

Περιεχόμενα

Αντί προλόγου	xi
1. Πρόληψη	1
1.1. Είδη πρόληψης	1
1.2. Πρόληψη και δημόσια υγεία	2
1.3. Αποτελεσματικότητα μέτρων πρόληψης	3
1.4. Δευτερογενής πρόληψη, διαλογή.....	7
2. Δημόσια Υγεία και Ηθικοί Περιορισμοί	14
3. Πρόληψη Καρδιαγγειακών Παθήσεων	20
3.1. Η διαδικασία της αθηρωμάτωσης.....	20
3.2. Επιδημιολογικά δεδομένα.....	21
3.3. Πρόληψη καρδιαγγειακού κινδύνου	24
4. Πρόληψη Κακοήθων Νεοπλασιών	26
4.1. Διαδικασία καρκινογένεσης.....	26
4.2. Καρκίνος του μαστού	29
4.3. Καρκίνος του πνεύμονα.....	31
4.4. Μεσοθηλίωμα	32
4.5. Καρκίνος του στόματος, του φάρυγγα και του λάρυγγα	33
4.6. Καρκίνος του οισοφάγου	33
4.7. Καρκίνος του στομάχου	33
4.8. Καρκίνος του παχέος εντέρου	34
4.9. Καρκίνος του παγκρέατος.....	36
4.10. Ηπατοκυτταρικός καρκίνος.....	37
4.11. Καρκίνος των χοληφόρων.....	37
4.12. Αγγειοσάρκωμα του ήπατος.....	37
4.13. Καρκίνος του προστάτη.....	37
4.14. Καρκίνος των ωοθηκών.....	39
4.15. Καρκίνος του ενδομητρίου	39
4.16. Καρκίνος του τραχήλου της μήτρας.....	39
4.17. Καρκίνος της ουροδόχου κύστεως	40
4.18. Λευχαιμίες και λεμφώματα	41
4.19. Μελάνωμα.....	41

5. Ατυχήματα	43
6. Λοιμώδη Νοσήματα	47
6.1. Μολυσματικότητα και παθογονικότητα.....	47
6.2. Ανοσία.....	49
6.3. Επιδημίες.....	50
6.4. Επιδημιολογική επιτήρηση.....	52
6.5. Επιδημιολογική διερεύνηση.....	53
6.6. Πρόληψη διασποράς λοιμωδών νοσημάτων.....	54
6.7. Τεχνητή ενεργητική και παθητική ανοσοποίηση.....	56
7. Πρόληψη Επιμέρους Λοιμώξεων	59
7.1. Τροφιμογενή νοσήματα.....	59
7.2. Τροφιμογενή νοσήματα από τοξίνες.....	59
7.2.1. Σταφυλόκοκκος.....	60
7.2.2. Κλωστηρίδιο διαθλαστικό.....	60
7.2.3. Κηρώδης βάκιλος.....	60
7.2.4. Κλωστηρίδιο αλλαντίασης.....	60
7.3. Τροφιμογενή νοσήματα από βακτηρίδια.....	61
7.3.1. Καμπυλοβακτηρίδιο.....	61
7.3.2. Σαλμονέλωση.....	62
7.3.3. Τυφοειδής και παρατυφοειδής πυρετός.....	62
7.3.4. Σιγκέλωση.....	63
7.3.5. Δονάκιο παρααιμολυτικό.....	63
7.3.6. <i>Escherichia Coli</i>	63
7.3.7. Λιστερίωση.....	64
7.4. Ιογενείς τροφιμογενείς λοιμώξεις.....	64
7.4.1. Ηπατίτιδα Α.....	65
7.4.2. Διάρροια ταξιδιωτών.....	66
7.5. Πολιομυελίτιδα.....	66
7.6. Αερογενώς μεταδιδόμενα νοσήματα.....	67
7.6.1. Φυματίωση (<i>Tuberculosis</i>).....	67
7.6.2. Γρίπη.....	70
7.6.3. Μηνιγγίτιδα.....	72
7.6.4. Ιλαρά, παρωτίτιδα, ερυθρά, ανεμευλογιά.....	74
7.6.5. Λεγιονέλλωση.....	76
7.6.6. Λοιμώδης μονοπυρήνωση.....	78
7.7. Ανθρωποζωονόσοι.....	78
7.7.1. Λύσσα.....	78
7.7.2. Μπορρελίωση ή νόσος του <i>Lyme</i>	80

7.7.3. Λείψμανίαση	80
7.7.4. Βρουκέλλωση.....	81
7.7.5. Εχθινοκοκκίαση-υδατίδωση.....	82
7.7.6. Τοξοπλάσμωση.....	82
7.7.7. Πανόλη.....	83
7.8. Τέτανος.....	83
7.9. Νοσήματα μεταδιδόμενα από έντομα.....	85
7.9.1. Ιός του Δυτικού Νείλου	85
7.9.2. Ελονοσία	85
7.9.3. Νοσήματα από φλαβοϊούς που μεταδίδονται με κουνούπια	88
7.10. Σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα	88
7.10.1. Γονόρροια.....	89
7.10.2. Σύφιλη	89
7.10.3. Χλαμυδιακές λοιμώξεις.....	89
7.10.4. Ερπητοϊοί.....	90
7.10.5. HPV.....	91
7.11. Νοσήματα που οφείλονται σε αιματογενή παθογόνα.....	92
7.11.1. Ιός ανθρώπινης ανοσοανεπάρκειας HIV	92
7.11.2. Ηπατίτιδα Β	94
7.11.3. Ηπατίτιδα C.....	96
8. Υγιεινή του Νερού.....	99
9. Ατμοσφαιρική Ρύπανση και Υγεία.....	105
10. Διάθεση Υγρών Αποβλήτων και Στερεών Απορριμμάτων	109
10.1. Υγρά απόβλητα.....	109
10.2. Στερεά απορρίμματα.....	110
11. Διατροφή και Υγεία.....	115
11.1. Ημερήσιες θερμιδικές ανάγκες	116
11.2. Απαραίτητα για την υγεία διατροφικά συστατικά	117
11.3. Ιδανική μάζα σώματος και προσαρμοσμένη διαίτα.....	121
11.4. Προστασία από επιβλαβείς ουσίες και μικροοργανισμούς.....	123
12. Κάπνισμα και Υγεία.....	127
13. Προαγωγή της Υγείας.....	130