



XXXV Kongres Naukowy Polskiego Towarzystwa Medycyny Sportowej
Medycyna sportowa a aktywność fizyczna lekarzy
XX Mistrzostwa Polski Lekarzy w Pływaniu
Dębica, 24-26 kwietnia 2025 r.



I dzień
czwartek, 24 kwietnia 2025 r.

od godz. 13:00 Rejestracja Uczestników Kongresu
Recepcja Kongresu w Holu Miejskiego Ośrodka Kultury

15:00-16:00 lunch

16:00 Uroczyste Otwarcie Kongresu
Sala Widowiskowa Miejskiego Ośrodka Kultury

Powitanie Uczestników i Gości
Tomasz Kostka, Andrzej Bugajski, Janusz Bieniasz

Wykład inauguracyjny
XX lat Mistrzostw Polski Lekarzy w Pływaniu i Konferencji Naukowych „Postępy w medycynie sportowej”
Janusz Bieniasz

WYSTĘP ARTYSTYCZNY ZESPOŁU "PRESTOCHANGO"

18:00 Koktajl powitalny

II dzień piątek, 25 kwietnia 2025 r.	
od godz. 8:00 Rejestracja Uczestników Kongresu <i>Recepcja Kongresu w Holu Miejskiego Ośrodka Kultury</i>	
SALA A <i>Sala Widowiskowa Miejskiego Ośrodka Kultury</i>	SALA B <i>Sala Baletowa Miejskiego Ośrodka Kultury</i>
9:00-10:30 Aktywność fizyczna dla osób o różnym stanie zdrowia Moderatorzy: Anna Jegier, Katarzyna Szmigielska Aktywność fizyczna dla osób z nadciśnieniem tętniczym Iwona Szadkowska Zalecenia aktywności fizycznej dla osób z chorobą otyłościową Anna Jegier Zalecenia aktywności fizycznej dla osób z cukrzycą i zaburzeniami lipidowymi Katarzyna Szmigielska Sportowiec z astmą i alergią Marcin Kurowski	9:00-10:30 Sprawne mięśnie po 50 roku życia Moderator: Tomasz Kostka Sarkopenia – czy dotyczy sportowców? Tomasz Kostka Sarkopenia – czy tylko trening oporowy? Joanna Kostka Sarkopenia – czy żywienie ma znaczenie? Agnieszka Guligowska Czy uprawianie sportu wyczynowego sprzyja długowieczności? Wyniki badań własnych Wojciech Drygas, Witold Śmigielski
10:30-10:45 przerwa kawowa	

SALA A <i>Sala Widowiskowa Miejskiego Ośrodka Kultury</i>	SALA B <i>Sala Baletowa Miejskiego Ośrodka Kultury</i>
10:45-12:10 Profile żywieniowe w sporcie Moderator: Kazimierz Ciechanowski Strategie odchudzania a mięśnie i inne narządy Kazimierz Ciechanowski Możliwości wykorzystania spersonalizowanego wspomaganie ergogenicznego w sporcie Krzysztof Durkalec-Michalski Profile żywienia polskich sportowców na tle wzorców żywieniowych Florentyna Tyrała, Barbara Frączek	10:45-12:15 Sport i odporność immunologiczna Moderator: Agnieszka Zembroń-Łacny Aktywny styl życia jako efektywna metoda profilaktyki zaburzeń układu immunologicznego Agnieszka Zembroń-Łacny Przeciwwzpalne aspekty aktywności fizycznej u pacjentów nefrologicznych Wioletta Dziubek, Łukasz Rogowski Autoimmunologiczne endokrynopatie w kontekście uprawiania sportu Monika Skrzypiec-Spring Neurozapalenie i ryzyko udaru mózgu; rola aktywności fizycznej w profilaktyce i leczeniu Barbara Morawin
12:10-12:30 Wykłady sponsorowane  Olimp Labs® Krótkołańcuchowe kwasy tłuszczowe w zdrowiu i chorobie Konrad Klekot Kolagen – dla sportowców i nie tylko Katarzyna Kubička	12:15-12:30 Wykład sponsorowany  INDIBA® Technologia, którą wybierają najlepsi sportowcy na świecie. O ile możemy przyspieszyć powrót do zdrowia stosując terapię INDIBA®? Agnieszka Zaucha-Zagała
12:30-12:45 przerwa kawowa	
12:45-14:15 Dozwolone i niedozwolone wspomaganie w sporcie Moderator: Andrzej Pokrywka Analiza okołoolimpijskich przypadków naruszenia reguł antydopingowych Andrzej Pokrywka Doping mózgu a doping w sporcie Olga Surala Nieautoryzowane składniki suplementów diety - ryzyko dopingu i problem zdrowia publicznego Karol Jędrejko Aktualne wytyczne na temat wyłączenia do celów terapeutycznych Katarzyna Szmigielska	12:45-14:15 Przetrenowanie i roztrenowanie Moderator: Andrzej Ziemba Fizjologia zmęczenia Tomasz Mikulski Przetrenowanie Tomasz Mikulski Roztrenowanie Andrzej Ziemba
14:15-15:00 lunch	

