primer, kvalitatív kutatási módszert választottam, strukturált mélyinterjúk alkalmazásával. A kutatás során 5 interjút készítettem, mindegyik alanyom férfi volt, horgászok és szakmai döntéshozók, akik releváns tapasztalattal rendelkeznek a horgászturizmus területén. A kérdések összeállításánál az volt a cél, hogy átfogó képet kapjak a válaszadók véleményei alapján a horgászturizmus gyakorlati működéséről, az egyéni élményekről és a szakami szempontokról.

Eredmények:
A kutatás eredményei alapján megállapítható, hogy a hazai horgászturizmus a fejlődés szakaszában van, ugyanakkor több fejlesztési lehetőséget is rejt magában. Az interjúk rámutattak arra, hogy a horgászat nemcsak kedvtelés, szabadidős, rekreációs tevékenység, hanem gazdasági és társadalmi, közösségi szempontból is fontos szerepet tölt be. Egyre népszerűbb, nagy a vonzereje a természetközeli élményeknek. Problémát jelent, hogy a természetes vizek mentén még nem elég fejlett az infrastruktúra. Fontos a fenntartható fejlődés irányába elmozdulni, de szem előtt kell tartani a természetvédelmi előírásokat.

Következtetés:
Az interjúalanyok tapasztalataira és javaslataira alapozva kijelenthető, hogy a természetes vizek megőrzésére és a fenntartható turizmusra épülő fejlesztési stratégia lehet a sikeres jövő kulcsa. Az élményt szolgáltatásfejlesztéssel lehet bővíteni, a desztinációkba be kell integrálni a családbarát szolgáltatásokat.

Michaela Angel Bohol
University of Miskolc
Faculty of Health Sciences

Supervisor:
József Túri

Changes in reading habits

Introduction and objectives:

The reading habits of the population have changed in recent decades due to technological developments: many people prefer to read on mobile phones or laptops, or prefer e-book readers to printed books. The aim of my research is to survey reading habits based on international literature. Based on the results of the literature sources, I plan an independent empirical research, later collect data using a questionnaire, analyze the data, and draw conclusions.

Methods:

I have prepared a questionnaire for the research. I intend to implement the online questionnaire research using Google Forms. I will present the data using diagrams. During the research, I assume that the respondents read less today than a few years ago. I also assume that there is a difference between generations in terms of reading habits: younger people prefer to read on some digital device, while older people prefer to pick up printed books.

Results:

According to a UNESCO report (2014), mobile phones are increasingly serving as a reading tool, e.g. in developing countries where access to printed books is limited. Another study (Vogrinčič Čepič et al., 2024) based on a literature review found that interactive and social reading experiences are becoming more important these days. According to a study conducted in the USA between 2020 and 2023 (Bone et al., 2025), the rate of daily reading for pleasure has decreased significantly over two decades (while in 2004 28% of the surveyed population read, in 2023 only 16%). Interestingly, among those who read, they spend more time reading than before.

Conclusion:

Even though modern digital devices have become a part of our lives, there is still a demand for reading printed books. The use of digital devices offers the opportunity to make the joy of reading accessible to an increasingly wider audience.

Mlinkóné Szabó Csilla
Miskolci Egyetem
Egészségtudományi Kar

Konzulens:
Andreica Szilvia

Gyógy- és fűszernövények a gasztronómiában

Bevezetés és célkitűzés: A dolgozat célja, hogy bemutassa a gyógy- és fűszernövények gasztronómiai és egészségmegőrző szerepét, különös tekintettel arra, miként támogathatják a szervezet regenerálódását és a betegségek megelőzését. A kutatás alapját a gyógynövények hagyományos, népi gyógyászatban betöltött szerepe, valamint azok modern, gasztronómiai felhasználási lehetőségei képezik. A kutatás középpontjában egy stroke utáni rehabilitációban részt vevő beteg állapota áll, a stroke utáni felépülésre koncentrál, amely során a gyógynövények és fűszerek célzott alkalmazása segíthet a szervezet funkcióinak helyreállításában, a székrekedés és az ízületi fájdalmak enyhítésében, valamint a vérnyomás és a depresszív tünetek csökkentésében.

Módszerek: Az anyag és módszer részben szereplő kísérleti jellegű gasztronómiai összeállítások olyan ételeket tartalmaznak, amelyek a megfelelő fűszer és gyógynövényhasználaton keresztül támogatják az emésztést, az érrendszert, az ízületeket, csökkentik a magas vérnyomást, valamint kedvezően befolyásolják a hangulatot és a vitalitást. Több, konkrét betegségre szabott receptet készítettem el, amelyekben a gyógynövények hatásait a gasztronómiai élménnyel ötvöztem. A felhasznált alapanyagok, - mint a cékla, fokhagyma, citromfű, petrezselyem, fahéj stb. - a népi gyógyászatban is ismert, bizonyítottan jótékony hatású növények.

Eredmények: Az eredmények alapján megállapítható, hogy a gyógynövényekkel és a fűszerekkel gazdagított étrend nemcsak az ételek ízvilágát teszi változatosabbá, hanem hatékonyan hozzájárulhat a szervezet regenerálódásához és az egészség fenntartásához is. A dolgozat rámutat arra, hogy a természetes alapanyagok, a fűszerek, a gyógynövények gasztronómiai integrációja fontos szerepet tölthet be a rehabilitációban és a prevencióban egyaránt.

Következtetés: Megállapítható, hogy a gyógy- és fűszernövények tudatos, dietetikai szempontokat figyelembe vevő gasztronómiai integrációja hatékony terápiás eszközként alkalmazható a rehabilitációs folyamatokban, valamint olyan krónikus állapotok esetében, ahol a hagyományos gyógyszeres kezelés mellett szükséges az életminőséget támogató, természetes beavatkozások bevezetése

Nagy József
Miskolci Egyetem
Egészségtudományi Kar

Konzulens:
Pászk Norbert

Magas vérnyomás kezelési lehetőségei gyógynövények segítségével

Bevezetés és célkitűzés:

Családomban és környezetemben sokan szenvednek magas vérnyomásban. Ez ösztönzött arra, hogy ezzel a témával foglalkozzak. Szerettem volna megtalálni és bemutatni azokat a gyógynövényeket, melyek hatásosan csökkentik a magas vérnyomást, és tartósan tartják az orvosilag elfogadott határértéken.

Módszerek:

Kutatásomat online kérdőíves formában bonyolítottam le a Google Forms oldalon. A kérdőív címe „A magas vérnyomás kezelési lehetőségei gyógynövények segítségével". Összesen 22 kérdést tettem fel, melyből 6 kérdés demográfiai kérdés volt, a többi pedig a gyógynövényekkel és egészségi állapottal kapcsolatos kérdések voltak. A kérdéssor összetétele 20 zárt és 2 nyílt kérdés. A kutatás ideje alatt 184 válasz érkezett. Saját munka a kutatásban: SWOT analízist készítettem, Kérdőívet készítettem, két hölgynek készítettem teakeveréket és nagyon pozitívak voltak a visszajelzések.

Eredmények:

Kérdőív segítségével arra kerestem a választ, hogy az emberek mennyire vannak tisztában a vérnyomáscsökkentő gyógynövényekkel, illetve használnak- e, vagy használtak-e gyógynövényeket vérnyomáscsökkentésre.

Következtetés:

A kutatásomat eredményesnek tekintem, olykor meglepő eredményeket kaptam, melyekre nem számítottam. Például, a válaszadók 61,4% nem szenved és nem is szenvedett magas vérnyomásban, viszont a közvetlen családjukban magas érték, 75% jött ki.

Nagy Nelli; Lőrincz Boglárka
Kossuth Lajos Evangélikus Óvoda,
Általános Iskola, Alapfokú Művészeti Iskola,
Gimnázium, Szakgimnázium és Technikum

Konzulens:
Bóna Tímea

Gondolatutazás az elfogadás világába

A journey of thought into the world of acceptance

Bevezetés és célkitűzés:

Kutatómunkánk témaválasztásának indítéka, a Down-szindrómával élők iránti társadalmi érzékenyítés jelentőségének megítélése a serdülök körében, hogy ezen korosztály széles körben megismerje a különböző fogyatékosságokat, hiszen ezen kórképhez gyakran társul gyengénlátás, nagyothallás és a beszédfogyatékosság

Módszerek:

Vizsgálatunk célcsoportjaként az általános iskola 6. évfolyamos diákjait, a 11-13 éves korosztályt választottuk. Első lépésként elkészítettük a három gondolatformáló foglalkozás óratervezetét, majd egy anonim kérdőíves felméréssel kezdtük a kutatómunkát, amellyel az empátiát és a down-szindrómásokkal kapcsolatos ismereteket felmértük, majd a gondolatformáló foglalkozások után is kitöltették a diákok ugyanezen kérdőívet, így hitelesen feltudtuk mérni az érzékenyítő órák sikerességét.

Eredmények:

Nagy öröm számunkra, hogy az érzékenyítő órákon részt vett diákok empátiával fordultak a fogyatékkal élők felé. Legtöbbjük úgy tapasztalja, hogy a környezetükben élő emberek segítőkészen állnak hozzá az ilyen emberekhez, viszont többen adták azt a választ, hogy lenézik, kinevetik és ítélkeznek felettük. Mi úgy látjuk, hogy ez a három foglalkozás is elegendő volt arra, hogy elindítsunk egy változást a gondolkodásukban, és ha lesz lehetőségünk szeretnénk tovább kutatni, hogy hogyan tudnánk még mélyre törőbben és hatékonyabban hatni ezen korosztály gondolkodására.

Következtetés:

Úgy véljük, hogy az érzékenyítő foglalkozások elindítottak egy változást a serdülők gondolkodásában, így pedagógiai munkatárs szakmát tanulóként hiszünk abban, hogy a megfelelő ismeretek, tapasztalati élmények nélkül nem képes a társadalom az elfogadásra, a nyitottságra a Down-szindrómával élők iránt. Az általunk tartott érzékenyítő foglalkozások segítséget nyújtanak az elfogadás területén, segítik a társadalmi elfogadást, hogy a Down-szindrómával élő embernek az legyen a megélése, hogy fontos része a társadalomnak.

Nagy Teodóra Éva
Miskolci Egyetem
Egészségtudományi Kar

Konzulens:
Greutter Zoltán

A vérplazma-donáció motivációs tényezői és a juttatások szerepe a donorok döntéshozatalában

Bevezetés és célkitűzés:
A vérplazma az orvostudomány számára nélkülözhetetlen alapanyag, amelyből számos életmentő gyógyszer készül. A plazmadonáció hazánkban is egyre elterjedtebb, ugyanakkor a plazmaadáshoz kapcsolódóan kevés hazai kutatás áll rendelkezésre. A kutatás célja a plazmadonorok főbb motivációinak feltárása volt, valamint az alturizmus és az anyagi ösztönzők hatásainak feltérképezése a plazmaadók donációs döntései kapcsán.

Módszerek:
A kutatás két fő részből állt: egy kvantitatív és egy kvalitatív kutatásból. A kvantitatív adatgyűjtés egy online kérdőív segítségével történt, mely főként a donorok demográfiai jellemzőire, a motivációikra, és a kapott juttatások megítélésére fókuszált. A kérdőíves kutatást félig strukturált interjúk egészítették ki, melyek segítettek mélyebben megismerni a donorok döntési mechanizmusait, a motivációkat, és a plazmaadással kapcsolatos aggályokat is. Az kérdőív eredményei egyszerű statisztikai módszerekkel, az interjú válaszai pedig tematikus szempontok alapján kerültek feldolgozásra.
Eredmények: A kutatási eredmények alapján a donorok legfontosabb motiváció között a kapott juttatások mellett szerepel az alturizmus, vagyis az önkéntes segítő szándék is. A válaszadók jelentős része a juttatásokat nem elsődleges, de meghatározó tényezőként jelölte meg. Az interjúk eredményei alátámasztották, hogy a rendszeresen plazmát adók körében kialakult egy donációs rutin, melyet egyrészt a közösségi élmény, másrészt az anyagi juttatások tartanak fent.

