

Időskori egészségmegőrzés

– orvosi életutak tükrében –

Tartalom

Előszó 9

TANULMÁNYOK

I.

KEMÉNY CSILLA–HORVÁTH SÁNDOR

Az idős orvos hitelessége és kortárs segítése az egészségmegőrzésben 11

II.

MOLNÁR PÉTER–VARGÁNÉ BÁLINT MÁRIA

Az öregedés pszichológiája 31

III.

JUHÁSZ MÁRIA–ADORJÁN ERZSÉBET–IMRE SÁNDOR

Időskori egészségkockázatok 45

ESSZÉK (ÉLETUTAK – KORTÁRS ÜZENETEK)

ALBERTH BÉLA

Az egészséges öregedés esélyei 65

BÁLÓ GYÖRGY

A hosszú élet titka: meg ne rövidítsük! 68

BARTHOS ERZSÉBET

Gyógyulásom története 71

ELEKES JÓZSEF

Szükség van ránk, öregekre! 72

ENDES MIHÁLY

Öregedjünk együtt! 73

GAÁL JÓZSEF

„A leghosszabb élet is rövid!” 76

JÓNÁS SÁNDOR

Minél tovább fiatalon 78

KATHONAY IRÉN

Az öregedési folyamat titkai 81

- KISS ANDRÁS
Rekviem egy korosztályért! 84
- KOCSIS ANDRÁS
Ismerd meg önmagad! 85
- KOVÁCS MÁRIA–VERESS GÉZA
Személyes ügyünk – viseljük „úri” módon! 87
- KÖVÉR ANDRÁS
A boldogság titka 89
- KURUCZ MÁRTA
Velünk kerek a világ 95
- OROSZ ÁRPÁD
A napsugaras öregkor nem illúzió 103
- PÁSZTOR JÁNOS
Időskorban is példát mutatni 104
- PINTÉR JÓZSEF
Az időskor megtervezése 106
- PINTYE IMRE
Együtt – meggyőzéssel 109
- SZENTPÁLI GAVALLÉR ISTVÁN
Testünk öregsége, lelkünk fiatalsága 111
- TISZA JÓZSEF
Változás és váltás 117
- TORNAI ALAJOS
Ugyanolyan és mégis más 119
- VELICSEK SZANISZLÓ ISTVÁN
Az öregedés művészet! 121
- ZÁBORSZKY ZOLTÁN
Élethelyzetek és élettapasztalatok 126
- ZAJÁ CZ MAGDOLNA
Fontosnak maradni mások számára 128
- ZARÁNDY BERTALAN
Biztató 130