SALA A <i>Sala Widowiskowa Miejskiego Ośrodka Kultury</i>	SALA B <i>Sala Baletowa Miejskiego Ośrodka Kultury</i>
15:00-16:30 Traumatologia i fizjoterapia; Uszkodzenia ścięgna Achillesa Moderatorzy: Andrzej Czamara, Wojciech Widuchowski Schorzenia i uszkodzenia ścięgna Achillesa; Leczenie zachowawcze Wojciech Widuchowski Schorzenia i uszkodzenia ścięgna Achillesa; Leczenie operacyjne Marek Kulczyk Fizjoterapia w leczeniu zachowawczym uszkodzeń i schorzeń ścięgna Achillesa Andrzej Czamara Fizjoterapia i powrót do aktywności sportowej po leczeniu operacyjnym ścięgna Achillesa Andrzej Czamara	15:00-16:30 Zdrowie psychiczne sportowców Moderatorzy: Hubert Krysztofiak, Jarosław Krzywański Zarządzanie zdrowiem elitarnego sportowca Hubert Krysztofiak Czy ocena stanu zdrowia psychicznego sportowca powinna być elementem lekarskiego badania kwalifikacyjnego w sporcie? Jarosław Krzywański Stan zdrowia psychicznego elity polskich sportowców Hubert Krysztofiak, Wojciech Waleriańczyk Leczenie farmakologiczne zaburzeń psychicznych u sportowców wyczynowych - korzyści i zagrożenia Jarosław Krzywański, Piotr Maleszka Leki stosowane w leczeniu zaburzeń psychicznych a przepisy antydopingowe Andrzej Pokrywka
16:30-16:45 przerwa kawowa	

SALA A <i>Sala Widowiskowa Miejskiego Ośrodka Kultury</i>	SALA B <i>Sala Baletowa Miejskiego Ośrodka Kultury</i>
16:45-18:15 Monitorowanie i zapobieganie występowaniu przeciążeń i uszkodzeń stawów kończyn dolnych u dzieci i młodzieży uprawiających sport na Dolnym Śląsku Moderatorzy: Andrzej Czamara, Wojciech Widuchowski, Andrzej Bugajski Program monitorowania i zapobiegania przeciążeń i obrażeń stawów kończyn dolnych u dzieci i młodzieży uprawiających sport. Cele, metodologia badań i wstępne wnioski Andrzej Czamara Propozycja ćwiczeń w celu zmniejszenia przykurczy mięśni kulszowo-goleniowych, ograniczonej ruchomości stawów biodrowych, przysiadów i zaburzeń postawy ciała u dzieci i młodzieży uprawiającej sport Natalia Petka Koncepcja ćwiczeń, które mogą zmniejszyć nadmierną asymetrię „siły mięśniowej”, wskaźników proporcji sił grup mięśniowych w wieku rozwojowym młodych sportowców Łukasz Sikorski Propozycja ćwiczeń korygujących zaburzenia koordynacji ruchowej i nadmiernej asymetrii sił reakcji podłoża, mocy i innych parametrów biomechanicznych podczas maksymalnych wyskoków i zeskoków pionowych Łukasz Dalecki Współczesne możliwości prewencji i leczenia obrażeń więzadeł krzyżowych stawu kolanowego u dzieci i młodzieży uprawiających sport – doświadczenia zespołów międzynarodowych Wojciech Widuchowski	16:45-18:15 Aspekty medyczne w pływaniu długodystansowym i nie tylko Moderatorzy: Joanna Kabat-Koperska, Janusz Bieniasz Zaburzenia czynnościowe dolnych dróg moczowych u kobiet a uprawianie sportu Tomasz Rechberger Aspekty medyczne w pływaniu długodystansowym (zawody pływackie i triathlonowe) Joanna Kabat-Koperska Czy serce długodystansowca kocha bardziej - spojrzenie praktyka Paweł Radziński Kiedy zawroty głowy są skutkiem dysfunkcji narządu przedsionkowego Przemysław Śpiewak Rola narządu przedsionkowego w zachowaniu równowagi nie tylko u akrobatów Michalina Śpiewak Aktywność fizyczna a hipercholesterolemia rodzinna Marcin Piechocki
20:00 Spotkanie koleżeńskie Grand Chotowa Hotel CHOTOWA 87c, 39-217 Grabiny	

III dzień sobota, 26 kwietnia 2025 r.	
SALA A <i>Sala Widowiskowa Miejskiego Ośrodka Kultury</i>	SALA B <i>Sala Baletowa Miejskiego Ośrodka Kultury</i>
10:00-11:30 Orzecznictwo sportowo-lekarskie Moderatorzy: Andrzej Bugajski, Andrzej Rakowski, Katarzyna Wita	10:00-11:30 Medycyna sportowa – sesja prac oryginalnych Moderatorzy: Agnieszka Zembroń-Łacny, Barbara Morawin Wpływ interwencji żywieniowej o zróżnicowanej zawartości węglowodanów na masę i skład ciała oraz wydolność anaerobową u zawodników sportów walki podczas szybkiej redukcji masy ciała i 24 godzinnej regeneracji Krzysztof Durkalec-Michalski , Mikołaj Szymocha, Natalia Główka, Mikołaj Rudawski, Małgorzata Woźniewicz, Paulina M. Nowaczyk Operacyjne leczenie złamań obojczyka u młodzieży Jacek Sypniewski , A.Bocheńska, S.Kiepusa Profile żywienia i wskaźniki antropometryczne w grupie chłopców trenujących piłkę nożną Błażej Przybylik , Paulina M. Nowaczyk, Dominika Kluz, Jakub Rudziński, Krzysztof Durkalec-Michalski Ocena poziomu aktywności fizycznej w odniesieniu do ogólnego stanu zdrowia studentów wybranych kierunków medycznych Iwona Szadkowska , Dominika Domińczak, Sylwester Herudziński, Ewelina Matusiak-Wieczorek
11:30-12:00 przerwa kawowa	
12:00 Zakończenie Kongresu <i>Sala Widowiskowa Miejskiego Ośrodka Kultury</i>	