

LUOTETTAVAA TIETOA

sosiaalisen median ravitsemusinformaatiotulvan rinnalle

Ravitsemuksesta on tullut entistä tärkeämpi osa terveydenhuoltoa. Puutteellinen ravitsemus koskettaa edelleen yli miljardia ihmistä ja on yksi keskeisistä ihmiskunnan ongelmista. Samanaikaisesti yli miljardi ihmistä kärsii liiallisen tai terveydelle haitallisen ruoan tuottamista ongelmista.

Aliravitsemus on yleinen ongelma sairaalapotilaalla, eikä sen ehkäisyyn ja hoitoon ole kiinnitetty asianmukaista huomiota. Moderni ravitsemustutkimus tuo jatkuvasti uutta tietoa ravinnon merkityksestä ihmisen hyvinvoinnille. Ihmiset myös reagoivat eri lailla ruokaan perintötekijöiden vuoksi.

Ruoan laatu säätelee myös geenien toimintaa kudoksissa, ja jo varhainen ravitsemushäiriö voi vaikuttaa myöhempään elä-



män kulkuun ja sairastumisriskiin. Nykyään ravitsemukseen liittyvää informaatiota tulee joka tuutista ja asiantuntijoina esiintyvät usein henkilöt, joilta puuttuu alan

osaaminen ja koulutus sekä kyky hahmottaa uutta, usein pirstaleista tietoa ja asiakokonaisuuksia.

Nyt uudistettu Kustannus Oy Duodecimin Ravitsemustiede-opikirja tarjoaa luotettavan – uuteen tutkimustietoon perustuvan – mutta kriittisen läpileikkauksen ravitsemustieteen perusteisiin, ravintoaineisiin, ravitsemusfysiologiaan, sairaan potilaan ravitsemushoitoon, ravitsemuksen merkitykseen sairauksien ehkäisyssä ja hoidossa.

”Uudet näköalat modernissa ravitsemustutkimuksessa, kuten ravitsemusgenetiikassa ja -genomiikassa on myös huomioitu”, kertoo Itä-Suomen yliopiston ravitsemusgenomiikan ja ravitsemusgenetiikan professori **Matti Uusitupa**, joka on yksi kirjan toimittajista.

LÄÄKÄRIEN KOULUTUSKALENTERI ON UUDISTUNUT

koulutuskalenteri.promedico.fi

oppimismahdollisuuksia ympäri Suomen

Sähköisestä koulutuskalenterista löydät tiedot lääkäreille tarkoitetuista kotimaisista jatko- ja täydennyskoulutustilaisuuksista, verkkokursseista ja Suomessa järjestettävistä kansainvälisistä kongresseista. Mukana on myös terveydenhuollon toimijoiden paikallisia sisäisiä koulutuksia.

Voit tilata tekemäsi haun RSS-syötteenä, joka seuraa tilaisuuksia puolestasi. Saat tiedon kiinnostavista tilaisuuksista heti, kun ne ilmoitetaan kalenteriin.

Lääkärien koulutuskalenterin

sähköiseen versioon voi edelleen ilmoittaa maksutta. Kalenteriin on hyvä ilmoittaa kaikki lääkäreille suunnatut Suomessa pidettävät koulutustilaisuudet ja kansainväliset kongressit. Koulutuksesta kannattaa ilmoittaa mahdollisimman aikaisin, ja tietoja voi täydentää myöhemmin. Myöhemmin tämän vuoden aikana koulutuskalenterin ja Suomen Lääkärilehden ilmoituslomakkeet yhdistyvät. Sen jälkeen voit ilmoittaa kalenteriin ja lehteen samalla lomakkeella.

Tilaisuutesi tiedot tulevat

näkyviin paitsi Koulutuskalenterissa, myös Aikakauskirja Duodecimin verkkosivujen tapahtumissa. Erikoisalayhdistykset voivat lisätä omille verkkosivuilleen Koulutuskalenterin kautta päivittyvän listan oman alansa tai yhdistyksen järjestämistä koulutuksista.

Koulutuskalenteriin liittyvissä kysymyksissä teitä palvelee **Topi Litmanen**, puhelin: (09) 393 0859 ja sähköposti: topi.litmanen@promedico.fi

Tutkija tarvitsee yhteistyötaitoja

Dosentti ja sisätautien ja endokrinologian erikoislääkäri **Markus Juonalle** myönnettiin viime vuoden lopussa Duodecim-seuran Nuoren tutkijan palkinto. Hänen tutkimuksensa ovat tuottaneet uutta, arvokasta tietoa lapsuusaikaisen riskitekijöiden merkityksestä valtimokovettumataudin synnylle. Juonala on mukana LASERI (lasten sepelvaltimotautien riskitekijät) -tutkimusprojektissa, joka on nykyisin yksi arvostetuimmista sydän- ja verisuonitautien riskitekijöitä selvittävistä tutkimuksista. Tutkimustyön ohessa hän tekee kliinisen lääkärin työtä Turun yliopistollisessa sairaalassa.

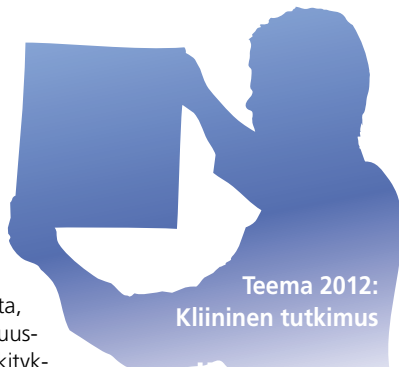
– Hyvä tutkija on innostunut, motivoitunut, idearikas, sitkeä ja työteliäs. Etenkin isommissa hankkeissa sosiaalisuus ja yhteistyötaidot ovat tärkeitä. On osattava myös kysyä apua itseään viisaammilta, Juonala sanoo.

Tutkijanuran, lääkärin työn ja perhe-elämän yhteensovittaminen on usein haasteellista. Juonala on saanut kuvion toimimaan priorisoimalla ajankäyttöään ja ottamalla apua vastaan läheisiltä ja työtovereilta. Hän on myös aikaansaava ja nopea tekemään päätöksiä. Tarvittaessa hän osaa sanoa ”ei”.

Juonala on tyytyväinen omiin mahdollisuuksiinsa tehdä tutkimustyötä. Sairaalan puolella on sijaisjärjestelyt saatu toimiviksi, ja toisaalta tutkimustyö ei ole ollut aikaan tai paikkaan rajattua.

Nuoren tutkijan palkinnon lisäksi Juonala on saanut muitakin tunnustuksia. Väitöskirjasta hänelle myönnettiin Turunmaan Duodecim-seuran ja Turun yliopistoseuran tunnustus-palkinnot sekä kunniamaininnat. Mikä saa nuoren tutkijan innostumaan työstään?

– Uusien havaintojen tekeminen. Tutkimustyö antaa vaihtelua klinikon arkeen.



Markus Juonala

1881

Duodecim perustettiin

1885

Aikakauskirja Duodecim ilmestyy ensimmäisen kerran

1900

Ensimmäiset lääkäripäivät

1969

Matti Äyräpää -palkinto jaetaan 1. kerran

12

Seuran perustajajäsenten määrä

Tee osoiteenmuutos verkossa

www.duodecim.fi >
jäsenyys >
osoiteenmuutokset