Következtetés:
Elmondható, hogy a plazmadonáció döntéshozatali folyamata többtényezős: az altruizmus és a segítő szándék továbbra is meghatározó, azonban az anyagi juttatás nélkül a donációs aktivitás jelentősen csökkenne. A juttatások tehát motiváló, ugyanakkor etikai szempontból problémás tényezők lehetnek, kiváltképp akkor, ha a donorok egészségügyi kockázatok mellett túlzott gyakorisággal vesznek részt a folyamatban. Az eredmények alapján szükség van a donorok edukációjára, a donációs rendszerek átalakítására, valamint az etikai vonatkozások további kutatására.

Nagy Zsófia
Miskolci Egyetem
Egészségtudományi Kar

Konzulens:
Dr. Mándy Zoltán

Emberi és betegjogok megsértése az egészségügyben: A mozgáskorlátozott emberek jogainak megsértése az egészségügyben

Bevezetés és célkitűzés:
A kutatásom célja, hogy nagyobb rálátást nyerjek arra, hogy a mozgáskorlátozott emberek milyen attitűdökkel néznek szembe az egészségügyi ellátás során és milyen kihívásokkal találkoznak a mindennapi életben min társadalmi szempontból mind pedig akadálymentesség felszereltség szempontból. Továbbá meg szeretném tudni, hogy mennyire vannak tisztában az őket érintő emberi és betegjogokkal.

Módszerek:
A kutatás témája leginkább internetes, online kérdőívvel, valamint mélyinterjúk segítségével vizsgálható. Ugyanakkor a jogi jellegű témák kevésbé hajlandóak személyes vagy mélyinterjús formában megosztani véleményüket. Ezek alapján a kutatás során a kvantitatív módszertan alkalmazását választottam. A vizsgálatot online kérdőív formájában végeztem, a Google Forms platform segítségével. Ez a módszer lehetővé tette, hogy rövid idő alatt széleskörű mintát érjek el.

Eredmények: A válaszadóim nagy része meg tudta nevezni az alapvető emberi és betegjogokat, és azt is, hogy mi számít ennek a megsértésének. Döntő többségük úgy gondolja, hogy a társadalom nem segíti elő pozitívan a mozgáskorlátozottak helyzetét hazánkban. Magyarországon az állami szektorra vonatkozóan alacsony elégedettség volt az ellátás színvonalát tekintve, a magánszektorban viszont ez az ellenkezője volt. A válaszadóim negyed része tapasztalt már negatív atrocitást a mozgáskorlátozott helyzetéből adódóan. Az akadálymentesítéssel kapcsolatban nagyjából fele-fele arányban voltak elégedettek.

Következtetés:
Bár a válaszadók ismerik az alapvető emberi és betegjogokat, valamint tisztában vannak azok megsértésének jelentőségével, azonban a gyakorlatban ez nem minidig így valósul meg. Az állami ellátórendszerrel szembeni alacsony elégedettség erre is utal. A magánszektor pozitívabb megítéléséből arra következtetek, hogy a szolgáltatások színvonala magasabb és jobban és alaposabban foglalkoznak az emberekkel. A negatív tapasztalatok és az akadálymentesítés megosztó megítélése azt jelzik, hogy Magyarországon még további fejlesztésekre, és társadalmi szemléletformálásra van szükség a mozgáskorlátozott személyek esélyegyenlőségének javítása érdekében.

Nagyné Papp Gabriella
Miskolci Egyetem
Egészségtudományi Kar

Konzulens:
Dr. Cseh Borbála

Védőnők szerepe a praxisközösségekben

Bevezetés és célkitűzés:
Kutatásom a védőnők praxisközösségekben betöltött szerepének, tevékenységeinek és tapasztalatainak feltárására irányul, különös tekintettel a közösségi egészségfejlesztésben és prevencióban betöltött funkciójukra. Kutatásom célja annak feltérképezése és összefoglalása, hogy a védőnők a hazai praxisközösségi projektek keretében milyen többletszolgáltatásokat nyújtottak, milyen gyakorisággal és milyen módszereket alkalmaztak. Célom, hogy a mélyinterjúk segítségével képet kapjak a projektekben aktívan szerepet vállaló védőnők szubjektív szakmai tapasztalatairól és attitűdjéről.

Módszerek:

1. *Dokumentumelemzés*:
   13 praxisközösségi konzorcium Többletszolgáltatások Nyújtásának Szabályzata elnevezésű dokumentumai. A vizsgálat alá vont Praxisközösségek: EFOP-1.8.2-17 alapon: Debreceni Cívis Pk, Hernád Vidéke Pk.VEKOP-7.2.3-17 alapon: Kis-Duna Menti Pk, Ráckevei Járási Pk, Dunakanyar Pk, Szentendre és Vidéke Pk.Három generációval az egészségért praxisközösség programban: Makk Marci Nyíregyháza Pk, Tokaj Hegyalja Pk, Együtt az Egészséges Zuglóért Pk, Zuglói Orvosok az Egészségért Pk, Nyír-Prevent Pk, Esztergom Centrum Pk, Zemplén-Med Pk.
2. *Mélyinterjú*:
   praxisközösségbe bevont védőnőkkel vidék város összehasonlításban.

Eredmények:
A PK-ben dolgozó védőnők kulcsszerepet játszottak a közösségi egészségfejlesztésben és a szűrésekre való toborzásban; bár szerepük nem volt egységesen definiálva, és a finanszírozás, valamint a szabályozás korlátokat szabott, ennek ellenére számos foglalkozás megvalósult, a védőnők pedig pozitív szakmai tapasztalatokról számoltak be.

Következtetés:
A jövőben hatékony lenne, ha a jogszabályi keretek lehetővé tennék a védőnők bevonását a PK-ekbe. Fontos lenne, hogy a védőnői prevenciós tanácsadások rendszerszinten nagyobb hangsúlyt kapjanak, ami erősíthetné a védőnői szerepkört és hozzájárulhatna a lakosság egészségi állapotának javításához. Emellett szükséges a háziorvosi és a védőnői ösztönzőrendszer kidolgozása és beépítése a praxisközösségi finanszírozásba is.

Nagy-Zádori Boglárka
Miskolci Egyetem
Egészségtudományi Kar

Konzulens:
Dr. Juhász Eleonóra

"Megéri aktívan öregedni"- Idősek körében végzett funkcionális állapotfelmérés eredményei

Bevezetés és célkitűzés:
Időskorban a szervrendszereket érintő elváltozások következményeként a funkcionális mobilitásban olyan komplex deficitek alakulnak ki, amelyek közvetlenül hozzájárulnak az időskori elesések megnövekedett kockázatához. Szerző célja volt aktív idősek eséskockázati tényezőinek korszerű vizsgálata és elemzése.

Módszerek:
A vizsgálat résztvevői a miskolci Aktív Időskor Központ, valamint a MESZEGYI szolgáltatóházak és klubok rendszeres idős, önellátó, napi legalább fél óra sétát megtevő gondozottjai. Kizárást jelentett középsúlyos, vagy súlyos demencia, pszichés, neurológiai megbetegedés. A vizsgálati időszak 2025. július és október volt. A funkcionális állapot leírása a Functional Reach Test (FRT), a Timed Up and Go (TUG) teszt, kézi szorítóerő mérés, egy nyolc koordinációs gyakorlatból álló nem standard teszt, a Ritmikus Auditív Stimuláció (RAS) teszt 90 és 120 ütem/perc ritmusokkal történt, mely eljárás során kiszámításra került az átlagos hiba nagysága (ÁH), a ritmustartási arány (RA) és a szinkronizációs hiba (SZH). Felhasználásra került a ME-ETK kutatólaboratóriumában kifejlesztett erőmérő platform, statikus egyensúly elemzésére az összes kitérés (ÖK), oldalirányú kitérés (ML), szagittális kitérés (AP), oldal és szagittális kilengési arány (ML/AP) paraméterek kerültek nyitott és csukott szem mérési szituációkban. Microsoft Excel program segítségével statisztikai módszerek közül felhasználásra került a Pearson korreláció kapcsolatkeresésre, t-próba vizsgálati szituációk közötti eltérések vizsgálatára ($p<0,005$).

Eredmények:
A résztvevők a ritmuskövető képességük alapján 3 súlyossági kategóriába lettek sorolva. A nyitott szemű statikus egyensúlyozó képességi teljesítményeket a csukott szem szituáció szignifikánsan lerontotta (ÖK $p=0,00012$; ML $p<0,001$; AP=0,0004). Közepes erősségű negatív kapcsolat volt a dinamikus egyensúlyozó képesség (FRT) és a mobilitás (TUG) között ($r=-0,566$), a dinamikus egyensúlyozó képesség és az életkor között ($r=-0,504$), valamint a mobilitás és a szorítóerő között ($r=-0,5206$; $r=-0,5415$). Az ML/AP arányok a gyengébb csoportokban nagy szórást mutattak. A korlátozott mobilitásúak előfordulási gyakorisága a gyenge ritmuskövető csoportban 16,7%, a mérsékeltben 7,1%, a jóban 3,4%.

Következtetés:
Az eséskockázati fókuszú funkcionális állapotleírása lehetőséget ad az eltérő biológiai életkorú aktív idős egyének deficitjeinek objektív meghatározására, azok klasszifikálására és az egyénre szabott mozgásterápiák felépítésére.

Nyiscsák Szabina
Miskolci Egyetem
Egészségtudományi Kar

Konzulens:
Guzi Barbara

Fragility fractures secunder prevenciós lehetőségei a 65 év felettiek körében

Bevezetés és célkitűzés: Hazánkban 50 év feletti korosztálynál kb. 12-14 ezer törés történik évente, gyakran csípő, csigolya, csukló, felkar sérül. A trauma utáni első évben az idősek 33%-a meghal, 50%-uknál funkcionális állapot csökken, 20% pedig segédeszköz nélkül nem tud mobilizálni. Kutatási célom a 65 év feletti fragility fractures-en átesett idősek állapotfelmérése és az alkalmazott fizioterápia, a PNF és egyensúly fejlesztés hatásosságának vizsgálata.

Módszerek: 2025 április-szeptember között a kutatásomat a miskolci Őszi Napsugár Otthon 65 év feletti fragility fracturesen átesett lakói között végeztem, akik 3 hónap - 1 év között sérültek, valamint osteoporosis diagnózissal rendelkeznek. Életkor szerint beosztás: I. korcsoport a 65-70 év (EKcs: 7 fő/5 nő, 67,06 ± 2,08 év), II. korcsoport a 71-80 év (MKcs: 7 fő- 5 nő, 75,91 ± 2,91 év), III. korcsoport a 81-90 év (HKcs: 6 fő- 4 nő, 84,87 ± 2,65 év) közötti betegek. Az adatfelvételnél 2 kérdőív, passzív mozgásterjedelem (ROM) goniométerrel, izomerő (Oxford 0-5 skála és funkcionális izomerő), Tinetti, Time Up and Go (TUG) tesztek kerültek felmérésre. A mozgásprogram 10 alkalmas, heti 3x 45 perc, felépítése: bemelegítés, PNF technika, egyensúlygyakorlatok, levezetés. A Windows Microsoft Excel programmal átlag, szórás, százalék, kétmintás párosított t-próba és lineáris regresszió került kiszámításra.

