



# SPORTSKA MEDICINA

Medicinska naklada, Zagreb, 2019.

Marko Pečina i suradnici



informacijama iz područja sportske medicine, i to od stručnjaka specijalista po pojedinim područjima.

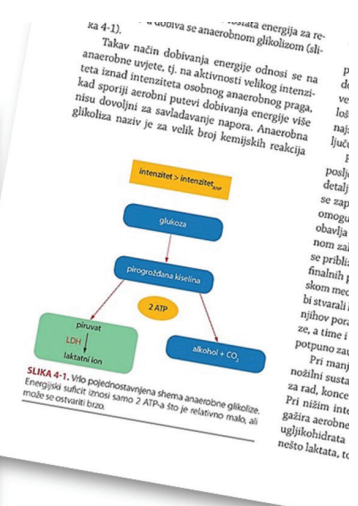
U knjizi se prikazuje problematika iz cjelokupnog opsega djelovanja sportske medicine, i to: fiziologija, sportskomedicinski pregledi, programiranje treninga, prehrana, doping, traumatologija, problematika povezana sa ženskim spolom i životnom dobi, sportska kardiologija, biomehanika, regenerativna medicina, posebnosti ozljeda i oštećenja u pojedinim sportovima. Posebna poglavlja obrađuju mogućnost zaštite od ozljeda, i to orofacijalnog područja i glave i mozga, a velika se pozornost posvećuje sindromima prenapreznosti lokomotornog sustava s obzirom na njihovu veliku i sve veću učestalost u sportaša i rekreativaca, ali i u općoj populaciji.

U knjizi je sudjelovalo 59 autora različitih specijalnosti, što je i odraz stanja današnje sportske medicine (medicina u sportu), koja se koristi spoznajama iz različitih struka u znanstvenom i u svakodnevnom praktičnom radu. Interdisciplinarnost je upravo najveća vrijednost ovog udžbenika. Ova knjiga napisana je na osnovi dugogodišnjeg iskustva glavnog autora i entuzijazma mlađih u zemlji i svijetu već afirmiranih suautora.

Na 408 stranica, u 39 poglavlja, u knjizi je 412 slika i crteža (većina u boji), 55 tablica i 380 literaturnih podataka.

U današnjem visokociviliziranom društvu sport i rekreacija opće su prisutni fenomeni, a njihov razvoj prati i sportska medicina. Sportska medicina nije predodređena za vrhunske sportaše, nego je u službi svakog pojedinca i zajednice, od dječje dobi do poodmakle životne dobi.

Upravo su zato spoznaje o dostignućima sportske medicine bitne za širok krug medicinara, zdravstvenih i sportskih djelatnika, kineziologa, trenera i, naravno, samih sportaša i rekreativaca. Bitno je da svi koji se bave sportom i rekreacijom imaju dostupan izvor



SLIKA 4-1. Vrlo pojednostavljeno shema anaerobne glikolize. Energijski izlazak iznosi samo 2 ATP-a što je relativno malo, ali može se ostvariti brzo.