



KONFERENCIJA LOV NA TIHOŠ UBOJICU

- STRES SVEPRISUTNI DEMON

PROGRAM

Medicinski fakultet Sveučilišta u Zagrebu

Dvorana "Čačković"

9.11.2023.



LOV NA TIHOŠ
UBOJICU

Pokrovitelj: Hrvatska akademija znanosti i umjetnosti



Program

REGISTRACIJA

9:00 - 9:30

UVODNI DIO

1. Tihi ubojica broj 1. u Hrvatskoj - jučer, danas, sutra 9:30 - 10:15

Trenutna situacija s arterijskom hipertenzijom u Hrvatskoj - prevalencija, svjesnost, liječenje i kontrola - recentni podaci na temelju rezultata nacionalne studije EH-UH 2 i MMM projekta

Najava programa 70/26

PANELISTI: Valerija Bralić Lang, Krunoslav Capak, Verica Kralj, Mirjana Mihalić, Ivan Pećin

MODERATOR: Bojan Jelaković

Stres kao trajno sveprisutni demon

MODERATOR: Marijana Braš





Program

GLAVNI PROGRAM

2. Žene i stres

10:15 - 11:15

PANELISTI: Ivan Bolanča, Vida Demarin, Slavko Orešković, Ivana Portolan Pajić, Dario Rahelić, Ivana Vuković Brinar

MODERATOR: Davor Miličić

Teme panela:

- faktor rizika za arterijsku hipertenziju, kardiovaskularne, cerebrovaskularne i bubrežne bolesti u žena
- povećan stres kod zaposlenih žena
- stres i neplodnost
- stres povezan s predmenopauzom i menopauzom

PAUZA ZA KAVU

11:15 - 11:45





Program

3. Životne navike i stres 1

11:45 - 12:30

PANELISTI: Maja Baretić, Sanja Ćurković, Nenad Jakšić, Igor Jukić, Martina Matovinović, Petra Mijić, Eva Pavić, Valentina Rahelić, Ana Stupin

MODERATOR: Marijana Braš

Teme panela:

- fizička aktivnost i bavljenje sportom kao način eliminiranja stresa
- debljina - prekomjeren unos hrane kao posljedice stresa i stres prilikom procesa mršavljenja
- zdrava prehrana kao pomoć u smanjivanju stresa, prekomjeren unos soli kao aktivator simpatikusa





Program

3. Životne navike i stres 2

12:30 - 13:15

PANELISTI: Ljiljana Čenan, Josipa Josipović, Mihaela Marinović Glavić, Jadranko Miklec, Irena Rojnić Palavra, Aleksandar Racz

MODERATOR: Marijana Braš

Teme panela:

- pušenje - stres kao uzrok početka pušanje i stres prilikom odvikavanja od pušenja
- mindfulness, joga i meditacija kao “alati” navedeni u novim ESH smjernicama





Program

4. *Stres na poslu/burnout* 13:15 - 14:15

PANELISTI: Nikolina Bašić Jukić, Marija Bubaš, Jelena Čabo Aras, Marija Felker, Helena Koren, Nika Marjanović Zulim

MODERATOR: Marina Bolanča

Tema panela:

- žene i stres na poslu

PAUZA ZA RUČAK 14:15 - 15:00

5. *Digitalna transformacija i stres* 15:00 - 15:45

PANELISTI: Marina Blažević, Ivan Galli, Seid Serdarević, Marijo Volarević

MODERATOR: Senad Kulenović

Teme panela:

- povezanost digitalne transformacije i stresa
- nastanak ovisnosti o digitalnom svijetu





Program

6. Stres uslijed klimatskih promjena i utjecaj na arterijsku hipertenziju i ukupan rizik

15:45 - 16:30

PANELISTI: Maja Čikeš, Branko Malojčić, Lidija Srnec, Nikola Vikić
Topić

MODERATOR: Ana Jelaković

Teme panela:

- utjecaj klimatskih promjena na arterijski tlak, čimbenike rizika, te na ukupan rizik preko izazivanja kronično latentno prisutnoga stresa
- utjecaj naglih klimatskih promjena na akutni stres s posljedicom naglih neželjenih događaja, ali i straha





Program

7. Hipertenzija bijele kute i maskirna hipertenzija kao biljezi prisutnoga stresa

16:30 - 17:15

PANELISTI: Veronika Kolaković, Jelena Kos, Ana Strahinja Ratković Uršić, Olgica Velkovski Škopić

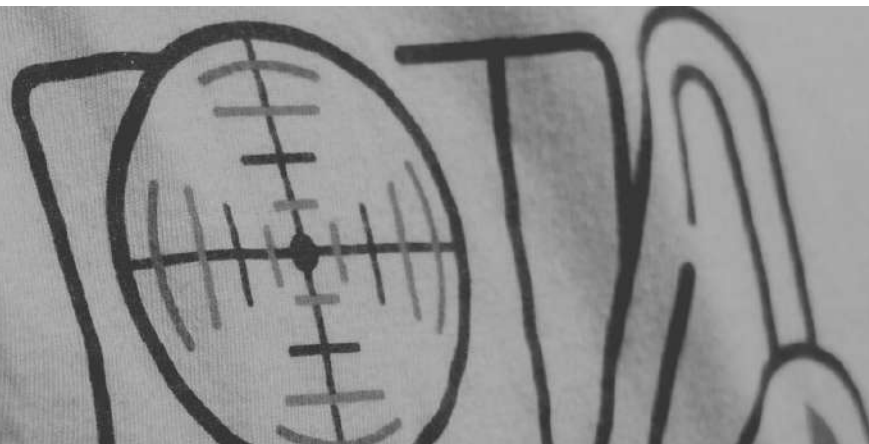
MODERATOR: Tajana Željковиć Vrkić

Teme panela:

- važnost prepoznavanja hipertenzije bijele kute i maskirne hipertenzije, te plan postupanja u tim situacijama
- uloga medicinske sestre i ljekarnika
- terapijski (psihosomatski) pristup

8. Završna rasprava i zaključci konferencije

17:15 - 17:45





Program

SPONZORI

SERVIER 
moved by you



BERLIN-CHEMIE
MENARINI