Eredmények: A kutatásban 20 fő (14 nő) vett részt, átlagéletkoruk 75,5 ±7,7 év. Kezdeti funkcionális deficitként csípőízületi abdukciós-, kirotatios-, berotatios-, térd flexios ROM beszűkülés és kétharmaduknál törzs-, alsóvégtag izomerő csökkenést mértem. Mindezek megváltozott testtartást, állást, járásdiszharmóniát- és bizonytalanságot, egyensúlyproblémákat igazoltak, amelyek a Tinetti és TUG tesztekkel is kimutathatóak voltak. A tesztek 45,83%-ánál értek el szignifikáns pozitív változást a résztvevők, pl. a jobb oldal csípő ízületi addukciós passzív ROM (p=0,000), a csípő flexorok (p=0,000), peroneus csoport (p=0,000) és plantarflexorok (p=0,000) izomerő változásában, a Tinetti teszt (p=0,000) és a TUG tesztnél (p=0,008) is. A II. korcsoport érte el a legnagyobb fejlődést és a legtöbb szignifikáns változást.

Következtetés: A fizioterápiás program hatásosnak bizonyult a fájdalomcsökkentés, csípőízület ROM-, izomerő növelés tekintetében, az egyensúly- és mobilitásfejlesztés kapcsán. Hatásos mind az idősek kezelésében, mind a dementiával küzdők körében egyaránt, köszönhetően a mozgásprogram közben használt egyszerű vezényszavaknak, utasításoknak. Azonban nem jelenthető ki, hogy teljes mértékben hatásos a fragility fractures kezelésében hisz a kezelés időtartalma alatt is történtek elesések. Az esés prevenció hosszútávú hatásosságának kimutatásához további vizsgálatok folytatása, az esetszám növelése szükséges.

Pataki Gabriella
Miskolci Egyetem
Egészségtudományi Kar

Konzulens:
Dr. Gyulai Anikó

Az egészségfejlesztés kihívásai az ifjúsági védőnői gyakorlatban – helyzetfeltáró kutatás tapasztalatai

Bevezetés és célkitűzés: A nevelési- oktatási intézmények falai között, az iskolai nevelő közösség részeként működik az egészségügynek egy kis csoportja, akik a felnövekvő nemzedék egészségét óvják. A kutatásom célja az iskolavédőnők egészségfejlesztési és egészségnevelési aktivitásának a leírása, feltárása, a lehetőségeik és a megvalósítás vizsgálata kvantitatív és kvalitatív kutatás keretében.

Módszerek:

A kutatás két részből állt. Fókuszcsoportos interjúk készültek B-A-Z Vármegye főállású iskolavédőnőivel. A kvantitatív kutatás során az országos védőnői iskola-egészségügyi jelentések elemzésére került sor. A NNGYK oldalán elérhető iskola-egészségügyi jelentések 2019-2024 közötti intervallumban az egészségneveléssel kapcsolatos tevékenységeit vizsgáltam.

Eredmények:

A védőnők körében végzett fókuszcsoportos interjú alapján, az ifjúsági védőnők véleménye szerint a jelenlegi hazai iskolarendszerben az intézményesült egészségnevelés a pedagógusok részvételére alapoz. A köznevelésre vonatkozó jogszabályok, módszertani ajánlások, a TIE programja a pedagógusoknak írja elő kötelező feladatként az egészségnevelést. Ezzel ellentétben az egészségügyi törvény a védőnőknek írja elő kötelező feladatként. Az iskolai egészségnevelés társadalmi elvárás, ugyanakkor a humán erőforrások nem megfelelő kihasználása, elérhetőségének korlátozottsága a cél elérését távolítja, a hatékonyságot csökkenti. Az iskola-egészségügyi jelentések alapján a vizsgált időszakban a védőnők tanévenként tanítási időben átlagosan 48 922 foglalkozást tartottak, 927 905 fő tanuló számára, mely 74 944 tanítási órát jelentett évente, mely tanítási időn kívüli és egyéni tanácsadásokkal egészül ki.

Következtetés:

A vizsgált adatok alapján az iskolavédőnők jelentős szakmai aktivitása kimutatható. Ez arra utal, hogy a védőnők meghatározó szereplői az iskolai egészségfejlesztésnek, mégis alulreprezentáltak a hatályos jogi és szakmapolitikai szabályozásban és a pedagógiai gyakorlatban.

Petrovics Vanda Mária
Miskolci Egyetem
Egészségtudományi Kar

Konzulens:
Vámosné Fazekas Anita

Betegpopulációs változások a gyermekrehabilitációban: tízéves áttekintés a Velkey László Gyermekegészségügyi Központ adatai alapján

Bevezetés és célkitűzés:

A kutatás célja annak feltárása, hogy változott-e a betegpopuláció összetétele és ezáltal a gyógytornászok szakmai tevékenysége. A gyermekgyógyászat innovációi és a társadalmi tendenciák befolyásolják-e a gyermekrehabilitációban ellátottak körét.

Módszerek:

Retrospektív dokumentumelemzést végeztem, hogy összehasonlítsam a 2014-ben és 2024-ben egyéni gyógytornán megjelent, 0–11 éves gyermekek adatait a demográfiai, diagnosztikai és ellátási jellemzők alapján az egész beteganyagban és a kiemelt diagnózisok esetében egyaránt.

Eredmények:

A betegek száma 40,5%-kal, a koraszülöttek száma 31 %-kal emelkedett. A fekvőbetegek száma megduplázódott, szignifikánsan a sebészeti osztály igénye növekedett. A perinatális szakhoz kötődő BNO főcsoporthoz tartozott a legtöbb esetszám mindkét évben.

Következtetés:

A koraszülöttek arányának növekedése és az új terápiás lehetőségek megjelenése komplexebb szemléletet kívánnak meg a gyógytornászoktól. A fizioterápia szerepe erősödött, különösen a korai intervenció, a posztoperatív rehabilitáció és a fekvőbeteg ellátás területén.

Pocsai Jázmin Hanna
Miskolci Egyetem
Ferenczi Sándor Egészségügyi Technikum

Konzulens:
Csopják Judit

Testkép és önértékelés műtét után

Bevezetés és célkitűzés: A témát azért választottam, mert személyesen is közel áll hozzám: már gyerekkoromtól fogva meghatározó volt számomra a műtét utáni hegek megélése. Sok műtéten átesett páciens tapasztalhat negatív megkülönböztetést, és előfordulhat, hogy másként látja önmagát a tükörben, mint a műtét előtt. Célom ezzel a dolgozattal, hogy feltérképezzem, miként viszonyulnak az emberek a műtét utáni hegekhez, és milyen tényezők segítik őket abban, hogy elfogadják önmagukat. Szeretném megmutatni, hogy a hegek nem az elcsúfítás jelei, hanem a gyógyulás és a kitartás szimbólumai lehetnek, melyek büszkeséggel is viselhetők.
Módszerek: A kutatás során egy anonim online kérdőívet készítettem, amely 16 kérdésből állt. A válaszadók száma 30 fő volt.

Eredmények:

- A kutatásban 30 fő vett részt, akik közül 42,3% a 18–24 éves korosztályba tartozott.
- A résztvevők 80%-a nő volt.
- Becslések szerint a műtéti beavatkozások legnagyobb arányban az 55–65 éves korosztályt érintik, mintegy 20–25%-ban.
- A kitöltők közül 20 fő (65%) tapasztalt negatív megkülönböztetést a hegek miatt.
- 38%-uk esetében a heg látható helyen található.
- A résztvevők 65%-a szerint a heg befolyásolja az önbizalmat, és 66%-ukat ítélték meg mások a hegeik alapján.
- A 30 válaszadó közül 16 fő nyíltan beszél a hegéről, míg a többiek kerülik a témát vagy nem mernek róla beszélni.
- A résztvevők 90%-a üzenete szerint mindenki úgy szép, ahogy van, a hegek pedig a megvívott harcok nyomai.

Következtetés: A vizsgálat rávilágít, hogy a műtéti hegekhez való viszony nagymértékben egyéni, és a pszichés feldolgozásban fontos szerepet játszanak a személyes, társas és környezeti tényezők. Az életkor és a nem, nem feltétlenül determinálja a hegek hatását az önértékelésre, hiszen minden résztvevő másképp éli meg azok látványát. A kutatás alapján kiemelhető, hogy a pszichológiai támogatás, a családi és baráti háttér, valamint az önelfogadás elősegítése kulcsfontosságú. A hegek a testi és lelki gyógyulás szimbólumai, és megfelelő támogatással pozitív önképet és erőt adhatnak a műtéten átesett személyeknek.

Póka Annamária
Miskolci Egyetem
Egészségtudományi Kar

Konzulens:
Andreica Szilvia

A kerti bazsalikom cserepes fűszernövényként való termesztése, a bazsalikom felhasználása

Bevezetés és célkitűzés:

Több éve foglalkozom cserepes fűszernövény termesztésével is őstermelőként, melyek közül az egyik legkeresettebb a bazsalikom (Ocimum basilicum L.) Szakdolgozatomban bemutatom saját termesztési és feldolgozási gyakorlatomat, amelyet teljes egészében vegyszermentesen és környezetkímélő módszerekkel valósítok meg. Dolgozatom célja, hogy a saját tapasztalataimra alapozva fenntartható termesztési alternatívát nyújtsak a vegyszeres tömegtermeléssel szemben olyan termelők és kezdő kertészek számára, akik szeretnének belevágni a vegyszermentes fűszernövény termesztésbe.

Módszerek:

Bemutatom a bazsalikom termesztését a magvetéstől egészen a készárúig. Részletesen ismertetem a fitotechnológiai eljárásokat, a növényvédelemi módszereket, valamint a bazsalikom elsődleges és másodlagos feldolgozását. Kitértem továbbá a cserepes fűszernövények értékesítéshez szükséges engedélyekre, a gyógy- és fűszernövény palánta forgalmazásának jogi alapjaira.

Eredmények:

Bazsalikom felhasználásával egyedi, kézműves termékeket állítottam elő. A receptúrák kialakítása során kiemelt hangsúlyt kapott a fenntarthatóság, a magas minőség és a kreativitás. A termékek között teakeverék, köhögéscsillapító elixír, gyógynövényes kenőcs, fűszerolaj, fűszersó és szörp található.

Következtetés:

A fenntartható, kisüzemi termesztés életképes alternatívát jelent a nagyüzemi, vegyszeres előállítással szemben. Az értékesítést célszerű helyi piacokra és rövid ellátási láncokra építeni, mivel így a vásárlók közvetlenül a termelőtől juthatnak friss, vegyszermentes növényekhez.

Ez a modell emellett lehetővé teszi a személyes kapcsolat kialakítását, amely kölcsönös bizalmat teremt a termelő és a fogyasztó között, támogatva a hosszú távú vásárlói lojalitást.

Polyák Makrina
Miskolci Egyetem
Egészségtudományi Kar

Konzulens
Pászk Norbert

Az emberek szolgálata gyógynövényekkel: két 20. századi füvesember gyógyító tevékenysége

Bevezetés és célkitűzés:

Két olyan 20. századi gyógyító életéről, hivatásáról és munkásságáról kutattam, akik az orvosságot a gyógyfüvekben látták: Forst Károly Frigyesről (1898-1984) és Mihai Neamturól (1924-2000). Munkásságuk kapcsán valószínűsítettem, hogy a gyógynövényes kezelést kiegészítették életmódbeli tanácsokkal. Feltételeztem, hogy Mihai Neamtu, mint szerzetes, a beteg emberek lelki életére is nagy figyelmet fordított. Mindezek mellett vizsgáltam a hagyományos orvoslás és a gyógynövények kapcsolatát, illetve a görögkatolikus valláshoz kötődően az ingyenes orvosokat és a természethez kötődő szertartásokat.

Módszerek:

A szakirodalmi kutatás mellett három mélyinterjút készítettem, egyet Forst Károly Frigyessel, kettőt pedig Mihai Neamtuval kapcsolatban.

Eredmények:

A szakirodalmi kutatás során megtudtam, hogy Forst Károly Frigyes orvosi tanulmányokat is végzett. Gyógynövényes ismereteinek bővítése érdekében több évet külföldön tartózkodott. Az interjúból kiderült számomra, hogy a betegeinek életmódbeli tanácsként úttörőként javasolta a vegetáriánus diétát és szorgalmazta a rendszeres, szabad levegőn végzett testmozgást. A Mihai Neamturól szóló mélyinterjúk által ismeretet szereztem az életéről. Az erdélyi görögkatolikus szerzetes különleges tudását isteni adományként kapta, és embertársai megsegítésére fordította. Fontosnak tartotta a lelki gondozást is.

Következtetés:

Valószínűsíthető, hogy Forst Károly Frigyes egyetemi szinten is tanult növénytant. A gyógynövényes kezelésen túl Forst Károly a táplálkozás és a mozgás terén tett javaslatokat a betegeinek, Mihai Neamtu a lelki élethez adott tanácsokat. A görögkatolikus szertartások és az ingyenes orvosok példája a szerzetes gyógynövényszeretetét és hivatásának megélését elősegíthette. Érdekesnek tartom, hogy bár a két személynek különböző szakmai tudása és életútja volt, mind a ketten sikeresen gyógyítottak, és példaértékűen bántak a hozzájuk forduló emberekkel.

Polyucsák Zsuzsanna
Miskolci Egyetem
Egészségtudományi Kar

Konzulens:
Sándor Hajnalka

A Büntetés-végrehajtásban szolgáló egészségügyi dolgozók mentális egészsége

Bevezetés és célkitűzés:

A Büntetés-végrehajtásban dolgozó egészségügyi szakembereknek szembe kell nézniük a zárt intézeti viszonyok, a hierarchikus szervezeti struktúra okozta hatásokkal, amelyek hosszú távon mentális, organikus tüneteket is okozhatnak, mely okait szeretném feltárni dolgozatomban.

Módszerek:

Kérdőíves felmérés, amely lehetővé teszi nagyobb számú válaszadó megkérdezését, valamint mélyinterjúk, amelyek személyesebb, részletesebb betekintést nyújtanak a megkérdezettek mentális egészsége állapotára vonatkozóan és az általuk alkalmazott megküzdési technikákba.

Eredmények:

A felmérésben résztvevők esetében igazolódott, hogy a stressz okozta fizikai és érzelmi tünet egyaránt jelen van, ami szervezeti szinten is érezhető hatással bír. A válaszadók többsége szerint a stressz rontja a motivációt és valamelyest hatással van a munkateljesítményre is.

Következtetés:

A munkahelyi támogató rendszer jelen van a szervezetben, mint motivációt elősegítő, stresszkezelő eszköz, de több fejlesztési irány is megfogalmazódott úgy, mint a hatékonyabb munkaszervezés, feladatmegosztás, pozitív visszajelzési kultúra erősítése.

Portelekiová Vivien
Miskolci Egyetem
Egészségtudományi Kar

Konzulens:
Kiss Krisztián

Bioarcheológia vizsgálatok a Kárpát-medencében: Avar (i. u. 6-9. század) és Árpád-kori (i. u. 11-13. század) közösségek oszteometriai és életmódbeli összehasonlítása

Bevezetés és célkitűzés:

A történeti antropológia múltbeli emberi közösségeket rekonstruál biológiai szempontból. Fő célkitűzésem az Avar- és Árpád-korból származó kárpát-medencei közösségek összehasonlítása oszteometriai és patológiai szempontból életmódrekonstrukció céljával.

Módszerek:

Az életkorbecsléséhez, oszteometriai és paleopatológiai vizsgálatokhoz nemzetközileg elfogadott módszereket használtam. A populációk stresszszintjének és fizikai aktivitásának összehasonlításához a testmagasságot, végtagarányokat, aszimmetriát, patológiákat és talus morfológiát vizsgáltam makroszkópos megközelítéssel, és szoftveres képelemzésekkel. Adataim Microsoft Excel-ben kezeltem, statisztikai elemzéseim a PAST5 programmal végeztem. Vizsgálati eredményeim szakirodalomban közölt adatokkal egészítettem ki.

Eredmények:

Összesen 40 egyén életkorbecslését és nem meghatározását végeztem el. Oszteometriához 1544 felnőtt egyén hosszúcsontadatait vontam be, melyek közül 68 saját mérésből (avarkori Ároktő 37, Árpád-kori Mezőcsát 31 egyén) származik. Az összehasonlított populációk hasonlóak voltak morfológiai képükben, szórványos szignifikáns különbségekkel. Patológiákra 2 avar és 2 Árpád-kori közösség összehasonlítása történt meg, közülük Mezőcsát (40 egyén) adatai saját vizsgálataimból származnak. Schmorl-hernia gyakoriságában a nemek között, periostitis esetén Mezőcsát és az Árpád-kori Jászberény lelőhelyek között szignifikáns a különbség.

Következtetés:

Az avar és Árpád-kori lelőhelyekkel összehasonlítva Ároktő és Mezőcsát csekély oszteometriai különbségeket mutatott, jól illeszkedtek a korszakok és térség nagyrészt homogén morfológiai képébe. Az oszteometria és patológiák alapján az eltérő korszakokba és régiókba tartozás nem jelentett feltétlenül lényegesen eltérő környezeti stresszt, az adott közösségek és nemek közötti, főleg patológiákban manifesztálódó szignifikáns eltérések a nemek közötti eltérő biológiai háttérből, szerepkörből, és a közösségek eltérő szociokulturális hátteréből fakadhatnak. További eredményeim és konklúzióim részletesen az előadásomban mutatom be.

Puskás Annamária
Miskolci Egyetem
Egészségtudományi Kar

Konzulens:
Pászk Norbert

Kolostorok és kertek, gyógyító szerzetesek
A középkor gyógyászatának zöld szigetei

Bevezetés és célkitűzés:

A középkor évszázadai során a gyógynövények kiemelt szerepet töltöttek be az emberek mindennapi életében, különösen az egészségmegőrzés és a gyógyítás területén. A modern orvoslás előtti időkben, amikor a tudományos ismeretek még korlátozottak voltak, az emberek a természetből származó gyógymódokban bíztak. Az erdők, mezők és kertek növényei a kolostoroktól a paraszti háztartásokig mindenhol jelen voltak.

Módszerek:

A kutatásom során elsődlegesen a témámhoz kapcsolódó szakirodalmat próbáltam felhasználni, mind nyomtatott formában (könyvek, folyóiratok), mind az internet segítségével. Célzottan kerestem a népszerűsítő irodalmakat is, hiszen arra is kíváncsi voltam mennyire jelenik meg a történeti rész ezekben a kiadványokban, cikkekben. Kutatásom során meglepően tapasztaltam, hogy az orvosi és gyógyszerészi témákban gyakran találkoztam hivatkozásul gyógynövények használatára vonatkozó írásokkal, valamint a kolostori gyógyítással.

Eredmények:

A hazánkba betelepülő szerzetesek találkoztak a lakosság körében gyógyító tevékenységet végző javasasszonyokkal, bábákkal, csontkovácsokkal. A kialakuló kapcsolat miatt sokszor vettek át a szerzetesek bizonyos gyógyító tudásokat és ez fordítva is igaz, hogy a lakosság vett át ismeretanyagot, növények termesztésével, kertek kialakításával kapcsolatban a szerzetesektől. A későbbiekben, mivel az írásbeliség a szerzetes közösségekben volt jelen, a felhalmozott ismeretanyagokat kódexekben, herbáriumokban, enciklopédiákban őrizték meg.

Következtetés:

A szerzetesi közösségekben létrejött gyógyító központok, zöld szigetek alapjai lettek a modern orvoslásnak és talán hidat is képeznek a jövőnek, melyben a test, lélek, egészség hármasságát újra fel fogjuk fedezni.

Szarkáné Dr. Sándor Alexandra Valéria
Miskolci Egyetem
Egészségtudományi Kar

Konzulens:
Pászk Norbert

A gyógynövények szerepe a szorongásos és affektív zavarok kezelésében

Bevezetés és célkitűzés: A szorongásos és affektív zavarok napjainkban egyre nagyobb terhet jelentenek az egyének és az egészségügyi ellátórendszerek számára. A saját kutatás kifejezett célja volt a szorongásos és affektív panaszokkal kapcsolatos felhasználási mintázatok, a hatékonyságról alkotott szubjektív vélemények, valamint a tapasztalt mellékhatások és kockázatok feltérképezése. Emellett célul tűztem ki a szakirodalomban leggyakrabban vizsgált gyógynövények *(Valeriana officinalis, Passiflora incarnata, Hypericum perforatum, Melissa officinalis, Lavandula angustifolia, Withania somnifera)* hatásmechanizmusának, klinikai evidenciáinak és biztonságosságának összefoglalását is.

Módszerek: A dolgozat kvalitatív és kvantitatív módszertant ötvözött. A szakirodalmi részben nemzetközi tudományos publikációk elemzésére került sor az APA7 hivatkozási stílus szerint. Az empirikus kutatás során online kérdőíves felmérést végeztem, amelyet közösségi média platformokon (Facebook, Instagram) keresztül terjesztettem. A válaszadás önkéntes és anonim volt. Az adatokat statisztikai módszerekkel elemeztem Microsoft Excelben, diagramokat és táblázatokat készítettem az eredmények szemléltetésére. A teljes szakdolgozat elkészítése önálló munkában történt.

Eredmények: A válaszadók nagy többsége használt már gyógynövényeket érzelmi vagy hangulati panaszok enyhítésére, és az általános megítélésük pozitív volt. A leggyakrabban alkalmazott gyógynövények a citromfű, levendula, valeriána és orbáncfű voltak. A többség részleges vagy jelentős javulásról számolt be, mellékhatásokat csak elenyésző arányban jeleztek. A válaszadók jelentős része nyitott lenne a gyógynövények jövőbeli alkalmazására is, ugyanakkor több mint egyharmaduk saját bevallása szerint semmilyen tudással nem rendelkezett – vagy csak csekéllyel – a lehetséges gyógyszer-gyógynövény interakciókról.

Következtetés: A gyógynövények fontos szerepet tölthetnek be az enyhébb szorongásos és hangulati zavarok kiegészítő kezelésében, különösen integratív szemléletű megközelítésben. A lakossági attitűdök kedvezőek, ugyanakkor a szakmai tájékozottság és a biztonságos alkalmazás érdekében fontos a hiteles edukáció és a további klinikai kutatások ösztönzése. A kutatás hozzájárul a gyógynövények társadalmi megítélésének és használati szokásainak mélyebb megértéséhez.

Sazia Shuhrat
University of Miskolc
Faculty of Health Science

Supervisor:
Dr. Andrea Lakatos

Antenatal Care in Bangladesh: Bridging the Gap between WHO Standards and Ground Reality

Introduction and objectives:

Safe pregnancy depends on timely antenatal care, proper supplementation, and accurate information. Yet many women in Bangladesh still struggle to meet basic recommendations. This study aims to assess real-world antenatal practices, awareness levels, supplement use, food beliefs, activity patterns, and financial barriers, based on early responses from an ongoing survey.

Methods:

A structured questionnaire was created and distributed electronically through Google Forms. It captures antenatal care (ANC) visits, diagnostic tests, folic acid and iron use, cultural dietary restrictions, workload, and perceived income adequacy. Data collection is ongoing, and current responses do not yet allow full comparison between groups, but they offer clear early patterns.

Preliminary Results:

Early analysis shows that most respondents do not meet the recommended number of ANC visits. Supplement use is irregular, often due to limited counselling or doubts about necessity. A strong pattern is emerging: many participants have low awareness of basic pregnancy care and remain largely "unconscious" about the importance of ANC, supplements, and nutrition, while the rest show adequate understanding. Cultural food restrictions and heavy workload—especially in rural settings—continue to influence maternal wellbeing. Financial limitations appear as a consistent barrier across groups.

Conclusion:

Even at this preliminary stage, the findings point to the same core issue: inadequate awareness, inconsistent guidance, and uneven access are limiting safe pregnancy practices. As data collection continues, this study will help identify practical interventions that can strengthen education, improve supplement adherence, and bring everyday practice closer to global antenatal care standards.

Sebők Szilvia
Miskolci Egyetem
Egészségtudományi Kar

Konzulens:
Pászk Norbert

Középkori orvoslás gyógynövényekkel

Bevezetés és célkitűzés:

Napjainkban a gyógynövények alkalmazása újra reneszánszát éli. Egyre többen érdeklődnek, illetve térnek vissza a természetes eredetű készítményekhez, a fitoterápiához. A holisztikus szemlélet iránti érdeklődés újra középpontba helyezi a múltbeli tudást.

A kutatás célja, hogy feltárja a gyógynövények szerepét és jelentőségét a középkori gyógyászatban kiemelve a kolostori orvoslás fontosságát. A történelmi háttér bemutatását követően a kolostori gyógyítás gyakorlatát, a gyógynövények alkalmazását és a modern fitoterápiával való kapcsolatot vizsgálja.

Módszerek:

A kutatás során a témához kapcsolódó szakirodalom feldolgozása nyomtatott formában (könyvek, folyóiratok, cikkek) és internetes adatbázisok segítségével. A magyar szakirodalom tanulmányozása mellett idegen nyelvű (főként francia) forrásokat is felhasználtam.

Eredmények:

A szakirodalmi kutatás eredményei alapján megfelelő mennyiségű forrást találtam a témához. Ezek nagyrésze külföldi (francia) vonatkozású volt. A hazai fellelhető írott anyagokból kevés áll rendelkezésre. A kutatás során bebizonyosodott, hogy a szerzetesek közül többen gyógyítással is foglalkoztak, tevékenységük révén összhangot teremtve a hit és tudás között.

Következtetés:

A herbáriumok áttekintését követően bebizonyosodott, hogy a középkori gyógynövények nagy része ma is ismert és használatos. A szakirodalmi elemzés során beigazolódott, hogy a középkori gyógyítás a tapasztalatokra, az antik orvosi ismeretekre és vallásos gyakorlatokra épült. A középkorban kialakult rendszerek, ismeretek közül sok ma is használatos vagy újra felfedezésre került. A gyógynövények történeti hátterének ismerete népszerűbbé teheti a használatukat.

Sélley Andrea
Miskolci Egyetem
Egészségtudományi Kar

Konzulens:
Pászk Norbert

Gyógyító borok és emberek kapcsolata

Bevezetés és célkitűzés: Szakdolgozati kutatásom témája az emberek kapcsolatát vizsgálja a borral, a gyógynövényekkel és a mára elfeledett gyógyító borokkal. A kutatási kérdésemet a helyi közösségekkel végzett munka inspirálta, melyben a fenntarthatósági és a közösségi - részvételi szemlélet mentén egy helyi termék fejlesztése fogalmazódik meg.

A gyógynövények adta gyógyító hatás indirekt épülhet be a köztudatba, olyan szemléletet képviselve, ami az egészséges életmódra és a fenntarthatóságra hívja meg azokat is, akik az egyéni jóllétre fókuszálnak, és az egészségtudatosságra válnak nyitottá.

Az emberek egyéni szintje mellett megjelenik a kutatás során a közösségi szint. Annak a kérdésnek a tárgyalása, hogy helyből helyben milyen utak vihetik előre a közösségek életét, a bükki vidék adta bor és gyógynövény kultúra értékeivel és egy társadalom fejlesztési termék népszerűsítésével.

Közvetlen cél: egy olyan közösségi termék fejlesztése, amely a bükki környezeti erőforrásokra épül, valamint az emberi kapcsolatok és a gyógyító hagyományok találkozásából születik.

Módszerek: szakirodalmi áttekintés, kérdőíves kutatás és interjú egy helyi borásszal

Eredmények: A szakirodalmi feltárás során a gyógyító borok évezredes története rámutat, hogy a bornak és a gyógynövényeknek jó hatásai vannak egymásra, és az orvoslásban is használták anno. Mai gyógyszeripari feltételek miatt nem kifejezetten a biológiai hatásokat tehetjük előtérbe, mint inkább a gyógyító szó mentális, közösségi erejét, de emellett interjútapasztalatok szerint a borban áztatott gyógynövények hatásai is megjelennek. A kérdőíves kutatás eredményeként megjelenő termék, gyógynövényekre mutató igényt jelez a gyógyító bor bevezetése esetén.

Következtetés: A gyógyító borok választ adhatnak egyéni, közösségi és társadalmi jólléti szinten is, és jó mintát mutathatnak a környezettel való együttműködésre. A termék hatással lehet a gyógynövény kultúra formálására is

Saját munka a kutatásban: téma választás, kérdőíves felmérés, interjú készítése, kutatási kérdésre adott válaszok.

Staudt Amália
Miskolci Egyetem
Egészségtudományi Kar

Konzulens:
Pászk Norbert

Slow turizmus és fenntarthatóság: A helyi gyógynövények és méhészeti termékek szerepe a látogatók élményében

Bevezetés és célkitűzés:

A kutatás célja megvizsgálni, hogy miként jelenhetnek meg a helyi gyógynövények és méhészeti termékek egészségturisztikai élménykínálatban, valamint, hogy milyen lehetőségeket teremtenek a helyi közösségekhez való kapcsolódásra. A téma aktualitását a fokozódó stressz, a pihenés hiánya és a mentális jóllét iránti növekvő igény adja, amelyek a turisztikai kereslet átrendeződését is befolyásolhatják. A kutatás a Nyugat-Balaton Turisztikai Régió példáján keresztül elemzi, hogy a gyógynövény- és méhészeti alapú szolgáltatások hogyan illeszkednek a lassú turizmus és a fenntarthatóság szemléletébe.

Módszerek:

Az online kitölthető, önkéntes kérdőíves felmérés kvalitatív adatait látogatók fókuszcsoportos interjúi és idegenforgalmi, szabadidőszervező, közösségfejlesztő szakemberek mélyinterjúi egészítették ki, hozzájárulva a látogatói preferenciák és motivációk vizsgálatán túl, a résztvevők attitűdjeinek és élményeinek mélyebb feltárásához.

Eredmények:

102 fő kitöltő közreműködésével kapott kérdőíves adatok, valamint 3 fókuszcsoport és 3 szakértői mélyinterjú eredményei egymást erősítve rávilágítanak arra, hogy a fenntarthatóság, a természetközeli élmények és a helyi értékek újrafelfedezése meghatározó tényező a turisztikai döntésekben. A látogatók nem csupán befogadói, hanem aktív alakítói is a fenntartható turizmusnak, amely iránt egyre erősebb tudatos és érzelmi elköteleződés figyelhető meg. A természetközeli, hiteles, helyi értékeket közvetítő programok, úgymint a gyógynövényes túrák és méhészeti programok iránti igény a slow turizmus értékrendjének térnyerését jelzi.

Következtetés:

A kutatás eredményei azt mutatják, hogy a vendégek a gazdasági hatáson túl jelentős szerepet játszanak a helyi értékek felismerésében, ezáltal hozzájárulnak a közösségi identitás erősítéséhez és a hagyományok megőrzéséhez. A válaszadók körében egyértelműen megfogalmazódik az igény a slow turizmus szemléletét képviselő programokra, amelyek a természethez való kapcsolódáson, a hitelességen és a tudásmegosztáson alapulnak. A közösségi együttműködésre és a helyi értékekre építő, élményközpontú turisztikai kínálat a régió fenntartható fejlődésének egyik fontos pillére lehet.

Strempelné Csonka Tünde
Miskolci Egyetem
Egészségtudományi Kar

Konzulens:
Andreica Szilvia

Gyógy- és fűszernövények megjelenése az általános iskolák oktatási rendszerében, valamint fejlesztési lehetőségeinek feltérképezése

Bevezetés és célkitűzés:

A gyógy- és fűszernövények oktatásának megjelenése az általános iskolákban megfelelő alapot képezhet a fitoterápia szélesebb körű megismerésére, az elméleti tudáson túl a gyakorlati megközelítés módszerén keresztül a helyes alkalmazásának elsajátításával.

A cél, hogy átfogó képet kapjunk - a pedagógusi tapasztalatok és javaslatok feldolgozásával - az általános iskolai oktatási program jelenlegi helyzetéről és a benne rejlő fejlesztési lehetőségekről a programok bővítésével, hatékonyságuk növelésével.

Módszerek:

A kutatási időszak alatt 2025. év nyarán mélyinterjút készítettem három különböző típusú általános iskolában tanító pedagógussal, akiknek reális rálátásuk van a kutatási témára. A kapott eredmények kérdésenként kerültek feldolgozásra, részletezve az egyes pedagógusok válaszait, majd röviden összegezve azokat.

Eredmények:

A pedagógusok meglátása alapján a tantervben érintőlegesen jelennek meg a gyógy-és fűszernövények. Iskola típusonként eltérő a kiegészítő oktatás, ez részben pedagógustól függ, a tanmenet szigorúbb betartásától, túlterheltségtől. Nehéz felkelteni a fiatalok érdeklődését. Az alaptudás megszerzésével célként fogalmazódott meg az egészségmegőrzés, a gyógy- és fűszernövények széleskörű felhasználása. Frontális, gyakorlatias módszertani elemekkel lehetőséget látnak iskolai szakkör, tematikus nap, workshop, nyári tábor, gyógynövény kert, természetvédelmi terület látogatásának megvalósítására. Javasolják segédanyag létrehozását, valamint a Kahoot alkalmazását.

Következtetés:

A kutatás eredményei rámutattak arra, hogy a NAT és a helyi tantervekben a gyógy- és fűszernövények érintőlegesen jelennek meg. A témával történő foglalkozás gyakran esetleges, pedagógustól, iskolai háttértől, információ hiánytól függ. A pedagógusok nem rendelkeznek megfelelő ismeretanyaggal, de érdeklődéssel fordulnak a témához. A tanulók érdeklődésének felkeltése és annak fenntartása kihívás elé állítja a pedagógusokat és ezt figyelembe kell venni az edukáció során. Támogató jellegű a korszerű, élményalapú oktatás.

Szabó Dorina
Miskolci Egyetem
Egészségtudományi Kar

Konzulens:
Dr. Lakatos Andrea

Perifériás ideghüvely daganatok előfordulása és jellemzői. Neurofibromatózisban szenvedő és nem szenvedő pácienseknél: összehasonlító vizsgálat

Bevezetés és célkitűzés:

A perifériás ideghüvelydaganatok (PNST) ritka elváltozások, ezért fontos a differenciálásuk más, hasonló tüneteket okozó betegségektől, segítve ezzel a megfelelő terápiás döntéshozatalt. Célom, hogy összehasonlítsam a neurofinromatózisos (NF) és nem NF-es eseteket előfordulási gyakoriság, életkor, daganattípus és alkalmazott képalkotó diagnosztika szempontjából.

Módszerek:

A Borsod-Abaúj-Zemplén Vármegyei Központi Kórház és Egyetemi Oktatókórház Képalkotó Diagnosztikai Centrumában 2014 és 2024 között PNST beküldő BNO kóddal készült MR vizsgálaton átesett betegek adataiból leíró statisztikával készítettem az elemzést (Exel), retrospektív dokumentum és képelemzéssel (MedWorks, JIVEX) illetve beleegyező nyilatkozat birtokában saját fotókat készítettem subcutan neurofibrómákról.

Eredmények:

146 beteg dokumentációját áttekintve 50 betegnél, 71 esetben igazolódott PNST. Az 50 beteg 66%-ánál (n=33), 54 különböző localisatioban kimutatott PNST hátterében NF állt. Az NF-esek 98%-ánál (n=53) benignus, 2%-ánál (n=1) malignus tumor, az NF-ben nem szenvedők 53%-ánál (n=9) benignus, 47%-ánál (n=8) malignus daganat igazolódott. Az NF-esek 72%-ánál (n=39) neurofibróma, 24%-ánál (n=13) schwannóma, míg a nem NF-ek 47%-ánál (n=8) schwannóma alakult ki. Az elváltozásáról a nem NF-es esetek 94%-ának (n=16), az NF-es esetek 61%-ának (n=33) MR vizsgálat készült, melyből 15 esetben utánkövetés történt.

Következtetés:

Kutatásom alátámasztotta, hogy a PNST-k ritka tumorok. Az NF-es betegeknél nagyobb számban és arányaiban gyakrabban benignus PNST-k fordultak elő, szemben a nem NF-es betegcsoporttal. Az MR-t mindkét csoportban magas arányban alkalmazták, malignitási kockázatuk becslésében, sebészeti tervezésében utánkövetésében. is, sok esetben kiváltva a nehezen megközelíthető daganatok mintavételét. A PNST-k malignus transzformációjának megelőzésének kulcsa NF-es betegeknél a szoros követés és időbeni beavatkozás, míg nem NF-eseknél a korai felismerés, a figyelemfelkeltés, az edukáció és a protokollfejlesztés.

Szakály Veronika
Miskolci Egyetem
Egészségtudományi Kar

Konzulens:
Pászk Norbert

Gyógynövények szerepe a bőr fiatalságának megőrzésében – belső táplálás

Bevezetés és célkitűzés:

A bőr öregedése komplex folyamat, amelyet nemcsak a külső tényezők, hanem a szervezet belső állapota is befolyásol. A belső, gyógynövény-alapú támogatás tudományos vizsgálata Magyarországon még kevéssé feltárt terület. A kutatás célja egy háromlépcsős, belső anti-aging protokoll kidolgozása volt, amely a méregtelenítésre, regenerálásra és stabilizálásra épül, hazai gyógynövények felhasználásával.

Módszerek:

A szakirodalmi elemzés magyar és nemzetközi tudományos források feldolgozásával készült, különös tekintettel a kiválasztott növények (csalán, mezei zsurló, máriatövis, körömvirág, ligetszépe, köles) hatóanyagainak antioxidáns, gyulladáscsökkentő, májvédő és kollagénszintézist támogató hatásaira. A kutatás része volt egy online kérdőíves felmérés (n=222), amely fitoterapeuták, kozmetikusok és természetgyógyászok körében mérte a belső táplálás és gyógynövény-használat megítélését. Az adatok feldolgozása leíró statisztikával történt.

Eredmények:

A válaszadók 92%-a elengedhetetlennek vagy nagyon fontosnak tartja a bőr belső támogatását. A legmeghatározóbb belső tényezők a táplálkozás, a hormonális egyensúly, az emésztőrendszer állapota és a stressz voltak. A vizsgált gyógynövények hatóanyagai (pl. silymarin, szilícium, γ-linolénsav, flavonoidok) hozzájárulnak a bőr oxidatív védelméhez, sejtszintű regenerációjához és a barrierfunkció fenntartásához.

Következtetés:

A kutatás igazolja, hogy a belsőleg alkalmazott gyógynövények integrálhatók az anti-aging stratégiákba. A magyar flóra adaptogén és sejtregeneráló növényei alkalmasak a bőr fiatalságának megőrzésére, tudományos alapot teremtve egy természetes, fitoterápiás szépségprotokoll kidolgozásához.

Számadó Eszter
Miskolci Egyetem
Egészségtudományi Kar

Konzulens:
Guzi Barbara
Hanák-Tóth Aliz

Poszttraumás boka sérült U15-19 korosztályos labdarúgók szekunder preventív fizioterápiája

Bevezetés és célkitűzés: Magyarországon népszerű sport a labdarúgás, amely dinamikus fejlődést mutat. A serdülőkorú labdarúgóknál gyakori a boka sérülések incidenciája. Kutatásom célja felmérni U15-19 labdarúgók boka sérülések utáni állapotát, 12 hét szekunder preventív csoportos gyógytorna hatásosságát és 12 hetes pihenő idő után a terápia tartósságát vizsgálni.

Módszerek: Vizsgálatom a DVTK Labdarúgó Sportakadémián zajlott 2025 február-augusztus között. Anamézis után aktív/passzív mozgásterjedelem (goniométer), funkcionális dorzálfelxió (Knee to Wall teszt), instabilitási tesztet, egyensúly (Y teszt, módosított Y teszt), sérülés esély (Single Hop, Crossover) tesztet mértem. A 12 hetes mozgásterápia heti 1x csoportosan és heti 2x otthoni egyéni gyógytornából állt, alkalmanként 40 percesek. Az adatok feldolgozása Windows Microsoft Excel programban történik, átlag, szórás, korreláció kerül kiszámításra.

Eredmények: A vizsgált 16 (férfi) labdarúgó átlagéletkora 17,63 ±1,63év. A kezdeti felmérések során a fő funkcionális deficit a boka ízület dorzálflexiós ROM csökkenése volt ép és érintett végtag esetén is (11,41±6,33/12,47±6,93//10,00±5,46/11,63±4,94°). Az instabilitási tesztek közül valgus stressz-teszt jelzett jelentősebb instabilitást (2,06±0,77/2,13±0,50 pont), az ugrási tesztek összesen 7főnél, Y teszt az ép végtagon 8 főnél, érintett végtagon 11 játékosnál jelzett sérülésveszélyt. Az aktív inverzió/everzió és crossover hop teszt korreláció ép és érintett végtag esetén r=-0,47/-0,37, r=-0,32/-0,47. Az aktív dorzálflexió és a knee to wall teszt korreláció ép végtagnál r=0,34, érintett végtagnál r=0,72. Visszamérések során a bokaízületi dorzálflexiós irány ép oldalon 10,76%-os és érintett oldalon 14,33 %-os javulást mutatott ($p<0,01$). A knee to wall teszt során sérült végtag esetén 4,97%-os, sérült végtag Y teszten 5,30%-os és 5,61%-os, módosított Y teszt során 6,67%-os javulást ért el. Az ugrási teszteken jelentősen csökkent a sérülésveszély, és jelentős javulást mutattak az adatok ($p<0,01$). A pihenő időszak utáni mérés során a korábbi pozitív változások stabilizálódtak, kis mértékben javultak is, a passzív dorzálflexió ép oldali 13,19%-os, érintett oldali 27,17%-os, a valgus stressz teszt ép oldalon 8,93 %-os, sérült oldalon 18,18%-os növekedést mutatott.

Következtetés: A visszamérések során kapott eredmények a szekunder preventív fizioterápia hatásosságát mutatják, hisz a sérülések után esetlegesen fennmaradó funkcionális deficitek azonosítására és javítására az újra sérülés esélyének csökkentése érdekében nagyon jelentős szerepet tölt be, és 12 hét után is tartósságát bizonyította a kutatásban.

Szarka Mónika Vivien
Miskolci Egyetem
Egészségtudományi Kar

Konzulens:
Sándor Hajnalka

A housekeeping szerepe a vendégélmény alakításában

Bevezetés és célkitűzés:

A szakdolgozat célja annak feltárása, hogy a housekeeping részleg, mint a szállodai működés sokszor „láthatatlan” területe, milyen hatással van a vendégélmény alakulására. A kutatás fókuszában a Magyarországon található 4 és 5 csillagos szállodák állnak, mivel a magasabb kategóriában kritikusabb szerepet játszik a szolgáltatások minősége. A dolgozat arra keresi a választ, hogyan befolyásolja a housekeeping a vendégélményt, és milyen eszközökkel növelhető a vendégelégedettség ezen a területen keresztül.

Módszerek:

A kutatás két fő pilléren nyugszik. Elsőként szekunder kutatás történt a releváns hazai és nemzetközi szakirodalom, valamint a szabályozási rendszerek áttekintésével. Ezt követte a primer, kvalitatív empirikus vizsgálat, melynek keretében strukturált mélyinterjúk készültek öt szállodai szakemberrel, akik magyarországi 4 és 5 csillagos szállodákban dolgoznak. Az adatok feldolgozása kvalitatív tartalomelemzés módszerével történt. Eredmények: A vizsgálat igazolta, hogy a housekeeping a szálloda „szíve és lelke”, stratégiai jelentőségű terület. A vendégélmény legfontosabb összetevője a tisztaság és rendezettség, amely a szolgáltatásminőség legfőbb kézzelfogható bizonyítéka. Az eredmények rámutattak, hogy a munkavállalók elégedettsége, motiváltsága és a megfelelő képzés közvetlen hatással van a vendégelégedettségre. A digitális rendszerek és a környezetbarát (green housekeeping) megoldások növelik a hatékonyságot és a vendégélményt, bár alkalmazásuk a hazai gyakorlatban még nem egységes.

Következtetés:

A housekeeping nem csupán egy operatív háttérrészleg, hanem a vendégélmény megteremtésének egyik legfontosabb alappillére. Ahol a részleg stratégiai szerepet tölt be, ott a vendégélmény mérhetően magasabb szintű. A hosszú távú siker érdekében elengedhetetlen a housekeeping értékteremtőként való kezelése, a dolgozók folyamatos képzése és megbecsülése, valamint a technológiai és fenntarthatósági innovációk integrálása a működésbe.

Székely Enikő
Miskolci Egyetem
Egészségtudományi Kar

Konzulens:
Hankóczyné Domonkos Judit

Fogamzásgátló módszerek alkalmazása

Bevezetés és célkitűzés:

A fogamzásgátlás, szexualitás még mindig tabunak számít, emiatt az első nemi aktus előtt nincsenek felkészülve megfelelően a tinédzserek. Pontatlan, nem megfelelő információk keringenek a világban, és nincs hiteles információforrás a fiatalok számára, ezért nem tudják kiválasztani a számukra ideális fogamzásgátló eszközt sem. A védőnői hivatás kulcsfontosságú eleme az egészségfejlesztés, ezáltal preventív módon hozzájárulhatnak a védőnők a szexuális ismeretek elsajátításához, a megfelelő fogamzásgátló módszer kiválasztásához, használatának megtanulásához.
A kutatásom célja, hogy feltárjam, hogyan védekeztek az első aktus során az egyének, most milyen eszközöket használnak, mikor élték meg az első szexuális együttlétet. Továbbá szeretném kideríteni, hogy a különböző szakemberek (pl.: védőnő, háziorvos, ápoló, tanár, szociális munkás) milyen szerepet játszottak a kamaszok szexuális ismereteinek bővítésében.

Módszerek:

A kutatási témát kérdőíves módszerrel kívánom feldolgozni. Google drive-on készítettem 2 kérdőívet, mely nem validált, általam megfogalmazott kérdéseket tartalmaz. Ezt a saját közösségi oldalamon osztottam meg, továbbá szakcsoportokban, amennyiben az adminisztrátorok engedélyezték azt. Alkalmaztam a hólabda módszert, hogy minél több emberhez eljusson a kérdőívem, így hitelesebb információt kapjak. Azonban a minta nem lesz reprezentatív, inkább kényelmi mintavételen alapul, hiszen nem általánosítható az egész populációra, mert nem jut el annyi emberhez.

Eredmények:

Az általános, mindenki számára kitölthető kérdőív mintavétele 2025.10.31.-2025.11.14. között történt, erre 175 kitöltés érkezett. A szakemberek számára készült kérdéssor mintavétele 2025.11.11.-2025.11.14. között zajlott, amire 22 választ fogadtam.

Következtetés:

A kitöltések és a szakirodalmi kutatásom alapján az első szexuális együttlétkor a leggyakrabban használt eszköz a gumióvszer. Kiderült számomra az is, hogy nagyon magas a védekezés nélküli nemi élet száma, valamint nagyon kevesen kérnek segítséget az első együttlét előtt. Továbbá a szakemberek eddigi válaszai alapján nagyon későn kezdünk el a szexualitással foglalkozni, a gyerekek későn kapnak hiteles információkat.

Szőke Anasztázia Orsolya
Miskolci Egyetem
Egészségtudományi Kar

Konzulens:
Palácsik-Makula Zsanett
Petrovics Vanda

Obes gyermekek állapotfelmérése, testsúlycsökkentésük elősegítése mozgásterápiával

Bevezetés és célkitűzés:

Az obesitas napjainkra népbetegséggé vált, mely nem csak felnőtteket érintő probléma, hanem egyre gyakoribb az előfordulása gyermekkorban is. Ez a betegség további krónikus betegségek első lépcsőfoka lehet. A folyamat preventív szemlélettel megelőzhető, melyben a gyógytornászok szerepe elengedhetetlen. Célkitűzésem az volt, hogy az érintett gyermekek számára egy testsúlycsökkenést segítő mozgásprogramot állítsak össze, majd ennek hatékonyságát vizsgáljam. A testsúly változás mellett az állóképesség fejlesztése is célom volt.

Módszerek:

Gyakorlati kutatásomat a B-A-Z Vármegyei Központi Kórház és EOK Velkey László Gyermekegészségügyi Központban végeztem 2025. június-augusztus közötti időtartamban. Vizsgálatomban obesitas diagnózissal rendelkező gyermekek vettek részt. A betegvizsgálat során mértem a szomatometriai paraméterek közül a testmagasságot (cm), a testsúlyt (kg). Az értékek alapján kiszámítottam a testtömeg indexet (BMI, kg/m^2). Percentilis értéket is meghatároztam. Továbbá felvettem öt kerületi méretet (cm). Két törzsi és egy végtagi bőrredő értéket (mm). Állóképesség felmérésére: módosított 6MWT, valamint módosított Step up tesztet. Kérdőívvel pedig a gyermekek sportolási, életmódbeli szokásait mértem fel. Mozgásos intervenció a kutatásban: napi kettő tornatermi torna, mely alkalmanként 45 perc, aerob közepes intenzitású tréningből állt, kiegészítve mobilizáló és koordináció fejlesztő gyakorlatokkal. Emellett részesültek napi 30 perc subaqualis terápiában is.

Eredmények:

A vizsgált 15 fő (6 fiú, 9 lány) átlagéletkora 13,27±2,6 év. Átlagos testsúlyváltozás 4,12±1,64 kg. A BMI átlag változás 1,75±0,62; 1 főnél történt kategória változás pozitív irányba (NETFIT). Mind az öt körfogati értékeknél, és mind a három bőrredő értéknél csökkenést tapasztaltam. Állóképességi átlag változások: 6MWT-nél 23,13±72,89 m, Step up tesztnél 5,5±13,05 db fellépés.

Következtetés:

Az eredmények alapján elmondható, hogy a terápia eredményesnek bizonyult. Minden résztvevőnél testsúly csökkenés és állóképességi fejlődés is történt. A kutatás limitációja a rövid intervenciós idő (3 hét).

dr. Tar Tímea
Miskolci Egyetem
Egészségtudományi Kar

Konzulens:
Pászk Norbert

Myrrhophorák és szemléletük: a növényekkel való „szent” munka és a szignatúratan

Bevezetés és célkitűzés:

A téma a fitoterápia történetéhez kíván érdekes adalékkal szolgálni, bemutatva a myrrhophorák alakját régen és ma, illetve azt az általuk képviselt egyedülálló szemléletet, ahogy a gyógynövényekkel foglalkoznak. A kutatás másik központi eleme a szignatúratan, amelynek nemcsak történeti áttekintését és elemzését tűztem ki célul, hanem annak vizsgálatát is, hogyan él tovább napjainkban is a szignatúrák tana a myrrhophor tradíciókban.

Módszerek:

Mivel a jelen kutatási témát mások még nem dolgozták fel és így írott forrásokra egyáltalán nem tudtam támaszkodni, primer kutatásokat végeztem. A kutatás kvalitatív megközelítésű, félig strukturált mélyinterjúkon alapult, amelyeket öt, magát myrrhophorának nevező magyar nővel készítettem, akiket a téma szakértőinek tekinthetünk. A mélyinterjús módszert a téma mélyebb, minőségi jellegű feltárására való igény indokolta.

Eredmények:

Az interjúk alapján a kortárs myrrhophorák szemléletét a növényekkel való mély és együttérző kapcsolat jellemzi. A növényekkel való munka számukra szakrális cselekedet, amelyben a növény önálló intelligenciaként, tudatos együttműködő társként jelenik meg. A kutatás feltárta, hogy a modern myrrhophorák a szignatúratan elveit nem pusztán morfológiai alapon értelmezik, hanem mint kommunikációs és intuitív kapcsolódási rendszert, amelyen keresztül a növény üzenetei befogadhatók és gyógyító módon alkalmazhatók.

Következtetés:

A kutatás rávilágított arra, hogy a myrrhophorák alakjával és szemléletével nemcsak a vallástörténetnek érdemes foglalkoznia, hanem a fitoterápia történetének is. A növényekkel való munkájuk és szignatúratan értelmezésük pedig olyan hozzáállást mutat, amelyben a természet és az ember kölcsönös tiszteleten alapuló együttműködése kerül előtérbe. Korukat megelőzve vallották, hogy a növények intelligenciával, érzékeléssel és kommunikációs képességgel rendelkeznek. A myrrhophorák megközelítése új perspektívát kínál a növényekkel való kapcsolódásra, nemcsak gyógyászati, hanem etikai értelemben is.

Matula Fanni
Miskolci Egyetem
Egészségtudományi Kar

Konzulens:
Dr. Gyulai Anikó

Digitális gyermekkor - a védőnő szerepe a kisgyermekes családok tudatos képernyőhasználatának a fejlesztésében

Bevezetés:
A digitális technológia térnyerése napjainkban a legfiatalabb korosztályt is eléri, a kisgyermekek mindennapjainak természetes részévé vált a képernyőhasználat. Ez új kihívást jelent a családokat gondozó védőnők számára is, hiszen a digitális világ túlzott vagy nem megfelelő használata kedvezőtlen hatással lehet a gyermekek testi, lelki és szociális fejlődésére. A Tudományos Diákköri kutatásom célja annak feltárása, hogyan segíthetik a védőnők a családokat a tudatos, életkornak megfelelő képernyőhasználati szokások kialakításában
Anyag és módszertan:
A leíró jellegű keresztmetszeti vizsgálat eszköze kérdőív, a vizsgálat mintája a 2-7 éves gyermeket nevelő szülők, a tervezett minta elemszáma: 200 fő. A kérdőív témakörei a kisgyermekek digitális eszközhasználati szokásait, a szülők képernyőhasználattal kapcsolatos tudását, véleményét és attitűdjeit vizsgálják.
Eredmények:
Az eddigi eredmények alapján megállapítható, hogy a vizsgált gyermekek körében a digitális eszközhasználat a mindennapi tevékenységek szerves részévé vált. A szülők körében gyakran tapasztalható bizonytalanság az életkornak megfelelő képernyőidő és a digitális tartalmak megválasztása tekintetében. A kutatás rámutat arra is, hogy a családok nyitottak a tudatos és kiegyensúlyozott digitális médiahasználatot támogató szakmai iránymutatások és prevenciós ajánlások befogadására.
Következtetések:
A vizsgálat eredményeiből levonható következtések alapján további célom, olyan preventív programok és tanácsadási módszerek kidolgozása, amelyek segítik a védőnőket a családok digitális tudatosságának erősítésében, és hozzájárulnak a gyermekek biztonságos, kiegyensúlyozott digitális fejlődéséhez.

Czibik Abigél
Miskolci Egyetem Ferenci Sándor Egészségügyi Technikum

Konzulens:
Borzáné Kádár Marianna

Az egészségügyi dolgozók és betegek közötti kommunikáció fontossága

Bevezetés és célkitűzés: Prezentációm témájának az egészségügyi dolgozók és betegek közötti kommunikációt választottam. Alapját tapasztalataim, illetve kutatómunkám adják. A betegekkel való kommunikáció számomra különösen érdekes és fontos téma. Előadásom és kutató munkám célja, hogy felhívjam a figyelmet kommunikációs akadályokra, nehézségekre az egészségügyi ellátás során és megoldást nyújtani a kommunikációs akadályokra.

Módszerek: Betegekkel és dolgozókkal készült interjú. Megfigyeléseim különböző egészségügyi munkaterületeken, interneten fellelhető írások, illetve saját korábbi kutatómunkám vizsgálatának elemzései.

Következtetés: Kutatásom végeztével arra megállapításra jutottam, hogy a mai rohanó világban, a túlterhelt egyészségügyi dolgozók nem fordítanak elég időt a megfelelő kommunikációra. Ezen tényező nem csak a betegeket, hanem az egészségügyi dolgozók munkáját is befolyásolja. Az ápoló-beteg közti kapcsolat sérül, nem tud kialakulni a hatékony együttműködés, melynek célja a gyógyítás, gyógyulás. Véleményem szerint egészségügyi dolgozóként a mi felelősségünk, hogy a pácienssel való információcsere, tájékoztatás a lehető legnagyobb sikerrel történjen meg, mely elősegíti a beteg együttműködését a gyógyulás felé.

Tóth Kiara Dalma
Miskolci Egyetem
Ferenczi Sándor Egészségügyi Technikum

Konzulens:
Dr. Szöőr Árpád

Kiméra antigén receptorral módosított NK sejtek ölési potenciáljának növelése bispecifikus T sejt kötő molekulák termelésével - avagy Új fegyverek a daganatterápiában

Bevezetés: A klinikai onkológia elmúlt évtizedének forradalmi eredménye, hogy a daganatos betegségek kezelésének klasszikus protokolljai- sebészet, kemoterápia és sugárkezelés- mellé új terápiás lehetőségként felsorakoztak a génmódosított immunsejteken alapuló daganat terápiák. Génmódosított T-sejtekkel legelőször a fehérvérűség különféle fajtáinak gyógyításában értek el átütő sikereket, ahol rendkívüli daganatellenes hatást és hosszú távú daganatmentes túlélést tapasztaltak. Az egyik legkiemelkedőbb ilyen célzott terápiát a kutatócsoportunk dolgozta ki, mely során a kiméra antigén receptorral módosított NK sejtek ölési potenciáljának növelési lehetőségét egy bispecifikus T sejt kötő molekula termeltetésével valósított meg. Ez a célzott terápia amellett, hogy hatékony, kevésbé terheli meg a szervezetet. A kiméra antigén receptorokkal módosított T sejtek (CAR T sejtek) az extracelluláris antigént felismerő-, illetve az ahhoz kapcsolódó citoplazmatikus szignál doménen keresztül specifikusan felismerik és elpusztítják a daganatokat. Ugyanakkor a T limfociták az MHC1 molekula felismerésén keresztül HLA összeférhetetlenséget mutatnak, így a kezelt betegek csak a saját szervezetünkből kinyert készítményt kaphatnak. Erre a problémára a természetes ölősejtek (NK) jelenthetnek megoldást, mivel azok nem az MHC1 molekulák felismerésén keresztül hatnak.

Célkitűzés: Egy korábbi vizsgálatunkban már előállítottunk HER2 tumorantigént felismerő CAR NK-92 sejtvonalakat, amelyek in vitro jelentős daganatellenes hatást mutattak, ugyanakkor in vivo nem eradikáltak a HER2+ tumorokat. Jelen munkánkban ezeket a sejtvonalakat szeretnénk hatékonyabbá tenni oly módon, hogy egy második targetet felismerő bispecifikus T sejt kötő molekulát (BITE) termeltetünk a sejtekkel. Azt reméljük, hogy így be lehet vonni a tumorban jelenlévő natív T sejteket ls a daganatellenes válaszba.

Módszer: A CD44 molekulát felismerő CD44-BITE/HER2-CAR NK-92 sejtvonalakat retrovirális transzdukciós rendszerrel hoztam létre témavezetőm segítségével. A vírus vektort az RD114 (kapszidot), a PEQ-PAM (enzimeket) és a BITE szekvenciáját kódoló transzfer plazmidok tranziens transzfektálásával állítottuk elő HEK293T vírust termelő sejtekben. A transzdukciós hatékonyságot áramlási citométerrel vizsgáltuk, amelyben a CAR-okat Alexa647 konjugált monomer HER2 molekulával jelöltük, a BITE-ot mOrange markeren keresztül detektáltuk.

Eredmény és következtetés: Kutatásaim eredményét összefoglalva elmondhatom, hogy sikeresen állítottunk elő CD44-BITE/HER2-CAR NK-92 sejtvonalakat. A módosított sejtek mintegy 80%-a kifejezte a BITE molekulát. A kutatás következő lépéseként a legintenzívebben világító sejt sorting módszerrel, így lehetőségünk nyílik 100% tisztaságú BITE/CAR-NK92 sejtvonalak előállítására.

Urbán Eszter
Miskolci Egyetem
Egészségtudományi Kar

Konzulens:
Simon Nóra
Blaskóné Kozma Dóra

A szülés minősége – szülési attitűdök vizsgálata és azok megvalósulása intézményen kívüli szülések esetében

Bevezetés és célkitűzés:

Számtalan külső és belső tényező befolyásolhatja, hogy egy nő hogyan vélekedik saját leendő szülésével kapcsolatban. A szülési attitűdök szüléssel kapcsolatos belső képek, amelyeknek nagy jelentősége van a várandósság és a szülés folyamatában. Meghatározzák azt, hogy hogyan készül a szülésére egy nő, befolyásolják az ezzel kapcsolatos döntéseit. Kutatási célul azt tűztem ki, hogy felmérjem egyrészt a várandós nők és párjaik szüléssel kapcsolatos elképzeléseit, motivációit és elvárásait a szülési hely típusától függetlenül, másrészt az otthonszült nők és párjaik tapasztalatait.

Módszerek:

Kutatásomban online kérdőívet alkalmaztam, melybe a saját kérdések mellett a Sallay-Martos féle Szülés-attitűdök Kérdőív 16 kérdését is beillesztettem. Célcsoportjaim a várandós nők és párjaik, valamint otthonszült édesanyák és párjaik voltak. A kérdőíveket saját közösségi oldalamon, illetve különböző csoportokban tettem közzé. 2025.10.28. és 2025.11.14. közötti időszakban a négy kérdőívre összesen 93 válasz érkezett.

Eredmények:

A várandósok nagy része (80,39 %) hagyományos (kórházi) szülésre készül, a bontás során pedig az is kiderült, hogy az első gyermeket várók közül alig-alig van olyan, aki otthon szülni készül (4%), míg a nem első gyermeket várók közül már valamivel többen készülnek (26 válaszadóból 9) otthonszülésre. Az is egyértelmű, hogy az otthonszült édesanyák számára a szülés az esetek döntő többségében olyan pozitív szülésélménnyé vált, amely megerősítő számukra és bármikor újra átélnék. Ezzel szemben a várandósoknál a szülésélmény nagyon különböző, a megerősítő, pozitív szülésélmények száma drasztikusan lecsökkent és megjelent a semleges, illetve inkább negatív és negatív szülésélmény is. A válaszokból az is kitűnik, mind a négy megkérdezett csoport jelentősnek ítéli az apa szerepét a szülés folyamatában: az érzelmi támasz nyújtása, a nyugodt légkör megteremtése a szülés élményét biztonságosabbá és a párkapcsolatot pedig szorosabbá teheti.

Következtetés:

Kutatásomban igyekeztem a szüléshez kapcsolódó képzetek tág körét felmérni. Az egyik legfontosabb tanulság az, hogy a szüléshez való hozzáállás módja nem szűkíthető le a félelemre, hanem számos más élményminőség és az ezekhez kötődő viszonyulás is hozzátartozik A védőnőnek kiemelt szerepe a várandósság, szülés és szülés utáni időszakban az, hogy hiteles forrásként, tanácsadóként a rendelkezésére álljon gondozottjai számára.

Veres Ivett védőnő
Miskolci Egyetem
Egészségtudományi Kar

Konzulens:
Blaskóné Kozma Dóra

Várandósság alatti addikciós szokások, és azok hatása a magzati fejlődésre

Bevezetés és célkitűzés:

Mivel napjainkban nagy az aránya a szerhasználat mellett bekövetkezett és kiviselt várandósságoknak és ezek következményeinek a megszülendő magzatokra vagy már megszületett babákra nézve, ezért leendő védőnőként kulcsfontosságú feladatomnak tartom a téma kutatását. Mindennapi munkám során segítségnyújtásom elengedhetetlen lesz mind a fiatalok, a várandandósok, az újdonsült anyák és a gyermekek számára.

Kutatási célnak tűztem ki annak vizsgálatát, hogy a várandós nők addikciós szokásai (különösen a dohányzás, az alkoholfogyasztás és a tudatmódosító szerek) miként befolyásolják a magzati fejlődést, és milyen hatással vannak az újszülött állapotára, illetve ezek milyen arányban fordulnak elő. A demográfiai és életmódbeli kérdések segítenek feltérképzeni, hogy mik lehetnek azok a tényezők, amely hozzájárulhatnak az addikciók kialakulásához.

Módszerek:

A kutatásomat, egy általam létrehozott, mindenki számára elérhető online kérdőív alapján végeztem el, melyben olyan 18 év feletti szülőket kérdeztem meg az anyukák addikciós szokásaikról, akiknek legalább egy gyermekük van, és gyermekük életkora nem haladja meg a két évet.

Eredmények: Kutatásomban 2025. október 24. – 2025. november 14. terjedő időszakban beérkezett válaszokat dolgoztam fel. Összesen 84 személy töltötte ki, melyből 73 értékelhető válasz érkezett.

Következtetés:

Eddigi eredmények alapján a várandósoknál előfordulnak addikciós szokások, leginkább a dohányzás és az alkohol fogyasztás, amelyek a családtervezés időszakában illetve a terhesség felismerését követően csökkenő számokat mutatnak. A tudatmódosító szerek használata minimális, azonban összefüggést mutat a magzati fejlődéssel. A válaszadók 91,8%-a legalább középiskolát végzett érettségivel. Többségük tisztában van a magzatvédő vitaminok fontosságával és az addikciók káros hatásaival a magzatra. A információk átadásában a védőnők és a szülés – nőgyógyász orvosok szerepe mutatkozik kulcsfontosságúnak.

Vihánszki Adél Dorottya
Miskolci Egyetem
Egészségtudományi Kar

Konzulens:
Guzi Barbara
Dr. Fodorné Bagi Bettina

Scapula dyskinesis komplex fizioterápiája

Bevezetés és célkitűzés:
A mindennapi tevékenységekhez, mozgások kivitelezéséhez elengedhetetlen a vállízület és a vállöv megfelelő működése és stabilitása, mindezt a scapula dyskinesis (SD) jelentősen befolyásolhatja. Kutatásom célja scapula dyskinesisben szenvedő betegek állapotfelmérése, részükre problémaspecifikus gyógytorna, lágyrész mobilizáció és PNF technika alkalmazása kontrollcsoportos formában és a terápiák hatásosságának vizsgálata.

Módszerek:
Mintámban 20 fő szerepel, akik 2025.04-06. hó között miskolci kórház ambuláns ellátásban kerültek beválogatásra. Anamnézis után felmérésre került a fájdalom (VAS skála), vállöv/vállízületi mozgásterjedelem/ROM (goniométer), izomerő (Oxford skála), speciális (SRT-Scapular Repositioning test, SAT-Scapular Assistant test, Gerber-, Drop arm-, Fájdalmas ív teszt, Stanmore-háromszög) és funkcionális teszt (mindennapi mozdulatok). A kezdeti funkcionális felmérés alapján két csoportot hoztam létre (Cs1 és CS2). A mozgásprogram 15 alkalmas, heti 5x40 perc, bázis terápia: lágyrészmobilizáció és problémaspecifikus gyógytorna, CS2 csoportnál PNF technikával egészül ki. Cél a vállöv/vállízület ROM növelése, scapulakontroll-, izmok nyújthatóságának/erejének helyreállítása, mindennapi élethez való visszatérés. Az adatok feldolgozása Microsoft Excel programmal történt.

Eredmények:
A vizsgált a betegek átlagéletkora 56,06 ±5,26 év, 11 nő. Kezdeti funkcionális deficitként közepes erősségű fájdalom (Cs1:6,9 ±0,87, Cs2: 6,5±0,94), az érintett oldali vállöv/vállízület minden irányú ROM beszűkülése, scapula stabilizáló, rotátor köpeny izomerő gyengeség állt fenn, amit a speciális tesztek is igazoltak. A kezelés végére a fájdalom nagy mértékben lecsökkent (Cs1:56,1%-kal, Cs2:72,1%-kal), a flexio-elevatio, abductio-elevatio irányú ROM növekedett, funkcionális és speciális tesztek igazolták a scapularis kontroll, a rotátorköpeny-funkció és a funkcionális mozgások releváns javulását, helyreállását mindkét csoportban, de a CS2 csoport tagjai minden tesztben jobb eredményt értek el visszaméréskor.

Következtetés:
Összességében megállapítható, hogy a scapula dyskinesis konzervatív ellátása során alkalmazott manuális technikák és a célzott gyógytorna jelentős funkcionális javulást biztosított mindkét csoportban, azonban a PNF integrálása tovább fokozta a rehabilitáció eredményességét. A PNF hatása különösen a rotátorköpeny aktiválásában, a scapularis stabilitás helyreállításában, a vállöv/vállízület összehangolt működésében és a kinetikus lánc egészének optimalizálásában mutatkozott meg. A vizsgálat eredményei alapján a PNF beépítése ajánlható a scapula dyskinesis kezelésébe, különösen azon betegek számára, akiknél komplex, több irányú mozgás- és izomdysbalance áll fenn.

A KONFERENCIA SZERVEZŐI

Dr. habil. Lukács Andrea TDT-elnök
egyetemi docens

Dr. Gyulai Anikó TDT-társelnök
egyetemi docens
általános dékánhelyettes

Guzi Barbara TDT-titkár
mesteroktató

Sipos Zsolt
dékáni referens

JEGYZET

Kiadja a

Miskolci Egyetem
Egészségtudományi Kara
2025